



57A MARXA

D'ORIENTACIÓ I REGULARITAT



m'hi apunto

#13 km
#4 hores
#per parelles
#volta circular
#stjoanab



m'agrada

#caminada
#esmorzar
#diversió
#tradicció
#natura



data

Sant Joan de les
Abadesses.
Pl. Torres i Bages.
8 Abril de 2018
8.30h

Informació i inscripcions: <http://www.uesantjoan.cat/>

 **Federació d'Entitats
Excursionistes de Catalunya**
Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada

Amb el suport de

 Generalitat
de Catalunya

 esportcat

 CATALUNYA

 Unió de Federacions
Esportives de Catalunya

 AJUNTAMENT DE
SANT JOAN DE LES
ABADESSES



Patrocinadors



salvat

Carnis i Embollets
Marc Coma
(Barrut de Sant Joan)
Antiga Casa Passolun

Reglament de la 57a Marxa d'Orientació i Regularitat

Després de 4 anys d'absència, la Unió Excursionista (UE) de Sant Joan de les Abadesses torna a organitzar una nova edició de la Marxa d'Orientació i Regularitat. La Marxa es celebrarà el diumenge 8 d'abril i tindrà com a punt de sortida la plaça Torres i Bages, davant del Monestir.

Les marxes tècniques regulades són proves competitives per equips on guanya qui millor s'adapta a la velocitat establerta per l'organització, que es calcula en base a un ritme de caminar normal i regular adaptat al terreny.

Per comprovar qui s'adapta millor a la velocitat proposada s'estableixen controls horaris on s'anota el temps efectuat en un tram per comparar-lo amb el temps que s'hauria d'haver fet segons la velocitat establerta per l'organització. D'aquesta manera, penalitza tant si es va massa ràpid com si es va massa lent.

La Marxa de Sant Joan de les Abadesses històricament també ha incorporat el factor d'orientació: l'itinerari no està marcat i s'ha d'esbrinar plànol en mà amb uns punts assenyalats pels quals s'ha de passar en l'ordre establert i pel camí més lògic.

Una forma amena i enriquidora de gaudir de les nostres muntanyes.

REGLAMENT de la 57a Marxa d'Orientació i Regularitat

La UE de Sant Joan de les Abadesses organitza la 57a Marxa d'Orientació i Regularitat, puntuable per a la 20a Copa Catalana de Marxes Tècniques i de Regularitat (CCMTR) de la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC).

Inscripcions

La inscripció està oberta a majors de 18 anys i als menors acompanyats.

Els equips estaran formats per dues persones i com a mínim un dels participants ha de ser major de 18 anys. Si els menors d'edat no van acompanyats pel seu tutor legal, hauran de posseir l'autorització corresponent dels ascendents o tutors. Opcionalment un equip podrà incorporar com acompanyant un tercer marxador sempre que sigui menor de 12 anys.

Es permet la participació de forma individual sempre que sigui sol·licitada per un participant federat i ja inclòs en la classificació de la CCMTR.

Inscripcions:

Es faran en línia mitjançant la pàgina web de la FEEC <http://inscripcions.feec.cat/>. A la pàgina web de la UE Sant Joan, hi haurà un enllaç directe al formulari d'inscripció de la web de la FEEC. El període d'inscripció s'obrirà el dia 19 de març i es tancarà el 5 d'abril a les 8 de la tarda.

Durant aquest període també es podran fer inscripcions presencials a l'Oficina de Turisme de Sant Joan de les Abadesses.

Els participants amb llicència de la FEEC puntuaran per a la 20a Copa Catalana de Marxes Tècniques i de Regularitat.

Preus d'inscripció per participant:

<p>7€: socis de la UE Sant Joan de les Abadesses amb llicència de la FEEC</p> <p>8 €: posseïdors de la llicència de la FEEC, de federacions adscrites a la UIAA, de federacions amb conveni de reciprocitat amb la FEEC, de l'any en curs i membres de les seccions d'iniciació a la muntanya d'entitats associades al Moviment Azimut.</p> <p>10 €: socis de la UE Sant Joan de les Abadesses no federats (inclou la llicència temporal obligatòria).</p> <p>13 €: resta d'inscrits (inclou la llicència temporal obligatòria).</p> <p>15 €: inscripcions fetes al mateix dia de la sortida sense cap tipus de distinció (inclou la llicència temporal obligatòria en cas de no ser federat).</p> <p>Menors de 12 anys: gratuït si es disposa de llicència federativa. 5 euros en cas de no disposar-ne.</p>

L'assegurança temporal es obligatòria en cas de no disposar del carnet federatiu de la FEEC.

La persona que inscriu a l'equip haurà d'aportar les dades de tots els membres en el moment de formalitzar la inscripció.

El preus inclouen esmorzar calent i uns refrigeris durant i en acabar la prova.

Sortida

La sortida s'efectuarà des de la plaça Torres i Bages, just davant de la capçalera del Monestir. Hi ha lloc per aparcar just al costat d'aquesta plaça. Es començarà a donar la sortida a les 8:30 hores, salvat el cas de força major. Les sortides dels equips seran de minut a minut.

L'organització podrà decidir sobre qualsevol contratemps que pugui esdevenir-se a la sortida: l'endarreriment horari, l'ajornament o fins i tot la suspensió de la Marxa per causes de força major, circumstàncies que seran comunicades a tots els participants amb la major agilitat possible.

Documentació

El dia 7 d'abril es farà el sorteig pels dorsals a les 17:00 hores i es penjarà al web de la UE Sant Joan de les Abadesses amb la corresponent taula horària de sortida. La resta de documentació (mapa, Full de Ruta i Dorsal) es lliurarà el mateix dia de la sortida a partir de les 08:00 hores.

Mapa:

Es lliurarà un mapa a cada participant on s'especificaran tots els controls i punts de pas obligatoris. En tractar-se d'una marxa d'orientació, el camí no hi serà marcat.

Full de Ruta:

En el Full de Ruta, que es lliurarà a cada equip, hi figurarà una taula que els controls aniran emplenant per duplicat. També hi constaran les mitjanes parcials de velocitat, així com els temps de descans de cada parada obligatòria, que sempre seran autocontrolats. En el revers del Full de Ruta hi haurà una petita descripció de la situació de cada punt de control i un resum breu d'aquest Reglament.

L'equip ha d'estar al complet per tal que el control pugui anotar l'horari de pas al Full de Ruta. Quan un equip acabi la prova haurà d'entregar el Full de Ruta, que serà partit per la meitat i una meitat quedarà per la UE Sant Joan de les Abadesses i l'altra per l'equip participant.

Dorsal:

Tots els membres de l'equip hauran de portar el dorsal, proveït per l'organització, de forma ben visible.

Controls i parades

Les parades i els temps de descans vindran indicats en el Full de Ruta. En els controls es concedeix un temps d'un minut de neutralització per compensar la pèrdua de temps en marcar els horaris. Aquest temps serà autocontrolat pel propi equip.

Tipologia de controls:

A més dels de sortida i d'arribada, hi haurà uns controls de neutralització (C1, C2,...) on s'anotará l'hora de pas dels equips. L'anotació es farà minut vençut (si l'arribada al control és a les 10:32:50, s'anotará 10:32). En aquests controls, hi haurà un minut de neutralització autocontrolat.

També hi haurà uns controls de pas (P1, P2,...), pels quals els participants tenen obligació de passar. Els hi serà marcada la passada, però no pas el temps. En aquests controls no hi ha neutralització si no s'indica el contrari.

El tercer tipus de controls són els secrets (S1, S2,...), dels quals no es donarà cap referència en el mapa. Aquests controls secrets estan situats en punts en què l'orientació pot generar dubtes. No tenen neutralització i no passar-hi comporta penalització.

Lletres: (A, B,...) Són punts de pas, però sense cap tipus control. Serveixen de referència als participants ja que estableixen el temps i la mitjana compensada del tram entre lletres.

Els controls no faran l'anotació mentre no hi siguin presents tots els components que formen l'equip. En els controls de neutralització i de pas no es marcarà el Full de Ruta si ja hi consta marcat un control posterior. Els controls es tancaran 30 minuts més tard de l'entrada prevista per l'últim equip.

Penalitzacions

1 Punt per cada minut d'avançament o de retard entre l'efectuat per l'equip i l'horari oficial. L'horari oficial serà penjat a la cartellera de l'arribada un cop hagin arribat tots els equips.

5 Punts per cada Control Secret que no trobat.

5 Punts per no portar motxilla amb el material adequat per aquest tipus d'activitat.

Desqualificacions

Seràn motiu de desqualificació les següents incidències:

1. Perdre o no lliurar del Full de Ruta al control d'arribada.
2. Alterar la composició de l'equip durant la Marxa.
3. No passar per tots els controls de neutralització i de pas; o bé no passar-los segons l'ordre establert per l'organització.
4. Efectuar esmenes o anotacions que desvirtuin la finalitat del Full de Ruta.
5. Passar per un control quan ja estigui tancat.
6. Canviar de lloc o amagar les marques existents en el recorregut.

Classificació

La puntuació de cada equip serà la suma de les penalitzacions.

La classificació general es farà pel total de punts de menor a major.

En cas d'empat, els criteris de desempat seràn els següents, que s'aplicaran jeràrquicament:

1. Més controls secrets
2. Més controls exactes
3. Més controls aproximats d'un a 4 minuts successivament
4. Puntuació al control més llarg
5. Per ordre creixent de dorsal

La classificació per entitats s'efectuarà totalitzant els punts dels seus tres equips millor classificats. Tindrà un reconeixement la primera entitat classificada.

La Unió Excursionista penjarà al seu web durant el mateix dia de la Marxa la classificació general i la d'entitats.

Paral·lelament, també penjarà la classificació dels participants federats a efectes classificatoris de la 20^a Copa Catalana de Marxes Tècniques i Regulades.

Reclamacions

A l'arribada hi haurà, a disposició de tots els participants, el Llibre de reclamacions de la FEEC. Les reclamacions seran resoltes en el cas que calgui per un jurat classificador que estarà format per un representant del Comitè Català de Marxes, un membre de l'organització de la Marxa i un participant que serà elegit per sorteig.

Les classificacions es consideraran definitives si passats 15 dies de la seva publicació no s'ha rebut cap reclamació.

Obligacions del participant

És obligació del participant:

En el cas de participants federats, portar la llicència federativa i el DNI a la Marxa, presentar-los a qualsevol membre de l'organització que la demani.

Seguir les indicacions donades per qualsevol membre de l'organització.

Donar avís en cas d'incidència o abandonament al control més proper o avisar a l'organització a través dels telèfons que consten més avall i també al Full de Ruta.

Prestar ajut a participants que requereixin assistència.

Respectar propietats, masies i conreus per on passi la Marxa.

No malmetre la natura ni llençar cap tipus de deixalles.

No participar amb animals de companyia.

No comunicar informació referent a l'estratègia de la Marxa a altres participants utilitzant telèfons mòbils, walkie-talkies o qualsevol altre mitjà.

Portar el material obligatori: sistema d'hidratació, jaqueta impermeable, motxilla o equivalent.

Disposicions finals

El mal temps no serà obstacle per celebrar la Marxa, la qual no obstant això, podrà ésser alterada o suspesa d'acord amb els delegats de les entitats participants.

L'Entitat declina tota responsabilitat pels danys que en el curs de la Marxa puguin causar o rebre els participants.

El sol fet de participar a la Marxa significa la plena acceptació d'aquest reglament.

Qualsevol cas no previst en el present reglament serà resolt, segons pertoqui, pel Jurat classificador.

Aquest reglament està basat en el de la Copa Catalana de Marxes Tècniques i de Regularitat vigent i altres observacions.

Observacions

Senyalització: en alguns trams, el recorregut estarà senyalitzat amb cintes de color per confirmar als marxadors el camí correcte. A la sortida es mostrarà el tipus de cinta utilitzada per tal de no confondre-la amb altres possibles marques.

Bestiar: és probable que en alguns trams de la Marxa hi hagi bestiar, especialment vaques, al camí. Demanem als participants que les respectin i procurin originar les mínimes molèsties als seus propietaris.

Fils elèctrics (vaquers): durant la marxa, travessar diversos passos amb fil elèctric. Demanem que els tanqueu quan hagueu passat. En la configuració dels temps s'ha tingut en compte els segons que suposa obrir-los i tancar-los.

Telèfons per comunicar qualsevol incidència o abandonament durant la prova:
678357760/625985978