

## RIALP MATXICOTS MITJA 21K

### Reglamento (actualización febrero 2024)

#### FICHA TÉCNICA

Rialp – Altron – Seurí – Bernui – Sorre – Escàs – Serra de Posa (1.507 m.) - Surp – Rialp.

- DISTANCIA: 21,8 km
- DESNIVEL: 1.500 +D (3.000 m acumulados)
- ALTURA MÍNIMA: 725 m
- ALTURA MÁXIMA: 1.500 m
- AVITUALLAMIENTOS: 4 (1 líquido + 2 sólidos/líquidos + avituallamiento meta).
- SALIDA: 8:00 h. 14-09-2024
- TIEMPO APROXIMADO 1º: 2:00 h
- TIEMPO MÁXIMO: 6 horas
- Nº PARTICIPANTS: 300
- CARRERA PUNTUABLE UTMB ÍNDEX

#### ORGANIZACIÓN

**La Rialp Matxicots está organizada por el Ayuntamiento de Rialp.**

#### Art. 1. La prueba

La carrera **RIALP MATXICOTS MITJA** es una carrera de montaña por el corazón de la Vall d'Assua que transcurre por caminos de montaña y senderos del Parque Natural del Alt Pirineu.

Es una carrera de 21km con 1.500 m de desnivel positivo de semiautosuficiencia, es decir, que cada participante ha de llevar el material obligatorio de seguridad y la comida que necesite para la travesía, teniendo en cuenta los avituallamientos, puntos de control y bases de vida que proporciona la carrera.

El tiempo máximo para completar la prueba es de **6 horas**.

#### Art. 2. Fechas

**14 de SEPTIEMBRE de 2024.**

#### Art. 3. Programa

**VIERNES 13 de septiembre de 2024**

- **18:00-21:00 h:** Recogida de dorsales (18.00h- 21.00h)

**SÁBADO 14 de septiembre de 2024**

- **05:15 h.** Recogida de dorsales (05:15h- 08:15h)
- **06:00 h.** Apertura zona salida TRAIL
- **06:30 h.** Salida TRAIL 50k
- **07:30 h.** Apertura zona salida MITJA.
- **08:00 h.** Salida MITJA 21k
- **08:45 h.** Apertura zona salida POPULAR.
- **09:00 h.** Salida POPULAR 10k
- **14:00 h.** Cierre meta MITJA y POPULAR.
- **18.30 h.** Entrega de premios RIALP MATXICOTS
- **20.30 h.** Cierre meta TRAIL.

**DOMINGO 15 de septiembre de 2024**

- **09:30 h.** Recogida de dorsales MATXIXICS (09:30h-11:30h)
- **10:45 h.** Salida SÚPER MATXIXICS 5k
- **11:45 h.** Salida TRAIL MATXIXICS 3k
- **12:30 h.** Salida MINI MATXIXICS 1k
- **13:15 h.** Entrega de premios RIALP MATXIXICS

**#matxicots2024**

**Este programa es provisional y puede ser modificado en cualquier momento por la organización de la carrera.**

**Art. 4. Semiautosuficiencia**

- Cada participante tendrá que disponer de la comida y el líquido que crea necesario.
- Durante la prueba, la organización proporcionará avituallamientos líquidos y sólidos.
- Por cuestiones de sostenibilidad, no habrá vasos en los avituallamientos de ninguna de las modalidades y no estará permitido beber directamente de las botellas o envases.
- Habrá un avituallamiento a la llegada.
- La asistencia estará permitida dentro de todos los avituallamientos.

**Art. 5. Mapa y cuaderno de ruta**

Todo el recorrido transcurre por senderos, caminos o itinerarios marcados por la organización. Todos los tracks se pueden descargar en [www.rialpmatxicots.cat](http://www.rialpmatxicots.cat)

**Art. 6. Controles de paso y cronometraje (CPC-CP)**

Los participantes tendrán que pasar obligatoriamente por los CP y CPC que estarán claramente visibles. En cada CP habrá personal de la organización que verificará el paso de los corredores. Los participantes son los responsables de asegurarse de que el controlador ha verificado su paso por cada CP. Un equipo de cierre de carrera de la organización hará el recorrido cerrando la carrera. Se tienen que seguir en todo momento las indicaciones del

personal de la organización y de seguridad.

### Art. 7. Seguridad

La organización situará, en determinados puntos del recorrido y en los controles de paso, personal especializado encargado de velar por la seguridad de los participantes. Es obligatorio seguir las indicaciones de este personal, que estará convenientemente identificado. **En caso de abandono, se debe comunicar con la mayor brevedad posible al personal de la organización y si no es posible contactar lo antes posible con el centro de control de carrera vía el número de teléfono indicado en el dorsal.** Habrá personal médico y ambulancias en puntos estratégicos del recorrido para intervenir si es necesario. En el caso en el que las condiciones climatológicas lo aconsejen, habrá un recorrido alternativo, que se comunicará convenientemente en el briefing antes de la salida. Si se decidiese cambiar al recorrido alternativo una vez efectuada la salida, este cambio se tendrá que comunicar a los participantes en el punto de control oportuno. Habrá también un plan de rescate y evacuación en caso de necesidad. El equipo escoba encargado de cerrar la carrera comprobará el paso de todos los participantes.

Habrá un número de teléfono de emergencias que conectará en el control de seguridad de la carrera. En caso de no poder contactar con ella, deberá llamar al 112, que pasará el aviso a seguridad de carrera para proceder según sea necesario.

### Art. 8. Información general

Habrá un servicio de vestuarios y de duchas cuando acabe la prueba.

La organización no se hará responsable de los accidentes o daños que puedan recibir o producir los participantes, lo que hará es velar para evitarlos. La organización se reserva el derecho de modificar las bases de la **RIALP MATXICOTS MITJA** o suspender la carrera ante una eventualidad o causa de fuerza mayor. Ver artículo 17 “Dirección y comité de carrera. Modificaciones del recorrido, de los límites horarios o anulación de la carrera”.

Los participantes seguirán las instrucciones que les sean dadas por la organización. Cuando se hace la inscripción, todos los participantes aceptan sin reservas este reglamento, la ética de la carrera y la normativa anexa.

### Art. 9. Límites de horarios

El tiempo máximo para la totalidad del recorrido es de **6 horas**. Durante el recorrido habrá un tiempo límite para pasar por algunos de los CP (límites horarios), estos tiempos están calculados para poder finalizar la carrera dentro del horario máximo establecido. No se permitirá continuar a los que superen estas barreras horarias. A los que quieran continuar, se

les retirará el dorsal y podrán continuar la carrera bajo su responsabilidad. En caso de malas condiciones meteorológicas o por razones de seguridad, la organización se reserva el derecho de parar la prueba, de modificar el recorrido o de variar los límites horarios.

| CONTROL       | MITJA<br>Límite 6 horas |
|---------------|-------------------------|
| Salida RIALP  | 08:00 h.                |
| Escàs         | 11:30 h.                |
| Llegada RIALP | 14:00 h.                |

### Art. 10. Abandonos y retorno a RIALP

**Los abandonos nada más se podrán hacer en aquellos controles donde haya límite horario establecido.**

En el caso de necesidad de evacuación por accidente o lesión que impida la aproximación a pie a algún punto de retorno, se tendrá que intentar avisar a la organización a través de todos los medios posibles (teléfono de centro de control de carrera impreso en el dorsal o, en caso de no poder contactar, al 112), contactando con alguna persona de control o de asistencia de seguridad para activar el operativo de rescate.

Los que abandonen tendrán que avisar obligatoriamente a la organización por medio de un control o poniéndose en contacto con el Centro de la Organización a través de los números de teléfono que serán comunicados a los participantes y que estará impreso en el dorsal.

La organización dispondrá de vehículos de retorno a RIALP en los puntos de abandono indicados. La organización se reserva los horarios de traslado de los corredores-as hasta Rialp estableciendo el horario máximo el del cierre de cada control. El abandono voluntario fuera de los puntos de control con límite horario se hará por medios propios. Hay cobertura telefónica a la mayoría de puntos del recorrido.

### Art. 11. Dorsales

- Los participantes tendrán que llevar en todo momento el dorsal facilitado por la organización en la parte de delante.
- Los dorsales tendrán que estar siempre visibles, no se pueden cortar, doblar, tapar ni modificar.

### Art. 12. Condiciones de los participantes

- Tener 16 años cumplidos.
- Será obligatorio presentar la autorización paterna / materna de participación de menores de edad.
- Cada corredor tendrá que disponer del material adecuado para soportar las condiciones propias de la prueba y el material obligatorio, incluida la alimentación.
- Firmar el documento de descargo de responsabilidad facilitado por la organización.
- Estar en óptimas condiciones físicas para la realización de este tipo de pruebas deportivas. La organización recomienda haber realizado una prueba de aptitud física durante el último año anterior a la realización de la prueba.
- Estar en posesión de un seguro de asistencia médica y de responsabilidad civil, bien las indicadas como válidas a la hora de realizar la inscripción o bien la facilitada por la propia organización.

### Art. 13. Material obligatorio

Cada participante tendrá que disponer, para garantizar su propia seguridad del siguiente material:

| MATERIAL OBLIGATORIO   | TRAIL | MITJA |
|--|-------|-------|
| Mochila o equivalente.   | ✓     | R     |
| Chaqueta impermeable de membrana con capucha.                        | ✓     |       |
| Linterna frontal y pilas de recambio (recomanable más de 90 lumens). | ✓     |       |
| Manta de supervivencia (220 x 140 cm).                               | ✓     | R     |
| Silbato.   | ✓     | R     |
| Comida.  | ✓     | R     |
| Sistema de hidratación (mínimo 1 l.)                                 | ✓     | R     |

|  |   |   |
|--|---|---|
| Teléfono móvil, cargado y operativo.   | ✓ | ✓ |
| <b>VASO</b> (por razones de sostenibilidad, no encontraréis ningún vaso en los avituallamientos).              | ✓ | ✓ |
| <b>MATERIAL B</b> (según las condiciones climatológicas) Se comunicará como máximo en el briefing del viernes. |   |   |
| Chaqueta impermeable de membrana con caputxa (Mitja)   |   |   |
| Camiseta térmica de manga larga.   |   |   |
| Pantalones largos impermeables.  |   |   |
| Guantes largos.  |   |   |
| Gorro y/o tubular.   |   |   |
| <b>MATERIAL ACONSEJABLE</b> (no obligatorio)   |   |   |
| Bidones de 0.5 l de boca ancha , para rellenarlos fácilmente en marcha.  |   |   |
| Guantes con membrana.  |   |   |
| Bastones telescópicos.   |   |   |
| Camiseta y calcetines de recambio.   |   |   |
| Crema solar y vaselina o crema antirozaduras.  |   |   |
| Reloj GPS con altímetro.   |   |   |

**El material obligatorio se deberá llevar durante todo el recorrido. Se realizarán controles aleatorios durante la carrera, además del control de salida.**

#### **Art. 14. Control de salida y controles de material.**

No se llevará a término un control de material en la salida. **La organización realizará controles de material aleatorios durante todo el recorrido de la prueba** para asegurar que estos lleven el material que asegura su seguridad durante toda la carrera. Los participantes que no lleven el material obligatorio, o que lo presenten inutilizable o defectuoso, quedarán descalificados.

#### **Art. 15. Dirección y comité de carrera. Modificaciones del recorrido, de los límites horarios o anulación de la carrera.**

El comité de carrera estará formado por:

- Director/a de carrera.
- Director/a técnico/a de carrera.
- 1 miembro de la organización.
- 1 miembro de seguridad de carrera.
- 1 miembro de los cuerpos de seguridad.
- 2 corredores/se (asignados con anterioridad al briefing).

Serán decisiones del comité de carrera:

- La modificación y/o cancelación de la carrera con anterioridad a su celebración para preservar la integridad de los corredores.
- Atender las reclamaciones presentadas a la dirección de carrera.

La dirección de carrera podrá retirar de la competición un corredor cuando considere que tiene disminuidas sus capacidades físicas o técnicas debido al cansancio, no disponga del material obligatorio, o sus condiciones no sean las apropiadas para continuar la carrera. También podrá suspender, recortar, neutralizar o parar la carrera una vez empezada, por seguridad o causas de fuerza mayor ajenas a su voluntad (climatología, etc.). Los comisarios de CP son los responsables de los puntos de control de paso obligado. Los participantes no podrán reclamar sobre el reglamento, las clasificaciones y los itinerarios a los comisarios o interrogarlos.

### **Art. 16. Descalificaciones y penalizaciones**

|  |
|--|
| <b>Faltas leves. Penalización 1h.</b>  |
| a) No llevar el dorsal visible y/o no mostrarlo a los miembros de la organización. b) Modificar la forma o composición del dorsal.<br>c) No traer encendido el frontal por la noche.<br>d) Ser acompañado durante el recorrido más allá de las zonas de avituallamiento. |
| <b>Faltas graves. Penalización 2h.</b>   |
| e) Recibir asistencia externa fuera de las zonas de avituallamiento.   |
| <b>Faltas muy graves. Descalificación.</b>   |

- f) Acortar el recorrido saliendo del itinerario marcado.
- g) Tirar desechos fuera de los lugares designados.
- h) No llevar consigo alguna pieza del material obligatorio, durante toda la carrera.
- i) Usar cualquier medio de transporte o locomoción durante todo o parte del recorrido.
- j) No guardar respeto absoluto a las más esenciales normas deportivas de camaradería, respecto a la naturaleza y ética deportiva.
- k) Cualquier desconsideración grave hacia cualquier miembro de la organización.
- l) Pasar fuera de los límites horarios establecidos, así como llegar a meta fuera del tiempo máximo de carrera.
- m) No auxiliar a un corredor accidentado.
- n) Perder el chip de cronometraje.
- o) saltarse un control de paso obligatorio.

## Art. 17. Categorías

### INDIVIDUAL

- Absoluto hombres / Absoluto mujeres.
- Sénior hombres / Sénior mujeres. De 16 a 39 años incluidos.
- Veterano hombres / Veterana mujeres. De 40 a 49 años incluidos.
- Máster hombres / Veterana mujeres. A partir de 50 años.

## Art. 18. Cronometraje

El cronometraje de la carrera se llevará a término con chip. Cada participante se asegurará de pasar el chip en todos los controles de paso establecidos por la organización.

## Art. 19. Reclamaciones

Las reclamaciones se tienen que hacer al comité de carrera, y se tienen que presentar por escrito, debidamente rellenas, a la organización como muy tarde una hora antes de la entrega de los premios, acompañada de 30 € de fianza, que se devolverán en caso de que la reclamación prospere.

## Art. 20. Trofeos

Un trofeo para los **3 primeros clasificados** de las categorías sénior, veterano, máster y absoluto, de todas las categorías, masculino y femenino.

Un trofeo al primer y primera pallaresa (residentes y/o nacidos en el Pallars Sobirà e inscritos en la localidad pertinente).

## Art. 21. Inscripciones

El **período** de inscripciones será del **15 de marzo al 15 de agosto de 2024** o hasta agotar dorsales.

Las inscripciones serán obligatorias para la participación, se harán en línea:

### PRECIOS INSCRIPCIONES 2024:

|               | Precio promoción | Precio |
|---------------|------------------|--------|
| - Trail50k:   | 65 €             | 75 €   |
| - Mitja21k:   | 35 €             | 42 €   |
| - Popular10k: | 20 €             | 26 €   |

**Los precios incluyen:** camiseta de la carrera, bolsa de corredor, detalle finisher, chip cronometraje y seguimiento en directo online, avituallamientos durante el recorrido, avituallamiento de meta, servicio médico y de seguridad entre otros.

El uso de chip será obligatorio porque permite tener acceso a la información del tiempo realizado así como bajar de la página web de la carrera, el diploma acreditativo de participación y el resultado.

Los **reglamentos** de participación y el formulario de inscripción en línea, así como toda la información de la carrera, se encuentra en la página web de la carrera [www.rialpmatxicots.cat](http://www.rialpmatxicots.cat)

**El seguro de accidentes** será **obligatorio** para los que no tengan la cobertura de accidentes específica de competición de la tarjeta de la FEDME, FEED, AETRAIL o RFEA (ITRA). **Coste adicional para los no federados:** suplemento de **10€** por el seguro de la Trail y en el caso de realizar la Mitja o la Popular el coste será de **5€**.

### PROCEDIMIENTO PARA LAS INSCRIPCIONES

- Rellenar la inscripción por Internet en [www.rialpmatxicots.cat](http://www.rialpmatxicots.cat) y seguir los pasos.
- Al recibir el email de confirmación quedará formalizada la inscripción y aparecerá el nombre en la página de inscritos.

**ANULACIÓN DE INSCRIPCIÓN:** Hasta el 15 de agosto se devolverá el 75%. A partir del 16 de agosto no se devolverá ninguna inscripción.

**CAMBIO DE MODALIDAD:** Hasta el 15 de agosto para cambiar de modalidad, en caso de que haya plazas disponibles, se deberá anular la inscripción, de la que se devolverá el 75% y se debe hacer una nueva inscripción en la modalidad deseada. A partir del 16 de agosto no se permitirá ningún cambio de modalidad.

## Art. 22. Responsabilidades

Los participantes lo hacen bajo su responsabilidad. Sobre ellos recae la decisión de salir y realizar la carrera.

Los participantes eximen a la organización de las reclamaciones o demandas basadas en supuestas acciones o no acciones suyas o de otros que actúen a su favor, así como de las reclamaciones o demandas resultantes de los daños que les puedan suceder, a ellos y a su material, incluidos la pérdida o el extravío.

Los participantes tendrán que firmar los documentos que se requieran para evidenciar más claramente cualquier apartado del reglamento.

### **Art. 23. Derechos de imagen**

La organización se reserva los derechos exclusivos de las imágenes, de hacer y recopilar fotografías, vídeos e información de las pruebas en que todos los participantes estén implicados, así como de utilizar todo este material para anuncios, relaciones públicas o cualquier otro propósito periodístico o de promoción del acto.

Cualquier proyecto mediático o publicitario tendrá que tener, antes, el consentimiento de la organización.

### **Art. 24. Modificaciones**

La organización se reserva el derecho de revisar, modificar o mejorar en cualquier momento este reglamento. El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con este documento.

### **Art. 25. Eco-responsabilidad**

Todas las modalidades de la **RIALP MATXICOTS** recorren parajes de alto valor ambiental y recorren en gran parte, zonas del **Parque Nacional de Aigüestortes y Lago de San Mauricio y el Parque Natural de l'Alt Pirineu**. Es por ello, que desde la organización se vela por que los corredores tengan un comportamiento ejemplar al respecto, utilizando en todo momento los contenedores a disposición, respeten la flora y la fauna y sigan estrictamente el recorrido marcado sin utilizar atajos. Cualquier comportamiento contrario a estas indicaciones supondrá la penalización indicada en el presente reglamento o la descalificación según el caso.

La organización por su parte se compromete a utilizar, en la medida de lo posible, materiales reutilizables y respetuosos en el medio ambiente para la señalización y el marcado de las carreras, así como la posterior total retirada de la misma en el menor tiempo.

Ninguna modalidad de la **RIALP MATXICOTS** dispondrá de vasos de plástico en los avituallamientos instalados durante los recorridos, por lo que recordamos el uso obligatorio de vaso propio por parte de cada participante.

### **Art. 26. Ética y valores.**

El respeto y la solidaridad entre los participantes, voluntarios, colaboradores y del público son los elementos básicos de la **RIALP MATXICOTS**.