



## REGLAMENT OFICIAL:

Entitat organitzadora: DYNAMIC MENORCA S.L.

INSCRIPCIONS: Web Esdeveniment

DYNAMIC MENORCA S.L., organitza el pròxim dia 7 de maig de 2016, la 1a edició de les "10 MILLES i 5 MILLES CIUTAT DE MAÓ", la sortida es donarà a les 17.30 hores a la Fortalesa de La Mola (Port de Maó) per als corredors de 10 Milles i la cruïlla de Sa Mesquida per als corredors de 5 Milles. La Meta serà única i estarà ubicada al Port de Maó (Parc Rochina).

## PROVES:

- 10 Milles (16,090 km)
- 5 Milles (8,045 km)

## PROGRAMA ACTIVITATS:

### Divendres 6 de maig

- 17.00-20.00 h. - Carpa instal·lada a Parc Rochina
  - Recollida de dorsals
  - Inscripcions última hora

### Dissabte 7 de maig

- 09:30 - 14.00 h. - Carpa instal·lada a Parc Rochina
  - Recollida de dorsals
  - Aquest dia no es faran inscripcions d'última hora
- 17.30 h. - Fortalesa de la Mola - Maó
  - Sortida 10 MILLES CIUTAT DE MAÓ
- 17.30 h. - Cruïlla Sa Mesquida
  - Sortida 5 MILLES CIUTAT DE MAÓ
- 17.55 h. - META Parc Rochina
  - Arribada prevista primers classificats 5 Milles.
- 18.20 h. - META Parc Rochina
  - Arribada prevista primers classificats 10 Milles.
- A partir de les 19.00 h. - LLIUREMENT TROFEUS 10 I 5 MILLES CIUTAT DE MAÓ.
- 19.30 h. - TANCAMENT LÍNIA DE META, Tot atleta que no hagi entrat en meta en aquest marge horari quedarà desqualificat.



## INSCRIPCIONS:

La data límit d'inscripció on-line serà el 4 de maig 2016, a la pàgina web de l'esdeveniment.

Inscripcions d'última hora en carpa instal·lada en parc Rochina (META) el divendres 06/05/2016 de 17 a 20 hores.

L'edat mínima per participar en el 10 MILLES CIUTAT DE MAÓ és de 18 anys.

L'edat mínima per participar en la prova de 5 MILLES CIUTAT DE MAÓ és de 16 anys. Per als menors de 18 anys és imprescindible presentar autorització paterna / materna / tutor a la recollida del dorsal.

## PREUS DE LA INSCRIPCIÓ:

- **10 Milles (16,090 km)**
  - Fins al 31/03/16 15 € + 1 € assegurança per no federats (+3 € lloguer de xip)
  - Del 01/04/16 al 04/05/16 20 € + 1 € assegurança per no federats (+3 € lloguer de xip)
  - Inscripció d'última hora 30 € + 1 € assegurança per no federats (+3 € lloguer de xip)
- **5 Milles (8,045 km)**
  - Fins al 31/03/16 10 € + 1 € assegurança per no federats (+3 € lloguer de xip)
  - Del 01/04/16 al 04/05/16 15 € + 1 € assegurança per no federats (+3 € lloguer de xip)
  - Inscripció d'última hora 20 € + 1 € assegurança per no federats (+3 € lloguer de xip)

## Política de devolució d'inscripcions:

- Fins al dia 31 de març DEVOLUCIÓ del 50% de la inscripció
- De l'1 al 15 d'abril DEVOLUCIÓ el 30% de la inscripció.
- A partir del dia 16 d'abril **no s'admetran baixes sota cap motiu.**

## SERVEIS inclosos en la inscripció:

- Regal commemoratiu de la prova
- Medalla FINISHER
- Diploma web amb el temps a descarregar del web, l'endemà passat de la prova
- Altres serveis per a l'atleta:
  - Avituallaments en cursa
  - Avituallament post cursa
  - guarda-roba
  - Serveis mèdics
  - Traslats a sortida



- Assegurança en cas d'accident

**Avituallaments:** Aigua en els següents punts quilomètrics i en línia de meta.

10 Milles 1r punt - 3,33 milles (5.363 m), 2n punt - 6,66 milles (10.762 m), 3r punt META

5 Milles 1r punt - 2,50 milles (4.030 m) - 2n punt META

## CATEGORIES

Es realitzaran classificacions per cadascuna de les categories que s'enumeren:

- General absoluta masculina
- General absoluta femenina

Les següents classificacions en funció de l'edat dels participants en 10 milles i 5 milles (tots ells rebran un trofeu al 1er classificat):

- Juvenil (nascuts / -es els anys 1999 i 2000) (16 - 17 anys inclosos) \* (únicament 5 milles)
- Júnior (nascuts / -es els anys 1997 i 1998) (18 - 19 anys inclosos)
- Promesa (nascuts / -es entre els anys 1994 i 1996) (20-22 anys inclosos)
- Sènior (nascuts / -es entre els anys 1982 i 1993) (23-34 anys inclosos)
- M35 / W35 (nascuts / -es entre els anys 1992 i 1977) (35-39 anys inclosos)
- M40 / W40 (nascuts / -es entre els anys 1976 i 1972) (40-44 anys inclosos)
- M45 / W45 (nascuts / -es entre els anys 1971 i 1967) (45-49 anys inclosos)
- M50 / W50 (nascuts / -es entre els anys 1966 i 1962) a (50 - 54 anys inclosos)
- M55 / W55 (nascuts / -es entre els anys 1961 i 1957) (55 - 59 anys inclosos)
- M60 / W60 (nascuts / -es entre els anys 1956 i 1952) (60 - 64 anys inclosos)
- M65 / W65 (nascuts / -es entre els anys 1951 i 1947) (65-69 anys inclosos)

## CLASSIFICACIONS

L'organització publicarà unes classificacions oficioses a la pàgina web oficial de la prova, moment a partir del qual podran presentar-se les reclamacions que s'estimin oportunes. Totes les classificacions són competència única i exclusivament dels membres del Comitè de Judges i cronometradors de la FAIB (Federació d'Atletisme de les Illes Balears).

## TROFEUS

- **10 Milles:** 3 primers classificats en categoria absoluta masculina i femenina.
- El guanyador i guanyadora absoluts de les 10 Milles rebran **10 kg de Formatge DO Maó-Menorca** cadascun.



- **5 Milles:** 3 primers classificats en categoria absoluta masculina i femenina.
- El guanyador i guanyadora absoluts de les 5 Milles rebran **5 kg de Formatge DO Maó-Menorca** cadascun.
- Per categories, de 10 milles i 5 milles, s'entregaran trofeus al primer classificat en cadascuna de les categories relacionades en l'apartat corresponent.

**Servei Mèdic:** Hi haurà un metge responsable d'aquest servei.

Cada corredor participa en la cursa sota la seva responsabilitat i declara posseir un nivell de condició física suficient per afrontar la prova. L'Organització recomana a tots els corredors realitzar un reconeixement mèdic i / o una prova d'esforç abans de prendre la sortida.

**Assegurança de carrera:** Tots els participants oficialment inscrits estaran coberts per una pòlissa d'assegurança concertada per l'organització, que cobrirà els accidents que puguin haver-hi a conseqüència directa del desenvolupament de la prova, però mai com a derivació d'un patiment o tara latent, lesió, imprudència, negligència, inobservança de les lleis i de l'articulat del reglament, etc., ni els produïts en els desplaçaments al i des del lloc en què es desenvolupi la carrera.

L'Organització declina tota responsabilitat dels danys que els participants puguin patir o causar a tercers en hores posteriors a la seva participació en la cursa.

**Servei d'ambulància:** Hi haurà un servei en cua de carrera de cadascuna de les proves i meta.

#### **Retirada de dorsals a:**

Carpa instal·lada a Parc Rochina (META)

Divendres 6 de maig 17:00 - 20.00 h - Recollida de dorsals i inscripcions última hora.

Dissabte 7 de maig 9.30-14.00 h - Recollida de dorsals (Aquest dia no es faran inscripcions d'última hora).

Per a la retirada del dorsal serà imprescindible un document oficial d'identitat (D.N.I., passaport, carnet de conduir) i conèixer el núm. de dorsal assignat.

El participant que no pugui acudir en persona a la retirada del seu dorsal pot autoritzar una altra persona. Hi ha un formulari el qual, la persona autoritzada, haurà de portar emplenat, juntament amb el seu DNI i una fotocòpia del DNI de l'autoritzant. Es podrà descarregar aquest document des de la web o al correu de confirmació de la inscripció.

**Trasllat Participants:** L'organització posarà a disposició dels participants, prèvia sol·licitud en el formulari



d'inscripció, un servei de trasllats a la línia de sortida des del Parc Rochina (META).

A tots els participants, juntament amb el dorsal, se'ls lliurarà el tiquet per poder accedir a l'autobús o al vaixell.

Els primers 180 corredors de 10 Milles que s'inscriguin podran anar en vaixell fins a l'embarcador de la Fortalesa de La Mola. Surten a les 16.00 hores a prop del Parc Rochina i triguen mitja hora gaudint de les vistes del port natural més gran de la Mediterrània.

La resta de corredors, poden anar amb autobús que surten de l'Estació Marítima a les 16.30 hores.

En cas de mal temps per navegar, només sortiran els autobusos.

La sortida per a 10 Milles, Fortalesa de la Mola, disposa d'aparcament que s'habilitarà per als cotxes d'acompanyants, no obstant és convenient saber que la carretera d'accés a la Mola estarà tallada a partir de les 16.30 hores i que en el cas que algun acompanyant no abandoni la Mola abans de la sortida, haurà d'esperar la cua de la cursa.

L'autobús dels corredors de les 5 Milles sortirà a les 16.45 hores des de l'Estació Marítima del Moll de Ponent.

La sortida cursa de 5 Milles no disposa de zona d'aparcament i més a més no es podrà accedir a la línia de sortida amb cotxe.

L'organització recomana encaridament utilitzar els mitjans de transport gratuïts (només per a participants) que es faciliten per a tal efecte, ja que la carretera patirà importants restriccions de trànsit.

### Descàrrec de Responsabilitat:

Considerant que he realitzat la meua inscripció per a **10 MILLES I 5 MILLES CIUTAT DE MAÓ** em comprometo a complir les regles que regulen la carrera, a més de les regles de la direcció de la cursa i accepto el reglament que es troba a la pàgina web de l'organització.

Per la present:

- Admeto que sóc l'únic responsable de totes les meves possessions i equipament esportiu durant el desenvolupament de la prova i les seves activitats col·laterals.
- Afirmo i verifico que estic físicament preparat i suficientment entrenat per a aquesta competició i que he passat els reconeixements mèdics oportuns. Estant físicament ben preparat per a la competició, tinc bona salut general, sense patir cap malaltia, defecte físic o lesió que pugui agreujar-se amb la meua participació en aquesta prova. Si durant la prova, té algun tipus de lesió o qualsevol altra circumstància que pogués perjudicar greument la meua salut, ho posaré en coneixement de l'Organització al més aviat possible.

- Accepto rebre sota el meu propi cost el tractament mèdic en cas de ser necessari per lesió, accident i / o malaltia durant la prova. Per això, assisteixo de pròpia voluntat i iniciativa assumint íntegrament els riscos i conseqüències derivades de la meva participació.
- Permeto el lliure ús del meu nom i qualsevol imatge en qualsevol publicació o mitjà de comunicació obtinguda durant la prova.
- Eximeixo a l'organització, directors de l'esdeveniment, col·laboradors, patrocinadors i voluntaris de la prova de qualsevol responsabilitat o reclamació per part meva. Incloent qualsevol perjudici o lesió directa o indirecta i casos de mort. No és aplicable si el dany o lesió és motiu de la mala acció o deixadesa per part de l'organització.
- Disposo de capacitat física, destresa tècnica i recursos de supervivència suficients per a garantir la meva pròpia seguretat, sota les condicions d'autonomia en què es desenvolupa la prova.
- Domino i em comprometo a complir les normes i protocols de seguretat establerts per l'Organització per a la prova, així com a mantenir un comportament responsable que no augmenti els riscos per a la meva integritat física o psíquica. Seguiré les instruccions i acataré les decisions que prenguin els responsables de l'Organització (jutges, metges i organitzadors) en temes de seguretat.
- Autoritzo als Serveis Mèdics de la prova, a què em practiquin qualsevol cura o prova diagnòstica que pugués necessitar estant o no en condicions de sol·licitar-la; davant els seus requeriments em comprometo a abandonar la prova si ells ho consideren necessari per a la meva salut.
- El meu dorsal és personal i intransferible pel qual no podrà portar-lo cap altre participant o persona en el meu lloc.
- Conec que l'entitat organitzadora, es reserva el dret d'admetre o no a algun participant, tot i haver abonat els drets de subscripció que em serien retornats en cas de no ser admès.
- Em comprometo a seguir les pautes generals de respecte al medi ambient:
  - a) Transitar amb prudència pel circuit de la prova.
  - b) No produir alteracions en els processos i en el funcionament natural dels ecosistemes.
  - c) No deteriorar els recursos biòtics, geològics, culturals o, en general, del paisatge.
  - d) Esquivar o evitar les zones mediambientalment sensibles.
  - e) Realitzar les necessitats fisiològiques en els llocs adequats o, en tot cas, lluny de punts de pas o reunió de persones.
  - f) No abocar ni abandonar objectes o residus sòlids o líquids fora dels llocs habilitats usualment per a la recollida dels mateixos.

Els organitzadors es reserven el dret de canviar o modificar qualsevol informació referent a la cursa o cancel·lar la mateixa per causes de força major, publicant-ho a la web oficial.

Queden terminantment prohibits els vehicles motoritzats o bicicletes que no pertanyin a l'organització. Els



vehicles motoritzats i bicicletes oficials que facin el seguiment de la cursa portaran una identificació visible en tot moment.

Els participants accepten cadascun dels articles d'aquest reglament i es comprometen honestament i amb honor a no anticipar-se al moment de la sortida i a cobrir la distància completa abans de creuar la línia de meta.