



## **SOTABOSC**

-Aquest reglament en la seva totalitat és d'ús obligat per tots els participants inscrits i, per a totes les modalitats i categories de la Sotabosc.

-Per a la participació a la Sotabosc en qualsevol de les seves distàncies, és indispensable no haver tingut, ni sospitar haver tingut símptomes de la covid-19 en els últims 14 dies abans de la cursa, ni haver estat en contacte estret amb cap persona diagnosticada de covid-19 o bé que sospiti tenir símptomes relacionats amb la covid-19, en cas contrari el o la participant haurà de renunciar a la seva inscripció sense dret a devolució del import de la mateixa.

-La Sotabosc té sortida i arribada a Sant Esteve de Palautordera (Montseny).

-La inscripció és personal i intransferible i és realitzarà exclusivament mitjançant l'enllaç a la pàgina web oficial <https://montsignus.com/la-sotabosc/>

### **Condicions de cursa**

-La Sotabosc donarà un temps límit per fer la cursa de 4 hores i 30 minuts des de la sortida de la distància llarga.

-El dorsal haurà de ser ben visible, qui no el dugui no entrarà a la classificació.

-No es permet córrer amb gos, ja que es passa per moltes zones ramaderes.

-Els corredors han de seguir en tot moment les cintes d'abalisament del recorregut, aquest serà marcat durant la setmana prèvia a la cursa i revisat unes hores abans de la competició, no en va, l'organització no

pot fer-se responsable de les possibles incidències per part de tercers malintencionadament.

-L'organització es farà càrrec, del trasllat de tot corredor lesionat fins al punt medicalitzat, dispostat per a aquestes incidències, on seran avaluats per tècnics sanitaris, els corredors que vulguin abandonar la cursa per altres circumstàncies, ho faran amb els seus propis mitjans.

-L'organització no es fa responsable de possibles accidents o lesions dels participants, cada corredor ha de ser conscient de per on correm i el tipus de terreny pel qual s'està desenvolupant la cursa, adequant els ritmes de carrera a les circumstàncies específiques de cada tram, recalquem la importància de conèixer els nostres límits tant físics com tècnics, així com de saber quin tipus d'indumentària vestir.

## **Menors**

-No es permet la participació a menors de 16 anys en la distància llarga i de 14 anys en la curta.

-Els menors de 18 anys només podran participar sota permís dels seus pares o tutors legals, i aquests reconeixen la duresa del recorregut de la "Sotabosc" i asseguren que els menors són completament aptes per afrontar la duresa de la cursa, i es fan ells mateixos responsables únics de la participació del menor.

### **Serà motiu de desqualificació:**

- No passar per tots els controls.
- No portar el pitral en un lloc a la part davantera ben visible, per a facilitar la tasca dels controls.
- No tenir cura de l'entorn per on es desenvolupa la prova, o actituds poc respectuoses amb la resta de participants.
- No avisar al control més proper o no prestar auxili a qualsevol participant que pugui sofrir algun tipus d'accident.
- Superar el temps marcats per l'organització.
- No seguir el recorregut marcat per l'organització.

El participant que es vegi indisposat per alguna raó, haurà, estarà obligat abandonar la seva participació, l'organització de la cursa mai no obliga a ningú a seguir amb la seva participació, i en aquestes circumstàncies el participant haurà de donar avís mitjançant: el telèfon imprès al dorsal o bé al 112, segons ell consideri, i en el cas

d'abandonament pels seus propis medis, aquest comunicarà l'abandó a l'organització.

## **Política de devolucions**

-El participant podrà reclamar el import de la seva inscripció sense cap justificació fins el 20 de novembre, i aquesta devolució serà del 80% del import total, a partir d'aquesta data el corredor/a perdrà aquest dret.

-En cas de cancel·lació de la cursa, i sempre per causes de força major alienes a la voluntat de l'organització, aquesta proposarà una data alternativa, i el corredor podrà optar a córrer aquesta data, traslladar la seva inscripció a la següent edició, o bé reclamar el 80% de l'import de la seva inscripció.

-Per tal de reclamar el import de la inscripció, el participant haurà d'enviar un email acompanyat del seu nom i cognoms més els últims 4 dígit de la targeta de crèdit amb la que és va fer el pagament.

Per tal de comunicar la seva decisió el participant haurà d'enviar un correu electrònic a: [lasotabosc@gmail.com](mailto:lasotabosc@gmail.com)

-L'organització es reserva el dret de modificar el recorregut, així com la data o bé l'hora de sortida si per qualsevol circumstància ho creu convenient, sense dret a la reclamació del import de la inscripció per part del participant.

-Tot corredor que no estigui d'acord amb la política de devolucions, i abans de realitzar la seva inscripció, pot enviar un mail a [lasotabosc@gmail.com](mailto:lasotabosc@gmail.com) on serà ates individualment.

-Un cop realitzada la inscripció aquesta no podrà ser modificada per cap motiu.

## **Mitjançant el registre i el pagament de la meva inscripció**

### **MANIFESTO:**

1. Que he llegit, entès i accepto íntegrament el reglament de la prova esportiva denominada "Sotabosc", amb sortida i arribada a Sant Esteve de Palautordera.
2. Que estic segur d'estar física i psicològicament ben preparat per realitzar la prova i que segueixo els controls mèdics adequats per

garantir que dispo de prou bona salut i de no patir cap malaltia, al·lèrgia, defecte físic, lesió o afecció cardiorespiratòria que desaconselli la meva participació a la cursa.

3. Que sóc plenament conscient de la duresa de la prova, del recorregut, perfil i distància de la mateixa, els quals he consultat prèviament al web <https://montsignus.com/la-sotabosc/>

4. Que sóc conscient que aquest tipus de proves comporten un risc addicional pels participants. Per això, hi assisteixo de manera voluntària i amb iniciativa pròpia, assumint íntegrament els riscos i les conseqüències derivades de la meva participació.

1. Que dispo dels materials, mitjans, coneixements i destreses tècniques suficients per garantir la meva pròpia seguretat, en l'entorn i en condicions de plena autonomia. Que dispo també del material esportiu i de seguretat exigít per l'organització per el dia de la prova, garantint que aquest es troba en bon estat, que sé utilitzar- lo adequadament i que el duré damunt meu durant tota la prova.

2. Que em comprometo a complir les normes i els protocols de seguretat establerts per l'organització de la cursa, en la qual hi prenc part, així com a mantenir un comportament responsable que no faci augmentar els riscos per a la meva integritat física o psíquica. Seguiré les instruccions i acataré les decisions que prenguin des de l'organització (voluntaris, jutges, metges i organitzadors) en temes de seguretat.

3. Que autoritzo als Serveis Mèdics de la prova a que em practiquin qualsevol cura o prova diagnòstica que ells considerin en qualsevol moment de la prova, l'hagi o no sol·licitat jo mateix. Davant dels seus requeriments, em comprometo a abandonar la prova i/o permetre la meva hospitalització, si ells ho creuen necessari per a la meva salut.

4. Que autoritzo a l'organització de la prova així com a les empreses col·laboradores d'aquesta a fer i utilitzar qualsevol fotografia, filmació o gravació que es faci, sempre i quant estigui relacionada amb la meva participació en aquest esdeveniment, i a no percebre cap tipus de contraprestació a canvi.

5. Que abans o durant la prova no consumiré substàncies prohibides, considerades com a dòping per les federacions d'atletisme i muntanya.

6. Que sóc conscient que el meu dorsal és personal i intransferible, per la qual cosa no el cediré o vendré a cap altra persona, inclús en el cas que jo no pugui assistir a la prova, sense el consentiment de l'organització.

7. Que participo voluntàriament i sota la meva pròpia responsabilitat a la prova. Per tant, exonero de qualsevol responsabilitat a l'organització, col·laboradors, patrocinadors i altres participants, per qualsevol dany físic o material que es produeixi en la meva persona i, per tant, renuncio a interposar denúncia o demanda contra els esmentats.

12. Que em comprometo a seguir les pautes generals de respecte als demés i al medi ambient que es relacionen tot seguit: a) Transitar amb prudència i segons les normes establertes per pistes i carreteres obertes al trànsit. b) Transitar a poc a poc en presència de persones, animals o vehicles. c) No provocar alteracions en els processos i en el funcionament natural dels ecosistemes. d) No deteriorar els recursos biòtics, geològics, culturals o, en general, el paisatge. e) Esquivar o evitar les zones mediambientalment sensibles. f) Realitzar les necessitats fisiològiques en els llocs adients o, en tot cas, fora de l'aigua i lluny de llocs de pas o reunió de persones. g) No encendre foc ni provocar situacions de risc d'incendi. h) No utilitzar o instal·lar cap tipus d'estructura o element que deixi empremta permanent en el medi. i) No llençar ni abandonar objectes o residus sòlids o líquids fora dels llocs habilitats expressament per a la recollida d'aquests. j) No sortir del recorregut marcat. k) Tancar les tanques o fils per bestiar, que em vegi obligat a obrir al meu pas.

El dret a la pròpia imatge és un dret reconegut en l'article 18.1 de la Constitució i regulat en la Llei 5/1982, de 5 de maig, sobre el dret a l'honor, a la intimitat personal i familiar, i a la pròpia imatge, així com en l'aplicació de la Llei Orgànica 15/1999 de Protecció de Dades de Caràcter Personal, de 13 de desembre. L'acceptació del present reglament implica obligatòriament que el participant autoritza a l'organització de la "Sotabosc" a la realització de fotografies i filmació de la seva participació a la "Sotabosc", i els dóna el seu consentiment per la seva difusió i explotació comercial i publicitària de totes les

imatges preses durant el la cursa, en les quals resulti clarament identificable, sense dret per part del corredor a rebre cap compensació econòmica.

Tots els participants a la “Sotabosc” cedeixen les seves dades personals a l'organització així com a les empreses col·laboradores d'aquesta, en el cas de no estar d'acord en aquest punt, podeu enviar un mail a [lasotabosc@gmail.com](mailto:lasotabosc@gmail.com) on sereu donats de baixa immediatament.

### **Categories.**

Absoluts, tots els corredors inscrits.

Opten a podi:

Els/es tres primers/es classificats/des.

-Aquest reglament pot ser modificat a mesura que s'acosta el dia de la prova, segons imprevistos aliens o interns de l'organització.

-La participació a la cursa, suposa l'acceptació d'aquest reglament en la seva totalitat, així com eximeix als organitzadors de qualsevol responsabilitat en cas d'accident o lesió.

-IMPORTANT, si us plau, en el cas de no estar d'acord amb qualsevol punt d'aquest reglament **NO** feu la vostra inscripció, o bé envieu un mail a [lasotabosc@gmail.com](mailto:lasotabosc@gmail.com) abans de fer-la efectiva. Ens és del tot impossible organitzar cap cursa fora d'aquest marc, moltes gràcies.

-Alguns punt d'aquest reglament són clàusules d'adhesió, amb el que no han estat negociats individualment pels participants, en aquest sentit i, si és del vostra interès, us atendrem individualment, només heu d'enviar un mail a [lasotabosc@gmail.com](mailto:lasotabosc@gmail.com)

-L'organització es reserva el dret, de realitzar inscripcions o canvis el mateix dia de la cursa. Les inscripcions presencials tindran un cost de 35€ el TSE i de 25€, més 5€ els corredors no federats.

-Totes les reclamacions ens tramitaran exclusivament mitjançant el email lasotabosc@gmail.com no seran valides les comunicades per xarxes socials o bé qualsevol altre mitjà.

TOT ALLÒ QUE NO ESTIGUI PREVIST QUEDA SOTA LA DECISIÓ DE L'ORGANITZACIÓ.