



REGLAMENT OFICIAL

UNISPORT CONSULTING S.L., organitza el pròxim dia 20 de setembre de 2025, la 10^a 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 a la urbanització de Cala Llonga, al Passeig dels Mariners (Parc), per als corredors de 5 Milles. La Meta serà única i estarà ubicada al Port de Maó (Estació Marítima Creuers).

PROVES:

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

INSCRIPCIONS:

Les inscripcions en línia es podran realitzar a través de la pàgina web de l'esdeveniment www.carreramao.com.

La data límit d'inscripció en línia serà el 18 de setembre de 2025.

En el cas de que quedin places disponibles es podran fer inscripcions presencials a la taula de recollida de dorsals, a la carpa ubicada a l'Estació Marítima de Creuers (META) el divendres 19/09/2025 de 17 a 20 hores.

L'edat mínima per participar a la **10 MILLES CIUTAT DE MAÓ** és de 18 anys complits el dia de la prova.

L'edat mínima per participar en la prova de **5 MILLES CIUTAT DE MAÓ** és de 16 anys, complits a l'any 2025.

Per als menors de 18 anys és imprescindible presentar autorització paterna / materna / tutor a la recollida del dorsal. L'imprès està disponible a la pàgina web.

Els participants amb diversitat funcional tenen la inscripció gratuïta. Poden sol·licitar el codi a través de l'a/e info@unisportconsulting.com

La inscripció a la prova implica la total acceptació del present reglament.

Preus de la inscripció:

10 Milles (16,090 km)

- | | |
|------------------------------|-----------------------------------|
| • Fins al 20/08/25 | 22 € + despeses de gestió (0,90€) |
| • Del 21/08 al 18/09/25 | 27 € + despeses de gestió (0,90€) |
| • Inscripcions presencials** | 37 € + despeses de gestió (0,90€) |

5 Milles (8,045 km)

- | | |
|------------------------------|-----------------------------------|
| • Fins al 20/08/25 | 17 € + despeses de gestió (0,90€) |
| • Del 21/08 al 18/09/25 | 22 € + despeses de gestió (0,90€) |
| • Inscripcions presencials** | 32 € + despeses de gestió (0,90€) |

Els participants no federats a la Federació d'Atletisme hauran d'abonar 1,50 € en concepte d'assegurança.

Els participants que disposin de xip groc podran utilitzar-lo, introduint el codi al formulari d'inscripció. Els que no disposin de xip en propietat, hauran de llogar-ne un de blanc en el procés de la inscripció i que se'ls entregarà juntament amb el dorsal. Preu: 2 € de lloguer. En finalitzar la prova és obligatori la devolució del xip de lloguer.

****Només es faran inscripcions presencials si queden places disponibles el divendres 19/09/2025.**

Es destinaran 2 € de cada inscripció a l'Associació Espanyola contra el Càncer.

La inscripció es considera definitiva i no és possible la substitució d'un atleta per un altre.

Política de devolució d'inscripcions:

- Fins el dia 10 d'agost DEVOLUCIÓ del 50% de la inscripció
- De l'11 d'agost al 9 de setembre DEVOLUCIÓ del 30% de la inscripció.
- A partir del 10 de setembre **no s'admetran baixes sota cap motiu.**

Si per qualsevol causa aliena a la voluntat de l'Organització: pandèmies sanitàries, accions terroristes, circumstàncies climàtiques, accidents o talls de trams de circuits, denegació d'autorització governativa per qualsevol causa o pretext, etc., la prova no es pogués realitzar en la data programada, a petició del participant, l'Organització farà la devolució del 75% de l'import de la quota d'inscripció. El 25% restant, quedarà en poder de l'organització per sufragar les despeses de gestió de cada participant, com comissions bancàries, assegurances, confecció de dorsal o altres despeses realitzats amb motiu de la inscripció.

En el cas d'ajornament, el participant també podrà optar per deixar en dipòsit el total de l'import de la seva inscripció i mantenir-la oberta per la nova data.

Serveis inclosos en la inscripció:

- Regal commemoratiu de la prova.
- Medalla FINISHER.
- Serveis per a l'atleta:
 - Avituallaments durant la cursa
 - Avituallament post cursa
 - Guarda-roba
 - Serveis mèdics
 - Trasllat amb bus a les sortides de les proves.

PROGRAMA ACTIVITATS:

Divendres 19 de setembre

- 17.00 - 20.00 h – Carpa ubicada a l'Estació Marítima Creuers (META)
 - Recollida de dorsals.
 - Inscripcions d'última hora (en el cas d'haver places disponibles).

Dissabte 20 de setembre

- 10.00 – 13.30 h - Carpa ubicada a l'Estació Marítima Creuers (META)
 - Recollida de dorsals
 - **Aquest dia no es faran inscripcions d'última hora**
- 15.00 – 16.00 h - Carpa ubicada a l'Estació Marítima Creuers (META)
 - Recollida de dorsals

• **No es faran inscripcions d'última hora**

- 16.30 h – Pàrquing de l'Estació Marítima Creuers
 - Sortida de l'autobús pels participants de les 10 Milles.
- 16.45 h – Pàrquing de l'Estació Marítima Creuers
 - Sortida de l'autobús pels participants de les 5 Milles.
- 17.30 h - Fortalesa de la Mola
 - Sortida 10 MILLES CIUTAT DE MAÓ.
- 17.30 h – Urbanització Cala Llonga. Passeig dels Mariners (Parc)
 - Sortida 5 MILLES CIUTAT DE MAÓ.
- 17.55 h - META Estació Marítima Creuers
 - Arribada prevista primers classificats de les 5 Milles.
- 18.30 h - META Estació Marítima Creuers
 - Arribada prevista primers classificats de les 10 Milles.
- A partir de les 19.00 h - LLIURAMENT TROFEUS 10 & 5 MILLES CIUTAT DE MAÓ.
- 19.30 h - TANCAMENT LÍNIA DE META. Tot atleta que no hagi entrat en meta en aquest horari quedarà desqualificat.
- 20.00 h – Hora màxima de recollida de les pertinences al guarda-roba.

AVITUALLAMENTS: Aigua, isotònic i fruita en els següents punts quilomètrics i en línia de meta.

10 Milles: 1r punt - 3,61 milles (5.800 m), 2n punt – 7,15 milles (11.500 m), 3r punt META
 5 Milles: 1r punt - 2,12 milles (3.400 m) - 2n punt META

CONTROL CARRERA:

Es realitzarà mitjançant un xip situat a la sabata dels atletes (cordons o tancament adhesiu de velcro), com a **màxim a 30 cm. del terra**, per a garantir un cronometratge correcte.

Els participants que disposin de xip groc podran utilitzar-lo, introduint el codi al formulari d'inscripció. Els que no disposin de xip en propietat, hauran de llogar-ne un de blanc en el procés de la inscripció i que se'ls entregarà juntament amb el dorsal. Preu: 2 € de lloguer. En finalitzar la prova és obligatori la devolució del xip de lloguer.

Si no es disposa de xip o aquest està fixat incorrectament no es podrà cronometrar el temps de la carrera.

LLIURAMENT DE DORSALS:

Lloc: **Carpa ubicada a l'Estació Marítima Creuers (META)**

Divendres 19 de setembre de 17 – 20 h – Lliurament de dorsals i inscripcions d'última hora.

Dissabte 20 de setembre de 10 – 13.30 h - Lliurament de dorsals (Aquest dia no es faran inscripcions d'última hora).

Dissabte 20 de setembre de 15 – 16 h - Recollida de dorsals (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).

Per recollir del dorsal, els atletes que hagin al·legat estar federats, hauran de presentar algun justificant de la Federació d'Atletisme corresponent, per exemple un certificat, etc. Només s'admeten federats d'atletisme.

El participant que no pugui acudir en persona a la retirada del seu dorsal podrà 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 que autoritza. Es podrà descarregar aquest document des de la web. **Aquest tràmit és indispensable per recollir un dorsal de tercera persona, encara que siguin familiars. En cas de recollir un dorsal de persona federada, s'haurà d'aportar l'acreditació indicada en el paràgraf anterior.**

TRASLLAT PARTICIPANTS:

L'organització posarà a disposició dels participants, prèvia sol·licitud en el formulari d'inscripció, un servei gratuït de trasllats a la línia de sortida de cada distància.

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

L'autobús pels participants de la **10 Milles sortirà a les 16:30 h** des del pàrquing de l'Estació Marítima Creuers.

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 tenir en compte que la carretera d'accés a la Mola estarà tallada a partir de les 16.00 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 del pàrquing de l'Estació Marítima Creuers.

L'organització recomana utilitzar els mitjans de transport gratuïts (només per a participants) que es faciliten, ja que la carretera patirà importants restriccions de trànsit. A més, recordem que no hi haurà servei d'autobús de tornada des de la Meta als llocs de les dues sortides.

CATEGORIES

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

- General absoluta masculina de 10 Milles & 5 Milles
- General absoluta femenina de 10 Milles & 5 Milles

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

- Juvenil masculí i femení (nascuts/des els anys 2008 i 2009) (16 - 17 anys inclosos) * (únicament poden participar a la distància de 5 milles)
- Júnior masculí i femení (nascuts/des els anys 2006 i 2007) (18 - 19 anys inclosos)
- Promesa masculí i femení (nascuts/des entre els anys 2003, 2004 i 2005) (20-22 anys inclosos)
- Sènior masculí i femení (nascuts/-es entre del 21/09/90 al 31/12/2002) (23-34 anys inclosos)
- M35 / W35 (35-39 anys inclosos)
- M40 / W40 (40-44 anys inclosos)
- M45 / W45 (45-49 anys inclosos)
- M50 / W50 (50 - 54 anys inclosos)
- M55 / W55 (55 - 59 anys inclosos)
- M60 / W60 (60 - 64 anys inclosos)
- M65 / W65 (nascuts/-es abans del 21/09/60)

CLASSIFICACIONS

Totes les classificacions són competència única i exclusivament dels membres del Comitè de Jutges i cronometradors de la FAIB (Federació d'Atletisme de les Illes Balears).

TROFEUS. Rebran trofeu els següents corredors

- **10 Milles:**
 - El primer classificat de la categoria absoluta masculina rebrà un trofeu i **10 kg de D.O.P Formatge Mahón-Menorca**.
 - La primera classificada de la categoria absoluta femenina rebrà un trofeu i **10 kg de D.O.P Formatge Mahón-Menorca**.
 - Trofeu i lot de **D.O.P Formatge Mahón-Menorca** al 2n i 3r classificat de la categoria absoluta masculina.
 - Trofeu i lot de **D.O.P Formatge Mahón-Menorca** a la 2ª i 3ª classificada de la categoria absoluta femenina.
 - Trofeu al 1r classificat i 1ª classificada de les categories per edat.
- **5 Milles:**
 - El primer classificat de la categoria absoluta masculina rebrà un trofeu i **5 kg de D.O.P Formatge Mahón-Menorca**.
 - La primera classificada de la categoria absoluta femenina rebrà un trofeu i **5 kg de D.O.P Formatge Mahón-Menorca**.
 - Trofeu i lot de **D.O.P Formatge Mahón-Menorca** al 2n i 3r classificat de la categoria absoluta masculina.
 - Trofeu i lot de **D.O.P Formatge Mahón-Menorca** a la 2ª i 3ª classificada de la categoria absoluta femenina.
 - Trofeu al 1r classificat i 1ª classificada de les categories per edat.

SERVEI DE GUARDA-ROBA:

A les sortides hi haurà un servei de custòdia de bosses dels atletes participants.

El guarda-roba romandrà obert fins a quinze minuts abans de la sortida de les curses (17.15 h). Només s'admetrà una borsa per participant.

La borsa haurà d'anar tancada i identificada amb la ferratina que subministrarà l'organització juntament amb el dorsal.

Al recinte de la Post-Meta, s'habilitarà un espai a on es dipositaran les borses dels participants, distribuïdes per número. La retirada es realitzarà mitjançant la presentació del dorsal.

L'organització no es fa responsable dels efectes personals que es deixin al guarda-roba.

L'hora màxima per la retirada de les pertinences 20 hores del dia de la prova.

SERVEI MÈDIC:

Hi haurà un metge responsable d'aquest servei.

Cada corredor participa en la cursa sota la seva responsabilitat i declara tenir 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.

SERVEI D'AMBULÀNCIA: Hi haurà un servei en cua de carrera de cadascuna de les proves i a meta.

ASSEGURANÇA DE LA CURSA:

Tots els participants, oficialment inscrits, que hagin indicat en el procés d'inscripció que estan federats, participen sota la cobertura i condicions de l'assegurança de la Federació d'Atletisme de la seva comunitat autònoma. Els atletes que no hagin al·legat estar federats i per tant han contractat l'assegurança de la cursa, estaran coberts per la pòlissa concertada per l'organització, que cobrirà els accidents que pugui 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.

Els atletes que hagin al·legat estar federats, hauran d'aportar l'original de la seva llicència. En cas que la seva federació no els subministri un document de llicència, hauran d'aportar un certificat de la federació corresponent. Només s'admeten federats d'atletisme.

En no estar coberts per l'assegurança de l'organització, queda terminantment prohibit l'acompanyament dels participants per qualsevol tipus de vehicle, artefacte o a peu. **Això inclou els carrets portadors de nadons o nens.**

NORMES EXCEPCIONALS

S'informa de que algun punt del present reglament es pot veure modificat per seguir les normes de seguretat marcades per les autoritats sanitàries, en el moment de la celebració de la prova.

DESCÀRREC DE RESPONSABILITAT:

Considerant que he realitzat la meva 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 soc 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 meva participació en aquesta prova. Si durant la prova, té algun tipus de lesió o qualsevol altra circumstància que pogués perjudicar greument la meva 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 pogués 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 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.

Queda terminantment prohibit l'acompanyament dels participants per qualsevol tipus de vehicle, artefacte o a peu. **Això inclou els carrets portadors de nadons i/o nens i nenes.**

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.

En la seva inscripció a la **10ª 10 I 5 MILLES CIUTAT DE MAO**, els participants donen el seu consentiment perquè l'organitzador o empreses col·laboradores a prendre arxius fotogràfics i / o audiovisuals amb finalitat comercial. Les imatges i / o vídeos seran exposades en els perfils que l'empresa gestioni en les diverses xarxes socials o usats per a campanyes de màrqueting relacionades amb els esdeveniments que UNSIPOINT CONSULTING SL o les seves empreses relacionades puguin realitzar.

UNISPOINT CONSULTING S.L. és el Responsable del tractament de les dades personals proporcionades sota el seu consentiment i l'informa que aquestes dades seran tractades de conformitat amb el que disposen les normatives vigents en protecció de dades personals, el Reglament (UE) 2016/679 de 27 d'abril de 2016 (GDPR) i la Llei Orgànica (ES) (LOPD), amb la finalitat de mantenir una relació comercial, i conservats mentre hi hagi un interès mutu per mantenir la fi del tractament i quan ja no sigui necessari per a tal fi, se suprimiran amb mesures de seguretat adequades per garantir la pseudonimització de les dades o la destrucció total dels mateixos. No es comunicaran les dades a tercers, excepte obligació legal. Així mateix, s'informa que pot exercir els drets d'accés, rectificació, portabilitat i supressió de les seves dades i les de limitació i oposició al seu tractament dirigint-se a UNISPOINT CONSULTING S.L. en GREMI SABATERS 21 OFICINA A21 07009 PALMA (ILLES BALEARS). E-mail: administracion@unispointconsulting.com i el de reclamació a www.agpd.es.

Així mateix i d'acord amb els interessos esportius, de promoció, distribució i explotació de la **10 I 5 MILLES CIUTAT DE MAO** per a tot el món, 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 de la prova, publicació de llistats classificatoris, etc.).

L'acceptació del present reglament implica obligatòriament que el participant autoritza als organitzadors de la **10 I 5 MILLES CIUTAT DE MAO** a la gravació total o parcial de la seva participació en la mateixa, dona el seu consentiment perquè pugui utilitzar la seva imatge per a la promoció i difusió de la prova en totes les seves formes (ràdio, premsa, vídeo, foto, DVD, Internet, cartells, mitjans de comunicació, etc.) i cedeix tots els drets relatius a la seva explotació comercial i publicitària que considerin oportú executar, sense dret per la seva part a rebre compensació econòmica alguna.