

## **La Sitja del Llop Vertical Race**

La Sitja del Llop es desenvolupa íntegrament pel Parc Natural del Montseny, espai protegit i reserva de la Biosfera de la UNESCO, el 85% del seu recorregut és per sendera i el 15% restant per pista de terra.

La carrera té sortida al Poble del Montseny, amb arribada al Turó de l'Home.

La carrera consta de poc més de 6 quilòmetres i un desnivell positiu de 1.185 metres.

### **Inscripcions:**

Fins a un màxim previst de 150 corredors.

L'inscripció és personal he intransferible.

L'últim mes no és retornarà l'import de les inscripcions a qui no pugui venir per qualsevol motiu

S'accepten les llicències FEEC i FEDME.

Els federats hauran de presentar obligatoriament la Llicència al moment de recollir el dorsal, en cas de no fer-ho haurem de cobrar l'assegurança de dia d'un import de 5€.

L'organització es reserva el dret de fer inscripcions al mateix dia en el cas de no arribar

a les 150 inscripcions, amb una penalització de 5€ sobre el preu original.

L'edat mínima per participar és de 16 anys. És necessari i imprescindible un permís patern o del tutor legal explícit, a aquest efecte si algú menor de 18 anys vol participar.

El lliurament de dorsals es realitzarà el dissabte de 08: 30h a 09: 30hrs a la plaça de la Vila del Poble del Montseny

### **Sortida:**

La sortida es realitzarà a les 10: 00h am del Porxo de Can Baixeres (Poble del Montseny).

### **Senyalització:**

Tot el recorregut estarà degudament senyalitzat mitjançant cintes i, repassat per la mateixa organització 30 minuts abans, de la sortida de la cursa, a pesar que posem tots els mitjans al nostre abast , l'organització no pot fer-se càrrec d'incidències produïdes per tercers malintencionadament, per prevenir possibles incidències en aquest aspecte, aconsellem la utilització del track de la Sitja del Llop que podreu descarregar des d'aquesta mateixa web. Està totalment prohibit sortir fora del traçat

senyalitzat

### **Temps límit:**

Es donarà un temps límit de 2 hores 30 minuts per fer tot el recorregut, superar aquests temps significa la desqualificació de la carrera.

### **Avituallaments:**

Els corredors es trobaran amb 4 avituallaments: Corral d'en Rovira (meitat de cursa aprox.), Turó de l'Home (arribada), altra cop als Corral (ja en descens y fora de cursa), i un més al poble del Montseny (un cop hagin completat el descens fora de cursa).

És permesa l'assistència personal de qualsevol corredor, sempre que es faci dins de la zona estipulada com avituallamiento. Queda totalment prohibida l'assistència personal fora d'aquestes zones.

### **Seguretat:**

La carrera compta amb segur de RC i metge de dia.

L'organització es reserva el dret a desviar la carrera pel recorregut alternatiu i realitzar les modificacions que consideri necessàries en funció dels diferents condicionants, així com la

suspensió de la prova si les condicions meteorològiques ens obliguen o bé per força major, en aquest supòsit el corredor no tindrà dret a la reclamació de la devolució de l'import de l'inscripció.

L'Organització disposarà de serveis sanitaris en els punts més estratègics del recorregut.

Els participants estan obligats a auxiliar als accidentats que necessitin ajuda, així com informar de qualsevol contratemps en els controls de pas.

### **Material obligatori.**

La Sitja del Llop no té material obligatori, tot i així aquest punt es podria veure afectat si així ho aconsella la meteorologia, passant el material recomanat a obligatori.

Material recomanat; buff o gorra, guants, samarreta termica, tallavents amb membrana ...

Els corredors podran deixar roba d'abric a la zona de sortida, fins a les 09:30h on serà portada fins a la zona d'arribada al "Turó de l'Home".

### **Medi ambient:**

La carrera es desenvolupa per paratges

d'excel·lent bellesa dins del Parc Natural del Montseny, per la qual cosa serà obligació de tots preservar l'entorn evitant llançar res fora de les àrees de control.

### **Imatges i dades personals:**

Totes les imatges generades amb motiu de la Sitja del Llop són propietat de l'organització, que les podrà utilitzar de la manera que cregui oportuna.

En el cas de fotògrafs aliens a la cursa, aquests hauran d'informar a l'organització de la seva presència, per procedir a la seva acreditació, cedint les imatges generades per la Sitja del Llop a l'organització de la mateixa, per al seu ús si així ho creu convenient.

El corredor inscrit, dóna el seu consentiment, a la cessió de les seves dades personals als patrocinadors / col·laboradors de la Sitja del Llop, en cas de no estar d'acord en aquest punt, el corredor enviarà un mail a [maratomontseny@gmail.com](mailto:maratomontseny@gmail.com) on serà donat de baixa automàticament.

No està permès córrer amb gossos, ja que passem prop de zones ramaderes i de cultiu.

Tots els corredors de la Sitja del Llop són coneixedors de la dificultat de la prova, i es reconeixen aptes, tant pel seu estat de salut com

per la seva condició física i tècniques per participar en la carrera.

### **Categories.**

Absoluts.

Promeses: de 16 anys fins als 22.

Sènior: de 23 anys als 39.

Veterans: de 40 anys o més.

### **Podium.**

Els tres i les tres primeres de cada categoria i el primer-a local.

El lliurament de premis serà a les 12:30h aprox.

Tots els corredors per participar en la carrera, reconeixen haver llegit i entès el reglament de la carrera de la Sitja del Llop i el plec de descàrrec que es troba a la web, acceptant tots i cadascun dels seus punts, condició indispensable per la seva participació a la cursa..