



## CAPITOL I:

### **Disposicions generals**

#### **Article 1.** Objecte i identificació.

1.- Aquest reglament té per objecte regular els aspectes essencials de la Ultra Pallars 360.

2.- UP360 es tracta d'un esdeveniment que consta de 4 modalitats. L'esdeveniment es realitzarà a la localitat de Tremp, el dia 13 de maig de 2023, organitzat per l'Associació esportiva Roca Roia, amb col·laboració dels Ajuntaments de la zona.

#### **Article 2.** Acceptació reglament

1.- Les diferents proves estan obertes a tothom que accepti aquest reglament, sempre que la inscripció s'hagi fet correctament i dins del termini establert. Es permetrà la inscripció i/o participació als corredors que hagin complert la edat de 18 anys a la Marató i la Ultra, 16 anys a la Geotrail i 14 anys a la Entrapussada .

2.- Els participants declaren estar preparats per a realitzar qualsevol de les proves i són els únics responsables del seu estat de forma, així com dels problemes mèdics que puguin derivar. El participant eximirà i no responsabilitzarà a l'Organització d'aquestes proves de qualsevol responsabilitat en cas d'accident o lesió i el fet de participar-hi implica l'acceptació d'aquest Reglament.

3.- L'organització es reserva el dret de modificar aquest reglament o suspendre la prova, davant d'una eventualitat o causa de força major. Les modificacions seran degudament comunicades als participants.

4.- Tots els corredors renuncien expressament al seu dret d'imatge durant la prova, i renuncien a tot recurs contra l'organització per la utilització d'aquesta imatge. L'organització podrà autoritzar als mitjans de comunicació a utilitzar aquesta imatge mitjançant una acreditació o llicència. Tota comunicació sobre l'esdeveniment o la utilització d'imatges del mateix haurà de realitzar respectant el nom d'aquest esdeveniment, de les marques registrades i amb l'autorització de l'organització. L'entitat organitzadora es reserva en exclusivitat el dret sobre la imatge de la prova, així com l'explotació audiovisual i periodística de la competició. Qualsevol projecte mediàtic o publicitari haurà de comptar amb el consentiment de l'organització.

### **Article 3.** Ètica i valors.

1.- La UP360 es basa en uns valors i una ètica essencial que comparteixen tots els participants, patrocinadors, voluntaris i organització

2.- Responsabilitat ecològica: no llençar cap tipus de deixalla a la natura i utilitzar els contenidors posats a tal efecte; respectar la flora i fauna seguint estrictament el recorregut senyalitzat sense utilitzar cap tipus de drecera. La organització utilitzarà, sempre que sigui possible, material reutilitzable o reciclable i procedirà a la recollida selectiva de la deixalla. El marcat de les proves es realitzarà amb material respectuós amb el medi ambient i que es recollirà en la setmana posterior de les proves.

3.- La solidaritat, el respecte dels corredors, els voluntaris, els patrocinadors i del públic són elements primordials de la UP360.

## CAPITOL II:

### **Dades tècniques**

#### **Article 1.** Descripció de les proves.

1.- Entrapussada: consta d'un recorregut de 15 km amb un desnivell de 450 m+. La sortida de la prova es prendrà el 13 de maig de 2023 a les 9:30 des de Talarn i finalitzarà a Tremp. Es disposa de 5 hores per realitzar la prova.

2.- Geotrail: consta d'un recorregut de 28 km amb un desnivell de 1.100 m+. La sortida de la prova es prendrà el 13 de maig de 2023 a les 8:30 des de Salàs de Pallars i finalitzarà a Tremp. Es disposa de 8 hores per realitzar la prova.

3.- Marató: consta d'un recorregut de 49 km amb un desnivell de 2.200 m+. La sortida de la prova es prendrà el 13 de maig de 2023 a les 7:00, des de la Pobla de Segur i finalitzarà a Tremp. Es disposa de 12 hores per realitzar la prova.

4.- Ultra Trail: consta d'un recorregut de 100 km amb un desnivell de 4.850+. La sortida de la prova es prendrà el 13 de maig de 2023 a les 00:00, des de Tremp on també finalitzarà. Es disposa de 24 hores per realitzar la prova.

Aquesta distància també es podrà realitzar amb relleus de 4 persones, quedant dividida la carrera en 4 sectors.

#### **Article 2.** Avituallaments

1.- Es disposaran 10 punts d'avituellament a l'Ultra Trail, 6 punts d'avituellament a la Marató, 4 punts d'avituellament a la Geotrail i 2 punts d'avituellament a la Entrapussada. En aquests punts s'oferirà als participants productes energètics, aigua, fruita, begudes energètiques, menjar calòric, etc.

2.- No hi haurà gots de plàstic als avituallaments, cada corredor haurà de portar el seu propi recipient. Hi haurà punts d'escombraries a la sortida de cada avituallament, qualsevol corredor que tiri escombraries al recorregut serà desqualificat.

### **Article 3.** Controls de pas

1.- Entrapussada: en el desenvolupament de la prova no es disposen punts de control.

2.- Geotrail: en el desenvolupament de la prova l'organització ha disposat 2 punts de control sent obligatori el pas pels mateixos on s'hi efectuarà el control de pas reglamentari.

3.- Marató: en el desenvolupament de la prova l'organització ha disposat 4 punts de control sent obligatori el pas pels mateixos on s'hi efectuarà el control de pas reglamentari.

4.- Ultra Trail: en el desenvolupament de la prova l'organització ha disposat 6 punts de control sent obligatori el pas pels mateixos on s'hi efectuarà el control de pas reglamentari.

5.- L'organització establirà quants controls de pas sorpresa estimi oportú al llarg del recorregut. Tot aquell corredor que no efectui el pas pels mateixos serà desqualificat automàticament de la prova .

### **Article 4.** Talls horaris

1.- Entrapussada: en el desenvolupament de la prova no es disposen de talls horaris.

2.- Geotrail: en el desenvolupament de la prova no es disposen de talls horaris.

3.- Marató: en el desenvolupament de la prova es realitzarà un tall horari més el de meta:

Tall horari 1, Salàs de Pallars: km 31, temps de tall 14:00 hores del dissabte 13 de maig.

Tall horari 2, Meta: km 49, temps de tall 20:00 hores del dissabte 13 de maig.

4.- Ultra Trail: en el desenvolupament de la prova es disposen de dos talls horaris més el de meta:

Tall horari 1, Pobla de Segur: km 47, temps de tall 10:00 hores del dissabte 13 de maig.

Tall horari 2, Salàs de Pallars: km 73, temps de tall 16:00 hores del dissabte 13 de maig.

Tall horari 3, Meta: km 100, temps de tall 24 hores del dissabte 13 de maig.

5.- Tot aquell corredor que no superi els talls de pas tindrà que fer el lliurament del dorsal en el lloc de control més proper i abandonar la prova atenent les indicacions dels membres de l'Organització. En cas de continuar en cursa, serà sota la seva

responsabilitat, entenent que queda fora de la prova, amb les conseqüències que suposa.

6.- La organització té prevista la participació de dos corredors que actuaran com tancament de carrera.

CAPITOL III:

### **Funcionament**

#### **Article 1.** Inscripcions

1.- L'organització entén que la signatura del formulari d'inscripció per part del participant significa que aquest està en condicions físiques i psíquiques adequades per dur a terme l'esforç que suposa la prova, i no es fa responsable de les lesions que se'n puguin derivar.

2.- L'organització es reserva el dret d'admissió d'inscripcions per motius de seguretat.

3.- Tots els corredors hauran d'estar en possessió de la llicència FEEC, FEDME o altres federacions adscrites a la UIAA, en vigor i amb la modalitat que inclogui aquest tipus de competició i que cobreixi la zona on es disputa la prova. En cas de no disposar de llicència federativa, el participant té l'obligació de contractar-la amb un cost de 3€ per la Entrepussada, 5€ per la Geotrail i la Marató i en cas dels participants a l'Ultratrail de 10€.

4.- La inscripció serà limitada a 100 participants en l'Ultratrail i 10 equips en modalitats relleus, 150 participants en la marató, 150 participants en la Geotrail i 150 en la Entrepussada. L'organització es reserva el dret d'ampliar el nombre de participants.

5.- El termini d'inscripció es compren entre el dia 1 de desembre de 2022 a les 00:00h fins al 30 d'abril de 2023 a les 23:59, i es dividirà en tres trams:

6.- Les tarifes d'inscripció seran les següents:

#### **TRAM 1 – Del 1/12/2022 al 31/12/2022:**

Entrepussada: 10€

Geotrail: 20€

Marató: 35€

Ultratrail: 65€          Parelles: 20€

#### **TRAM 2 – Del 1/01/2023 al 31/03/2023:**

Entrepussada: 15€

Geotrail: 25€

Marató: 45€

Ultratrail: 75€          Parelles: 25€

**TRAM 3 – Del 1/04/2023 al 30/04/2023:**

Entrapussada: 20€

Geotrail: 30€

Marató: 55€

Ultratrail: 90€          Parelles: 30€

7.- El pagament és a l'empresa Inscripcions.cat

8.- El preu de la inscripció inclou:

Tenir accés a tots els avituallaments establerts per l'organització.

Assistència sanitària durant el transcurs de la prova i a l'arribada a meta.

Dutxes i massatges al finalitzar la prova.

Bossa del corredor.

Poder optar als trofeus i els premis oferts per l'organització .

Assegurança d'accidents individual contractada per l'organització.

Servei de guarda-roba a meta .

9.- D'acord amb el que estableix la Llei Orgànica 15/1999 de 13 de desembre de Protecció de dades de caràcter personal, totes les dades dels participants recollides en el formulari d'inscripció seran incloses en un fitxer privat propietat dels organitzadors de la UP360, amb fins exclusius de gestió de la prova i dels seus patrocinadors. Tots els interessats podran exercir els seus drets, rectificació, cancel·lació i oposició de les seves dades personals mitjançant correu electrònic a [info@ultrapallars360.com](mailto:info@ultrapallars360.com)

***10.- ANUL·LACIÓ DE LA INSCRIPCIÓ: DEL DIA 1 DE DESEMBRE DE 2022 AL 1 D'ABRIL DE 2023 ES RETORNARÀ EL 75 %. A PARTIR DEL DIA 2 D'ABRIL DE 2023 NO S'EFECTUARÀ CAP DEVOLUCIÓ.***

**11.- CANVI DE MODALITAT (SEMPRE QUE HI HAGI PLACES DISPONIBLES): DEL DIA 1 DE DESEMBRE DE 2022 AL 1 D'ABRIL DE 2023 ES TINDRÀ QUE ANUL·LAR L'INSCRIPCIÓ DE LA QUAL ES RETORNARÀ UN 75% I S'HAURÀ DE FER UNA NOVA INSCRIPCIÓ A LA MODALITAT QUE ES VULGUI. A PARTIR DEL DIA 1 D'ABRIL DE 2023 NO ES PODRÀ FER CAP CANVI DE MODALITAT.**

**Article 2.** Recollida de dorsals

*1.- Horaris*

**Divendres 12 de maig**

18:00h a 20:00h: Entrega de dorsals, parc del Pinell de Tremp

**Dissabte 13 de maig**

06:00h – 08:30h: Entrega de dorsals, parc del Pinell de Tremp

2.- És obligatori ensenyar el DNI i la llicència federativa en vigor, en cas de tenir-ne, a l'hora de recollir el dorsal.

3.- Juntament al dorsal serà lliurada la bossa dels corredors

**Article 3.** Obligacions dels participants

1.- Cal dur sempre el dorsal facilitat per l'organització de forma visible, sense doblegar ni retallar, per tal de validar els temps de pas i de meta.

2.- Tots els participants tenen l'obligació de seguir les indicacions donades per qualsevol membre de l'organització de l'esdeveniment. En cas de desobeir directrius de seguretat indicades per l'organització, el corredor pot ser desqualificat de la prova.

3.- Tots els participants tenen l'obligació d'assistir u de comunicar al control proper qualsevol accident que hagin observat. En cas de no fer-ho podran ser desqualificats.

4.- Qualsevol corredor podrà retirar-se sempre que ho desitgi, havent de comunicar-ho a l'organització a través del control més proper al lloc de la retirada o al personal qualificat de l'Organització i lliurant el dorsal. A partir d'aquest moment, quedarà fora de la competició i assumirà qualsevol responsabilitat derivada de la seva retirada. L'organització ho traslladarà als punts establerts, al més aviat possible.

5.- L'organització també es reserva el dret de poder desqualificar qualsevol participant que mostri una actitud inadequada amb l'entorn natural que l'envolta. En aquest sentit l'organització prendrà mesures per tal de deixar intacte l'entorn i recollirà totes les escombraries que pugui generar el pas dels participants.

6.- Tots els corredors hauran de dur el material obligatori per a realitzar la prova.

#### **Article 4.** Penalitzacions o desqualificacions.

1.- A continuació es mostra un llistat de les accions que provoquen una desqualificació de la prova:

No passar un punt de control o no fixar

Sortir del recorregut marcat

Acompanyament per altres persones durant el recorregut

Rebre ajuda externa fora dels punts d'avituallament i control de pas

Tirar deixalles o envoltoris

No passar control de material obligatori

Acompanyament per un animal

No portar tot el material obligatori durant el transcurs de la prova

Utilitzar qualsevol mitjà de transport o locomoció durant tot o part del recorregut.

No assistència d'una persona en dificultat (ferida, gran esgotament, hipotèrmia, ...)

Demandar ajuda sense necessitar-la

Anar sense dorsal

2.- A continuació es mostra un llistat de les accions que provoquen una penalització de la prova:

No respectar a organització, voluntaris, corredors, etc. (30 min)

*3.- Davant la situació excepcional d'emergència sanitària per la pandèmia de la COVID-19, la cursa es realitzarà seguint escrupolosament les recomanacions de les autoritats sanitàries, el compliment de les quals serà OBLIGATORI per part de tots els participants. Aquestes recomanacions/indicacions seran publicades per part de la organització de la UP360 en dies previs a la cursa. Qualsevol incompliment de les esmentades recomanacions serà motiu suficient per procedir a la desqualificació del participant que l'hagi incomplert.*

#### **Article 4.** Material obligatori. (PER DEFINIR)

1.- L'organització recomana una bona planificació del material de la carrera en funció de les capacitats del corredor, la previsió meteorològica, l'estimació del temps de carrera i altres variables que puguin condicionar la seguretat del corredor. Cada participant ha de ser plenament conscient de la longitud i dificultat de la prova, que en el cas de la ultra, es desenvoluparà en part de nit, sota possibles condicions climàtiques de calor o fred, pluja i vent. Per tant, ha de preveure que la seva indumentària, calçat, així com les condicions físiques necessàries, siguin les més apropiades per a realitzar la prova. Tots els participants estan obligats a portar el

següent material, el qual serà verificat en la sortida i pot ser verificat de nou en qualsevol altre punt de la cursa.

2.- L'organització podrà afegir algun tipus de material obligatori no inclòs en aquest apartat . En aquest cas , aquest material serà notificat amb la suficient antelació als participants a través del web o per correu electrònic.

3.- Entrapussada: no serà necessari disposar de material obligatori.

4.- Geotrail: no serà necessari disposar de material obligatori.

5.- Marató: l'organització enviarà amb una setmana d'antelació una llista de material obligatori.

5.- Ultra trail: l'organització enviarà amb una setmana d'antelació una llista de material obligatori.

Exemple de material obligatori:

Got o recipient de plàstic (no hi haurà gots als avituallaments)

Manta tèrmica, mín. 210 x 140 cm

Menjar calòric

Reserva d'aigua 1 L

Jaqueta amb caputxa impermeable

Llum frontal

Telèfon mòbil

Motxilla o equivalent

Segona capa tèrmica d'un mínim de 180gr amb talla M home \*

Malles llargues o malles pirates combinades amb pernera.\*

Gorro, tubular o similar. \*

Guants. \*

\*En cas de condicions favorables de previsió meteorològica, l'organitzador podrà desactivar aquest material obligatori. Marcat amb \*.

## **Article 5.** Seguretat.

1.- El recorregut estarà marcat per l'organització amb cinta plàstica de color viu , banderoles , paletes indicadores i altres elements de senyalització ubicats a intervals regulars depenent de la tipologia del terreny i dels camins , i és responsabilitat de cada participant localitzar la senyalització i seguir-la.

2.- Si no veus les balises retrocedeix , i busca de nou les senyals.



3.- Els trams del recorregut que discorren per carreteres o carrers de poblacions no estaran tallats al trànsit rodat, havent de atènyer els participants a les normes generals de Trànsit o ha les indicacions de l'organització. Serà obligatori creuar les carreteres pels passos de vianants o llocs habilitats per a l'ocasió i degudament senyalitzats. Serà obligatori seguir l'itinerari marcat , així com passar per tots els controls de pas establerts.

4.- L'organització disposarà de serveis de socors i salvament en els punts de trobada més estratègics del recorregut. Així mateix, oferirà en meta serveis de massatge, dutxes, lavabo i atenció mèdica de primers auxilis pera els esportistes que tinguessin alguna necessitat excepcional.

5.- L'organització podrà desqualificar de la prova els participants que mostrin signes evidents d'esgotament o de qualsevol alteració física o psíquica que posi en perill la seva salut, així com els que hagin comès una falta greu contra les normes, els seus companys o el reglament de la prova.

6.- L'organització es reserva el dret de modificar l'itinerari i l'horari si ho considera oportú, amb l'autorització de l'autoritat competent i atenent sempre a criteris de seguretat de cara al participant o per causes de força major. Els participants hauran de seguir les indicacions de l'organització així com dels senyals que aquesta hagi establert.

7.- Si bé el mal temps no és motiu per suspendre la prova, l'organització es reserva el dret d'ajornar-la o fins i tot anul·lar-la si ho cregués convenient. La suspensió per qualsevol causa de força major de tota o de part de la prova no obligarà l'organització a retornar als participants l'import abonat per la inscripció.

8.- Si la prova es tingués d'interrompre i suspendre en un punt del recorregut, la classificació es determinarà segons l'ordre i temps d'arribada al punt d'interrupció o, si no, en l'últim control realitzat .

9.- L'organització no es fa responsable dels danys que puguin prendre els participants o dels que puguin ocasionar a altri.

10.- Cada participant ha d'estar obligatòriament en possessió d'una assegurança individual d'accident que cobreixi les despeses eventuais de rescat i evacuació. Aquesta assegurança ha de ser l'inclòs en la llicència federativa o el contractat a tracés de l'Organització en el moment de la inscripció. Cada participant pot a més disposar d'altres assegurances privades al seu càrrec.

#### **Article 6.** Premis i categories

Entrapussada: rebran trofeu els tres primers atletes masculins i femenins absoluts, els tres primers atletes veterans (40 a 49 anys) masculins i femenins, i els tres primers atletes Master 50 masculins i femenins.

Geotrail: rebran trofeu els tres primers atletes masculins i femenins absoluts i els tres primers atletes per categories masculins i femenines, els tres primers atletes veterans (40 a 49 anys) masculins i femenins, i els tres primers atletes Master 50 masculins i femenins.

Marató: rebran trofeu els tres primers atletes masculins i femenins absoluts i els tres primers atletes veterans (40 a 49 anys) masculins i femenins, i els tres primers atletes Master 50 masculins i femenins.

Ultra Trail: rebran trofeu els tres primers atletes masculins i femenins absoluts i els tres primers atletes veterans (40 a 49 anys) masculins i femenins, i els tres primers atletes Master 50 masculins i femenins.

4.- Els trofeus atorgats no seran acumulables, és a dir, un o una participant només tindrà dret a l'obtenció d'un trofeu.

#### **Article 7.** Reclamacions

1.- Es podran presentar reclamacions a la organització de la prova fins 2 hores després del lliurament de premis.

2.- Per reclamacions posteriors, els participants tindran dret a reclamar, per escrit, dins dels 15 dies naturals següents a la celebració de la prova. Les reclamacions s'hauran de presentar a qualsevol membre de la organització, fent constar, com a mínim, la següent informació:

Dades del reclamant: nom de la persona que la realitzat amb DNI.

Dades del/s esportista/es afectat/s, nº dorsal.

Fets que s'al·leguen.

3.- La reclamació s'ha de presentar via correu electrònic a [info@ultrapallars360.com](mailto:info@ultrapallars360.com)