

## **REGLAMENT DE LA CURSA POPULAR 45è CROSS DELS ESQUIADORS i 8a TROBADA DE MARXA NÒRDICA DEL VALLÈS.**

### **CROSS I MARXA NÒRDICA INDIVIDUAL, SEMPIVIRTUAL I SOLIDÀRIA**

La situació d'excepcionalitat creada per la crisi sanitària deguda a la propagació de la Covid-19, suposa l'adopció per part de l'organització d'una mesura excepcional, com és fer la cursa en format semivirtual o semipresencial.

Es podrà realitzar el Cross/Marxa Nòrdica des **del dissabte 21 de novembre, a partir de les 10 del matí, i fins el diumenge 22 de novembre a les 16 h.** El circuit estarà marcat i la participació serà individual (o amb el grup de convivència).

El Cross tindrà un circuit de 4 km íntegrament pel bosc de Can Deu, al qual es podrà fer una o dues voltes en funció de la distància escollida al moment de fer la inscripció.

La Marxa Nòrdica tindrà un circuit de 5km íntegrament pel bosc de Can Deu i diferent del Cross, al qual es podrà fer una o dues voltes en funció de la distància escollida al moment de fer la inscripció.

#### **Cursa solidària:**

La cursa d'aquest any té un caire solidari i dedicarà tota la recaptació obtinguda a la Marató de TV3 que aquest 2020 està dedicada a la lluita contra la Covid 19.

#### **REGLAMENT.-**

1. La UES organitza en format semivirtual la 45a edició del Cross dels Esquiadors i la 8a edició de la Trobada de Marxa Nòrdica del Vallès.
2. Se celebrarà entre les 10 del matí del dissabte 21 de novembre i fins les 4 de tarda del diumenge 22 de Novembre, sense límit de temps ni horaris. Durant aquest interval, els circuits estaran marcats. Cal remarcar que els circuits no estaran tancats al pas exclusiu dels participants.
3. La participació és oberta a tothom. Els menors d'edat han d'anar acompanyats del pare, mare o tutor/a. Cada corredor i corredora participa sota la seva responsabilitat, manifesta que coneix el risc d'aquesta activitat i té la condició física suficient per afrontar la prova. Així mateix, manifesta que està al corrent i és coneixedor de les característiques, dificultats, distàncies i desnivells, explicats a [www.ues.cat](http://www.ues.cat) i que n'accepten els riscos que se'n puguin derivar.

#### **Sortida, arribada i recorreguts:**

4. La sortida i l'arribada és a la zona de Sant Julià d'Altura i just on comença el bosc de Can Deu. Els circuits estaran marcats amb guix al terra i cintes als arbres; així mateix hi haurà marcats els km amb estaques a terra. El punt de sortida i l'arribada també estaran marcades amb el mateix tipus d'estaques. Els circuits també estan disponibles, per a qui els vulgui descarregar, i amb indicació del lloc de sortida i arribada, a la web [www.ues.cat](http://www.ues.cat)
5. El recorregut del Cross és un circuit de 4 km al que s'haurà de donar una o dues voltes segons la inscripció feta.
6. El recorregut de la Marxa Nòrdica és un circuit de 5 km al que s'haurà de donar una o dues voltes segons la inscripció feta.

### Inscripcions:

7. Les inscripcions per a les dues activitats (Cross i Marxa Nòrdica) es poden fer online a [www.ues.cat](http://www.ues.cat), o presencialment a la UES i al CNS.
8. La donació per la inscripció serà de:
  - 5 € pels adults
  - 3 € als nascuts a partir de l'1 de Gener del 2009.
9. El termini màxim d'inscripció serà el dijous dia 19 de Novembre fins les 9 del vespre, sempre i quant el número de participants no sobrepassi els 200.
10. En tractar-se d'una activitat individual, semipresencial i en horari lliure, els participants assumeixen els riscos que se'n puguin derivar i hi participa lliurement sent coneixedors del circuit i del seu estat de forma física. Els organitzadors no es responsabilitzaran dels danys físics causats durant la participació de l'activitat.
11. Recomanem estar federat/ada FEEC, FEDME o equivalent.
12. En el seu vessant solidari el 100% de les inscripcions serà en benefici de la Marató de TV3.

### Dorsals:

13. El dorsal, ja sigui del Cross o de la Marxa Nòrdica serà enviat per correu electrònic el divendres 20 de novembre; cada participant se'l podrà descarregar i imprimir.
14. Si bé no és obligatori córrer la cursa/fer la caminada amb el dorsal, si que es recomanable portar-lo col·locat a la part davantera de la samarreta de forma que sigui visible.

### Cronometratge i classificacions:

15. El Cross 2020 serà una cursa no competitiva, no obstant es publicaran els temps dels i les participants. Per ser inclosos a les classificacions, cada participant haurà de gravar la seva cursa mitjançant una app o un dispositiu gps com: Sport Tracker, Wikiloc, Strava, Endomondo, Garmin, TwoNav, etc i enviar l'enllaç, foto o captura de pantalla al correu [crossdelsesquiadors@ues.cat](mailto:crossdelsesquiadors@ues.cat), amb el recorregut, temps i nom complet del participant. Aquest enviament es podrà fer des de les 11 h del dissabte 21 de Novembre, fins les 20 h del diumenge 22.
16. S'establiran 4 classificacions: de 4 i de 8km; femenina i masculina. Només es tindran en compte els temps de les persones que prèviament s'hagin inscrit.
17. Les classificacions del Cross es faran públics el dia 23 de Novembre a [www.ues.cat](http://www.ues.cat)
18. La caminada de Marxa Nòrdica no és competitiva i no hi haurà classificacions.

### Premis i sorteig d'obsequis:

19. Atès el format semipresencial del Cross dels Esquiadors no hi haurà premis als primers classificats.
20. Tots els inscrits en les dues modalitats Cross i MN entraran en el sorteig de diversos obsequis.
21. El dilluns 23 de Novembre, just abans de publicar les classificacions, es farà el sorteig de material donat pels comerços col·laboradors; els/les afortunades seran avisats personalment i els seus

noms seran publicats a [www.ues.cat](http://www.ues.cat) al mateix temps que les classificacions. Els obsequis es podran recollir a la UES a partir del dimarts 24 de Novembre.

22. El sorteig es realitzarà amb una aplicació random.

#### **General:**

23. En cas de suspensió total de la cursa virtual, per raons sanitàries o d'ordre major, l'import de la inscripció solidària no serà retornat en cap cas i aquest serà íntegrament destinat a la Marató de TV3.
24. L'organització no es fa responsable dels perjudicis morals o materials que puguin causar o causar-se als/les participants i espectadors, en el decurs de la cursa.
25. No hi haurà cap tipus de servies per als participants: ni ambulància, ni avituallaments, ni guarda-roba...
26. Referent a la protecció de dades facilitades pel corredor o corredora, la Unió Excursionista de Sabadell compleix amb la normativa vigent en Protecció de Dades Protecció de Dades de Caràcter Personal i el Reglament (UE) 2016/679 del Parlament Europeu i del Consell de 27 d'abril de 2016 (RGPD). Les dades personals seran incloses en el sistema de tractament de la UNIÓN EXCURSIONISTA DE SABADELL, amb NIF G58066598 i domiciliada al C/ Salut, 14-16 08202 de Sabadell, amb la finalitat de poder gestionar la inscripció al Cross dels Esquiadors. Les dades seran comunicades, en cas de ser necessàries, a federacions i a totes aquelles entitats amb les quals sigui necessària la comunicació, amb la finalitat de complir amb la prestació de servei ja mencionat. El fet de no facilitar les dades a les entitats anteriorment mencionades implica que no es pugui complir amb la presentació del servei. Podeu consultar tota la política de privacitat a [ues.cat](http://ues.cat)

#### **RECOMANACIONS**

1. Com arribar al punt de sortida? Atès que els pàrquings tant de l'àrea de pícnic de Sant Julià com del bosc de Can Deu estan tancats, es recomana utilitzar els carrers del barri de Can Deu propers al Bosc com a zona d'aparcament, o bé desplaçar-se fins al bosc caminant o amb el servei de bus.
2. Cal complir amb la normativa vigent de mobilitat, restriccions i ús de mascareta.
3. Recomanem fer la cursa/caminada de Marxa Nòrdica individualment o amb el grup de convivència.
4. Porteu aigua. No trobareu cap font.