

Organització:

•••La UNIÓ EXCURSIONISTA DE CATALUNYA DE SANTS organitza la **XII Caminada Sants-Montserrat**, puntuable pel Circuit Català de Caminades de Resistència 2023, de la F.E.E.C. (22 punts). Té per objectiu fer el recorregut que separa la plaça de Sants de Barcelona a la plaça del Monestir de Montserrat per camins de muntanya.

El recorregut és de 64,3 Km. amb 2.218 m. de pujada i 1.625 m. de baixada aproximadament.

El guiatge es farà a través de diversos tipus de senyals (es faran públics a la presentació de la caminada i a la sortida).

La sortida es donarà a les 17 h. del dissabte 6 de maig des de la plaça de Sants i l'arribada serà el 7 de maig a la plaça del Carme del Monestir de Montserrat. El control d'arribada es tancarà a les 13 h.

Hi haurà 8 avituallaments.

Inscripcions:

Dates:

- **27 de març al 2 d'abril** seran exclusivament per federats
- **3 d'abril al 5 de maig**, estaran obertes a tothom.
- **El dimecres 26 d'abril, a les 19:30h**, presentació de la SM23 i inici de l'entrega de material. Es podrà recollir el material fins al 5 de maig, de 19h a 21h. a la seu de l'entitat. Qui no ho faci podrà recollir-ho a la sortida.

Preus:

- **24€** pels socis de l'Entitat organitzadora, amb llicència en curs de la FEEC.
- **28€** pels participants, no socis, en llicència en curs de la FEEC o altres entitats adherides a la UIAA amb conveni amb la FEEC.
- **32€** pels socis de l'Entitat organitzadora no federats
- **37€** pels participants no socis i no federats.

(Amb dos últimes opcions Inclou assegurança temporal per l'activitat).

Lloc i forma de pagament:

Les inscripcions es faran a través de la pàgina web a l'apartat Sants-Montserrat. En prémer sobre "Inscripció a la Sants-Montserrat 2023" s'obrirà la pàgina d'inscripció oficial de la FEEC on haureu d'escollir la "XII Caminada Sants-Montserrat", omplir el formulari corresponent i pagar a través del TPV que hi ha a la mateixa pàgina. La llista d'inscrits definitiva, sortirà a la nostra web: a l'apartat Sants-Montserrat.

L'últim dia per fer la inscripció o l'ingrés serà el 5 de maig.
L'organització es reserva el dret d'admetre inscripcions el dia 6 de maig però el preu serà de **42 €** sense cap mena de bonificació.

El fòrum de participació resta limitat a 300 participants. L'organització es reserva el dret a ampliar-lo si ho creu convenient.

Reglament:

1 - L'edat mínima per poder participar és de 16 anys el dia de la prova. Els menors de 18 anys estan obligats a lliurar una autorització paterna.

Els menors de 18 anys a la data de la prova estan obligats a anar acompanyats d'un adult durant tot el recorregut i el dret d'admissió recaurà a criteri de l'entitat.

Si un menor de 18 anys abandona la caminada, el seu acompanyant no podrà continuar sota cap circumstància

2 - L'organització considera que el sol fet d'inscriure's a la caminada significa que el participant disposa d'un nivell de condició física i salut suficient per afrontar la prova i que, per tant, **participa a la caminada sota la seva responsabilitat**. L'organització té potestat per sol·licitar als participants un certificat mèdic o prova de esforç que constati el bon estat de salut d'aquest.

3 - **És obligatori dur motxilla, got, manta tèrmica, telèfon mòbil activat, llanterna, piles de recanvi (les piles gastades es podran deixar als controls) i calçat adequat per a camins de muntanya. Es recomana dur roba d'abric i aigua. Al control de Can Pupinet, Km. 30 aproximadament, l'organització oferirà un sopar, però NO s'oferiran ni plats ni coberts.** De conformitat amb l'article 123 del Reglament General de Circulació obligatori que cada participant porti encesa la llanterna quan circuli fora de les poblacions per una calçada o vorera, o quan la creui. A més a més, **l'organització obliga a portar una armilla i/o element reflectant homologat.**

4 - L'itinerari serà totalment senyalitzat amb marques. A la presentació de la prova i a la sortida es publicaran els tipus de senyals que hi haurà a cada tram. **Recomanem, però, portar el trac de la ruta carregat al mòbil o GPS, estarà disponible el trac oficial a la nostra pagina web.**

5 - Els participants poden invertir com a **màxim 20 hores** a fer el recorregut. S'ha de fer pel traçat senyalitzat. Per aquest motiu s'establiran els controls que es considerin adients, possibilitant així, la revisió del material obligatori (punt 3 d'aquest reglament) a qualsevol punt de la caminada. El participant que no compleixi la

norma se li retirarà la targeta de ruta i quedarà exclòs de la caminada.

6 - La targeta de ruta s'ha de segellar a tots els controls que hi hagi al llarg del recorregut i s'ha de lliurar al control d'arribada sense desperfectes. A la sortida serà obligatori signar i entregar la solapa dreta del full de ruta que dona per assabentats d'aquest reglament a tots els participants.

7 - Tots els inscrits tindran dret a vuit avituallaments i una samarreta commemorativa.

8 - L'organització no es fa responsable dels accidents o danys que puguin rebre o produir els participants, però vetllarà per evitar-los. Així mateix l'entitat organitzadora no es farà responsable dels danys derivats o ocasionats que no estiguin garantits en l'assegurança de la llicència esportiva.

9 - Els participants que tinguin el propòsit d'abandonar la caminada, tenen l'obligació de comunicar-ho a qualsevol membre de l'organització.

10 - En cas d'abandonament, els organitzadors no tenen cap obligació de traslladar els participants a llocs amb transport públic. No obstant, en els controls d'avituallament, es facilitarà els horaris de l'empresa de transport public corresponent, en el cas que n'hi hagi.

11 - L'equip escombra sortirà puntualment a les 17,30 del hores del dissabte i serà l'encarregat de tancar oficialment els controls i la caminada. Els participants superats per l'equip escombra quedaran fora de la prova i de tota responsabilitat de l'organització. Tenen potestat, junt en els serveis mèdics de la caminada, per excloure de la caminada aquells participants que es puguin considerar en risc per simptomatologies que s'apreciïn: Fatiga, lesions articulars, lesions de peus o altres.

12 - El mal temps no serà obstacle per dur a terme la prova, però podria ser modificada o anul·lada abans de la sortida o durant el transcurs, si l'organització ho considerés oportú.

13 - Els participants hauran de seguir les indicacions donades per qualsevol membre de l'organització o indicades amb rètols al llarg del itinerari. En cas de desobeir les directrius de seguretat, el marxador serà desqualificat.

14 - Els participants hauran de comunicar al control més proper qualsevol accident que hagin observat. En cas de no fer-ho, el marxador serà desqualificat de la prova.

15 - S'ha de tenir un respecte absolut per les normes esportives més essencials de companyonia, de respecte a la natura i a les propietats, masies i conreus per on passi la caminada. Incomplir aquest article, així com la detecció de dopatge, serà motiu de desqualificació. A causa de passar per finques privades on poden haver-hi animals en llibertat no es permet participar amb mascotes.

16 - De conformitat amb la Llei Orgànica 15/1999 de 13 de desembre, de Protecció de Dades de Caràcter Personal, les dades facilitades pel participant en la inscripció seran tractades per la Unió Excursionista de Catalunya de Sants amb la finalitat de gestionar les inscripcions i classificacions de la Caminada Sants – Montserrat, així com per mantenir-lo informat de les properes edicions d'aquesta activitat. Es poden exercir els drets d'accés, rectificació i cancel·lació mitjançant comunicació escrita adreçada a Unió Excursionista de Catalunya de Sants, carrer Jocs Florals, 51 - 53 baixos, 08014 de Barcelona. Així mateix i d'acord als interessos promocionals de la Caminada Sants - Montserrat (reproducció de fotografies de la prova, publicació de llistats classificatoris, etc) mitjançant qualsevol dispositiu (Internet, publicitat, etc) i sense límit temporal, els inscrits cedeixen de manera expressa a l'organització el dret a reproduir el nom i cognoms, el lloc obtingut a la classificació general i la seva imatge.

17 - Aquest reglament ha estat fet seguint la normativa de la CCCR de la FEEC i el fet d'inscriure's a la caminada representa l'acceptació total d'ambdós.

Transport:

Per tal de facilitar la tornada a Barcelona, l'organització te previst posar autocars des de Montserrat, previ pagament de **12 €** junt amb la inscripció. L'horari aproximat de sortida serà a les 7,30 h. i a les 12 h.

Seguretat:

1 - La comunicació amb els controls, l'equip escombria i l'arribada serà assegurada amb aparells telefònics. L'organització estarà en contacte amb els grups de rescat i assistència sanitària pertinent (Creu Roja, GRM, bombers, etc.) per poder facilitar l'evacuació en cas d'accident. Si en algun moment es perden els senyals, es recomana tornar enrere i retrobar novament l'itinerari.

2 - Trams i cruïlles amb transit rodat: En els trams amb transit rodat s'ha de respectar el codi de circulació i portar ben visible l'equipament de senyalització amb elements lluminosos o reflectants quan sigui de nit o en condicions de baixa visibilitat. Val a dir que tots aquets punts estaran degudament senyalitzats per l'organització, estan informats de la caminada els organismes Oficials i Transit.

Classificacions:

Seràn classificades aquelles persones que arribin a Montserrat dins del temps màxim i havent segellat tots els controls a la targeta de ruta. **No es tindrà en compte el temps invertit en la marxa.**

Hi haurà dues classificacions pels federats, individual i per entitats (segons normativa CCCR). Hi haurà una tercera classificació general on hi figuraran tots els participants arribats.

La llista de classificats es publicarà el dijous 12 de maig a la pàgina web de la UEC de Sants (www.uecsants.cat). S'admetran reclamacions només per escrit i signades fins a les 00:00 hores del dia 31 de maig de 2023.

Tots els participants que hagin finalitzat la caminada tindran dret a rebre un diploma que es donarà a l'arribada.