

**31 de MARÇ**  
**X Marxa de Resistència**  
**Lo Calvari de l'Urgell**



**Lo Calvari 55km**  
**Lo Via Crucis 32km**  
**La Processó 20km**

## REGLAMENT DE LA MARXA

### ORGANITZACIÓ:

La X Marxa Lo Calvari de l'Urgell és una prova oberta a tothom, sense cap mena de competició, amb la qual volem donar a conèixer la comarca de l'Urgell.

- *Data de la marxa:* 31 de Març de 2019
- *Recorregut:* 56 quilòmetres
- *Hora de sortida:* 07 h matí
- *Lloc de sortida i arribada:* Poliesportiu d'Anglesola
- *Esmorzar:* Sant Martí de Maldà.
- *Dinar:* Rocallaura.

Trobareu diversos avituallaments durant la ruta.

Es lliurarà una samarreta a tots els participants.

A tots els participants que acabin la marxa se'ls donarà un diploma i un obsequi record.

Inscripcions limitades a 150 persones.

### LLIURAMENT DE DORSALS:

Els dorsals es podran recollir al Poliesportiu d'Anglesola, s'haurà de presentar el full d'inscripció i el DNI i els federats a més a més hauran de presentar l'original de la llicència de l'any en curs.

- Dissabte 30 de Març de 17 h a 19 h
- Diumenge 31 de Març de 6 h a 7 h

### NORMES:

Tots els inscrits que siguin menors de 18 anys han de portar una autorització dels pares o tutors i anar acompanyats d'un adult durant el recorregut.

El temps màxim per fer la marxa s'ha establert en 13 hores.

Per participar a la Marxa s'ha de tenir l'assegurança anual de la FEEC. I si no s'està federat (per la FEEC) l'organització ha contractat una assegurança d'accidents temporal vàlida només durant la caminada.

Hi ha 3 controls, a més a més del de sortida i el d'arribada, és responsabilitat del participant marcar a tots ells.

Si algun participant porta gos caldrà que el porti lligat.

En cas de pluja, es donarà la sortida igualment. El mal temps no serà cap obstacle per dur a terme la marxa, si bé l'organització pot suspendre-la abans de sortir cap participant.

L'organització no es fa responsable dels accidents o danys que puguin rebre o produir els participants, però vetllarà per evitar-los.

En cas d'abandonament no es garanteix l'evacuació, però cal notificar-ho, en un control de pas o trucant a un telèfon que ha de constar al dorsal.

No es retornaran, en cap cas, els diners de les inscripcions.

**31 de MARÇ**  
**X Marxa de Resistència**  
**Lo Calvari de l'Urgell**



**Lo Calvari 55km**  
**Lo Via Crucis 32km**  
**La Processó 20km**

Es recomana el següent material per participar en la prova: Reserva d'aigua d'un litre, manta tèrmica, mòbil i frontal

Qualsevol cas no previst serà resultat per la comissió organitzadora.

Les vostres dades personals queden al nostre registre i en podem fer ús per a activitats relacionades amb la nostra entitat.

**RECOMANACIONS:**

*Forma física*

Tots els participants han de ser conscients de la seva capacitat i preparació per afrontar la dificultat de la prova, i de vetllar per la seva integritat física durant tot el recorregut. La caminada és recomanada únicament per a persones que, tot i estar habituades a l'esport, hagin realitzat una preparació prèvia escaient, excloent l'organització de qualsevol responsabilitat per problemes derivats del seu estat de salut.

*Consells*

- Comporteu-vos de manera cívica amb la natura.
- Cal portar roba i calçat adequats.
- No embruteu. Dipositeu les deixalles als contenidors adients.
- Seguiu les indicacions de l'organització.
  - Si en algun moment es perden els senyals, es recomana tornar enrere i retrobar novament