



Tarragona
Esports



REGLAMENT

TRAIL TARRAGONA

1. ORGANITZACIÓ:

Trail Tarragona és una prova de muntanya, amb modalitats de Trail (puntuable pel Circuit Camp de Tarragona 2023) i una cursa curta oberta a tothom.

LLIURAMENT DE DORSALS:

- Dissabte 1 d'abril de 17h a 20h a [Piscines PMET del Serrallo](#)
- Diumenge 2 d'abril de 7:30h a 8:15h al punt de sortida.

Cal presentar el DNI per recollir el dorsal, així com la llicència els federats.

- **Data de realització:** 2 d'abril de 2023.
- **Lloc de sortida i arribada:** Platja Arrabassada
- **Hora de sortida:** Trail 08.30 h. Cursa curta/caminada 08.45 h.
- La modalitat Trail (18,0K) és la prova puntuable i per ser Finisher del **CCTGN 2023**.
- **Temps màxim:** Trail / cursa curta - 4h 00m
- **Dades Trail:** 18 quilòmetres / 550 metres desnivell positiu acumulat
- **Dades cursa curta:** 11 quilòmetres / 260 metres desnivell positiu acumulat
- **Places:** 400 entre totes dues modalitats

2. INSCRIPCIONS:

Les inscripcions s'obriran l'1 de febrer de 2023 i es tancaran el dimecres 29 de març o en arribar a les 400 places.

Es poden fer canvis de dades (no de talles) fins al dimecres 29 de març a les 14.00 h.

Només es retornaran els diners de la inscripció en cas de lesió o malaltia, i sempre amb justificant mèdic.

3. CRONOMETRATGE:

Les tres disciplines (Trail, caminada i cursa curta) tindran cronometratge amb el **DORSAL XIP**.

4. PREUS:

QUADRE DE PREUS

	NO Federat (1)	Federat
INSCRIPCIÓ Trail	21€	18€
INSCRIPCIÓ Caminada Cursa Curta	21€	18€

(1) Tot participant ha d'estar assegurat per poder realitzar l'activitat. Qui no disposi de llicència federativa FEEC (modalitat A o superior CAMINADA i modalitat C o superior pel TRAIL/Cursa Curta) haurà de tramitar la llicència temporal d'un dia amb un cost extra de 3€.

5. TROFEUS I PREMIS:

Trofeus Trail: Als 5 primers classificats masculins i femenins, i primer classificat de cada categoria, premis no acumulables.

Trofeus cursa curta: Als 5 primers classificats masculins i femenins (no hi ha categories).

Trofeus Equips:

Premi especial als 3 equips amb major nombre de participants (sumant el total entre el Trail i cursa curta). Hauran d'inscriure's amb el mateix Club.

6. CATEGORIES (NOMÉS TRAIL)

L'edat mínima per participar en el Trail són 16 anys.

Els menors d'edat han de presentar una per poder participar. Podreu trobar l'autorització en el formulari d'inscripció.

Categories Dones:

- **Júnior dones:** entre 16 i 17 anys
- **Sub-23 dones:** entre 18 a 22 anys
- **Sènior dones:** entre 23 i 40 anys
- **Veterà dones:** entre 41 i 50 anys
- **Màster dones:** a partir de 51 anys

Categories Homes:

- **Júnior homes:** entre 16 i 17 anys
- **Sub-23 homes:** entre 18 a 22 anys
- **Sènior homes:** entre 23 i 40 anys
- **Veterà homes:** entre 41 i 50 anys
- **Màster homes:** a partir de 51 anys

L'edat a tenir en compte serà la que el participant tingui a 31 de desembre de l'any de la competició.

7. CONTROLS

- 5K - Trail Caminada/Cursa Curta - Sòlid + Líquid
- 11,5K - Trail - Sòlid + Líquid
- Meta: 18K/11K - Trail + Caminada/Cursa Curta - Sòlid + Líquid

8. NORMES

- Està totalment prohibit embrutar o degradar l'itinerari.
- Tots els participants estan obligats a atendre accidentats o a qui demani ajuda.
- No es pot desobeir les indicacions del personal de l'organització
- Cada participant pren part a la cursa/caminada sota la seva responsabilitat i disposa d'un nivell de condició física i de salut suficient per afrontar-la. L'organització disposa d'una assegurança de responsabilitat civil segons la legislació vigent. Tots els participants no federats disposaran d'una assegurança d'accidents contractada per l'organització.
- El pitral ha d'anar col·locat a la part davantera de la samarreta i ben visible. En cap cas es permetrà fer cap prova sense pitral.
- El recorregut del circuit està degudament senyalitzat.
- El temps màxim per fer el Trail, i la Cursa Curta és 4 hores.
- En cas de pluja, es donarà la sortida igualment. El mal temps no serà cap obstacle per dur a terme la cursa/caminada, si bé l'organització pot suspendre-la abans de sortir cap participant.

- En cas d'abandonament no es garanteix l'evacuació, però cal notificar-ho, a la gent de l'organització o trucant al telèfon que tenen els voluntaris del circuit.
 - L'organització no es fa responsable dels accidents o danys que puguin causar o rebre els participants, si bé vetllarà per evitar-los.
 - No està permès la participació amb animals.
 - El participant té el deure de conèixer el recorregut de les proves.
 - Recomanem portar el material de l'article 10.
 - Una vegada acabat l'esdeveniment en els pròxims dies es pujaran a la web les fotografies de la cursa/caminada, les classificacions i el control d'arribada.
 - El fet d'inscriure's implica l'acceptació del present reglament i el compromís de no avançar-se al moment de la sortida, cobrir el recorregut complet i respectar les normes, els participants i el personal auxiliar implicat en l'organització.
 - Renuncio a tota acció legal, no limitada al risc de lesions, que pugui derivar-se de la participació en l'esdeveniment.
- Política de privacitat:
 - Responsable: Patronat Municipal d'Esports de Tarragona
 - Finalitat: Organització i gestió del Trail Tarragona
 - Legitimació: Consentiment. Organització d'una activitat d'interès públic en compliment de les finalitats estatutàries de l'organisme.
 - Drets: Per exercir els drets d'accés, limitació, rectificació, oposició, portabilitat i supressió, podeu dirigir a l'OMAC de l'Ajuntament de Tarragona, presencialment o per correu ordinari (Rambla Nova, 59, 43003 Tarragona), o al PMET (C/Riu Siurana s/n, 43006, Tarragona), una sol·licitud, adjuntant-hi una còpia del vostre DNI, o podeu formalitzar el tràmit específic de la seu electrònica, "Exercici dels drets d'accés, rectificació, supressió i oposició de les dades personals".
 - Informació addicional: Per a més informació sobre el tractament de dades podeu consultar: <https://www.tarragona.cat/politica-privacitat>.

9. SERVEIS

- Guarda-roba
- WC / dutxes
- Fotografies de cursa
- Esmorzar pels participants

10. MATERIAL

Material aconsellable: Sistema d'hidratació (min. 0,5L), jaqueta paravent amb caputxa, menjar calòric semi-autosuficient, motxilla o equivalent, telèfon mòbil i manta tèrmica.

11. INFORMACIÓ

Club Excursionista Trail Tarraco:

Instagram: @trailtarragona

Email: cetrailtarraco@gmail.com

El reglament **Trail Tarragona 2023** són annexos adaptats al reglament del Circuit Camp de Tarragona.

Enllaç reglament Circuit Camp de Tarragona

<https://bit.ly/369TPoE>