

4ª PUJADA A L'ARP AMB ROLLERSKIS

Organització: Club d'Esquí Nòrdic l'Arp (CENA)

REGLAMENT

Dia: diumenge dia 3 de novembre de 2019

Lloc de la prova: pujada a Colldarnat per la LV-4001 carretera local, Sorribes de la Vansa

Modalitat:

- Campionat de Catalunya: esquís de rodes estil lliure
- Popular: esquís de rodes de clàssic, patinador o patins en línia

Normativa:

- Regiran les normes FIS adaptades a les característiques d'aquesta prova
- És obligatori l'ús de casc i ulleres
- La sortida dels corredors es farà en contrarellotge cada 30 segons. L'ordre de sortida es farà per sorteig.
- Aquesta cursa forma part del Campionat de Catalunya d'esquí de rodes 2019 de la Federació Catalana d'Esports d'Hivern (FCEH), i està supeditada al reglament de l'esmentat Campionat de Catalunya d'esquí de rodes.
- L'organitzador d'aquesta cursa és el Club d'Esquí Nòrdic l'Arp.
- Qualsevol afer no previst en aquest reglament serà resolt per l'organització de la cursa.

Distàncies:

Categories	Edats	Distàncies	
MST	Nascuts any 84 i anteriors	7,3 Km	Desnivell: +395m
SEN	Nascuts any 1985 al 1999		
U20	Nascuts any 2000 i 2001		
U18	Nascuts any 2002 i 2003		
U16	Nascuts any 2004 i 2005	4,0 Km	Desnivell: +223m
U14	Nascuts any 2006 i 2007		
U12	Nascuts any 2008 i 2009	2,2 Km	Desnivell: +113m
U10	Nascuts any 2010 i posteriors		

En cap cas un corredor podrà participar en una distància més llarga que la que li pertoca per edat.

Si algun corredor d'edat superior s'inscriu en la distància curta perd l'opció a pujar al podi, en cas d'arribar entre els tres primers de la distància.

Preus:

- Inscripcions rebudes fins el dimecres 30/10/19 a les 22:00 hores: 10€ (inclou entrepà i beguda)
- El mateix dia de la cursa de 9:00 a 10:00 hores: 15€ (inclou entrepà i beguda)
- Si els acompanyants volen entrepà i beguda ho hauran d'indicar en el mateix formulari d'inscripcions i tindrà un cost de 5€.

Les inscripcions rebudes fins el dia 30/10/19 es pagaran mitjançant transferència al nº de compte ES71 3140 0001 9500 1228 1900 i s'enviarà justificant de pagament al correu clubcena1@gmail.com

Les inscripcions realitzades el mateix dia de la prova es pagaran en el moment de retirar el dorsal.

Inscripcions: les inscripcions dels corredors i dels acompanyants es realitzaran a través del [formulari google](#) preparat per aquest efecte.

Assegurança: per participar al Campionat de Catalunya és imprescindible disposar de la Llicència de corredor/a de la FCEH de la temporada vigent. S'haurà de presentar en el moment de recollir el dorsal. Per la categoria popular cada participant ha d'haver subscrit una assegurança d'accident i és plenament responsable del seu estat de salut. Els participants que no tinguin vigent l'assegurança d'accidents podran subscriure una assegurança de dia en el moment de recollir els dorsals.

Recollida de dorsals: diumenge 3 de novembre de 8:30 a 9:30 hores al centre cívic de Sorribes de la Vansa. La pèrdua d'un dorsal es paga amb 30€.

Horari: 10:50 tancament de carretera

11:00 sortida del primer corredor de la distància curta, U10 i U12

11:00 sortida del primer corredor de la distància mitjana, U14 i U16

11:00 sortida del primer corredor de la distància llarga, U18 en endavant

Premis: hi haurà premi pels 3 primers classificats de les distàncies llarga i mitjana, homes i dones. En la distància curta es donarà obsequi a tots els finishers.

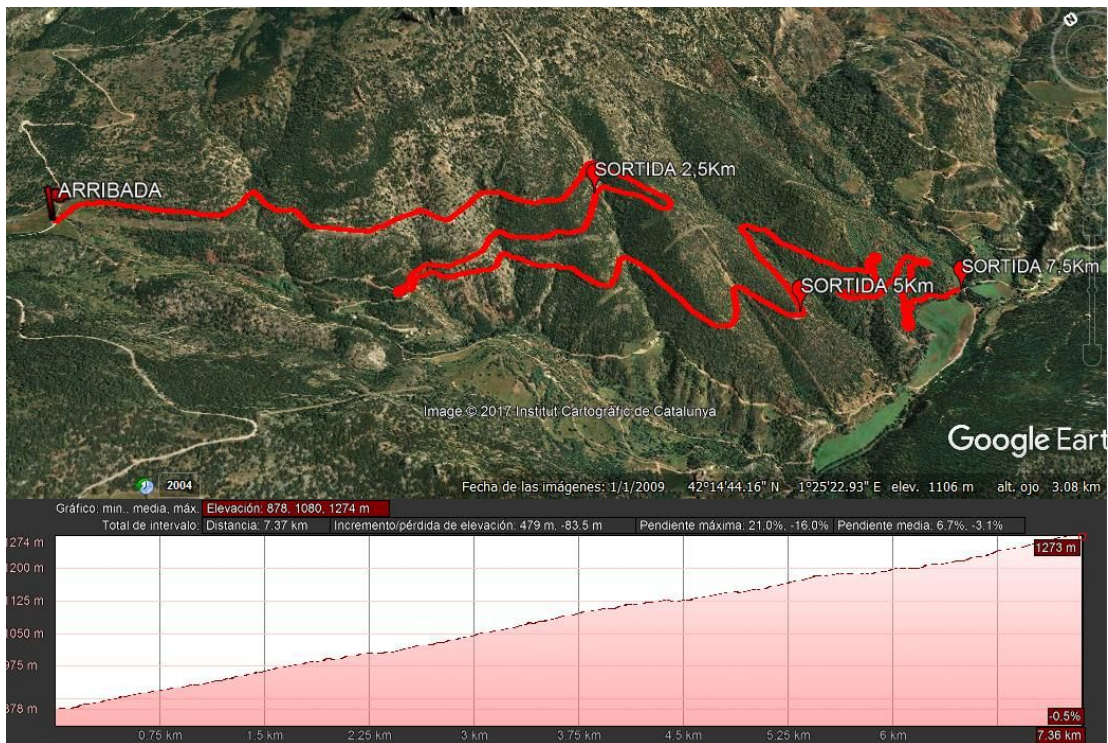
També es farà entrega del premis corresponents al Campionat de Catalunya.

Organització: l'organització declina tota responsabilitat enfront als participants, espectadors i tercers. Així mateix, es reserva el dret de modificar aquest reglament, el recorregut o anul·lar la prova en cas de força major. Fent la inscripció a la 4a Pujada a l'Arp, s'autoritza a la publicació dels resultats nominals i de fotografies a internet; així mateix l'organització no es fa responsable de la publicació dels resultats

per tercers. El fet de prendre la sortida, implica l'acceptació de totes les normes i responsabilitats inherents a la cursa; també s'accepta que el corredor està en condicions físiques per fer el recorregut escollit.

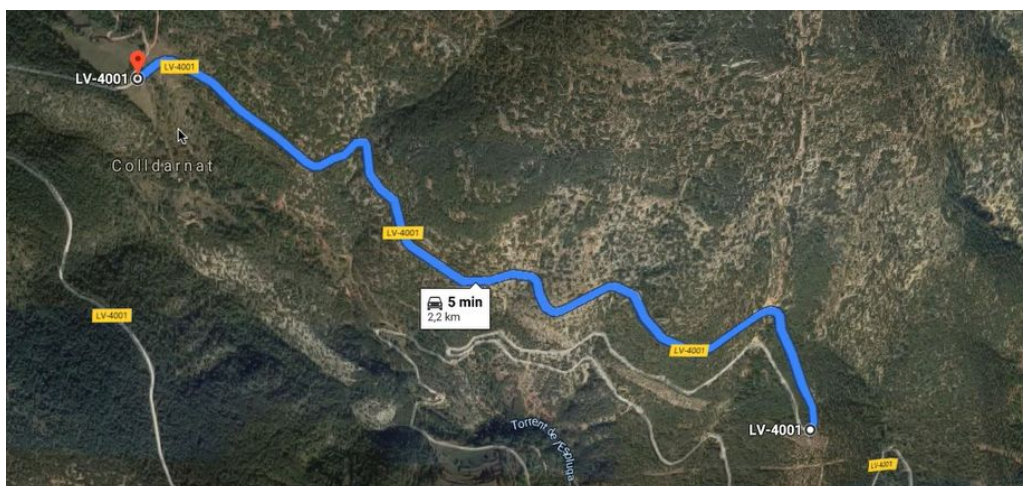
Contacte: per qualsevol dubte, contacteu a: clubcena1@gmail.com

Croquis dels recorreguts.

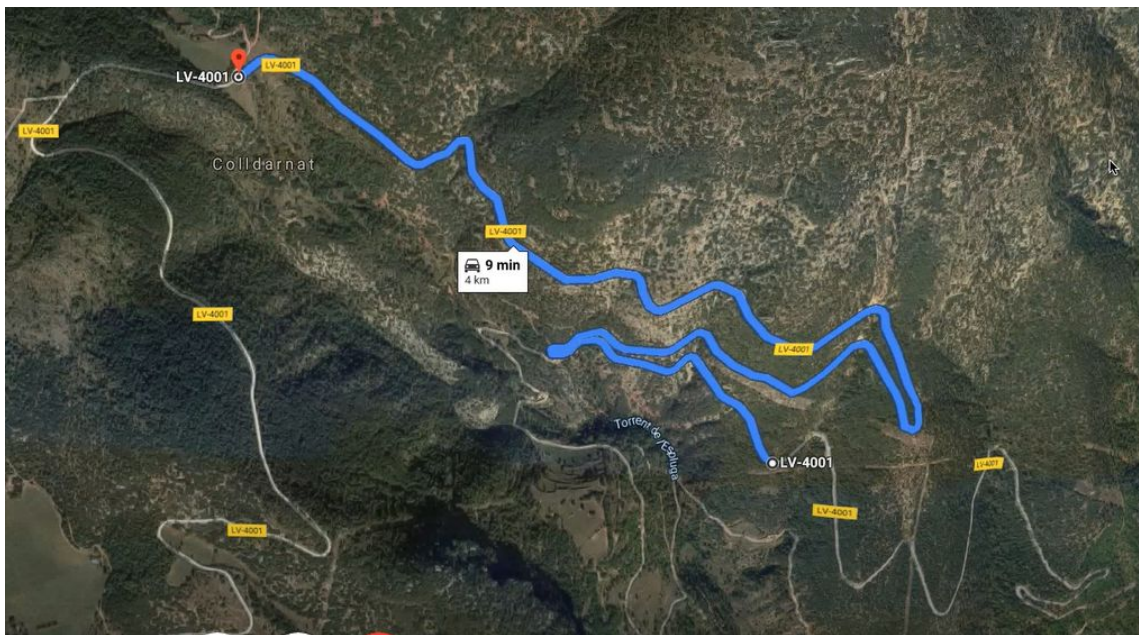


Croquis detallat del recorregut.

Distància curta 2,2km



Distància mitja 4,3 km



Distància llarga 7,3km

