

## REGULAMENTO

### 1. ORGANIZA

Concello da Pobra de Trives (Concellería de deportes)

### 2. DATA E HORARIO

Domingo día 30 de xullo

Recollida de dorsais as 8:00 h.

Saída ás 8,30h da praza do Concello

Chegada á Estación de montaña de Cabeza Grande de Manzaneda sobre as 12,30h. (recepción e subida en autobús ao cumio da estación)

### 3. DISTANCIAS E DESNIVEL

Distancia de 15 km aprox. O nivel de dificultade será medio con un desnivel acumulado aproximado de 867 metros de desnivel positivo.

### 4. INSCRICIÓNS

- ✓ En [www.emesports.es](http://www.emesports.es)
- ✓ Prezo 10€.
- ✓ A inscrición inclúe camiseta de recordo e petiscos.
- ✓ A inscrición da dereito a participar na andaina, aprovisionamento, seguros...
- ✓ A inscrición implica o coñecemento e aceptación do regulamento do evento.
- ✓ Non se poderán facer modificacións nin substitucións nas inscricións.
- ✓ A inscrición no evento leva incluída a cesión dos dereitos de imaxe que se xeneren neste evento deportivo e poderán ser utilizadas pola organización para a divulgación, proxeción e difusión do evento en diferentes medios (redes sociais, prensa, cartelería, etc).

### 5. SINALIZACIÓN E CONTROL

O percorrido estará sinalizado con BALIZA identificando a ruta a seguir e estarán controlados polas agrupacións de protección civil voluntarias. Ao longo do percorrido, a organización establecerá controis que estimen oportunos. É RESPONSABILIDADE DE CADA PARTICIPANTE LOCALIZAR A SINALIZACIÓN E SEGUILA.

Dende a organización incidimos no respecto polo medio ambiente e o entorno no cal se desenvolve a proba, e polo cal, solicitamos aos participantes que fagan uso dos contedores de lixo habilitados pola organización nas zonas de avituallamento onde depositar os residuos. É

obriga de cada participante levar os seus desperdicios ata a meta ou lugares sinalados nos avituallamentos.

## **6. NORMAS XERAIS**

O Concello da Pobra de Trives organiza a ANDAÍNA FESTA DA BICA con saída na praza do Concello o día 30 de xullo de 2023 e chegada na estación de montaña de Cabeza Grande de Manzaneda. Una vez finalizadas as inscricións, a organización enviará un mail a cada participante con toda a información sobre o evento.

Consta de unha distancia aproximada de 15 km. O nivel de dificultade será media con un desnivel acumulado aproximado de 860 m. A saída será ás 08,30h da mañá e haberá avituallamentos, líquido e sólido. Aconséllase que cada persoa leve dispositivo GPS para facilitar a seguridade na actividade, teléfono móvil e o seu propio recipiente para líquidos.

Requisitos para participar:

- Ser maior de idade no día da proba e contar con unha mínima condición física para afrontar a disciplina e dispoñer do material mínimo esixible (zapatillas adecuadas...), así como realizar correctamente tódolos pasos e requisitos esixidos para a inscrición.

No hipotético caso de que na data de celebración do evento non fose posible organizar a proba A ORGANIZACIÓN OFRECERÁ AS SEGUINTES ALTERNATIVAS: manter a inscrición para a vindeira data en que se celebre a proba ou devolución do 50% da cota de inscrición. SOAMENTE NO CASO DE SUSPENSIÓN DA PROBA cada participante deberá poñerse en contacto coa organización no prazo máximo de 7 días, e comunicar a súa decisión a través do email ..... A declaración de saúde firmada (ésta facilitarase por email a cada persoa na semana da proba).

## **7. RETIRADAS E ABANDONOS**

Calquera participante poderá retirarse da proba sempre que o desexe, avisando no control máis próximo e comunicándoo á organización. A evacuación dos participantes efectuarase segundo a dispoñibilidade loxística da organización. No caso de algunha urxencia en carreira, débese avisar ao teléfono de urxencias que indicará a organización e ésta porá en funcionamento o protocolo para este tipo de incidencias.

## **8. EXCLUSIÓNS**

Serán excluídos das probas todos aqueles que incumplan as seguintes condicións: non seguir a ruta marcada pola organización, participar poñendo en risco tanto ao entorno como aos demais participantes, non respetar a todos e todas os participantes, non cumprir as indicacións da organización, non respetar o medio ambiente e a propiedade tanto pública como privada e non depositar os residuos nos lugares que se habiliten para tal fin.

## **9. CAMBIOS E SUSPENSIÓN**

A organización resérvase o dereito a realizar as modificacións que considere necesarias para un mellor desenvolvemento da actividade, así como a súa suspensión ou aprazamento se as condicións meteorolóxicas ou sanitarias obrigasen a facelo.

## **10. OUTROS SERVICIOS**

Haberá servizo de autobús.

## **11. RESPONSABILIDADE**

A organización conta con un seguro de responsabilidade civil e contratará outro de accidentes, pero cada participante, polo mero feito de formalizar a inscrición, faise responsable individualmete dos danos que cause no desempeño da actividade, sempre e cando ésta non se realice nas condicións establecidas ou dentro dos circuitos delimitados. Así mesmo, cada participante polo feito de inscribirse declara a súa aptitude física-psicolóxica eximindo de responsabilidade á organización. A organización NON se responsabiliza dos obxectos persoais que poidan extraviarse ou danarse e declina toda responsabilidade, en caso de accidente por negligencia do participante.