



**REGLAMENT 2024**

## 1. Requisits de participació

- Per a participar en la UP75 i la UP37 cal ser major de 18 anys.
- Per a participar en la UP20 i en la UPWalk cal ser major de 16 anys.
- Els menors de 18 anys hauran de venir acompanyats del seu pare, mare o tutor legal, que signarà una autorització en la recollida del dorsal.
- El dorsal ha d'anar situat en la part davantera i ha d'emportar-se visible en tot moment.
- Ultra Penedès manté el respecte absolut cap al medi ambient i l'entorn natural en el qual se celebren les seves proves. En aquest aspecte s'espera el compromís incondicional dels participants i acompanyants.
- Els corredors federats en la FEEC o equivalent hauran de mostrar la seva acreditació en recollir el dorsal. Si no la presentessin, se'ls cobrarà l'import corresponent a l'assegurança de la prova en la qual participin.

## 2. Recorregut, avituallaments i punts de control

- El recorregut està senyalitzat amb cintes, cartells, i fletxes i hi haurà voluntaris en els punts més compromesos. La senyalització serà reflectora en els últims km de la UP75.
- La distància aproximada de les proves és de 75, 37, 20 i 12 km respectivament. Pot haver-hi diferències amb les distàncies mesurades amb GPS a causa de la precisió dels mateixos i altres factors.
- Totes les proves tenen un recorregut circular, tenint la sortida i arribada a Sant Jaume dels Domenys.
- Els únics vehicles autoritzats són els de l'organització, ambulància, policia, ADF i Protecció Civil.
- Està prohibit seguir als participants amb moto, bici o similar. No obstant això, es permet l'acompanyament a peu en trams de la carrera, sempre que no obstaculitzin o molestin a altres participants.
- L'assistència externa es restringeix als avituallaments de la carrera, sobretot en la base de vida de La Joncosa. Qualsevol participant que rebi ajuda externa fos dels punts establerts (avituallaments) es penalitzarà amb 1 hora en el seu temps total. En cas de reincidència, es procedirà a la seva desqualificació una vegada arribi al punt de control més pròxim.
- Hi haurà punts de control en tots els avituallaments. No passar per un punt de control serà motiu de desqualificació de la prova. Pot haver-hi algun punt de control extra per a evitar possibles retallades en el recorregut.
- Els punts de control genèrics estan situats en els avituallaments.
- L'organització podrà afegir i/o modificar algun avituallament o punt de control si fos necessari.
- No hauran gots en els avituallaments, per la qual cosa cada participant haurà de portar un. S'accepten els soft flask, bidons o ampolles d'hidratació.

		UTP75	UTP37	UTP20	UTPWalk
1	AV Castellot	Km 8,9	Km 8,9	Km 9,3	Km 6,3
2	AV Marmellar	Km 16,2	Km 16,2		
3	AV Cabirol		Km 23,3		
4	AV Coll d'Arca	Km 24,1			
5	AV Can Marlès	Km 32,8			
6	AV Mas d'en Bosc	Km 39,1			
7	AV La Joncosa (Base Vida)	Km 47,1			
8	AV Santsuies	Km 57,0			
9	AV Cal Pau	Km 70,0	Km 31,8		
10	AV Quatre Camins			Km 16,3	

● Les carreres UP75, UP37 i UP20 són competitives i per això hi haurà corts dins de carrera i temps límit per a arribar a meta. Aquests talls són els següents:

		UTP75	UTP37	UTP20
1	AV Castellot			
2	AV Marmellar		3:30 h - 11:30	
3	AV Cabirol			
4	AV Coll d'Arca	5:30 h - 12:30		
5	AV Can Marlès			
6	AV Mas d'en Bosc			
7	AV La Joncosa (Base Vida)	10:30 h - 17:30		
8	AV Santsuies			
9	AV Cal Pau			
10	AV Quatre Camins			
11	Meta	16 h - 23:00	7:30 h - 15:30	4 h - 13:00

\*La caminada no serà competitiva.

### 3. Categorías y premios

Serán premiats els següents participants :

- Els cinc primers de la general, masculí i femení
- El primer de categoria Sub-23, masculí i femení
- El primer de categoria Sènior, de 23 a 40 anys, masculí i femení
- El primer de categoria Veterà, de 40 a 49 anys, masculí i femení
- El primer de categoria Màster, més de 50 anys, masculí i femení
- El primer local, masculí i femení

● Els premis NO SÓN ACUMULATIUS.

● A més, es premiarà a l'equip més nombrós, comptabilitzant les 3 proves competitives (UP75, UP37 i UP20).

## 4. Cronometratge

- El sistema de cronometratge s'efectuarà mitjançant xip en el dorsal i l'aplicació mòbil on els corredors hauran de descarregar-se-la per tal de que es pugui fer el seguiment als passos de control que es trobaran als avituallaments. Tots els participants portaran el xip. Els resultats podran consultar-se en la web [www.ultrapenedes.com](http://www.ultrapenedes.com).

## 5. Inscripcions

- Les inscripcions es faran en línia en [www.ultrapenedes.com](http://www.ultrapenedes.com), fins al 20 d'octubre de 2024 a les 23.59 h o en arribar al límit de 600 inscrits.
- Els preus de les inscripcions són:

		<b>UP75</b>	<b>UP37</b>	<b>UP20</b>	<b>UPWalk</b>
Tramo 1	<b>14 abril - 14 mayo</b>	65 €	38 €	20 €	15 €
Tramo 2	<b>15 mayo – 14 agosto</b>	80 €	45 €	26 €	18 €
Tramo 3	<b>15 agost - 20 octubre</b>	95 €	55 €	30 €	22 €

- Els preus no inclouen l'assegurança dels participants.
- Als participants que no estiguin federats en la FEEC o equivalent se'ls cobrarà una assegurança d'accidents de 4 € en totes les carreres.

## 6. Material obligatori

	UP75	UP37	UP20	UPWalk
Got per avituallament líquid. Pot ser qualsevol recipient.				
Telèfon mòbil amb bateria carregada				
Bateria externa per telèfon mòbil				
Xiulet				
Manta tèrmica				
Sabatilles de muntanya i mitjons				
Frontal + bateria / piles de recanvi				
Llum posterior vermella				
Jaqueta impermeable transpirable amb caputxa				
Jaqueta paravents				
Peça de roba tèrmica		*	*	*
Pantalons impermeables	*	*	*	*
Malla llarga	*	*	*	*
Gorra, buff o similar que cobreixi el cap				
Guants	*	*	*	*
Reserva de agua (1 litre)				
Reserva de agua (0,5 litres)				
Rellotge GPS amb track de la carrera				
Motxilla				
Crema solar				
Electròlits i/o sals minerals				
Ulleres de sol				
Bastons				
Reserva alimentaria				
Mini botiquín				

	Recomendado
	Obligatorio
*	En función de la meteorología

- En funció de la meteorologia prevista, l'organització pot ampliar o reduir el material obligatori.
- El dorsal de tots els participants portarà imprès un número de telèfon de l'organització al qual anomenar en cas d'emergència.

## 7. Abandonaments

- Si per qualsevol motiu algun participant decidís abandonar, haurà de fer-ho en un punt de control o avituallament i comunicar-lo als membres de l'organització que allí es trobin. L'organització li acompanyarà a meta o sol·licitarà el seu trasllat als equips d'emergència. Si, per la impossibilitat d'arribar a un punt de control, el participant abandona fora d'aquests punts, estarà obligat a comunicar-lo a control o director de carrera una vegada arribat a meta.
- És OBLIGATORI auxiliar a un participant accidentat. L'incompliment d'aquesta norma comporta la desqualificació immediata. En qualsevol cas, hi haurà escombres de l'organització que tancaran els quatre circuits acompanyant a la cua de carrera.
- L'organització pot retirar el dorsal a qualsevol participant que manifesti un evident mal estat físic o que no respecti les normes establertes.

## 8. Serveis

- Ambulàncies Privada medicalitzada.
- Aparcament / zona per a autocaravanes i campers.
- Xip de cronometratge i app de seguiment.
- Avituallaments sòlids i líquids.
- Guarda-roba, vestuaris i dutxes.
- Massatges.
- Menjar per a tots en finalitzar (pasta, hamburguesa, cafè, refrescos, cervesa, etc.).
- Selecció de fotografies

## 9. Altres

- La responsabilitat de l'organitzador de la prova és la que s'estableix en l'Annex II del vigent Reglament General de Circulació del Servei Català de Trànsit.
- Aquesta organització es reserva el dret de
- Els inscrits manifesten que són aptes per a disputar la prova i que participen sota la seva responsabilitat.
- En realitzar la inscripció s'accepta aquest reglament i qualsevol decisió que l'organització pugui adoptar.
- L'organització es reserva el dret de modificar aquest reglament, ajornar la prova o fins i tot suspendre-la si hi hagués circumstàncies de força major que així ho aconsellessin.
- Els participants donen la seva autorització per a fer ús de la seva imatge en mitjans relacionats amb la prova, ja sigui mitjançant imatges, vídeo i/o so.

## 10. Contacte

Pots contactar amb nosaltres al correu electrònic [info@ultratrailpenedes.com](mailto:info@ultratrailpenedes.com) o per WhatsApp al numero **644 90 18 49**.