

## Reglament publicat el 22 de Gener, a càrrec de la Unió Colomenca d'Atletisme



CAMP D'ATLETISME ANTONIO AMOROS

AVD. PALLARESSA 1-31  
08924 - SANTA COLOMA DE GRAMENET  
Tel. 935169139  
[ucatlletisme@gmail.com](mailto:ucatlletisme@gmail.com)  
[www.uca.cat](http://www.uca.cat)  
@ucatlletisme a [Twitter](#) i [Instagram](#)

Per regir l'organització de la primera edició del GP5000 Virtual, amb el suport tècnic de:



<https://triteamapp.com/ca/competicio/?tt=3YENhPgGpXCqCw>  
@triTeamApp a [Twitter](#)

### Què és el Circuit Gran Prix 5000m UCA?

És una "competició" entre amics que **neix com a lligueta interna de la Unió Colomenca d'Atletisme** (d'ara en endavant UCA) **la temporada 2015-2016** i s'ha vingut celebrant de forma continuada des d'aleshores.

**Es realitza mensualment**, sobre la **distància de 5000m** (en pista, homologada per la FCA), sent la primera edició l'Octubre de 2015. Des del Març de 2016 s'obre la **convocatòria a tot tipus de corredores i corredores**, pertanyents a la UCA, a d'altres entitats o independents.

### Per què una edició virtual?

La **situació sanitària excepcional** que hem viscut els darrers mesos **ha impedit que recuperessim la celebració del 5000m de forma presencial** (l'últim GP fou el Febrer de 2020). D'altra banda, aquesta prova representa un esdeveniment important pel club, les seves sòcies i socis i d'altres amigues i amics que ens acompanyen.

És per això, que en previsió del manteniment de les restriccions per la celebració d'actes esportius els propers mesos, hem decidit engegar aquest **nou format amb col·laboració amb TriTeamApp**. Estem encantats de recuperar la barreja de sensacions de companyonia i rivalitat d'aquesta prova!

### Per què amb TriTeamApp?

**TriTeamApp** és una aplicació web que volca, amb el vostre consentiment, les dades del vostre compte d'Strava a una **classificació privada com és la del Circuit Gran Prix 5000m UCA Virtual**. En aquest espai sols es mostrarà el vostre nom i cognoms, així com la millor activitat de 5k que realitzeu en el període establert per cada GP.

A més, es pot convertir en una eina molt útil per endreçar-vos els vostres entrenaments i treure més suc a les seves dades, així com crear-vos els vostres propis reptes entre amics. Si no teniu compte d'Strava no patiu, ens escriviu a [ucatlletisme@gmail.org](mailto:ucatlletisme@gmail.org) i us indicarem com poder participar igualment per aquesta via.

POWERED BY **STRAVA**

## 1. Organitzadors:

La **Unió Colomenca d'Atletisme** organitza, amb la col·laboració tècnica de **TriTeamApp**, la 1a edició Virtual del circuit del **Gran Prix 5000m de la UCA**.

## 2. Lloc:

**On tu volguis!** El gran avantatge de les proves virtuals... Això sí, **sempre seguint les restriccions sanitàries**.

## 3. Dates del Circuit:

Vivim una època de moltes limitacions... Per què no ampliar les possibilitats? **Cada mes tindreu 9 dies ininterromputs** per buscar la vostra millor versió al 5k, 4 festius, 5 laborables. Ho aconseguiràs? Aquí tens el calendari per cada mes (en groc quan podràs realitzar les teves activitats).

ENERO	FEBRERO	MARZO
L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
ABRIL	MAYO	JUNIO
L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE
L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE
L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

- **1r GP:** del 23 al 31 de Gener
- **2n GP:** del 20 al 28 de Febrer
- **3r GP:** del 20 al 28 de Març
- **4t GP:** del 17 al 25 d'Abril
- **5é GP:** del 22 al 30 de Maig
- **6é GP:** del 19 al 27 de Juny
- **7é GP:** del 17 al 25 de Juliol
- **8é GP:** del 14 al 22 d'Agost
- **9é GP:** del 18 al 26 de Setembre
- **10é GP:** del 23 al 24 d'Octubre
- **11é GP:** del 20 al 28 de Novembre
- **12é GP i tancament del circuit:** del 18 al 26 de Desembre (puntuació doble)

#### 4. Desenvolupament de la competició

En les dates indicades en el punt anterior "Dates del Circuit" es tindran en compte (el sistema ho fa automàticament) totes aquelles **activitats atlètiques pujades a l'aplicació Strava\* que superin els 5000m**. Cal tenir en compte que quedaran descartades tots aquells recorreguts d'un altre esport i que la distància sempre serà aproximada (per GPS).

**La classificació s'establirà a partir del temps total de l'activitat, sent guanyadora aquella activitat de més de 5000m realitzada en el mínim temps possible.** S'establirà categoria masculina i categoria femenina, així com a la web de la [UCA](#) es penjaran els resultats desdoblats en socis/es i no socis/es.

Recordem que les proves **són obertes a tot tipus de participants**: associats a la [Unió Colomenca d'Atletisme](#), a corredors d'altres clubs i també a aquells independents. No hi ha limitació d'edat, ni tampoc classificació per categories.

*\* Si no teniu compte d'Strava podeu crear-vos un amb el mateix correu que useu per inscriure-us al GP 5000m. Si malgrat tot preferiu no fer-vos-el ens podeu enviar un correu a [ucatletisme@gmail.com](mailto:ucatletisme@gmail.com) i us explicarem una solució alternativa per participar d'igual forma al GP.*

#### 5. Inscripcions

**Es realitzaran telemàticament**, tindreu l'enllaç directe a la web de la [Unió Colomenca d'Atletisme](#) o aquí a la web de [TriTeamApp](#). A la web de la UCA trobareu el següent [manual](#) que indica com afegir-vos a la competició, però aquí teniu un resum del més important:

- a. El primer cop que accediu a [TriTeamApp](#) us haureu de registrar:

### Alta usuari

Nom d'usuari	<input type="text"/>
Correu	<input type="text"/>
Contrasenya	<input type="password"/>
Repeteixi la contrasenya	<input type="password"/>
Nom	<input type="text"/>
Cognoms	<input type="text"/>
Date of birth	<input type="text" value="dd/mm/aaaa"/> <input type="checkbox"/>
Gènere	<input type="text" value="Not Specified"/>
País	<input type="text" value="(Please Select)"/>

I accept the Terms and Conditions  
 I agree to the Privacy Policy

- b. Un cop registrats, entreu a la web i **inscriviu-vos** a l'apartat competició al [GP 5000m UCA](#) del mes corresponent.



## UAC Grand Prix 5000

Unió Colomenca d'Atletisme		Virtual Grand Prix 5.000			
Modalitat	Inscripcions	Activitat	Objectiu total	Data inici	Data fi
UAC 5000 - Gener	<a href="#">INSCRIURE'S</a> 🏆	Córrer distància	5 km	23/01/2021 00:00:00	31/01/2021 23:59:59
UAC 5000 - Febrer	Obriran aviat 🏆	Córrer distància	5 km	20/02/2021 00:00:00	28/02/2021 23:59:59

- c. I de la resta ja s'encarrega el sistema per vosaltres! Podreu descarregar el dorsal que us identifica, comprovar la llista d'inscrits... I veure la vostra classificació en viu al llarg dels 9 dies de competició, accedint de nou a l'enllaç anterior o a les vostres competicions en el [TriTeamApp](#).

**La inscripció és gratuïta, així que anima als teus amics i amigues a participar, testejar-se amb la seva rivalitat sana és molt millor!**

En cas de tenir problemes adreceu-vos a [ucatletisme@gmail.com](mailto:ucatletisme@gmail.com).

### 6. [Classificacions i premis](#)

A la web de [TriTeamApp](#) podreu visualitzar les **classificacions (segons sexe)** en funció del temps total destinat a córrer l'**activitat de més de 5km i de menys duració** del període corresponent al GP que estigueu competint.

Hi haurà a més una classificació al [Circuit Virtual Gran Prix 5000m UCA](#). Aquesta es regirà pels **màxims punts sumats al llarg de tots els GP 5000 de 2021**. Els punts s'otorgaran cada mes de la següent forma:

Classificació masculina	Puntuació masculina	Classificació femenina	Puntuació femenina
1r classificat	100 punts*	1a classificada	100 punts*
2n classificat	99 punts*	2a classificada	99 punts*
3r classificat	98 punts*	3a classificada	98 punts*
...	...	...	...

\*El GP de Desembre de 2021 otorgarà el doble de punts. És a dir, el primer/a classificat/da aconseguirà 200 punts; 198 el segon/a; 196 el tercer/a i així successivament.

Aquesta classificació del Circuit Virtual **s'anirà actualitzant mes a mes en la web de la Unió Colomenca d'Atletisme**. Allà es dividirà no sols entre homes i dones, sinó també **entre socis/es i no socis/es de la UCA**.

**El primer i la primera classificada** d'ambdues classificacions (socis/es i no socis/es) **tindran dret a una inscripció gratuïta** en la cursa organitzada per la [Unió Colomenca d'Atletisme](#) que ells triïn al llarg de l'any 2022.

**En cas d'empat** final, en alguna posició de la classificació general del circuit, s'endreçaran els atletes en funció de **la millor marca** que hagin realitzat al llarg de les proves. En cas de nou empat es prendrà la segona dels mateixos i així fins a dirimir el millor entre els empatats.

En el cas dels **atletes pertanyents a la Unió Colomenca d'Atletisme**, **tots aquells/es que igualin o superin un nombre de 6 GPs individuals tindran un premi** al final de la temporada (el 26 de Desembre de 2021).

Els organitzadors es comprometen a publicar les **classificacions del Circuit Virtual GP 5000m UCA durant la setmana següent** a la realització de la prova a la web de [www.uca.cat](http://www.uca.cat). Les classificacions individuals de cada GP les trobareu tan bon punt es tanqui el període de participació de les diferents proves a [TriTeamApp](#).

*Recordeu que no hi limitació d'edat, ni classificacions per categoria.*

*En cas d'empat de temps entre dos corredors o corredores amb opció de rebre punts (top100) es donarà a tots dos la puntuació que percebria el millor classificat dels dos.*

## **7. Acceptació reglament**

La sola inscripció en aquesta competició implica la total acceptació del preceptat en aquest Reglament i els atletes **participants assumeixen que es troben en condicions físiques i mèdiques** suficients per a afrontar la prova. Aquesta és una decisió explícita que preneu en el moment de la inscripció a [TriTeamApp](#).

**Els atletes podran compartir imatges de la seva competició i experiència etiquetant en xarxes socials a @ucatletisme i usant el hashtag #UCA5000GP**. Amb aquestes indicacions i segons s'indica en aquest Reglament accepten que puguin ser emprades en un futur per la [Unió Colomenca d'Atletisme](#), estrictament en els seus canals de comunicació.

Els organitzadors, **no es fan responsables dels perjudicis morals i/o materials** que puguin causar o causar-se els participants i terceres persones durant aquest esdeveniment. Tampoc de les diferències de medicació que es puguin donar per l'ús de circuits aproximats amb GPS.

Els participants **permeten explícitament que el seu nom, cognom i sexe siguin publicats a les llistes de classificacions**.

**Voluntàriament podran cedir les seves dades de contacte als organitzadors de la Unió Colomenca d'Atletisme**, per ser avisats de les notícies lligades a aquest event i altres que organitza la nostra entitat atlètica. Aquesta decisió també la prenen lliurement al inscriure's a la web de [TriTeamApp](#).

*En cas que creguèssiu que quelcom no queda reflectit en el present reglament, us animem a que us adreceu a la nostra adreça de correu [ucatletisme@gmail.com](mailto:ucatletisme@gmail.com).*