

VIA PIRINENCA 2022

REGLAMENT DE PARTICIPACIÓ

El proper dissabte dia 2 de juliol, il·luminarem simultàniament més de 300 cims al llarg de tot el Pirineu amb una participació de més de 1500 excursionistes.

Utilitzant uns farells especials i llanternes frontals, crearem una línia de llum que recorrerà tota la serralada, de l'Atlàntic a la Mediterrània, per a reivindicar el dret a l'autodeterminació dels pobles.

Els cims s'agruparan per comarques. El dia de l'acció, a cada comarca hi haurà un responsable de zona. També s'habilitaran uns portals de pas (check-in), on s'entregaran els darrers materials i es donaran les últimes informacions pel correcte funcionament de l'activitat.

1. REGLAMENT
2. MATERIAL
3. CONSELLS

1. REGLAMENT

- 1.1. És una activitat lúdica. No és cap cursa on anem a córrer i encara menys una competició.
- 1.2. La inscripció és obligatòria dins el termini establert així com les condicions publicades, com l'assegurança d'accidents.
- 1.3. Cal participar de les reunions informatives (com a mínim un membre per equip) on l'organització convocarà als inscrits.
- 1.4. Cal complimentar tot el detall de dades d'ascensió en una fitxa d'assaig del cim, que l'organització us facilitarà i que haureu de retornar. Tots els membres del grup hauran d'assajar, dies abans, la ruta de cim en horari diürn.
- 1.5. Cal portar material i equip adients, aigua i aliments suficients, adequats a l'activitat.
- 1.6. Cal informar de qualsevol aspecte que pugui resultar d'interès per a l'organització i la seguretat de l'activitat. Notificar qualsevol incidència durant el transcurs de l'activitat segons l'operativa de comunicació indicada.
- 1.7. Qualsevol incidència, necessitat, intenció d'abandonar o requeriment, es notificarà immediatament al responsable de zona i no es prendran decisions ni accions de forma individual.
- 1.8. S'hauran de respectar i complir les indicacions establertes per l'organització, tant pel que fa a la seguretat, rutes d'ascens (tracks), aforament dels cims, horaris, etc, així com la normativa de l'Espai Natural Protegit on estiguen fent l'activitat.
- 1.9. Cal tenir experiència i coneixements per fer bivac i passar la nit dalt del cim.
- 1.10. Els cims s'han categoritzat en dos graus de dificultat: verd i vermell. L'organització exigirà l'experiència corresponent segons el cim escollit.
- 1.11. Ens cal prioritzar la prudència i seguir el Protocol de seguretat que facilitarà l'organització.
- 1.12. L'activitat pot ser ajornada i/o anul·lada, total i/o parcialment. L'organització intentarà ajornar-la i, en última instància, anul·lar-la si les circumstàncies ho aconsellen. En cap cas es farà la devolució dels diners de l'apadrinament i/o inscripció.
- 1.13. Caldrà complir amb les indicacions pel bon desenvolupament de l'activitat:
 - 1.13.1. Abans de començar l'ascensió és obligatori passar pel portal de pas (check-in) que se us hagi assignat a la Fitxa d'Assaig, per tal de recollir les últimes instruccions i materials.
 - 1.13.2. Específicament per aquesta acció Medi Natural no permet dur cap animal de companyia (gossos, gats, etc).
 - 1.13.3. Haureu d'aparcar al lloc assignat, amb el vehicle que consta a la Fitxa d'Assaig.



- 1.13.4. S'haurà d'avisar, via telefònica i/o emissora, que l'equip ha començat l'ascensió.
- 1.13.5. Cal fer molta atenció amb el soroll. No trenquem la pau i el silenci de la muntanya.
- 1.13.6. A l'últim punt on sabem que tenim cobertura telefònica avisarem d'on ens trobem al Centre de Coordinació (CECOR).
- 1.13.7. En arribar al cim farem una comunicació amb el CECOR, si ens és possible.
- 1.13.8. Al farell (cilindre de LEDs) li haurem d'aplicar el filtre que l'organització us haurà entregat.
- 1.13.9. Encendrem el farell a l'hora que us indicarem a la Fitxa d'Assaig.
- 1.13.10. Apagarem el farell a l'hora que us indicarem a la Fitxa d'Assaig.
- 1.13.11. Informarem al CECOR que comencem el descens.
- 1.13.12. De tornada, passarem altra cop pel portal de pas a retornar el material, donant per finalitzada l'activitat (hi comunicarem les incidències que no haguem pogut transmetre al CECOR).

2. MATERIAL

2.1. Material recomanat: calçat de muntanya adient al terreny i el cim escollit (recomanada bota), jaqueta paravent i impermeable, peça d'abric (polar o similar), protecció solar, barret, guants, ulleres de sol, llum frontal amb piles de recanvi, aigua (1'5 a 2 litres), menjar adequat, motxilla amb capacitat, bastons, equipament per fer bivac (sac de dormir, màrrega).

2.2. Comunicacions: mòbils amb bateria i carregador.

2.3. Cal practicar, assajant prèviament, el muntatge i desmuntatge del Farell per assegurar-ne el bon funcionament (no perdem els cables!).

2.4. Obligatori portar una farmaciola personal amb manta tèrmica.

2.5. Mapa, descripció del recorregut i ruta d'ascensió (o GPS).

2.6. Porteu càmera de fotos o vídeo, o un telèfon mòbil. Captureu les imatges en horitzontal de la forma més estable que pugueu.

3. CONSELLS

- 3.1. Valorar la forma física i experiència en relació al cim escollit. N'hi ha de totes les dificultats i exigència física. Escull l'adequat!
- 3.3. En cas de fatiga, si decideixes abandonar o pateixes una lesió, informa al responsable de zona! No facis cap acció o prenguis decisions de forma individual!
- 3.4. Hidrata't bé el dia abans i durant l'activitat. Es recomana anar bevent abans de tenir set, poca quantitat i sovint.
- 3.5. Intenta menjar cada dues hores, evitant aliments pesats o grans quantitats.
- 3.6. Protegeix-te del sol! Crema solar, ulleres, barret.
- 3.7. Aneu sempre acompanyats. A les pujades feu les passes més curtes i manteniu un ritme adequat.
- 3.8. Si pateixes algun problema, dolor o cansament, no forcis! Informa al responsable de zona i segueix les seves indicacions.
- 3.9. No corris! Vigila de no tirar pedres sense voler i avisa a la resta de participants de qual-sevol perill.
- 3.10. Deixa una distància de seguretat (d'uns 2-3 metres) en fortes pujades, per evitar cops accidentals amb bastons, i a les baixades, per poder veure bé el terreny i anticipar-nos.
- 3.11. Si veus o tens coneixement d'alguna incidència avisa ràpidament al responsable de zona.
- 3.12. Respecta el Medi Natural. No deixis rastre del teu pas! La brossa amb tu i després als contenidors. Si pots, també recull la que et trobis.
- 3.13. Intentem mantenir un ambient festiu i lúdic entre tots!