



ZONA PARKING I PUNT DE SORTIDA DE LA MARXA: Pavelló polivalent de Madremanya.

- **SORTIDA** a partir 8h: La sortida és lliure un cop recollit la polsera de participant . Els participants del recorregut llarg i mitjà que recomanem a corredors, i vulguin fer una sortida conjunta esperar a sota l'arc de meta de sortida i donarem la sortida per fer un inici més competitiu o més similar a una cursa.
- **TANCAMENT** de la marxa, a la 13,30h fem tancament de la marxa i recollida de l'avituellament final - obsequis i tancament pavelló.
- **AVITUALLAMENTS**: No garantim la presència dels avituallaments en cas de sortir molt abans de les 8h del matí, i tampoc podem demanar tota la representació de productes d'avituellament en cas de sortir molt tard. En aquest cas mirar de no sortir més tard de les 9h, ho podeu trobar que hem recollit algun avituallament o hem esgotat la fruita o aigua. El recorregut curt té 1 avituallament sòlid - líquid i el final de l'esmorzar en el pavelló. Els recorreguts mitjà i llarg tenen 3 avituallaments sòlid-líquids, més l'avituellament final que teniu en el pavelló on donem l'esmorzar.
- **RECOLLIDA ANTICIPADA POLSERA I OBSEQUI**: Dissabte tarda de 19h a 20h en el bar del CIR (LOCAL SOCIAL DE MADREMANYA, DAVANT PAVELLÓ), es pot recollir de manera anticipada polsera identificativa i obsequi de la Marxa per evitar aglomeracions el diumenge matí.
- **OBSEQUI**: L'obsequi d'aquesta edició 2023 és una camiseta tècnica de la marca de running 361º, no podem garantir la talla correcte per tothom, recordeu que estem parlant de 800 inscrits i molts de manera presencial el mateix dia. Si es pot fer la recollida anticipada el dissabte vespre de 19h a 20h en el CIR o a primera hora el dia de la sortida doncs molt més àgil i millor per aconseguir la talla més concreta.
- **INSCRIPCIONS**: Inscripció limitada a 800 participants, online a www.curses.cat i presencial en el mateix pavelló polivalent a partir de les 7h del matí amb un recarreg de 2€.
- **ZONA SERVEIS**: Abans de la sortida podeu trobar servei de bar obert i lavabos en el CIR (LOCAL SOCIAL DE MADREMANYA, DAVANT PAVELLÓ).
- **ELS CORREGUTS**, distància curta apte per tots els nivells i edats són 8km amb un avituallament a la meitat i amb poc desnivell. Recorregut mitjà de 15km i llarg de 20 km són exigents amb un desnivell considerable i zones de certa dificultat tècnica on tenim cordes o

escales per pujar o baixar. Demanem pels 2 recorreguts llargs un bon estat físic per poder gaudir més del recorregut sense dificultats. Altre opció els que facin la llarga i no tenen un bon dia poden girar en el segon avituallament i punt de control cap el recorregut de 15 km.

- Recordem que és una marxa popular, no hi ha classificacions ni podis en cap dels 3 recorreguts anunciats.
- **SORTEIG DE MATERIAL:** tenen dret a participació en el sorteig de material tothom que estigui inscrit i finalitzi el recorregut. Informarem i penjarem els números de polsera guanyadors a dins el pavelló zona d'avituellament final i esmorzar.
- **L'ORGANITZACIÓ** és reserva el dret de modificar horaris o recorregut si hi ha causes imprevistes o de meteo que ho facin convenient.
- Es pot **PARTICIPAR AMB GOS**, sempre que vagi lligat i en cas de raça perillosa o gos conflictiu amb morrió. Els participants del recorregut mitjà i llarg no poden participar amb gos pel tipus de terreny tècnic i dificultat del recorregut. Qui vol participar amb gos ha de fer el recorregut curt per no tenir problemes en zones que es puja o baixa per cordes o escales per on passen els 2 recorreguts més llargs.
- **Drets d'imatge:** Els inscrits cedeixen de manera expressa a l'organització, i sense límit temporal, el dret a reproduir la seva imatge en qualsevol tipus de reportatge o foto en xarxes socials de l'organització.
- En omplir el formulari de la inscripció entenem que us considereu suficientment informats d'aquest reglament i que accepteu aquestes condicions. Tramitar la inscripció d'aquesta marxa implica la total acceptació d'aquest reglament.