



REGLAMENT PUIGGRACIÓS XRACE 2019

El Puiggraciós Xrace (d'ara endavant PGX) és una prova de 11, 21 o 32 quilòmetres), organitzada per 480RUN.

Amb sortida i arribada L'Ametlla del Vallès (Barcelona) la prova tindrà lloc el dia 17 de març de 2019.

1. REQUISITS DELS PARTICIPANTS

Per participar a la prova s'han de complir els següents requisits:

- El mínim d'edat per participar és de 15 anys, es permet la participació només a la cursa d'11 k. i hauran de portar consentiment del pare/mare/tutor, el qual s'haurà de recollir i lliurar en el moment de recollir el dorsal, adjuntant fotocòpia del DNI o passaport de l'adult i conèixer i acceptar les condicions del reglament.
- Estar perfectament informat sobre què és el PGX i disposar dels coneixements, experiència, material i dels nivells físic i psicològic necessaris per a poder suportar i superar possibles problemes relacionats amb la resistència, desnivell, geografia i l'entorn salvatge de l'esdeveniment, tals com: la fatiga, els problemes digestius, els problemes musculars i en articulacions, les contusions, ferides lleus, el fred, la pluja, neu, boira, calor ... etc.
- Realitzar correctament tots els passos i requisits per a la inscripció.
- Acceptar les condicions i normativa del PGX.
- Mitjançant aquest punt anterior els participants inscrits a la PGX declaren entre d'altres punts, que participen de forma voluntària, sota la seva responsabilitat, i reunint les condicions físiques i de salut necessàries per participar en una prova d'aquestes característiques.
- Els participants que no disposin de targeta federativa oficial de muntanya estan obligats a tramitar una assegurança, la vigència es limitarà al dia de la prova i que tramitarà la mateixa organització, amb un cost extra per al participant de 3 €.
- L'organització es reserva el dret d'excloure de la PGX, fins i tot abans de l'inici d'aquesta, a aquells participants la conducta entorpeixi la gestió i / o bon desenvolupament de la mateixa, de la mateixa manera que també podrà realitzar excepcionalment admissió que no compleixin alguns dels requisits anteriors.

2. INSCRIPCIONS.

(2.1) Límit de places per a la PGX 2019 és de 500 places repartides en:

La PGX de 32k disposa de 150 places repartides en:

- 100 places: Obertes a tothom amb inscripció directa des de www.480run.com a un preu de 27,00 € per corredor + 3 € d'assegurança d'accidents.
- 50 places reservades per a l'organització.
La PGX de 21k disposa de 150 places repartides en:



- 100 places: Obertes a tothom amb inscripció directa des de la www.480run.com a un preu de 19 € per corredor + 3 € d'assegurança d'accidents.
- 50 places reservades per a l'organització.
La PGX d'11k disposa de 200 places repartides en:
- 150 places: Obertes a tothom amb inscripció directa des de la www.480run.com a un preu de 16 € per corredor + 3 € d'assegurança d'accidents.
- 50 places reservades per a l'organització.
L'Organització es reserva el dret a ampliar o reduir el nombre de places a cobrir per motius de seguretat o per altres motius que puguin afectar el bon desenvolupament de l'esdeveniment. Si això passa, aquesta modificació serà anunciada amb suficient antelació al Facebook o a www.480run.com. Una vegada realitzada i acceptada la inscripció a la PGX, no es retornarà l'import de la inscripció, en cap cas, excepte si es donen les condicions de l'article 7.2
(2.2) Llista d'espera
Durant la inscripció, si s'esgoten els dorsals s'haurà d'escollir si es vol entrar o no a la llista d'espera.
- En cas que quedi una plaça vacant, l'Organització contactarà per email al primer de la llista d'espera per a oferir l'opció de formalitzar la inscripció. Si quedés una segona plaça lliure, es contactaria al segon de la llista d'espera, i així successivament.
- Una vegada el primer candidat de la llista d'espera entre en la llista d'inscrits, el segon candidat de la llista d'espera passarà a ser el primer de la llista i per tant el proper a ser contactat en cas de plaça vacant.
- Formar part de la llista d'espera NO implica haver pagat un dipòsit, simplement un cop atorgats els dorsals la pàgina web acte automàticament i a petició de l'usuari et s'inscriu en aquesta llista.

3. PUNTS DE CONTROL, AVITUALLAMENTS I ASSISTÈNCIA

- Cada participant haurà de seguir tot el recorregut marcat, sense saltar-se les senyals i passant per tots els punts de control.
- A més dels controls fixos indicats a la web oficial www.480run.com l'Organització pot situar controls "mòbils" en qualsevol punt del recorregut.
- Cada participant està obligat a atendre les peticions i preguntes de qualsevol comissari, metge, infermer o responsable d'avitualla llamiento ja sigui en controls estipulats o en qualsevol altre punt del recorregut.
- Els participants podran tenir assistència personal en qualsevol avituallament, però cal tenir en compte que els accessos en cotxe a alguns avituallaments poden estar tallats per raons de seguretat o mal estat dels camins. L'Organització únicament garanteix l'accés en cotxe als avituallaments accessibles per carretera asfaltada.
- En algun punt d'avituallament hi haurà una hora de tancament determinada, sent requisit indispensable passar abans de l'hora de tancament establerta per poder seguir en la prova. Aquests horaris es publicaran en www.480run.com

- Cada avituallament disposarà d'aliments i begudes que variaran en funció del quilòmetre on es trobi. Els productes dels avituallaments es podran consultar a la web.
- Els aliments i begudes han de ser consumits en l'avituallament mateix en quantitat suficient per garantir suficients reserves energètiques per poder arribar al proper. Cada avituallament, té un principi i final del mateix, no es podrà llençar embolcalls i similar fora d'aquests llocs marcats per l'organització.
- Per utilitzar l'avituallament serà requisit imprescindible portar posat el dorsal.
- A l'arribada a L'Atmella, els participants disposaran d'una zona dotada amb menjar calent, servei mèdic, massatges, etc

4. SERVEI DE GUARDA ROBA

L'Organització també posarà a disposició dels participants un servei de guarda roba permanent a la zona de lliurament de dorsals perquè puguin deixar aquell material que desitgin tenir en arribar. Aquest material ha d'estar en una bossa o motxilla que s'identificarà amb una etiqueta facilitada per l'Organització.

Igualment en aquest cas l'Organització no comprovarà l'estat de la borsa ni del material del seu interior, de manera que igualment no atindrà reclamacions per ruptura de la mateixa i/o del material del seu interior, ni per la pèrdua dels objectes que contingui. Per això es recomana que tant la borsa com el material del seu interior no siguin fràgils ni de valor i que el tancament de la borsa estigui ben assegurat per evitar pèrdues.

La borsa es podrà recollir fins el tancament de la carrera, un cop passat aquest horari, l'organització, no es fa responsable del material dipositat al guarda roba.

5. SEGURETAT I ASSISTÈNCIA MÈDICA

Durant tota la prova hi haurà diversos equips mèdics i de seguretat interns que estaran coordinats amb protecció civil, policies locals i per la direcció central de la PGX, situada a zona esportiva de L'Ametlla del Vallès. Per defecte aquests equips estaran distribuïts entre els diferents avituallaments i el corredor podrà sol·licitar la seva ajuda o assistència mèdica en cas de necessitar-la.

Tots els corredors s'han de sotmetre al judici del metge sempre que aquest ho sol·liciti, sent la valoració de l'equip mèdic la qual prevalgui davant qualsevol altra, de manera que els metges i infermers podran:

- Eliminar de la prova (anul·lant el dorsal) a tot corredor que considerin no apte per continuar.
- Ordenar l'evacuació de qualsevol corredor a qui considerin en perill.
- Ordenar l'hospitalització de qualsevol corredor quan aquesta es consideri

necessària.

La direcció de carrera mai qüestionarà el criteri o les decisions mèdiques preses pels equips mèdics.

EMERGÈNCIES EN EL RECORREGUT

Tots els corredors estan obligats a socórrer a qualsevol altre participant que ho necessiti, dins de les pròpies capacitats i coneixements. No fer-ho implicaria incórrer en un delictes greu per omissió de socors, estipulat per la llei. En el cas que el mateix corredor o un company no pugui arribar a un avituallament pel seu propi peu a causa d'una emergència mèdica o de qualsevol altre tipus, s'hauran de seguir les següents instruccions):

- Si hi ha cobertura de mòbil: Trucar al telèfon indicat darrere del dorsal, descriure la situació i seguir les instruccions que s'indiquin.



- Si no hi ha cobertura de mòbil: Trucar al 112 i indicar: que som participants del PGX .
 - Punt aproximat en què ens trobem.
 - Problema o emergència mèdica que ens afecten.
 - Nom i número de dorsal, propi o del pacient (en cas de assistir).
Cal tenir en compte que la major part del recorregut de la PGX passa per zones on només es pot accedir a peu, el que significa que els equips mèdics i / o de rescat poden trigar fins i tot hores a venir a buscar-nos.
Per això, cal que:
 - Únicament si és possible ens desplaçarem a un punt en què tinguem cobertura telefònica sempre dins del recorregut marcat, per poder estar en contacte permanent i directe amb Direcció de Cursa.
 - Tenir en compte que un cop demanada l'ajuda es mobilitzaran una sèrie de mitjans d'acord amb la informació transmesa i que per tant la informació que facilitem serà molt important.
 - NO podrem sortir mai del camí marcat, ja que això dificultaria la nostra localització.
 - A l'hora de planificar el material hem de preparar per a situacions de pas molt lent i fins i tot de llarga espera en condicions meteorològiques adverses.
 - Haurem avisar de qualsevol canvi que es produeixi entre el moment de la trucada i de la nostra localització per part dels equips d'emergència.
- 6. ABANDONAMENT I EVACUACIÓ**
- No està permès abandonar fora d'un avituallament, amb l'excepció que el corredor estigui ferit o lesionat. Un cop a l'avituallament, el corredor comunicarà la seva voluntat d'abandonar la prova al responsable de l'avituallament, perquè aquest li anul·li el dorsal. Cal tenir en compte els següents punts referents a l'evacuació:
- Únicament en alguns avituallaments, indicats com a punts d'abandonament, existiran mitjans de transport per evacuar els corredors dors que abandonin.
 - En el cas d'abandonar passat un punt d'abandonament caldrà tornar al punt en qüestió i comunicar la retirada al responsable del control. Si en el camí de tornada el corredor es troba amb la "patrulla escombra" que tanca la prova, serà aquesta la que li invalidarà el dorsal.
 - En el cas que el corredor no pugui arribar pel seu propi peu al punt d'abandonament més proper, podrà esperar en el avituallament on es trobi fins al seu tancament, per tornar amb els mitjans de què disposi el personal d'aquest avituallament.
 - En cas de condicions meteorològiques desfavorables que obliguin a la parada total o parcial de la prova, l'Organització garanteix l'evacuació en el menor temps possible.
- MESURAR LES FORCES:** Quan ens trobem en un avituallament hem de mesurar molt bé quines són les nostres forces i sobretot, com ens queda per arribar al proper punt d'abandonament. No hem d'aventurar-nos a continuar si no estem convençuts que podem arribar al proper punt.

Aquells que tinguin assistència pròpia hauran de tenir en compte que els accessos a alguns avituallaments podran estar tallats per raons meteorològiques, i per tant s'han de mantenir informats a través del web, o Facebook.

ASSEGURANÇA D'ACCIDENTS: En cas que l'Organització consideri necessària l'ajuda d'un helicòpter o d'un equip extern per realitzar un rescat, les despeses associades aniran a càrrec de l'assegurança que el corredor ha declarat tenir durant la inscripció, ja sigui llicència federativa (FEEC o equivalent autonòmic habilitat per la FEDME, ISF o UIAA), o la contractada durant la inscripció (en aquest cas l'Organització farà els tràmits pertinents). Si el participant ha declarat estar en possessió d'una llicència que en realitat no té, l'Organització no es farà càrrec de les despeses del rescat.

7. MODIFICACIÓ DEL RECORREGUT, TEMPS DE PAS O SUSPENSÍO DE LA PROVA

En cas de males condicions meteorològiques o de causes de força major, l'Organització es reserva el dret de suspendre, neutralitzar o modificar les franges horàries i/o el recorregut de la prova.

(7.1) Modificació del recorregut / temps de pas i neutralització / suspensió.

Durant la setmana prèvia a la prova i en base a les previsions meteorològiques del moment, l'Organització podrà començar a avisar sobre els possibles canvis que es puguin produir.

La decisió definitiva s'anunciarà durant el briefing de dissabte (consulteu lloc i hora al programa).

Aquesta mateixa informació es facilitarà simultàniament a través de xarxes socials i web oficials de la PGX per a aquells que no puguin assistir al briefing.

En el cas que durant el dia de la prova les previsions siguin pitjors a les previstes anteriorment i es consideri que posen en perill els corredors independentment del material que utilitzen (tempesta elèctrica, falta de visibilitat, nevades o gel abundants, etc), es pot retardar la sortida o aturar / neutralitzar la prova, si aquesta ja està en marxa. Si les condicions no milloren passades unes hores se suspendrà definitivament la PGX

(7.2) Suspensió de la prova abans de la data prevista.

En cas d'anul·lació de la prova per causes de força major i amb una antelació de més de 7 dies respecte a la data de sortida, es realitzarà una devolució parcial de l'import de la inscripció. El percentatge d'aquest import variarà en funció de la data de la suspensió i per tant de les despeses ja realitzades.

En el cas que aquesta anul·lació ocorri durant els 7 dies anteriors a la sortida de la PGX i per causes alienes a l'Organització, o en cas de suspensió de la prova un cop realitzada la sortida, no es contemplarà cap reemborsament.

8. PENALITZACIONS I RECLAMACIONS

Les penalitzacions descrites en la següent taula seran aplicades en el lloc i moment en què es cometin les faltes. Les persones autoritzades per sancionar podran ser els comissaris, metges i responsables de cada avituallament o punt de control.

Les penalitzacions que impliquin una sanció de temps s'hauran de complir en el mateix punt on s'hagi produït la infracció i davant del responsable sancionador. No complir aquesta penalització significaria incórrer en una falta de "desobediència de les ordres dels comissaris, responsables d'avituallament, metges o infermers", penalitzada amb la desqualificació.

Taula de penalitzacions

DESCRIPCIÓ DE LA FALTA (De major a menor gravetat)

PENALITZACIÓ

- Omissió d'auxili a una altra persona. Desqualificació i prohibició de participar en futures edicions
- Abandonament sense haver-ho notificat a l'Organització en el moment de la suspensió.
- Desqualificació i prohibició de participar en futures edicions.



- Cedir el dorsal / xip a una altra persona perquè ens rellevi durant part de la prova o perquè la faci sencera. Desqualificació i prohibició de participar en futures edicions per al propietari original del dorsal.
- Conducta antiesportiva cap a altres atletes o cap a l'Organització.
DESQUALIFICACIÓ
- Desobediència de les ordres dels comissaris, responsables d'avituallament, metges o infermers.
- Manca l'equip obligatori o negar-se a realitzar una inspecció de material.
- Negar-se a sotmetre a un control mèdic.
- Saltar-se un control de pas.
- Sortir del recorregut marcat retallant la distància del recorregut 1 hora: 1er avis
Desqualificació: 2n avis
- Llençar residus en zones no habilitades voluntàriament o qualsevol tipus de conducta que pugui alterar el medi natural. 1 hora: 1er avis Desqualificació: 2n avis.
- Assistència individual fora de les zones d'avituallament. 1/4 hora: 1er avis
Desqualificació: 2n avis
- Realitzar 100m o més acompanyat d'una persona sense dorsal i amb clares intencions d'ajudar al corredor. 1/4 hora: 1er avis desqualificació cació: 2n avis
- Sortir del recorregut marcat NO retallant o fins i tot augmentant la distància del recorregut. Es valorarà la penalització segons les causes.

9. JURAT DE COMPETICIÓ

Totes les reclamacions s'hauran de presentar per escrit omplint un formulari que es podrà recollir a la zona d'arribada, previ pagament d'una fiança de 50 € (en efectiu), que seran retornats en cas de resolució favorable per al corredor. Cada reclamació serà estudiada i resolta pel jurat de competició que estarà format per:

- El director de carrera
 - El director esportiu
 - El responsable del crono
 - Un corredor escollit a l'atzar i acceptat per ambdues parts
- No es pot presentar cap recurs contra la resolució del jurat de competició.
Els terminis per presentar una reclamació i el temps de resolució de la mateixa variaran d'acord amb la gravetat de la falta i l'efecte que la resolució pugui tenir en la classificació:
Reclamacions per faltes amb penalitzacions de desqualificació: S'hauran de presentar com a màxim 2h després del tancament de la PGX.
- La resolució es prendrà en un termini màxim de 7 dies.
 - En cas de resolució favorable al corredor, es retornarà la fiança + l'import de la inscripció i en cas contrari no es retornarà cap import.
 - Reclamacions per faltes amb penalitzacions de temps: S'hauran de presentar com a màxim 2h després que el corredor passi per la Meta.

- En cas de resolució favorable al corredor, se li retornarà la fiança i es restarà el temps de penalització aplicat. En cas contrari no es retornarà l'import ni es modificarà el temps.
- Els terminis per a la resolució d'aquest tipus de faltes són els següents:
- Abans del lliurament de premis: En el cas que la resolució afecti la classificació dels corredors premiats.
- En un termini màxim de 7 dies: En el cas que la resolució no afecti la classificació dels corredors premiats i sempre abans que es publiquin les classificacions definitives a la web.

10. CATEGORIES I PREMIS

PGX 11K

- Absolut masculí (3 primers)
- Absolut femení (3 primeres)
- Màster masculí +46 anys (1r classificat)
- Màster femení +41 anys (1ra classificat)

PGX 21K

- Absolut masculí (3 primers)
- Absolut femení (3 primeres)
- Màster masculí +46 anys (1r classificat)
- Màster femení +41 anys (1ra classificat)

PGX 32k

- Absolut masculí (3 primers)
- Absolut femení (3 primeres)
- Màster masculí +46 anys (1r classificat)
- Màster femení +41 anys (1ra classificat)

11. OBJECTES OBLIDATS I PERDUTS

Un cop finalitzada la PGX 16 i fins a un període posterior de 15 dies, l'Organització guardarà els objectes oblidats i perduts durant la prova, els quals hauran d'anar a buscar durant els 15 dies següents al lloc i horari que s'indica en la web.

Finalitzat aquest termini, l'organització no respondrà a les peticions dels seus propietaris.

12. DRETS D'IMATGE

L'entitat organitzadora es reserva el dret sobre la imatge de la prova en exclusivitat, així com el dret de l'explotació audiovisual i periodística de l'esdeveniment.

Qualsevol projecte mediàtic o publicitari haurà de comptar amb el consentiment de l'Organització.

13. PROTECCIÓ DE DADES

D'acord amb el que disposa la Llei Orgànica 15/1999 de Protecció de Dades de Caràcter Personal, i la Llei 34/2002 de Serveis de la Societat de la Informació, les dades personals recollides formaran part d'una base de dades inclosa en un fitxer inscrit en el Registre General de Protecció de Dades, Titularitat PGX

- Aquestes dades seran tractades amb les següents finalitats:



- Gestionar les dades relatives a la persona física que presenta la sol·licitud d'inscripció en els terminis previstos, necessaris per a l'organització, realització i publicació dels resultats de la prova esportiva.
- Informar sobre noves activitats, productes i serveis que realitzin PGXR disposa de les mesures necessàries per garantir la seguretat i confidencialitat d'aquestes dades. D'aquesta manera PGX pot compartir les dades necessàries per a la inscripció de la prova amb les entitats col·laboradores, encarregades de la gestió de les inscripcions i tràmits anàlegs. Els participants poden exercir els seus drets d'accés, rectificació, Cancel·lació i Oposició mitjançant un correu electrònic a l'adreça info@480run.com

14. MODIFICACIÓ DEL REGLAMENT

Les modificacions del reglament seran degudament comunicades a través del web. La realització de la inscripció implica el reconeixement i acceptació del reglament.

REGLAMENTO Puiggraciós XRACE 2019

El Puiggraciós Xrace (en adelante PGX) es una prueba de 11, 21 o 32 kilómetros), organizada por 480RUN.

Con salida y llegada L'Ametlla del Vallès (Barcelona) la prueba tendrá lugar el día 17 de marzo de 2019.

1. REQUISITOS DE LOS PARTICIPANTES

Para participar en la prueba se deben cumplir los siguientes requisitos:

- El mínimo de edad para participar es de 15 años, se permite solo participar en la carrera de 11 km. y deberán llevar consentimiento del padre / madre / tutor, el cual deberá recoger y entregar en el momento de recoger el dorsal, adjuntando fotocopia del DNI o pasaporte del adulto y conocer y aceptar las condiciones del reglamento.
- Estar perfectamente informado sobre qué es el PGX y disponer de los conocimientos, experiencia, material y de los niveles físico y psicológico necesarios para poder soportar y superar posibles problemas relacionados con la resistencia, desnivel, geografía y el entorno salvaje del evento, tales como: la fatiga, los problemas digestivos, los problemas musculares y en articulaciones, las contusiones, heridas leves, el frío, la lluvia, nieve, niebla, calor ... etc.
- Realizar correctamente todos los pasos y requisitos para la inscripción.
- Aceptar las condiciones y normativa del PGX.
- Mediante este punto anterior los participantes inscritos en la PGX declaran entre otros puntos, que participan de forma voluntaria, bajo su responsabilidad, y reuniendo las condiciones físicas y de salud necesarias para participar en una prueba de estas características.
- Los participantes que no dispongan de tarjeta federativa oficial de montaña están obligados a tramitar un seguro, la vigencia se limitará al día de la prueba y que tramitará la misma organización, con un coste extra para el participante de 3 €.



- La organización se reserva el derecho de excluir de la PGX, incluso antes del inicio de la misma, a aquellos participantes la conducta entorpezca la gestión y / o buen desarrollo de la misma, del mismo modo que también podrá realizar excepcionalmente admisiones que no cumplan algunos de los requisitos anteriores.

2. INSCRIPCIONES.

(2.1) Límite de plazas para la PGX 2019 es de 500 plazas repartidas en:
La PGX de 32k dispone de 150 plazas repartidas en:

- 100 plazas: Abiertas a todo el mundo con inscripción directa desde www.480run.com a un precio de 27,00 € por corredor + 3 € de seguro de accidentes.
- 50 plazas reservadas para la organización.
La PGX de 21k dispone de 150 plazas repartidas en:
- 100 plazas: Abiertas a todo el mundo con inscripción directa desde la www.480run.com a un precio de 19 € por corredor + 3 € de seguro de accidentes.
- 50 plazas reservadas para la organización.
La PGX de 11K dispone de 200 plazas repartidas en:
- 150 plazas: Abiertas a todo el mundo con inscripción directa desde la www.480run.com a un precio de 16 € por corredor + 3 € de seguro de accidentes.
- 50 plazas reservadas para la organización.
La Organización se reserva el derecho a ampliar o reducir el número de plazas a cubrir por motivos de seguridad o por otros motivos que puedan afectar el buen desarrollo del evento. Si esto ocurre, esta modificación será anunciada con suficiente antelación en Facebook o en www.480run.com. Una vez realizada y aceptada la inscripción en la PGX, no se devolverá el importe de la inscripción, en ningún caso, excepto si se dan las condiciones del artículo 7.2

(2.2) Lista de espera

Durante la inscripción, si se agotan los dorsales se deberá indicar si se quiere entrar o no en la lista de espera.

- En caso de que quede una plaza vacante, la Organización contactará por email al primero de la lista de espera para ofrecer la opción de formalizar la inscripción. Si quedara una segunda plaza libre, se contactaría al segundo de la lista de espera, y así sucesivamente.
- Una vez el primer candidato de la lista de espera entre en la lista de inscritos, el segundo candidato de la lista de espera pasará a ser el primero de la lista y por lo tanto el próximo a ser contactado en caso de plaza vacante.
- Formar parte de la lista de espera NO implica haber pagado un depósito, simplemente una vez otorgados los dorsales la página web actúa automáticamente y a petición del usuario te inscribe en esta lista.

3. PUNTOS DE CONTROL, AVITUALLAMIENTOS Y ASISTENCIA



- Cada participante deberá seguir todo el recorrido marcado, sin saltarse las señales y pasando por todos los puntos de control.
- Además de los controles fijos indicados en la web oficial www.480run.com la Organización puede situar controles “móviles” en cualquier punto del recorrido.
- Cada participante está obligado a atender las peticiones y preguntas de cualquier comisario, médico, enfermero o responsable de Avitus llamamiento ya sea en controles estipulados o en cualquier otro punto del recorrido.
- Los participantes podrán tener asistencia personal en cualquier avituallamiento, pero hay que tener en cuenta que los accesos en coche a algunos avituallamientos pueden estar cortados por razones de seguridad o mal estado de los caminos. La Organización únicamente garantiza el acceso en coche a los avituallamientos accesibles por carretera asfaltada.
- En algún punto de avituallamiento habrá una hora de cierre determinada, siendo requisito indispensable pasar antes de la hora de cierre establecida para poder seguir en la prueba. Estos horarios se publicarán en www.480run.com
- Cada avituallamiento dispondrá de alimentos y bebidas que variarán en función del kilómetro donde se encuentre. Los productos de los avituallamientos se podrán consultar en la web.
- Los alimentos y bebidas deben ser consumidos en el avituallamiento mismo en cantidad suficiente para garantizar suficientes reservas energéticas para poder llegar al próximo. Cada avituallamiento, tiene un principio y final del mismo, no se podrá tirar envoltorios y similar fuera de estos lugares marcados por la organización.
- Para utilizar el avituallamiento será requisito imprescindible llevar puesto el dorsal.
- A la llegada a L'Atmella, los participantes dispondrán de una zona dotada con comida caliente, servicio médico, masajes, etc

4. SERVICIO DE GUARDA ROPA

La Organización también pondrá a disposición de los participantes un servicio de guarda ropa permanente en la zona de entrega de dorsales para que puedan dejar aquel material que deseen tener en llegar. Este material debe estar en una bolsa o mochila que se identificará con una etiqueta facilitada por la Organización.

Igualmente, en este caso la Organización no comprobará el estado de la bolsa ni del material de su interior, por lo que igualmente no atenderá reclamaciones por rotura de la misma y / o del material de su interior, ni por la pérdida de los objetos que contenga. Por ello se recomienda que tanto la bolsa como el material de su interior no sean frágiles ni de valor y que el cierre de la bolsa esté bien asegurado para evitar pérdidas.

La bolsa se podrá recoger hasta el cierre de la carrera, una vez pasado este horario, la organización, no se hace responsable del material depositado en el guarda ropa.

5. SEGURIDAD Y ASISTENCIA MÉDICA



Durante toda la prueba habrá varios equipos médicos y de seguridad internos que estarán coordinados con protección civil, policías locales y por la dirección central de la PGX, situada en zona deportiva de L'Ametlla del Vallès. Por defecto estos equipos estarán distribuidos entre los diferentes avituallamientos y el corredor podrá solicitar su ayuda o asistencia médica en caso de necesitarla.

Todos los corredores deben someterse al juicio del médico siempre que éste lo solicite, siendo la valoración del equipo médico la que prevalezca ante cualquier otra, por lo que los médicos y enfermeros podrán:

- Eliminar de la prueba (anulando el dorsal) a todo corredor que consideren no apto para continuar.
- Ordenar la evacuación de cualquier corredor a quien consideren en peligro. Ordenar la hospitalización de cualquier corredor cuando ésta se considere necesaria.
- La dirección de carrera nunca cuestionará el criterio o las decisiones médicas tomadas por los equipos médicos.

EMERGENCIAS EN EL RECORRIDO

Todos los corredores están obligados a socorrer a cualquier otro participante que lo necesite, dentro de las propias capacidades y conocimientos. No hacerlo implicaría incurrir en un delito grave por omisión de socorro, estipulado por la ley. En caso de que el mismo corredor o un compañero no pueda llegar a un avituallamiento por su propio pie a causa de una emergencia médica o de cualquier otro tipo, se deberán seguir las siguientes instrucciones):

- Si hay cobertura de móvil: Llamar al teléfono indicado detrás del dorsal, describir la situación y seguir las instrucciones que se indiquen.
- Si no hay cobertura de móvil: Llamar al 112 e indicar: que somos participantes del PGX.
- Punto aproximado en que nos encontramos.
- Problema o emergencia médica que nos afectan.
- Nombre y número de dorsal, propio o del paciente (en caso de asistir).
Hay que tener en cuenta que la mayor parte del recorrido de la PGX pasa por zonas donde sólo se puede acceder a pie, lo que significa que los equipos médicos y / o de rescate pueden tardar incluso horas a venir a por nosotros.
Por ello, hay que:
- Únicamente si es posible nos desplazaremos a un punto en que tengamos cobertura telefónica siempre dentro del recorrido marcado, para poder estar en contacto permanente y directo con Dirección de Carrera.
- Tener en cuenta que una vez solicitada la ayuda se movilizarán una serie de medios de acuerdo con la información transmitida y que por lo tanto la información que facilitamos será muy importante.
- NO podremos salir nunca del camino marcado, ya que esto dificultaría nuestra localización.
- A la hora de planificar el material tenemos que preparar para situaciones de paso muy lento e incluso de larga espera en condiciones meteorológicas adversas.

- Tendremos avisar de cualquier cambio que se produzca entre el momento de la llamada y de nuestra localización por parte de los equipos de emergencia.

6. ABANDONO Y EVACUACIÓN

No está permitido abandonar fuera de un avituallamiento, con la excepción de que el corredor esté herido o lesionado. Una vez en el avituallamiento, el corredor comunicará su voluntad de abandonar la prueba al responsable del avituallamiento, para que este le anule el dorsal.

Hay que tener en cuenta los siguientes puntos referentes a la evacuación:

- Únicamente en algunos avituallamientos, indicados como puntos de abandono, existirán medios de transporte para evacuar a los corredores dorso que abandonen.
- En el caso de abandonar pasado un punto de abandono será necesario volver al punto en cuestión y comunicar la retirada al responsable del control. Si en el camino de vuelta el corredor se encuentra con la “patrulla escoba” que cierra la prueba, será ésta la que le invalidará el dorsal.
- En caso de que el corredor no pueda llegar por su propio pie en el punto de abandono más cercano, podrá esperar en el avituallamiento donde se encuentre hasta su cierre, para volver con los medios de que disponga el personal de este avituallamiento.
- En caso de condiciones meteorológicas desfavorables que obliguen a la parada total o parcial de la prueba, la Organización garantiza la evacuación en el menor tiempo posible.

MEDIR LAS FUERZAS: Cuando nos encontramos en un avituallamiento debemos medir muy bien cuáles son nuestras fuerzas y sobre todo, como nos queda para llegar al próximo punto de abandono. No hemos aventurarnos a continuar si no estamos convencidos de que podemos llegar al próximo punto.

Aquellos que tengan asistencia propia deberán tener en cuenta que los accesos a algunos avituallamientos podrán estar cortados por razones meteorológicas, y por lo tanto se deben mantener informados a través de la web, o Facebook.

SEGURO DE ACCIDENTES: En caso de que la Organización considere necesaria la ayuda de un helicóptero o de un equipo externo para realizar un rescate, los gastos asociados correrán a cargo del seguro que el corredor ha declarado tener durante la inscripción, ya sea licencia federativa (FEEC o equivalente autonómico habilitado por la FEDME, ISF o UIAA), o la contratada durante la inscripción (en este caso la Organización hará los trámites pertinentes).

Si el participante ha declarado estar en posesión de una licencia que en realidad no tiene, la Organización no se hará cargo de los gastos del rescate.

7. MODIFICACIÓN DEL RECORRIDO, TIEMPO DE PASO O SUSPENSIÓN DE LA PRUEBA

En caso de malas condiciones meteorológicas o de causas de fuerza mayor, la Organización se reserva el derecho de suspender, neutralizar o modificar las franjas horarias y / o el recorrido de la prueba.

(7.1) Modificación del recorrido / tiempo de paso y neutralización / suspensión.

Durante la semana previa a la prueba y en base a las previsiones meteorológicas del momento, la Organización podrá comenzar a avisar sobre los posibles cambios que se puedan producir.

La decisión definitiva se anunciará durante el briefing del sábado (consultar lugar y hora en el programa).



Esta misma información se facilitará simultáneamente a través de redes sociales y web oficiales de la PGX para aquellos que no puedan asistir al briefing.

En caso de que durante el día de la prueba las previsiones sean peores a las previstas anteriormente y se considere que ponen en peligro los corredores independientemente del material que utilizan (tormenta eléctrica, falta de visibilidad, nevadas o hielo abundantes, etc), se puede retrasar la salida o detener / neutralizar la prueba, si ésta ya está en marcha. Si las condiciones no mejoran pasadas unas horas se suspenderá definitivamente la PGX

(7.2) Suspensión de la prueba antes de la fecha prevista.

En caso de anulación de la prueba por causas de fuerza mayor y con una antelación de más de 7 días respecto a la fecha de salida, se realizará una devolución parcial del importe de la inscripción. El porcentaje de este importe variará en función de la fecha de la suspensión y por tanto de los gastos ya realizados.

En caso de que esta anulación ocurra durante los 7 días anteriores a la salida de la PGX y por causas ajenas a la Organización, o en caso de suspensión de la prueba una vez realizada la salida, no se contemplará ningún reembolso.

8. PENALIZACIONES Y RECLAMACIONES

Las penalizaciones descritas en la siguiente tabla serán aplicadas en el lugar y momento en que se cometan las faltas. Las personas autorizadas para sancionar podrán ser los comisarios, médicos y responsables de cada avituallamiento o punto de control.

Las penalizaciones que impliquen una sanción de tiempo deberán cumplirse en el mismo punto donde se produjo la infracción y ante el responsable sancionador. No cumplir esta penalización significaría incurrir en una falta de “desobediencia de las órdenes de los comisarios, responsables de avituallamiento, médicos o enfermeros”, penalizada con la descalificación.

Tabla de penalizaciones

DESCRIPCIÓN DE LA FALTA (De mayor a menor gravedad)

PENALIZACIÓN

- Omisión de socorro a otra persona. Descalificación y prohibición de participar en futuras ediciones
- Abandono sin haberlo notificado a la Organización en el momento de la suspensión.
- Descalificación y prohibición de participar en futuras ediciones.
- Ceder el dorsal / chip a otra persona para que nos releve durante parte de la prueba o que la haga entera. Descalificación y prohibición de participar en futuras ediciones para el propietario original del dorsal.
- Conducta antideportiva hacia otros atletas o hacia la Organización.

DESCALIFICACIÓN

- Desobediencia de las órdenes de los comisarios, responsables de avituallamiento, médicos o enfermeros.
- Falta el equipo obligatorio o negarse a realizar una inspección de material.
- Negarse a someterse a un control médico.
- Saltarse un control de paso.



- Salir del recorrido marcado recortando la distancia del recorrido 1 hora: 1er aviso
Descalificación: 2º aviso
- Tirar residuos en zonas no habilitadas voluntariamente o cualquier tipo de conducta que pueda alterar el medio natural. 1 hora: 1er aviso Descalificación: 2º aviso.
- Asistencia individual fuera de las zonas de avituallamiento. 1/4 hora: 1er aviso
Descalificación: 2º aviso
- Realizar 100 m o más acompañado de una persona sin dorsal y con claras intenciones de ayudar al corredor. 1/4 hora: 1er aviso descalficación: 2º aviso
- Salir del recorrido marcado NO recortando o incluso aumentando la distancia del recorrido. Se valorará la penalización según las causas.

9. JURADO DE COMPETICIÓN

Todas las reclamaciones deberán presentarse por escrito rellenando un formulario que se podrá recoger en la zona de llegada, previo pago de una fianza de 50 € (en efectivo), que serán devueltos en caso de resolución favorable para el corredor. Cada reclamación será estudiada y resuelta por el jurado de competición que estará formado por:

- El director de carrera
- El director deportivo
- El responsable del crono
- Un corredor escogido al azar y aceptado por ambas partes
No se dará recurso contra la resolución del jurado de competición.
Los plazos para presentar una reclamación y el tiempo de resolución de la misma variarán de acuerdo con la gravedad de la falta y el efecto que la resolución pueda tener en la clasificación: Reclamaciones por faltas con penalizaciones de descalificación: Se deberán presentar como máximo 2h después del cierre de la PGX.
- La resolución se tomará en un plazo máximo de 7 días.
- En caso de resolución favorable en el corredor, se devolverá la fianza + el importe de la inscripción y de lo contrario no se devolverá ningún importe.
- Reclamaciones por faltas con penalizaciones de tiempo: Se deberán presentar como máximo 2 h después de que el corredor pase por la Meta.
- En caso de resolución favorable en el corredor, se le devolverá la fianza y se restará el tiempo de penalización aplicado. En caso contrario no se devolverá el importe ni se modificará el tiempo.
- Los plazos para la resolución de este tipo de faltas son los siguientes:
- Antes de la entrega de premios: En caso de que la resolución afecte la clasificación de los corredores premiados.
- En un plazo máximo de 7 días: En caso de que la resolución no afecte la clasificación de los corredores premiados y siempre antes de que se publiquen las clasificaciones definitivas en la web.

10. CATEGORÍAS Y PREMIOS

PGX 11K

- Absoluto masculino (3 primeros)
- Absoluto femenino (3 primeras)
- Master masculino +46 años (1º clasificado)
- Master femenino +41 años (1ra clasificado)

PGX 21K

- Absoluto masculino (3 primeros)
- Absoluto femenino (3 primeras)
- Master masculino +46 años (1º clasificado)
- Master femenino +41 años (1ra clasificado)

PGX 32k

- Absoluto masculino (3 primeros)
- Absoluto femenino (3 primeras)
- Master masculino +46 años (1º clasificado)
- Master femenino +41 años (1ra clasificado)

11. OBJETOS OLVIDADOS Y PERDIDOS

Una vez finalizada la PGX 16 y hasta un período posterior de 15 días, la Organización guardará los objetos olvidados y perdidos durante la prueba, los cuales tendrán que ir a buscar durante los 15 días siguientes al lugar y horario que se indicará en la web.

Finalizado este plazo, la organización no responderá a las peticiones de sus propietarios.

12. DERECHOS DE IMAGEN

La entidad organizadora se reserva el derecho sobre la imagen de la prueba en exclusividad, así como el derecho de la explotación audiovisual y periodística del evento. Cualquier proyecto mediático o publicitario deberá contar con el consentimiento de la Organización.

13. PROTECCIÓN DE DATOS

De acuerdo con lo dispuesto en la Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Personal, y la Ley 34/2002 de Servicios de la Sociedad de la Información, los datos personales recogidos formarán parte de una base de datos Incluida en un fichero inscrito en el Registro General de Protección de Datos, Titularidad PGX.

- Estos datos serán tratados con las siguientes finalidades:
- Gestionar los datos relativos a la persona física que presenta la solicitud de inscripción en los plazos previstos, necesarios para la organización, realización y publicación de los resultados de la prueba deportiva.
- Informar sobre nuevas actividades, productos y servicios que realicen PGX dispone de las medidas necesarias para garantizar la seguridad y confidencialidad de



estos datos. De esta manera PGX puede compartir los datos necesarios para la inscripción de la prueba con las entidades colaboradoras, encargadas de la gestión de las inscripciones y trámites análogos.

Los participantes pueden ejercer sus derechos de acceso, rectificación, Cancelación y Oposición mediante un correo electrónico a la dirección info@480run.com

14. MODIFICACIÓN DEL REGLAMENTO

Las modificaciones del reglamento serán debidamente comunicadas a través de la web. La realización de la inscripción implica el reconocimiento y aceptación del reglamento.