



**MARCHA
NÓRDICA**
FEDME



COPA DE ESPAÑA 22

**1a Prueba Copa de España
Marcha Nórdica Sarriegos 22**

PARROCIALES



**06 03 22
12km**

**1a MARCHA
NÓRDICA LEÓN
PRUEBA OPEN 6km**

COLABORADORES



I MARCHA NÓRDICA LEÓN

**1ª PRUEBA COPA DE
ESPAÑA DE MARCHA
NÓRDICA SARRIEGOS 22**

MARZO 6 // C.D. MARCHA NÓRDICA LEÓN





PRESENTACIÓN

ABRIMOS EL CALENDARIO DE PRUEBAS NACIONALES 2022

I Marcha Nórdica León abre el calendario nacional de Copa de España, esperamos la participación de los/las mejores deportistas de España.

A la par tendrá lugar una prueba Open para las personas que quieran competir a nivel amateur compartiendo circuito.

Esperamos un gran número de marchadores/as. Comenzaremos la temporada al más alto nivel de deportistas y confiamos que gran número de asistentes.

Hemos preparado un fin de semana participativo, con diferentes propuestas para todos/as los/las competidores/as y acompañantes.



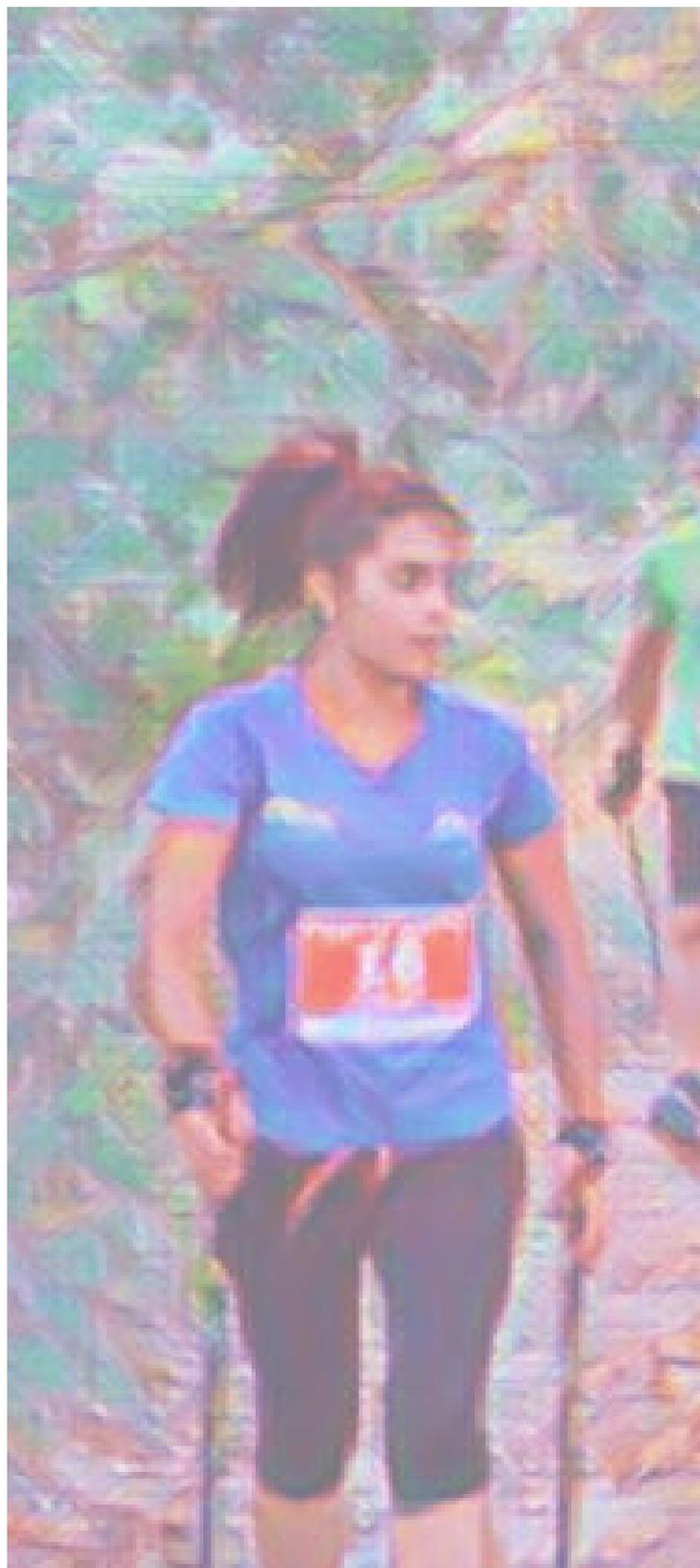
DEDICADA A LA MUJER

Coincidiendo con el día internacional de la mujer, dedicamos esta primera Copa de España del 2022 a las mujeres de todas las esferas del deporte, especialmente a las relacionadas con la Marcha Nórdica y la Montaña (marchadoras, competidoras, organizadoras, árbitras, entrenadoras, instructoras, directoras y gestoras), que con su entrega y esfuerzo hacen posible un mundo mejor y más igualitario.

El deporte y la actividad física, por su potencialidad educativa, de salud y mediática, contribuyen a promover la igualdad entre mujeres y hombres. Valor muypreciado en la Marcha Nórdica, donde conviven en armonía hombres y mujeres de todos los niveles y edades.

Hemos querido reunir a mujeres relevantes en los deportes de montaña y marcha nórdica en la mesa redonda del sábado **“Montaña: Mujeres de hoy, Mujeres competidoras”**

Este evento está organizado y dirigido por un grupo de personas amantes de la marcha nórdica que en casi su totalidad son mujeres.



PREVIO A LA JORNADA DE COMPETICIÓN

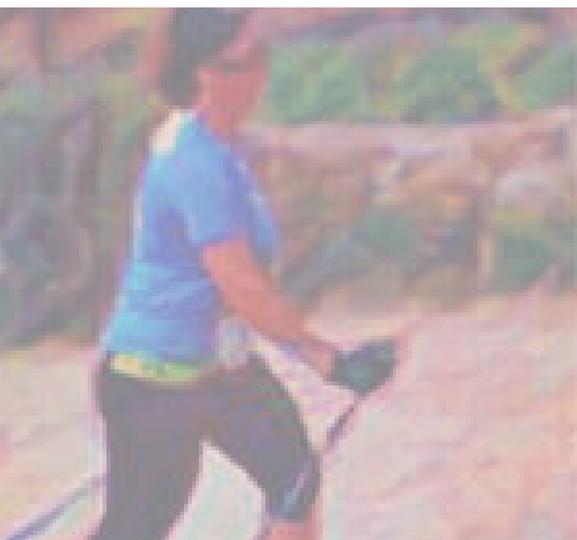
1. PARTICIPANTES

En Copa de España podrán participar las personas federadas FEDME en las siguientes categorías y edades (que deben de tener cumplidas el 31/12/22):

CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	EDAD MÍNIMA	EDAD MÁXIMA
Absoluta	No	16 años	-
B1	No	18 años	-
B2	No	18 años	-
No	Junior	16 años	17 años
No	Promesa	18 años	23 años
No	Senior	24 años	39 años
No	Veteranos/as A	40 años	49 años
No	Veteranos/as B	50 años	59 años
No	Veteranos/as C	60 años	69 años
No	Veteranos/as D	70 años	-

La Organización ofrecerá 300 plazas.

Las personas menores de edad tendrán que presentar la autorización familiar, a la hora de inscribirse.



CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN.

Las personas participantes se comprometen a aceptar estrictamente el Reglamento de Marcha Nórdica de la FEDME, así como el presente Reglamento de la Competición, así como cualquier posible modificación de la prueba, obligada por causas ajenas a la voluntad de la organización. La realización de la inscripción implica haber leído, entendido y adquirido los compromisos que se exponen:

- Certifica que está en buen estado físico y tiene realizado los pertinentes reconocimientos de salud que le habiliten para participar en competiciones de estas características. La Organización no será responsable de ninguna lesión o padecimiento por imprudencia, negligencia o falta de forma física del marchador/a.
- Autorizo a la organización a utilizar mi imagen en publicaciones impresas o electrónicas para la promoción del deporte.
- De acuerdo con la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, le informamos de que sus datos personales pasarán a formar parte de un fichero que es responsabilidad el Club Deportivo Marcha Nórdica León. Si desea ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación u oposición podrá hacerlo dirigiéndose por escrito a la dirección del Club junto a una fotocopia de su DNI. La organización rechazará cualquier inscripción que no acepte las condiciones de este reglamento. En caso de dudas o de alguna situación no recogida se estará a lo que disponga la organización.



2. INSCRIPCIONES PRECIOS

Los/as deportistas podrán inscribirse a través de la plataforma online <http://fedme.es/inscripciones/> y en youevent.es

El plazo de inscripción termina el domingo **1/03/22 a las 23:59h. y no se aceptará ninguna inscripción fuera de este plazo.**

PRECIO INSCRIPCIÓN

PERIODO REDUCIDO	FEDERADOS FEDME	NO FEDERADOS
Desde la apertura de inscripciones hasta el 10/02 a las 23:59h	10€	15€
Desde el 10/02 hasta el 20/02 a las 23:59 h.	18€	22€

PERIODO CONVENCIONAL	FEDERADOS FEDME	NO FEDERADOS
Desde el 21/02 hasta el 1/03 a las 23:59h	20€	25€



3. ENTREGA DE DORSALES

- Se realizará en el Auditorio Café Quijano (Azadinos) el sábado 05/03 de 17:00 a 19:30h.
- Excepcionalmente, el mismo día de la prueba de 08.30 horas a 09:30 horas en la zona de meta, Pabellón Deportivo de Sariegos, se entregarán a las personas que vivan a menos de 200 km de la ciudad de León.

Para recoger el dorsal los/as participantes de la Copa de España de Marcha Nórdica deberán presentar su tarjeta de federado/a FEDME en vigor, junto con el DNI físico (u otro documento oficial en vigor), pasaporte COVID o PCR negativa.

Para recoger el dorsal los/as participantes de la prueba OPEN la persona que recoja tendrá que presentar el DNI físico (u otro documento oficial en vigor), pasaporte COVID o PCR negativa.



4. HORARIOS Y PLANIFICACIÓN

Propuesta de actividades para el fin de semana:

Sábado 5 de marzo

- **10:00** horas: Presentación oficial de la prueba con las autoridades (Auditorio Café Quijano -Azadinos-)
- **10:30** horas: Recorrido por el circuito (Sariegos)
- **11:30** horas a **14:00** horas: Visita guiada León Monumental (delante de la Diputación de León) entrada a la Catedral 6€/persona.
- **16:00** horas: Recorrido por el circuito (Sariegos)
- **17:00** horas hasta las **19:00** horas: Recogida de dorsales en el hall Auditorio Café Quijano -Azadinos
- **17:30** horas: Mesa redonda **“Montaña: Mujeres de hoy, Mujeres competidoras”** (Auditorio Café Quijano -Azadinos-)



- **19:30** horas Breafing de la prueba (Auditorio Café Quijano -Azadinos-)
- **21:00** horas: Cena de convivencia. Restaurante Luna. Precio 20€/persona. A esta cena de confraternidad podrán acudir los/as participantes en la prueba y sus acompañantes y tendrán realizar la INSCRIPCIÓN a la cena antes del 1/03.

5.DATOS TÉCNICOS

La prueba esta dirigida por el C.D. Marcha Nórdica León en coorganización con la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME).

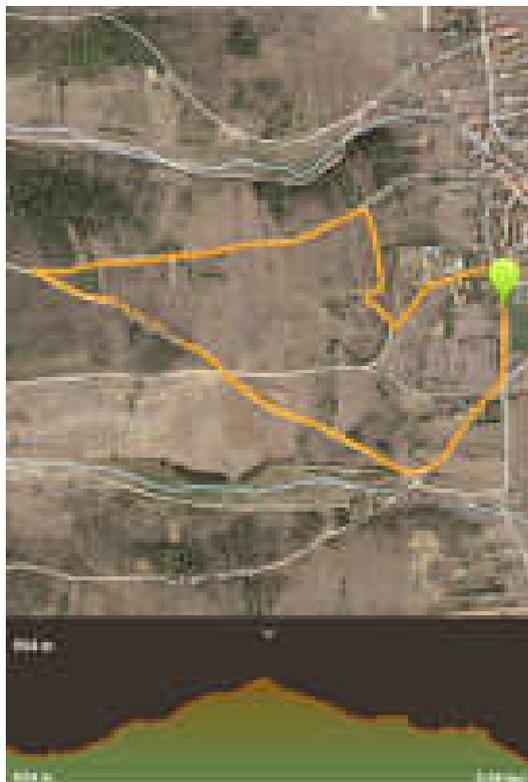
6.ALOJAMIENTO

Para el alojamiento la organización ha realizado gestiones preferentes con los hoteles:

- Las Moreras Carr. Caboalles, Km. 4, 24121 Azadinos, León.
- Hotel Conde Luna Avd. Independencia 7 24003 León.
- Hotel Alfonso V Padre Isla 1, 24002 León.
- Hostal Bocalino Plaza San Isidoro, 1, 24003 León.



EL DÍA DE LA PRUEBA



7. CIRCUITO

Sariegos donde se desarrolla la prueba está situado a 7 km NO de la capital leonesa. El recorrido tiene un trazado circular de 3.008 m, transcurre por el valle Valdepegos.

Discurre por caminos de tierra compacta 2.218 m, campo a través 240 m y asfalto 550 m sin necesidad de utilizar pad o taco de goma. Para completar la distancia de 12.032m se darán 4 vueltas al circuito con desnivel acumulado de 256m de subida y 256m de bajada. [WIKILOC](#)

Será señalado el último kilómetro y el tiempo máximo para realizar el circuito será de dos horas y treinta minutos.

Los/las primeras participantes estarán guiados por ciclista o marchador/a, así como los/las últimos participantes también estarán acompañados por ciclista y marchador/a atendiendo al tiempo de cierre. Los voluntarios de la organización estarán colocados en puntos débiles de la prueba.

El **Avituallamiento** se realizará en cada una de las vueltas al circuito, en la zona de Salida y Llegada. Contará con el avituallamiento de la organización y equipos.



8. HORARIO Y DESARROLLO DEL EVENTO

El evento se realizará el domingo 6 de marzo. La salida se realizará por cajones atendiendo a los protocolos COVID. Serán de 30 deportistas por cajón en función del Ranking de 2021.

Domingo 6 de Marzo Sariegos

- **8:30** horas hasta **9:30** horas: Recogida de Dorsales. (Pabellón Deportivo de Sariegos)
- **9:15** horas calentamiento dirigido.
- **9:50** horas: Entrada en Parrilla y cajón principal.
- **9:55** horas: Charla Técnica "Breafing"
- **10:00** horas: Comienza la prueba Federados FEDME.
- **10:10** horas: Comienza la prueba No Federados.
- **12:30** horas: Cierre de carrera.
- **13:00** horas: Entrega de premios.
- **14:00** horas: Tercer tiempo para los que quieran quedarse a comer una OLLA FERROVIARIA.. (Pabellón Deportivo de Sariegos)





CRONOMETRAJE

Es obligatorio ponerse correctamente el chip de control de tiempos y paso, y la Organización podrá establecer controles electrónicos de cronometraje y paso por todo el recorrido con el propósito de verificar que todos los/as atletas cubren la totalidad del recorrido. Es obligatorio pasar por encima de las alfombras de control dispuestas a lo largo del recorrido. Los/as deportistas que no tengan todos los registros en el orden adecuado serán descalificados/as. En la zona de meta habrá recipientes para la devolución del chip, y su no devolución supone no entrar en la clasificación final, así como una penalización de 30€ (treinta euros).

SEGURIDAD

Todas las personas participantes estarán cubiertas con una póliza de Seguro de responsabilidad civil y el seguro de accidentes de la licencia federativa. Habrá 2 ambulancias y 1 médico/a para la atención urgente.



REGLAMENTO

La prueba se rige por el reglamento FEDME de competiciones de Marcha Nórdica **PINCHA AQUI** para descargarlo.

El servicio médico de la competición, o el personal de Organización, están facultados para retirar de la carrera a cualquier deportista que manifieste un mal estado físico evidente, que no realice el recorrido completo, que no tenga dorsal (o que manipule la publicidad del dorsal), que manifieste un comportamiento no deportivo, que se reitere en protestas ante la Organización o no cumpla el tiempo máximo de finalización.

ASUNTOS COVID

Se estará a lo que indique el protocolo anti Covid19 en vigor en el momento de la celebración de la prueba; en el caso de novedades se difundirán en las webs y en el Evento Facebook de la FEDME..

9. SERVICIOS

En la zona de meta/salida de la competición contaremos con los siguientes servicios:

- Aparcamiento amplio en la zona de la prueba.
- Guardarropa, por voluntarios de la organización.
- WC a 300 metros de la salida.





- Stands de material deportivo y productos de León.
- Zona de duchas (según protocolo COVID vigente)

POSTERIOR A LA PRUEBA DEPORTIVA

10. CEREMONIA DE PREMIOS

La ceremonia de premiación se efectuará a partir las 13.00h en el Pabellón Deportivo de Sariegos.

Los marchadores/as con derecho a premios deberán estar presentes en la ceremonia, pudiendo delegar en otra persona. Si no estuviesen presentes, se entenderá que renuncian al premio.

En la Copa de España recibirán trofeo los 3 primeros hombres y 3 primeras mujeres en cada una de las categorías oficiales. Además, los tres primeros clasificados absolutos hombres y mujeres recibirán un cheque de 150 €, 100 € y 50 € respectivamente.





FIN DE EVENTO

Para finalizar la jornada se realizará una OLLA FERROVIARIA para reponer fuerzas a las 14:00 h en el Pabellón Deportivo de Sariegos. Precio por persona 10€ si quieres participar puedes inscribirte antes del 01/03.

SIGUE EL EVENTO EN :
facebook

La información contenida en el presente documento será válida hasta la charla técnica. Momento en el que la Organización puntualizará los aspectos de última hora que hayan podido cambiar.

