

# REGLAMENT

## II CURSA PER A la PREVENCIÓ DEL SUICIDI DELS ILLES BALEARS. (CURSA VIRTUAL)

Des de l' Associació AFASIB i l' Associació +Qtrail hem decidit posar en marxa la II CARRERA PER A la PREVENCIÓ DEL SUÏCIDI, en modalitat VIRTUAL, que es celebrarà entre els dies 12 i 13 de setembre amb motiu del dia mundial per a la prevenció del suïcidi (10 de setembre) i que té com a objectius principals contribuir en la prevenció del suïcidi mitjançant la visibilització de la realitat del suïcidi i recaptar fons per a facilitar l'activitat de l'Associació a les Illes Balears.

El concepte principal de la II CARRERA PER A la PREVENCIÓ DEL SUÏCIDI és que tots i totes les participants puguin realitzar la prova en qualsevol moment i en qualsevol lloc, però sempre, de manera segura i respectant les restriccions establertes pel Govern.

La carrera es celebrarà durant el dissabte 12 i diumenge 13 de setembre, respectivament. Des de les 06.00 hores fins a les 24:00 hores.

Deixarem fins al dimarts 15 de setembre a les 10.00 hores perquè mitjançant el vostre compte d'usuari en l'APP ELITECHIP, pugueu pujar el track i comprovar si el resultat ha estat pujat correctament.

Possibilitat de triar una entre les següents distàncies:

**3539 metres per la CAMINADA** (no competitiva) i **5km per la CURSA** que haureu d'especificar concretament en el formulari d'inscripció. Com l' any passat, el nombre de metres de la caminada són el nombre de suïcidis registrats a Espanya durant l'any 2018, segons dades publicades a l'INE. L'objectiu és donar compte del nombre de persones afectades, traslladant la simbologia dels metres de la caminada.

El recorregut es pot fer corrent, caminant, o fent marxa nòrdica, el límit el poses tu.

1. A la pàgina web <http://www.elitechip.net> podreu trobar com inscriure-s'hi en dues modalitats:

**Individual CAMINADA/ Marxa (NO COMPETITIVA): 3539 metres.**

**Individual CURSA/Carrera : 5 KM**

El cost de la inscripció és de **3 euros**

Enguany **no hi ha límit d'inscripcions** .

2. El termini d'inscripció serà des de l'1 d'agost fins a l'12 de setembre, dia de la prova virtual.

3. La recaptació final anirà destinada al pagament de les despeses d'organització i al fons de funcionament de l' Associació. Val dir que AFASIB és una entitat sense ànim de lucre que funciona baix el concepte de l'ajuda mútua, apoderament i visibilització de les famílies i l'entorn més proper de la persona que ha mort per suïcidi. Aquestes persones sovint han de viure un dol molt complex i plegat d'estigma, que dificulta compartir el dolor a nivell social i comunitari.

4. A la pàgina web [www.elitechip.net](http://www.elitechip.net) podreu trobar un model de dorsal que podreu omplir amb el vostre nom.

5. La nostra proposta és que al llarg dels dies 12 i 13 de setembre pengeu a les xarxes socials (facebook i altres, Instagram, Twitter, etc..) imatges de vosaltres amb el dorsal posat ja sigui a ca vostra com fent esport (sempre seguint totes els normes de seguretat i higiene establertes en aquella data).

6. El participant pel fet de participar en la II cursa de prevenció del suïcidi accepta el reglament de la carrera.

Els Tracks i fotos només podran pujar-se amb l'APP ELITECHIP  
Pots descarregar-te l'App totalment gratis en:

APPLE STORE (enllaç de descàrrega) GOOGLE PLAY (enllaç de descàrrega)

És una carrera individual. Apel·lem a la responsabilitat de cada participant per a prendre totes les mesures de precaució indicades per les Autoritats Sanitàries.

Pujada automàtica del resultat mitjançant el vostre perfil de usuari@ en l'APP ELITECHIP. Des de Strava, o un arxiu GPX o TCX dels diferents dispositius Garmin, Polar, Sunnto o qualsevol altre.

Per a posar una dada i aconseguir la major igualtat en els diferents recorreguts triats pels participants, aquests no podran tenir més d'1% de metres de desnivell negatiu del punt de sortida en comparació del punt de Meta, la qual cosa significa que seran descartats els tracks que tinguin un desnivell negatiu entre els 2 punts de 100 m en la carrera de..... En aquest punt recomanem que sigui un circuit circular i ajustar-lo al màxim que pugueu.

#### **CATEGORIES:**

- ABSOLUTA H/M
- SUB 23 H/M
- SÈNIOR 24-39 H/M
- VETERÀ A H/M (40-49 ANYS)
- VETERÀ B H/M (50-59 ANYS)
- VETERÀ C H/M (60-69 ANYS)
- VETERÀ D (70 d'ara endavant)

#### **PREMIS:**

- MEDALLES a GUANYADORS ABSOLUTS i a la RESTA DE CATEGORIES

Les primeres 200 inscripcions rebran una botella per a portar aigua quan es practica esport.

#### **ALTRES PREMIS:**

Després de l'esdeveniment i per sorteig segons el número d'inscripció de cada participant, es repartiran tota una sèrie d'obsequis facilitats pels col·laboradors.

A mesura que es confirmen els regals es donarà informació en el facebook d' AFASIB.

#### **LLIURAMENT DE PREMIS:**

En tots els casos les persones guanyadores d'alguna de les categories, a partir del dia 15 podran recollir les seves medalles en el local del nostre patrocinador TRIBE (en horari comercial); així mateix les persones participants podran recollir els records de finishers en el mateix lloc.

Únicament les medalles de les categories absolutes es lliuraran presencialment per part dels organitzadors en lloc i data a determinar.

**INSCRIPCIÓ:** ELITECHIP

**ORGANITZEN:** AFASIB i +QTRAIL

**COL-LABOREN:**

- CLUB SPORTIU BALEAR +QTRAIL
- Acció Social "la Caixa"
- Associació pro-salut mental Estel de Llevant
- [www.papageno.es](http://www.papageno.es)
- TRIBE
- COPIB
- Elitechip
- Ajuntament de Palma

**DECLARACIÓ DE RESPONSABILITAT:**

Els participants es consideren aptes, tant física com psicològicament per a prendre part en la carrera, i es fan totalment responsables de qualsevol mal tant de físic, moral o material que puguin sofrir durant la carrera, exonerant de tota responsabilitat a l'organització de l'esdeveniment.

Els participants accepten i reconeixen el reglament de la II Cursa (virtual aquesta edició) de Prevenció del Suïcidi 2020:

Que existeix la possibilitat de sofrir un accident esportiu inherent a la pràctica de esportiva, assumint personalment la responsabilitat del mateix en cas de sofrir-ne un, excloent a l'organització de qualsevol responsabilitat derivada d'aquests accidents i de qualsevol mal físic o material

Atès el format de la prova, les persones participants no estaran cobertes per una assegurança específica d'accidents, ni per una assegurança de responsabilitat civil, per a qualsevol incident que es produeixi en la seva pràctica esportiva durant la prova.

Els participants es consideren aptes, tant física com psicològicament per a prendre part en la carrera, i es fan totalment responsables de qualsevol mal tant de físic, moral o material que puguin sofrir durant la carrera, exonerant de tota responsabilitat a l'organització de l'esdeveniment.

Que les persones que participen a la prova ho fan voluntàriament sota la seva pròpia responsabilitat i eximeixen a AFASIB de qualsevol perjudici que, per motius de salut, poguessin derivar-se de la seva participació en aquesta carrera, assumint personalment el risc inherent per a la salut que suposa l'esforç físic requerit per a la participació en aquesta prova.

Així mateix, i d'acord amb els interessos esportius, de promoció, distribució i explotació de la II<sup>a</sup> marxa per a la prevenció del suïcidi a les Illes Balears, mitjançant qualsevol dispositiu (Internet, publicitat, etc.), els inscrits cedeixen, sense límit temporal, de manera expressa a l'organització el dret a reproduir el nom i cognoms, el lloc obtingut

en la classificació general i la pròpia del participant, la categoria, la marca esportiva realitzada i la seva imatge (reproducció de fotografies i vídeos de la prova, publicació de llistes classificatoris, etc.)