

REGLAMENT DE LA CURSA TOSSALS VERDS 2013

La cursa de TOSSALS VERDS 2013 es farà el 17 de març de 2013, a la finca pública de Tossals Verds, inclòs dins la Serra de Tramuntana, Patrimoni de la Humanitat.

Comptarà amb un recorregut de 23,5kms.

L'organització és a carreg del Club Esports l'Altura-Lloseta, el Comitè de Curses del TCM i FBME.

Està patrocinat pel Consell de Mallorca, Ajuntaments d'Alaró i Escorca i Associació Cultural S'Hort Nou.

HORARIS

08:00-08:45h Concentració, entrega de dorsals i servei de guarda-roba (S'Hort Nou)

09:00h Inici prova.(S'Hort Nou)

14:00h Tancament de la cursa i entrega trofeus (S'Hort Nou)

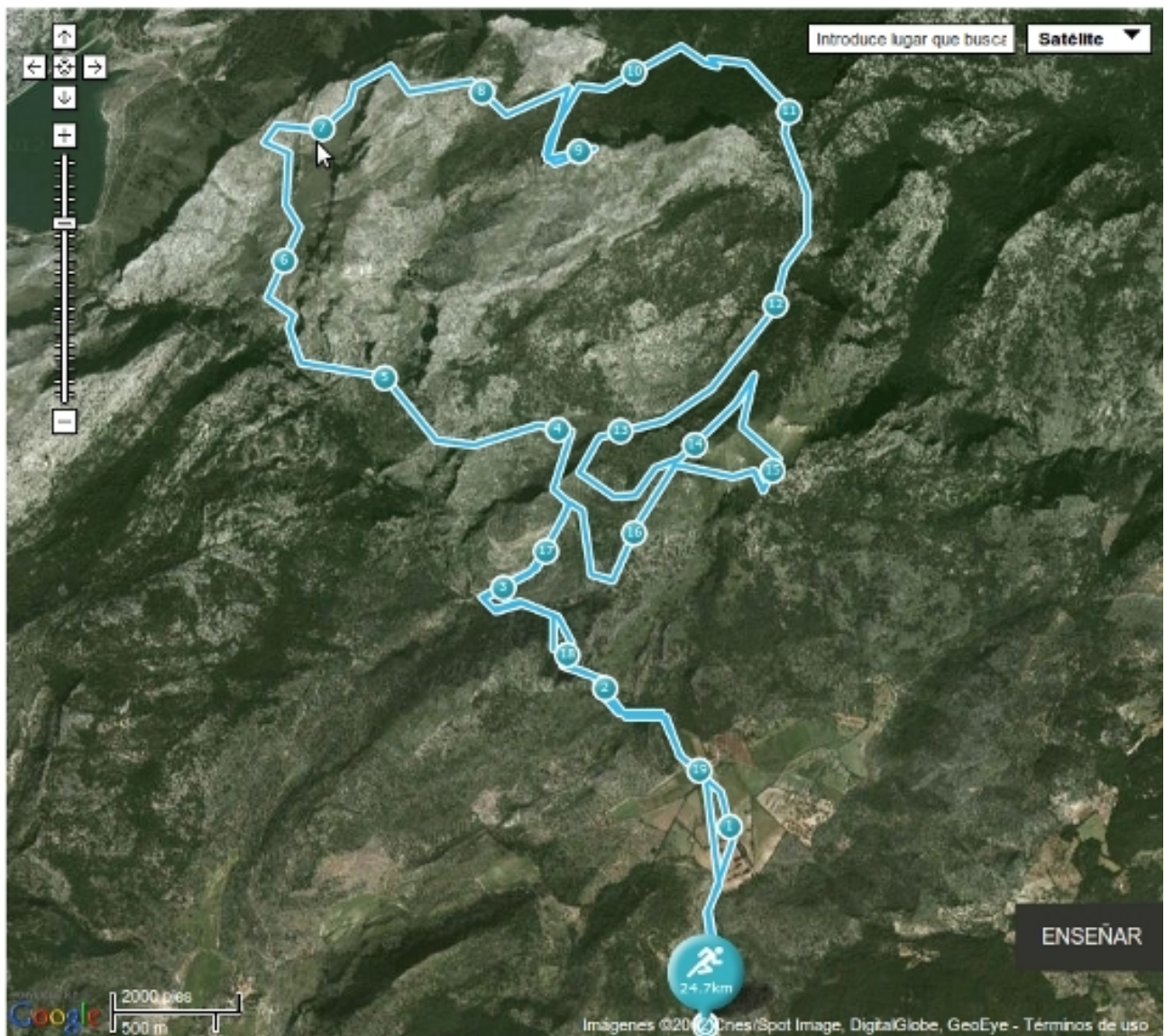
RECORREGUT I PERFIL

El recorregut transcorre cap el nord pel camí d'Almadrà (camí asfaltat de 1,2kms aproximadament) Cases de Son Ordines. Camí del Refugi (pista amb 300m de camí de formigó) Antic camí de Ses Cases des Tossals Verds (camí empedrat de tres pams) Refugi de Tossals Verds. Pas Llis, Coma des Ases. Puig de sa Font (fora fer cim) Pla des Clot de Sa Neu. Cim del Tossals Verds. Pla des Clot de Sa Neu. Coll des Coloms. Es Prat de Cúber. Cases Velles des Tossals. Sa Coma des Pou. Sa Pica des Garrover. Coll des Pinetons en direcció a Es Rafals de Mancor. Pica des Garrover. Camí de l'hort del l'hort. Refugi des Tossals Verds. Antic camí de Ses Cases des Tossals Verds. Camí del Refugi a Son Ordines (pista amb 300m de camí formigó). Cases de Son Ordines. Camí del Clot d'Almadrà (camí asfaltat de 1,2kms aproximadament) Arribada a Ses Cases de S'Hort Nou.

ENLLAÇOS

<http://ca.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=3725407>

<http://www.endomondo.com/workouts/113043333>



Altura

Close



DISTÀNCIES

Distància total: 2352km

Distància asfalt: 3,2km

Distància pista: 3,6 km

Distància senders: 17,9km

Altitud: 279m / 1118m

Desnivell acumulat: 1662m

Coeficient de Dificultat: $21,2 \times 1662 : 1000 = 35,23$

AVITUALLAMENTS

No se serviran begudes en altres tassons que no siguin els facilitats per l'organització, a la recollida de dorsals, o d'altres re-utilitzables.

Als avituallaments se servirà aigua i/o beguda isotònica, fruita i galetes.

1r: Líquid al Refugi des Tossals Verds (km 4,3)

2n: Líquid i sòlid Coma des Ases (km 8,7)

3r: Líquid a Es Prat de Cúber (km 13,1)

4t: Líquid al Refugi des Tossals Verds (km 19,4)

5t: Líquid i sòlid al Ses Cases de S'Hort Nou (km 23,7)

LLOCS DE CONTROL

S'establiran els següents controls de pas:

-Refugi (dorsal)

-Coma des Ases (dorsal)

-Cota 1116 (dorsal i xip)

-Barrera de Sa Coma des Pou (dorsal)

-Pinetons (dorsal)

-Creuer Cases d'Amunt (dorsal)

CONDICIONS

Els participants corren baix la seva responsabilitat. Portaran el calçat i vestimenta adequats. Si es fa ús de bastons, per poder utilitzar-los, s'hauran de dur taps de goma.

El participant, amb la inscripció, manifesta trobar-se amb bona forma física i mental per córrer aquesta cursa i assumeix el risc que comporta aquesta prova esportiva.

En cas de retirada s'haurà d'avisar al primer punt de control, indicant dorsal i nom.

L'organització no es farà responsable del mals que puguin rebre o provocar els participants, entenen que no podrà participar cap corredor que no tengui la llicència federativa en vigor i l'assegurança que l'acompanya.

El tram de camí asfaltat no romandrà tancat al tràfic rodat. Els participants estan obligats a complir les normes de Seguretat Vial, circulant per l'esquerra, fent-se responsables de quantes infraccions poguessin cometre.

Els participants, pel fet d'inscriure-se lliure i voluntàriament, declaren conèixer i acceptar el present Reglament.

En cas de dubte o sorgir alguna situació no recollida al present Reglament, predominarà la decisió de l'organització consensuada amb el Comitè de Curses.

El participant declara lliurament i fora coacció el present:

“Declar tenir la salut i preparació adequades per participar a la cursa per muntanya TOSSALS VERDS 2013.

Eximeixo de tota responsabilitat a l'organització i patrocinadors de qualsevol accident o lesió que pugués patir pel camí o durant la prova esportiva, renunciant a qualsevol acció legal en contra de les institucions abans esmentades.

Autoritzo a l'organització a fer ús de fotografies i vídeos en els que aparegui, a publicar en qualsevol medi de comunicació i/o Internet, aquestes i/o el nom en classificacions sense esperar compensació alguna per aquest concepte”.

Se marcarà amb el número del dorsal els paquets de gels o barretes per penalitzar, si és el cas, al corredor que l'ha perdut.

L'organització vol acabar amb el malbaratament, en quant a tassons de plàstic d'un sol ús.

Per tal motiu, a aquesta cursa farà servir de tassons de cartó.

El club organitzador té la intenció de acabar amb els tassons d'un sol ús a les curses que organitzi en el futur. Per tal motiu recomana a tots el corredors que portin recipients per líquid re-utilitzables.

CONCIÈNCIA ECOLÒGICA

L'itinerari de la cursa transcorre per un paratge natural d'elevat valor ecològic. Per tal motiu s'han de seguir pautes de comportament respectuós habitual en espais protegits:

No sortir del camí marcat.

No deixar fems.

No provocar molèsties a la fauna.

No agafar plantes ni flors.

[Etc.](#)

CATEGORIES I TROFEUS

Absoluta: 1a dona, obsequi.

1r home, obsequi.

Promeses: 3 primeres dones, trofeu Coll Bernat (artista local)

3 primers homes, trofeu Coll Bernat (artista local)

Sèniors: 3 primeres dones, trofeu Coll Bernat (artista local)

3 primers homes, trofeu Coll Bernat (artista local)

Veterans: 3 primeres dones, trofeu Coll Bernat (artista local)

	3 primers homes, trofeu Coll Bernat (artista local)
Màsters 50:	3 primeres dones, trofeu Coll Bernat (artista local)
	3 primers homes, trofeu Coll Bernat (artista local)
Màster 60:	3 primeres dones, trofeu Coll Bernat (artista local)
	3 primers homes, trofeu Coll Bernat (artista local)

PARTICIPACIÓ

Es preveu una participació màxima 300 corredors.

Es disposarà el necessari per donar servei a tots els corredors que hagin formalitzat la inscripció.

INSCRIPCIONS

Les inscripcions es faran mitjançant la pàgina <http://www.elitechip.net>

La inscripció s'obrirà el Dilluns 04 de març a les 20:00 h amb 300 places fins exhaurir.

Només es podran inscriure i participar corredors federats en la categoria **B** de la FBME o d'altres federacions compatibles.

El preu dels drets de participació serà de 20€ per corredor.

Les reclamacions es duren a terme a través del full de reclamacions que facilitarà l'organització, pagant un dipòsit de 20 euros (que es retornarà si aquesta prospera) al final de cada cursa i tan sols dins el mateix dia de la prova. L'organització farà arribar al Comitè de Curses les reclamacions el primer dia que s'obri la seu de la FBME.

ACTIVITATS COMPLEMENTARIES

S'organitzarà una cursa per la finca de S'Hort Nou adreçada a al·lots i al·lotes mentre els pares corren la cursa llarga.

Els recorreguts poden anar des d'uns 500m fins a quasi 3km amb un desnivell màxim d'un centenar de metres.

PLA DE SEURETAT

Es coordinarà una estratègia de seguretat entre Protecció Civil, voluntaris i direcció de cursa.

Hi haurà farmacioles bàsiques als quatre avituallaments del recorregut i a la arribada.

Se situa l'ambulància de suport vital i el metge esportiu de la cursa al Refugi del Tossals Verds.

Igualment, al Pla des Clot de Sa Neu i el portell de sa Font des Noguer s'establirà un grup de voluntaris amb llitera d'evacuació sempre i quan no revesteixin gravetat extrema.

Als avituallaments i/o punts de control es disposarà de farmacioles.

Es procurarà establir una xarxa de comunicacions entre els diferents punts de control o avituallament mitjançant telefonia mòbil i/o emissores de ràdio.

En cas d'accident greu i la necessitat d'intervenció de l'112 serà la direcció de cursa, coordinada amb els caps de Protecció Civil, qui sol·licitarà el servei i mantindrà informat a Emergències.

La direcció de cursa disposarà d'equip de tancament de cursa (granera), el qual anirà al ritme necessari per concloure la cursa en el temps màxim de cinc hores, tancant al seu pas els controls i avituallaments i informant de les incidències que vagi observant. Així mateix, la granera té l'autoritat per a retirar el dorsal, desqualificant al corredor que agafi i no pugui seguir el seu ritme.

El mal temps no serà impediment per suspendre la prova.

Només en el suposat recollit al Reglament de la TCM d'ALERTA VERMELLA se suspendrà la prova.

No es tornaran els drets de participació en la Cursa si aquesta és anul·lada el mateix dia. En cas d'anul·lar-se dies abans se publicarà a la plataforma d'inscripció i s'acordarà amb el Comitè de Curses la realització en una altra data.

En cas d'ALERTA TARONJA, l'organització avisarà als participants i ells decidiran la seva participació, sense l'anul·lació de la prova.

Els participants hauran de portar com a mínim un talla-vents, podent prohibir la sortida a qui no el porti.

Complint amb el reglament de curses, s'estableix com a alternativa el següent recorregut que es farà amb ALERTA TARONJA: S'evita l'ascensió al cim del Tossals Verds. De la Coma des Ases pel portell de Sa Font. Font des Noguer. Canal d'aigua de Cúber al Gorg Blau i Coll des Coloms, continuant igual a partir d'aquí.

Des de l'organització i patrocinadors volem agrair la vostra participació. Desitjam que passeu un bon dia de cursa, que guanyi el millor i que ens divertiguem tots.