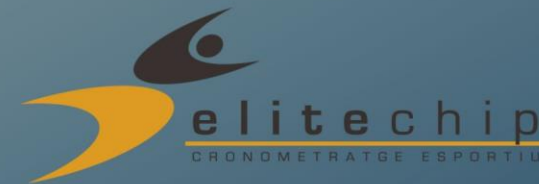




1ª CURSA LLUNA PLENA D'AGOST



BRIEFING 2021





RECOLLIDA DE DORSALS

- Divendres 20 d'agost de 17:00 a 19:30 a Ferreries a la [Cursa Popular de Sant Bartomeu](#) ([consultar ubicació](#))
- Dissabte 21 d'agost de 10:00 a 12:00 a la botiga esportiva AB Esports de Ciutadella ([consultar ubicación](#))
- Dissabte 21 d'agost de 17:30 a 20:30 en el [lloc de sortida i arribada a Maó](#)
- Els participants hauran de portar signat el document d'exoneració de responsabilitats ([enllaç per descarregar el document](#)) en els diferents punts de recollida de dorsals.



MATERIAL QUE S'ENTREGARÀ A L'ENTREGA DE DORSALS:

- Samarreta de la cursa
- Gym Sack
- Dorsal
- Etiqueta per el guardarroba

Disposem d'agulles imperdibles per enganxar-vos el dorsal



AVITUALLAMENTS

- S'ubicarà 1 avituallament (líquid amb aigua i isotònic) per la distancia d'11 km, es recomana portar got propi.
- Els voluntaris col·locaran bidons amb aigua i isotònic a sobre la taula, serà el propi participant qui es servirà la beguda.
- L'avituallament s'ampliarà al màxim per evitar aglomeracions.
- Avituallaments en línia, mantenint un sentit d'entrada i sortida.
- El corredor no podrà tornar enrere.
- Es recomana beure abans de la sortida amb mesura, per tal de no començar amb dèficit de líquids.
- A l'arribada hi podreu trobar més beure per tal de recuperar forces.



META

- A la zona de meta trobareu un avituallament final
- A la zona de meta i postmeta recomanem l'ús de mascareta i evitar aglomeracions.
- Recordem que serà obligatori l'ús de mascareta sempre que no es pugui mantenir la distancia mínima de seguretat.



CURSES I CIRCUITS

Pots consultar els circuits de les dues curses [aquí](#)

Distància 11 km ([Descarrega plànol circuit](#))

Distància 5,5km ([Descarrega plànol circuit](#)). La distància de 5,5km també tindrà la oportunitat opcional de visitar el poblat talaiòtic de Talatí (La visita augmentarà el recorregut uns 2km, ja que, s'hauran de desviar del recorregut original).

Mes informació via mail: contacto@elitechip.net



HORARIS CURSA:

21:00 h - Sortida distancia 5,5 km

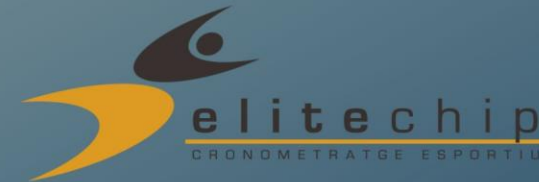
21:10 h - Sortida distancia 11 km

SORTIDES CURSES

- Es realitzarà una sortida per cada distancia.
- Les sortides estaran senyalitzades amb cons que mantindran la distancia de seguretat.



1ª CURSA LLUNA PLENA D'AGOST



GUARDA-ROBA

Hi haurà servei de guarda-roba a la zona de meta.

En cas de alguna necessitat especial, podeu consultar a: web@elitechip.net

SERVEIS SANITARIS

Servei de creu Roja, Assegurança d'accidents i RC



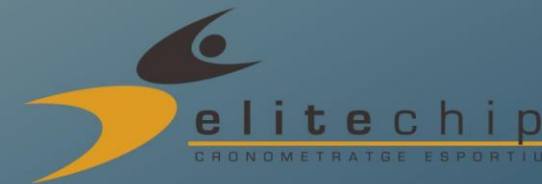


RECOMANACIONS BÀSIQUES:

- Es una cursa nocturna, per tant, es molt **RECOMABLE** portar un **frontal o pila**. El circuit només estarà il·luminat per la Lluna Plena
- **PORTAR UN GOT PROPI** per intentar generar el mínim de residus possibles.
- Portar roba i sabatilles adequades. No estreneu nou calçat pel dia de la cursa.
- Menjar i beure adequadament el dia de la cursa per poder arribar a la sortida ben hidratat.
- Poseu-vos vaselina a les zones on sigui sensible de fregaments, davall el braç entre les cames, i als pits.
- Agafeu el vostre ritme previst des d'un principi, sobretot els primers kilòmetres, ja que és molt fàcil deixar-se portar, i aquesta energia malgastada us pot fer falta al final de la cursa.



1ª CURSA LLUNA PLENA D'AGOST



- No prengueu res en cursa (gels, barretes, etc) que no hagueu provat abans.
- En cas de qualsevol símptoma de malestar o esgotament, aviseu ràpidament a algú de la organització (voluntari, Ciclista, policia, protecció Civil) que hi haurà pel recorregut.
- Gaudiu de la cursa. És una cursa NO competitiva, per tant, és una festa de l'esport.
- Tireu les botelles d'aigua a les zones dels avituallaments, si les llences a altres zones no seran recollides i podeu ser desqualificats.





COVID 19

El o la participant al participar a la cursa declara i manifesta:

- 1.- Que es compromet a complir totes les exigències o simples recomanacions que es continguin en tal protocol o guia, així com les instruccions que siguin donades per les autoritats esportives o personal d'organització presents a la competició en relació amb les mesures per evitar contagis per la COVID-19.
- 2.- Que es compromet a no anar ni prendre part en l'esdeveniment o competició en el cas que patís símptomes que poguessin ser compatibles amb el contagi de la COVID-19 durant els 14 dies precedents al dia de la competició. Això resultarà extensiu, igualment, als casos en què els símptomes fossin soferts per tercers amb què la persona participant tingui o hagi tingut un contacte de què objectivament pogués derivar-se un contagi.
- 3.- Que, cas d'estar o haver estat contagiats pel virus de la COVID-19, es compromet a no anar ni prendre part en l'esdeveniment o competició en la mesura que les autoritats sanitàries no manifestin que la participació no comporta un risc, bé per la seva persona, bé per a la resta d'assistents amb els quals pogués tenir contacte.
- 4.- Que, amb els mitjans al seu abast, i en tot cas quan s'hagin donat circumstàncies que ho aconsellin, s'ha sotmès als tests existents per comprovar si està o ha estat contagiats per la COVID-19.
- 5.- Que és coneixedor/a i accepta i assumeix que, en l'actual estat, hi ha un objectiu risc de contagi de la COVID-19 amb les conseqüències que d'això es puguin derivar per a la seva persona en termes de salut o problemes que, fins i tot, poguessin ocasionar-li la mort.



6.- Que accepta que l'empresa ELITECHIP S.L. adopti les mesures que s'indiquen en el protocol i guia que té publicat a fi a establir un raonable escenari de seguretat en la competició. En aquest sentit, es fa constar que l'empresa ELITECHIP S.L., en el curs de la competició, pot adoptar les mesures o decisions que siguin necessàries en relació amb l'establiment o aplicació de les mesures que es contenen en el seu protocol i guia publicada o qualsevol altres que tinguessin per finalitat dotar a la prova d'un entorn segur en termes d'evitar contagis per la COVID-19.

7.- Que, en cas de resultar contagiats per la COVID-19, el o la participant exonera l'empresa ELITECHIP S.L. de qualsevol responsabilitat en relació amb els possibles danys o perjudicis que es puguin derivar per a la seva persona.

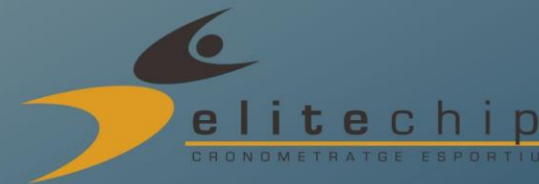
8.- Que el o la participant accepta que quan s'arribessin a adoptar mesures o decisions per part de l'empresa ELITECHIP SL amb l'objectiu de preservar la salut de les persones en el curs de la competició, no es podran considerar incomplertes les obligacions essencials de l'organitzador, de manera que no es pot exigir el pagament de quantitats, indemnitzacions, o devolució de preus o imports en concepte d'inscripció o drets de participació o costos en què hagi incorregut l'esportista i/o el seu club.

9.- Que el o la participant accepta que si es mostrés per la seva banda una conducta o comportament d'inobservança o incompliment de les ordres i instruccions del personal d'organització en relació amb les mesures de seguretat per evitar contagis per la COVID-19, podrà ser exclòs/a o desqualificat/a de l'esdeveniment per decisió de qui actuï com a autoritat esportiva (jutge-àrbitre o delegat/a tècnic/a).

10.- Que el o la participant accepta que les mesures de caràcter esportiu exposades en l'apartat anterior s'entenen sense perjudici d'altres responsabilitats que aquell o aquella pogués arribar a assumir davant les autoritats competents (inclosos els òrgans disciplinaris federatius) com a conseqüència d'una conducta o comportament d'inobservança o incompliment de les ordres i instruccions que siguin aplicables, bé en l'àmbit esportiu federatiu, bé en altres àmbits diferents



1ª CURSA LLUNA PLENA D'AGOST



**Gaudiu de les curses
Gràcies a totes i tots!**

