



REGLAMENT MARXA CINGLES 2023

- La marxa té una distància aproximada de 35 km i la caminada d'uns 17 km, entre pistes, corriols i un petit tram d'asfalt.
- El recorregut estarà senyalitzat amb cintes blanques i grogues amb el logotip de la FEEC en tot el seu recorregut.
- És disposar de cinc o tres avituallaments segons la modalitat escollida, un esmorzar a la meitat del recorregut, i un refrigeri i obsequi a l'arribada.
- És OBLIGATORI que cada participant porti got per als avituallaments.
- Es recomana descarregar la ruta a seguir, per si s'escau qualsevol incidència de darrera hora, relacionada amb el marcatge.
- Els menors de 16 anys, han d'anar acompanyats d'una persona adulta durant tot el recorregut, que sota cap circumstància podrà continuar la prova sense el menor.
- Els participants que vulguin abandonar la caminada ho han de notificar obligatòriament a qualsevol membre de l'organització.
- El darrer control per als participants, es tancarà a les 14'30h. a l'arribada.
- Un equip escombra sortirà a les 6'30h des de Sant Feliu de Codines amb l'arribada a les 15h a l'Ametlla del Vallès, i serà l'encarregat d'anar retirant la senyalització i de tancar els controls de pas a l'hora estipulada.
- No es permet portar mascotes als autocars.
- Els/les participants autoritzen la reproducció d'imatges seves, en el cas de difondre aquesta activitat.
- L'organització no es fa responsable dels accidents o danys que puguin rebre o produir els participants.
- L'entitat es reserva el dret d'efectuar les oportunes modificacions si calguessin.
- El mal temps mai no serà motiu de suspensió de la marxa, si bé l'organització podrà suspendre-la si ho considera oportú, en aquest cas es reemborsarà la totalitat de l'import de la inscripció.
- En cas de qualsevol problema o incidència durant i referent a la caminada es pot comunicar al mb. 609.511.583

Material obligatori durant tota la marxa:

- Motxilla, ronyonera o similar, calçat de muntanya amb sola antilliscant i equipament personal.
- Recipient per a la reserva mínima d'un litre d'aigua, que es podrà reomplir en cada avituallament.
- Gots pels avituallaments.
- Mòbil amb bateria carregada.
- Frontal amb piles de recanvi, pel que realitzin la marxa de 35km.

Obligacions del participant:

- Dur la polsera en tot moment, i portar el DNI, que haurà de ser presentada a qualsevol membre identificat de l'organització que ho sol·liciti.
- Si trobem filats amb passos cal deixar-los tancats.
- Ser respectuós amb l'entorn.

L'Ametlla del Vallès, 11 d'abril de 2023