

## Nom de l'Activitat :

IX Mitja Marató Colomenca.

## Data de la Prova :

20 de Març de 2022

## Causa solidària :

Fundació ASDENT

## Reglament de la prova:

### 1. Organitzadors

La **Unió Colomenca d'Atletisme**, amb l'autorització de la **Federació Catalana d'Atletisme**, i sota el control del **Comitè Català de Jutges**, organitza, conjuntament amb el **Departament d'Esports** de l'Ajuntament de **Santa Coloma de Gramenet**, la IX Mitja Marató Colomenca i Cursa de 10 Km.

### 2. Circuits



### Mitja Marató

– La distància de la **Mitja Marató** Colomenca és de **21.097** metres i ha estat homologada per la Federació Catalana d'Atletisme. El Recorregut compta amb *avituellaments* d'aigua als km 5, 9, 13 i 17 i líquid i sòlid *al finalitzar* la cursa. Aquí us deixem l'enllaç de l'[informe redactat per la FCA](#).

- Paral·lelament es realitzarà la **Cursa de 10 km**, també homologada pel mateix organisme i amb *avituellament* d'aigua al *km 5*, així com el líquid i sòlid a l'*acabar*. Aquí us deixem l'enllaç de [l'informe redactat per la FCA](#).

### **3. Programa**

- La sortida serà el dia **20 de Març de 2022 a les 9h30 conjuntament per la Mitja Marató i la Cursa de 10k**. La Sortida i l'Arribada es realitzaran a les pistes del *Camp d'Atletisme Antonio Amorós* (Avda. Pallaresa 1-31).
- El **tancament de les proves serà a les 12h00**, temps màxim establert per realitzar la prova de la mitja marató. En aquell moment, o en el cas que el darrer participant ja hagués arribat, *començaran els actes de premiació i comiat*.

### **4. 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 **bones condicions** físiques i mèdiques per a afrontar la prova.
- Els atletes *disposaran d'imatges* que l'organització compartirà amb ells, mitjançant la seva *web* i xarxes socials. Amb 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 espectadors durant aquesta competició*. Tot i això **l'organització ha contractat**, segons preveu la legislació vigent, **una assegurança de responsabilitat civil** i compta amb els serveis d'urgència obligatoris per a aquest tipus de proves esportives.
- **Els participants permeten explícitament que el seu nom, cognom, sexe i any de naixement siguin publicats** a les llistes d'inscrits, així com a les dels resultats si acaben la cursa.
- El participant, pel fet d'inscriure's a la prova, **autoritza expressament a la FCA, a l'UCA i els seus patrocinadors, les imatges fixes i/o en moviment de les persones participants**. Aquestes imatges podran figurar en tot tipus de suport gràfic.

### **5. Inscripcions i categories**

- El **màxim de participació** a la *Mitja Marató i Cursa de 10 km* està limitat per l'organització per sota dels **1.600 participants**. En cas que s'arribi a aquesta xifra d'inscrits es tancaran les inscripcions a les dues curses, independentment de la data.
- La **cursa és oberta** a tothom, dins de les **categories** establertes per la **FCA** (Federació Catalana d'Atletisme), *sempre per Any complert* i que són les següents: *M2 i F9 (Sub20) de 16 a 19 anys* ;

M3 i F10 (Sènior): 20 a 34 anys ; M4 i F11 (Màster 35), 35 a 44 anys ; M5 i F12 (Màster 45), 45 a 54 anys; M6 i F13 (Màster 55), 55 a 64 anys i M7 i F14 (Màster 65): 65 anys en endavant. **No s'acceptaran inscripcions de menors d'aquesta edat.** Els menors de 18 anys i majors de 16 anys necessiten autorització dels pares o tutors legals per poder participar a la prova. Serà imprescindible que entreguin aquesta autorització a l'hora de recollir el pitrall.

- Les Inscripcions començaran **a partir del 29 de Novembre de 2021** i finalitzaran, com a **últim dia d'inscripció, el 17 de Març de 2020**. En el cas que no s'arribés al nombre màxim d'inscrits o canviés la situació sanitària, l'organització es reserva la **possibilitat d'oferir dorsals per les dues proves a la fira del Corredor**.
- El cost d'inscripció a les curses, és de **17 € per a la cursa de Mitja Marató** i de **12 € per la cursa de 10 Km**, per als posseïdors de xip groc, **fins el proper 31 de Desembre**. S'oferirà el servei de **lloguer de xip blanc**, per facilitar l'accés a tot tipus de participants, que tindrà un recàrrec de **2 €**. A partir de l'1 de Gener els inscrits també veuran augmentat en **2 €** el preu de qualsevol de les modalitats d'inscripció, sent de 19 € per a la cursa de Mitja Marató i de 14 € per la cursa de 10 Km.
- La Mitja Colomenca entén que la seva activitat ha d'anar lligada amb la transformació positiva de la societat, pel que **col·labora amb la Fundació ASDENT** (per a més informació consulteu el punt 13 del Reglament). Els corredors/es que ho desitgin **podran realitzar una donació voluntària en el moment de realitzar la inscripció de 3, 5 o 10 euros**.
- Els **atletes inscrits i que finalitzin la prova seran obsequiats amb un entrepà de botifarra** (si no en voleu o podeu prendre aviseu-nos al correu d'incidències), *fruita, aigua i refresc a l'arribada*, així com comptar amb *serveis de massatge, vestuari i dutxes* i enguany **un obsequi commemoratiu de la novena edició**.
- Les **inscripcions sempre** hauran d'estar fetes, a través de l'enllaç a la nostra *pàgina web* ([www.uca.cat](http://www.uca.cat)) o de la de *Championchip* ([www.xipgroc.cat](http://www.xipgroc.cat)), en el **formulari adient**. *No es faran inscripcions presencials* (exceptuant les que es fessin a la Fira del Corredor), i es tancaran el 17 de Febrer de 2022, o tal com s'indicava anteriorment, quan s'arribin als 1.600 participants.

## **6. Assegurança**

- D'acord amb el que disposa el Decret 58/2010 del 4 de Maig de les Entitats Esportives de Catalunya, totes les persones que participin en un activitat esportiva hauran de tenir una llicència adient. Per aquest motiu la FC d'Atletisme ofereix la llicència d'activitat física, **OBLIGATÒRIA**, per participar en les curses del calendari català de proves en ruta. Aquesta llicència únicament cobreix per a la cursa on l'atleta s'ha inscrit i inclou l'**assegurança d'accidents amb les cobertures d'assegurança esportiva obligatòria**. *Tots els participants disposaran d'ella*.

## **7. Drets d'inscripció**

- Les inscripcions són **personals i intransferibles**. Un cop realitzada no es retornaran els diners de la mateixa ni es permetran canvis de dades.
- Enguany s'oferirà l'**opció** als atletes inscrits **a canviar-se de distància** de forma automàtica, si així ho desitgen. Es un un servei que ofereix l'empresa cronometradora (*Championchip*), pel que tindrà un **sobrecost de 3 euros**, més la possible diferència de preu que hi hagi entre curses.



## 8. Realització de les proves

- Les curses **només podran ser suspeses** en cas que per inclemència del temps o qualsevol altre problema **així ho determini el Jutge Àrbitre**.
- Els atletes circularan sempre pel costat dret de la carretera per on circula la cursa, sempre que l'organització o els agents encarregats de la vigilància del trànsit no indiquin el contrari. **Els atletes accepten que en alguns punts del recorregut**, part de la via sigui compartida amb la circulació de vehicles, *sempre sota el control de l'organització o els agents encarregats de la vigilància del trànsit i la separació adequada mitjançant tanques, cons o d'altres elements físics*.
- Per **poder participar i optar a classificar-se** s'ha de participar amb el **pitrall**, aquest haurà de dur-se **en un lloc ben visible**. També serà obligatori córrer amb el xip groc propi o xip blanc facilitat per l'Organització i que permetrà establir el temps obtingut. Els **premis de la classificació general s'entregaran per ordre d'arribada, la resta de premiacions es faran a partir del temps real** (diferència entre pas per catifa de sortida i catifa d'arribada).
- L'organització **podrà desqualificar el corredor que es mostri despectiu o incorrecte** amb els atletes, el públic i/o l'organització, així com *aquells atletes que no passin pel control de pas* (en el gir de la carretera de la Roca) o *no facin el recorregut complet*. També als atletes que realitzin accions que posin en perill el mobiliari urbà o l'entorn natural de la Serralada de la Marina.
- El **temps màxim** per acabar la **Mitja Marató** és de **2 hores 30 minuts**. La cursa serà tancada per vehicles de l'organització. Els **tancaments parcials als avituallaments** seran (*km. 5: 35 minuts; km 10: 1 hora 10 minuts; km 15: 1 hora 45 minuts*). *L'abandonament no suposa la pèrdua de cap dels serveis oferts per l'organització*. Aquells atletes que, un cop fora de temps decideixin seguir el recorregut seran desqualificats i correran sota la seva exclusiva responsabilitat, ja que el recorregut restarà obert al trànsit del vehicles un cop siguin avançat pel vehicle de tancament de cursa.

## 9. Instal·lacions

- La Unió Colomenca d'Atletisme, amb l'autorització del Departament d'Esports de Santa Coloma de Gramenet permet l'**ús de les instal·lacions del Camp d'Atletisme Antonio Amorós** a tots els atletes participants a la VII Mitja Marató i 10k Colomencs. Disposaran de **servei de vestuari, dutxes i espai d'escalfament**, així com espai i accés a l'avituallament i pica pica final.
- Degut a la delicada situació epidemiològica, aquest punt pot patir variacions, dels que s'informarà puntualment a tots els inscrits/es.

## 10. Classificacions

- Els atletes **hauran de fer la cursa per a la que s'han inscrit**, i *no seran classificats en cas de fer una prova diferent*.
- Els **trofeus** a repartir a la **Mitja Marató** i a la cursa de **10 km** són els següents: **3 primers de la general masculina i femenina**, i al **primer de cada categoria**. Els atletes que tinguin premi a la general *no el tindran* a la seva categoria.

- També hi haurà **classificació per equips**, tant a la cursa de **Mitja Marató** com de **10k**. En aquest cas seran premiats els tres primers equips, tan **masculins** com **femenins**. El sistema de puntatge serà el següent: la *suma dels temps dels tres primers corredors arribats de cada equip*. L'equip que tingui una suma menor serà el guanyador. És importantíssim que a l'hora d'apuntar-vos verifiqueu que el camp "club" està correctament emplenat (mateix nom per tots els components). L'organització no es fa responsable d'incorreccions en el mateix. Tingueu en compte que si esteu inscrits per un club a la lliga Championship apareixerà aquest nom per defecte.
- Tan els **3 primers de la general** com els **3 primers equips classificats** en les dues curses seran **obsequiats** amb cupons invitació/descompte per **inscripcions per l'edició de 2023**.
- El **lliurament de premis** es realitzarà a la mateixa zona de sortida-arribada de la Mitja Marató i 10k, **a l'arribada del darrer participant**.

## **11. Reclamacions**

- L'organització **pot demanar el DNI** o similar per comprovar l'edat i/o la identitat de l'atleta. Els atletes que no la presentin o que hagin falsejat les dades seran desqualificats, sense perjudici de les responsabilitats legals corresponents.
- Les **reclamacions** hauran de ser presentades **per escrit al Jutge Àrbitre, acompanyades de 50 €**, com a dipòsit, i només seran acceptades fins a 30 minuts després de coneguda la classificació de la cursa.
- En el cas de ser acceptada la reclamació, es tornarà el dipòsit. **La decisió dels jutges/organització serà inapel·lable**.
- Aquesta competició es regirà d'acord amb la **Normativa de Curses de Fons de la FCA** i tot allò no previst en aquest reglament, serà resolt d'acord amb el Reglament de Competicions en Ruta de la IAAF.

## **12. Fira del Corredor**

- Per agilitzar la recollida de dorsals i xips **es repartiran en dies previs** en dos municipis contigus a Santa Coloma de Gramenet: **Barcelona i Badalona**.
- Divendres **18 de Març** en el **Decathlon de La Maquinista**, seguint el protocol sanitari. Es podrà accedir de **16h a 21h** en torn de tarda. Aquí teniu [com arribar-hi](#).
- Dissabte **19 de Març** en el **Decathlon de Montigalà**, seguint el protocol sanitari. Es podrà accedir de **10h a 14h** en torn de matí i de **16h a 20h** per la tarda. Aquí teniu [com arribar-hi](#).
- Aquells atletes que no puguin recollir el dorsal el dissabte podran fer-ho diumenge **20 de Març** al **camp d'Atletisme Antonio Amorós** des de les **7h del matí** i fins 30 minuts abans de l'inici de les proves. Aquí teniu [com arribar-hi](#).

### 13. Accions Solidàries

- **Per nosaltres el punt més important del reglament!**
- La Unió Colomenca es compromet a donar visibilitat i fons per una causa solidària, **en aquest 2.022 la [Fundació ASDENT](#)**.
- És un orgull poder col·laborar amb la [Fundació ASDENT](#) instal·lada des de 2.011 a Santa Coloma de Gramenet arran del diagnòstic de'n Nacho de la **malaltia rara de Dent**. La seva missió és oferir financiació per promocionar investigacions que persegueixen la cura (per ara no ho és) de tots els pacients d'aquesta malaltia. Per fer-ho col·laboren amb l'[Institut d'Investigació de la Vall d'Hebron](#) i l'[Hospital Universitari de la Candelaria](#) a Tenerife.
- Creiem que igual que nosaltres assumim aquest compromís, també us hem d'oferir voluntàriament la possibilitat de sumar en el projecte. És per això que en el formulari d'inscripció podeu **donar 3, 5 o 10 euros que aniran integrament** a aquesta Associació sense Ànim de Lucre.
- Si voleu col·laborar d'altres maneres, estem a la vostra disposició per sumar pel projecte. **A la seva [web](#) trobaràs** més vies de col·laboració que ells ofereixen. També us facilitem la direcció electrònica de la Fundació, si és que us volguèssiu dirigir directament: [asdent@asdent.es](mailto:asdent@asdent.es).
- Recordeu, que **a la Fira del Corredor podeu dur material esportiu en bon estat però que ja no feu servir**. Parlem de roba, sabatilles... Tot ajuda, l'únic que us demanem és que ens ho porteu tot net! Ho recollirem per la causa **Sabatilles Solidàries** que cedeix aquest material a tres entitats: [la Fundació Assís](#) que assisteix a persones Sense Llar, [Formació i Treball](#) que promou projectes laborals a partir del material donat i [la Fundació Amisi](#) que empra l'atletisme com a eina integradora de persones immigrades.

### 14. Protocol Sanitari

- L'organització informa al participant que la definició del protocol sanitari **es presentarà almenys 1 mes abans** de la realització de la prova, per adaptar-se al màxim a la situació epidemiològica del moment. Aquestes actuacions aniran sempre coordinades amb l'Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet, gestor de les instal·lacions esportives del Camp d'Atletisme Antonio Amorós i seguint les recomanacions del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya.
- En tot cas, es reserva el dret, conjuntament amb l'Ajuntament, de canviar-les en darrera instància. Alhora es compromet a informar-ne amb la major diligència a tots/es els participants, en cas d'haver de prendre aquesta decisió.
- Els participants amb la seva inscripció i acceptació del present Reglament assumeixen la Responsabilitat de seguir en tot moment les indicacions dels voluntaris/es, conserges o altres encarregats de la Unió Colomenca d'Atletisme i l'Ajuntament de Santa Coloma. Recordem que aquestes són per de practicar l'esport que ens agrada de la forma més saludable possible!

## [Gràcies per inscriure-us a la IX Mitja Marató Colomenca!](#)

Esperem que us sentiu cap a casa i recordeu, qualsevol dubte podeu consultar-nos a [respursesuca@gmail.com](mailto:respursesuca@gmail.com). També escriviu-nos si voleu participar com a voluntaris o fotògrafs en aquest esdeveniment.

Ens veiem el proper 20 de Març de 2022,



Volem donar les gràcies als municipis pels que circula aquesta prova, especialment al de **Santa Coloma de Gramenet**, el nom del qual duem a la nostra samarreta i que ens fa fàcil poder celebrar aquesta prova:



I també a la **Fundació Asdent** i el projecte solidari **Sabatilles Solidàries** per la causa noble que representen i que entre tots i totes recolzarem en aquesta edició.

