



MITJA MARATÓ DE FORNELLS



BRIEFING

MITJA MARATÓ DE FORNELLS

9 d'Abril 2022



MITJA MARATÓ DE FORNELLS



MESURES COVID-19

- Consulta el pla de mesures COVID-19 [AQUÍ](#)

RECOMANACIONS BÀSIQUES

- Portar roba i sabatilles adequades. No estreneu calçat nou el dia de la cursa.
- Menjar i beure adequadament el dia abans de la cursa per poder arribar a la sortida ben hidratat.
- Agafeu el vostre ritme previst des d'un principi, sobretot els primers kilòmetres, ja que és molt fàcil deixar-se portar, i aquesta energia malgastada us pot faltar a final de la cursa.
- No prengueu res en cursa (gels, barretes, etc) que no hagueu provat abans.
- Us recomanem posar vaselina a zones sensibles com poden ser els peus, pit, coll, ...
- En cas de qualsevol símptoma de malestar o esgotament, aviseu ràpidament a algú de la organització (voluntari, Ciclista, policia, protecció Civil) que hi haurà al recorregut.
- Tireu les botelles d'aigua a les zones dels avituallaments, si les llences a altres zones no seran recollides i podeu ser desqualificats.
- Gaudiu de la cursa. És una competició o repte personal, però també és una festa de l'esport.



MITJA MARATÓ DE FORNELLS



RECOLLIDA DE DORSALS

- **Dissabte 09 d'abril de 15:00 a 16:30 h.** al Passeig Marítim de Fornells – a la zona de meta.

Recollida de dorsal a tercers. Si no pots venir a recollir el dorsal personalment, descarrega el comprovant d'inscripció mitjançant l'APP ELITECHIP que podràs descarregar a: APPLE STORE ([enllaç de descàrrega](#)) i a GOOGLE PLAY ([enllaç de descàrrega](#)). La persona que vingui a recollir el dorsal haurà de portar el comprovant de la inscripció i el DNI del participant a la cursa.



MITJA MARATÓ DE FORNELLS



Material que s'entregarà:

- Dorsal
- Samarreta de la cursa
- Disposem d'agulles imperdibles per enganxar-vos el dorsal

HORARI SORTIDA BUS

- 16:45 h - Sortida al Poliesportiu de Fornells. Consulta ubicació [AQUÍ](#)
No se podrà accedir a la zona de salida si no es con el autobús proporcionado por la organización.

HORARI CURSA:

- 17:30 h - Sortida dels 10 Km. serà a les 17:30 des del camí de Tramuntana, a l'alçada del camí de Cavalleria. El temps per a realitzar la cursa és de 1h 40'.



MITJA MARATÓ DE FORNELLS



Preguem venir amb antelació per tal de poder tenir temps a recollir el dorsal i agafar el bus a la hora estimada.

Recordem que el temps de cursa per efectuar la classificació sempre serà el temps real, o sigui, el que marqui el chip de estora de sortida i estora d'arribada serà l'oficial.

COL·LOCACIÓ DEL XIP

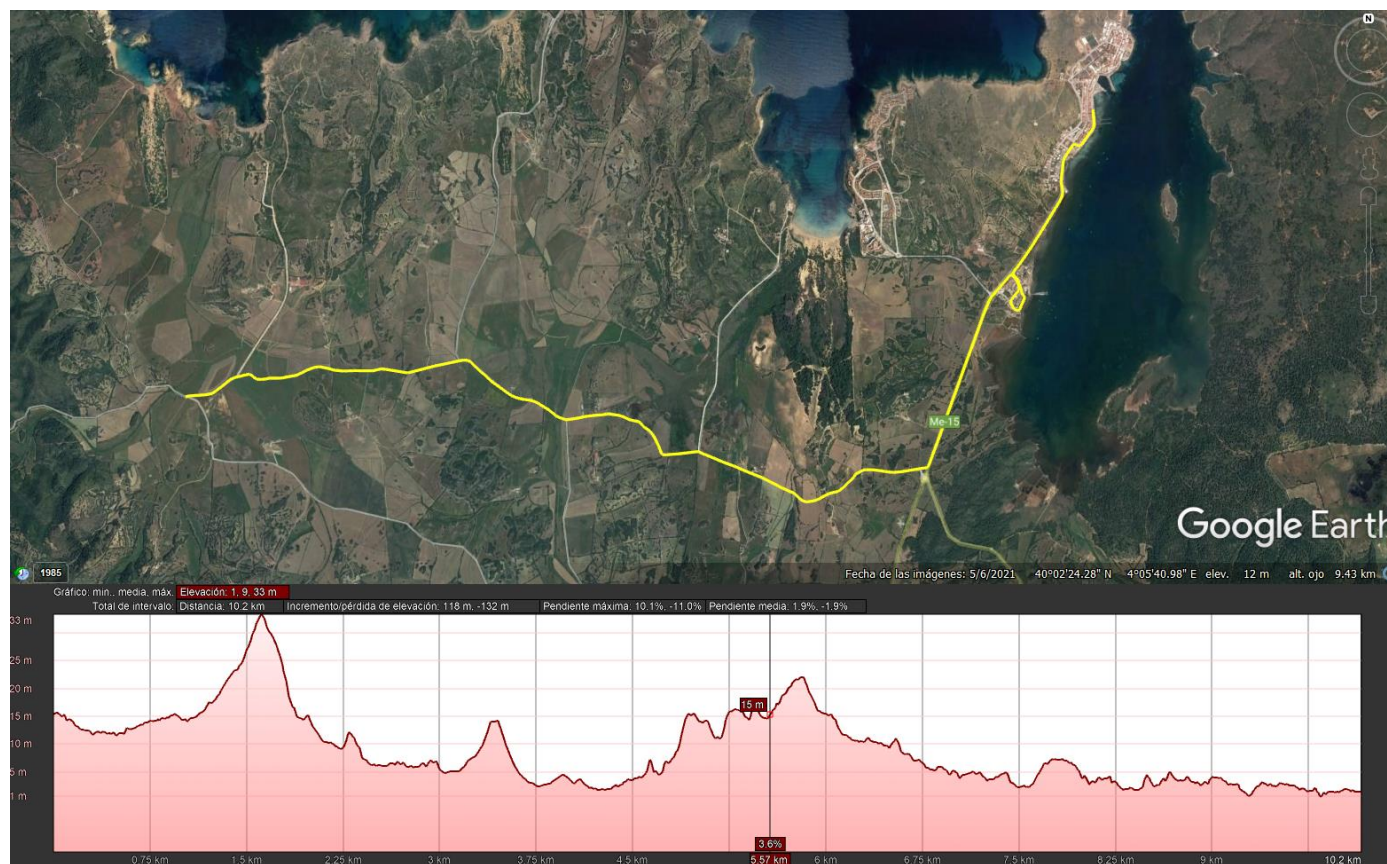
- El xip es col·locarà fermat, al calçat, o al turmell amb un portaxip.



MITJA MARATÓ DE FORNELLS



Recorregut 10k





MITJA MARATÓ DE FORNELLS



META

- S'habilitarà una zona tancada de post meta per evitar aglomeracions a l'arribada dels esportistes.
- Es farà entrega de una Medalla i d'obsequi per part dels patrocinadors.
- Un cop a Meta, s'haurà d'abandonar la zona de meta el més aviat possible.

GUARDA-ROBA, MASSATGES, FISIOTERÀPIA I DUTXES

Guarda Roba: Punt de recollida a la sortida de la cursa. Retorn a l'arribada.

No hi haurà servei de fisioteràpia ni dutxes.

En cas de alguna necessitat especial, podeu consultar a: web@elitechip.net



MITJA MARATÓ DE FORNELLS



CREU ROJA

- Servei de creu Roja, Assegurança d'accidents i RC

ENTREGA DE TROFEIGS I PREMIS:

- A la finalització de cada cursa es procedirà la cerimònia de lliurament dels premis absoluts i medalles.

FOTO I VÍDEO A META:

S' enregistrarà 10 segons de vídeo i fotos de cada arribada en el moment que creueu l'arc de meta, recordeu somriure!

Els vídeos els compartirem, la setmana següent a la mateixa pàgina de classificacions que hi haurà a [IX 10 Km de Fornells 2022](#)



MITJA MARATÓ DE FORNELLS



SEGUIMENT DE LA CURSA ONLINE

Podreu seguir la cursa en temps real a [IX 10 Km de Fornells 2022](#) o mitjançant l'APP ELITECHIP que podreu descarregar mitjançant:

APPLE STORE ([enllaç de descàrrega](#)) GOOGLE PLAY ([enllaç de descàrrega](#))



MITJA MARATÓ DE FORNELLS



Ajuntament
des Mercadal



Gaudiu de la cursa

Gràcies a totes i tots!