



# REGLAMENT ULTRA ENSIJA 2023

## Article 1. La cursa

La Ultra Ensija és una cursa per muntanya de 60 km, 3.413m de desnivell positiu i 3.413m de desnivell negatiu. La cursa tindrà lloc el dia 20 de maig de 2023 i l'organitzador de l'esdeveniment és l'Associació Esportiva Mountain Runners del Berguedà conjuntament amb l'Ajuntament de Berga, amb arribada i sortida a Berga (Barcelona).

## Article 2. Responsabilitat i medi ambient

Durant tot l'esdeveniment l'organitzador farà tots els possibles perquè l'impacte de la cursa al territori sigui el mínim possible.

Així doncs, el corredor tindrà la responsabilitat de:

- Respectar l'entorn: no podrà fer malbé els recursos naturals, geològics i culturals.
- Respectar l'itinerari establert i marcat per l'organització, no sortint d'aquest. Evitarà senders secundaris al principal i no retallar camp a través ni retallar per l'interior dels revolts.
- Queda totalment prohibit tirar escombraries (rebuigs, envasos, aliments o material) excepte en els llocs habilitats per l'organització.
- El corredor cal que denunciï qualsevol conducta mediambiental negligent d'altres corredors.
- És obligatori portar marcat, amb el número de dorsal, les barretes, els gels, etc. l'organitzador comptarà d'un equip de vigilància ambiental que ho vetllarà.
- No es poden emetre senyals ni centelleigs lluminosos, excepte la il·luminació del frontal del recorregut, en trams nocturns.
- No cridar durant el recorregut si no és en cas d'emergència.
- Evitar trepitjar a l'interior de zones humides: basses, rierols, torberes, etc.



### **Article 3. Edat mínima**

Per participar a la Ultra Ensija cal tenir 18 anys complerts el dia de la cursa. Aquesta dada es comprovarà mitjançant l'aportació d'un document oficial (DNI, passaport o carnet de conduir) el dia de la prova.

**(3.1)** A efectes del Campionat de Catalunya d'ultraresistència de la FEEC només puntuaran els majors de 23 anys o aquells que els compleixin en l'any vigent.

### **Article 4. Inscripcions**

Els participants hauran d'estar en possessió de la llicència FEEC, FEDME, o altres Federacions adscrites a la UIAA i amb la modalitat que inclogui aquest tipus de competició. En cas contrari, és obligatori contractar l'assegurança de l'organització.

**(4.1) Límit de places.** La Ultra Ensija 2023 disposa de 500 places disponibles, que es podran adquirir exclusivament a través de la web [www.bergatrail.com](http://www.bergatrail.com) fins a l'exhauriment d'aquestes.

L'organització es reserva el dret d'ampliar o reduir el nombre de places. Qualsevol canvi serà enunciat a través de la web oficial de l'esdeveniment.

**(4.2) Data límit d'inscripció.** En cas que no s'arribi al límit d'inscrits, la data límit d'inscripció serà el dia 17 de maig de 2023 a les 0:00.

**(4.3) Pagament.** El pagament de la inscripció només es podrà realitzar mitjançant targeta de crèdit o dèbit. No s'acceptaran altres tipus de pagament.

**(4.4) Comprovació de la inscripció.** Una vegada realitzada la inscripció s'enviarà un correu de confirmació de la inscripció i apareixerà automàticament a la llista d'inscrits.

**(4.5) Declaració del corredor.** Per validar la inscripció és imprescindible acceptar el present reglament que es coneixen els riscos i han estat informats de les normes d'autoprotecció, eximir a l'organitzador de l'esdeveniment la responsabilitat en cas d'accident o de danys propis o a tercer abans, durant o després de la competició. Aquesta declaració es realitzarà durant el procés d'inscripció.

**(4.6) Certificat mèdic.** Tots els participants a l'Ultra Ensija, al ser prova de la Copa Catalana de Curses d'Ultraresistència FEEC, i tal com expressa el reglament de la



mateixa FEEC, han d'aportar un [certificat mèdic](#) amb una vigència menor a 12 mesos des de la data d'expedició, on els capacita per participar en proves d'ultraresistència. La data límit per aportar aquest certificat serà el 20 de maig del 2023. Tot aquell participant que no porti el certificat, no podrà prendre la sortida de la prova.

#### **Article 5. Devolució de la inscripció**

Un cop acceptada la inscripció, no se'n retornarà l'import. Només s'admeten canvis de qualsevol dada associada a la inscripció fins a 24 hores abans del tancament del període d'inscripció que figura en el reglament de la cursa. Les modificacions s'hauran d'enviar per correu-e a [info@bergatrail.com](mailto:info@bergatrail.com).

#### **Article 6. Recollida del dorsal i bossa del corredor**

La recollida del dorsal només la podrà realitzar la persona propietari d'aquest. Per fer-ho serà necessari presentar un document d'identitat amb fotografia (DNI, passaport o carnet de conduir), còpia del certificat mèdic en vigència i la llicència federativa (si s'escau).

#### **Article 7. Assegurança**

L'organització compta amb una assegurança d'accidents per tots els participants inscrits en la prova.

#### **Article 8. Abandonament voluntari**

Només es podrà abandonar la cursa en els punts d'avituellament, excepte si el corredor està ferit o lesionat. Els corredors poden abandonar en qualsevol avituellament, però només en els indicats com a punt d'abandonament amb transport s'assegura que hi hagi mitjans de transport. És obligatori avisar a l'organització abans d'abandonar la cursa.

#### **Article 9. Abandonament obligat**

L'organització pot retirar de la cursa a un corredor si considera que el seu estat posa en perill la seva integritat física, la seva seguretat o si excedeix el temps de pas límit definit a cadascun dels controls.

#### **Article 10. Recorregut**

El recorregut estarà clarament senyalitzat amb cinta, banderoles o similars. Al llarg del recorregut hi haurà un nombre suficient d'avituellaments líquids i sòlids.



## **Article 11. Modificació del recorregut, temps de pas o suspensió de la prova**

**(11.1) Causes meteorològiques.** En el cas de males condicions meteorològiques o causes de força major, l'organització es reserva el dret de suspendre, neutralitzar o modificar les franges horàries i/o el recorregut i avituallaments. En aquest cas no es retornarà l'import de la inscripció. Si calgués interrompre la prova en un punt del recorregut, la classificació es parará segons l'ordre i temps d'arribada en el punt d'interrupció o en el seu defecte, en l'últim control realitzat.

**(11.2) Suspensió de la prova abans de la data prevista.** En cas d'anul·lació de la prova per causes de força major i amb una antelació de més de 7 dies respecte la data de sortida, es realitzarà una devolució parcial de l'import de la inscripció. L'import variarà en funció de les despeses ja realitzades.

**Article 12. Material obligatori** L'organització obligarà als participants a portar el següent material:

- Got o dipòsit d'aigua
- Telèfon
- Jaqueta impermeable
- Frontal a partir de les 17:00h
- Manta tèrmica
- Xiulet d'emergència
- Reserva alimentària

En cas que les condicions meteorològiques així ho requereixin, es podrà afegir a la llista més material, així com també algun passar de ser obligatori a recomanable. Qualsevol canvi s'informarà amb suficient antelació a [www.bergatrail.com](http://www.bergatrail.com)

## **Article 13. Motius de penalització o desqualificació**

Serà motiu de desqualificació:

- No fitjar als punts de control.
- No portar el material obligatori.
- Rebre ajuda externa fora dels espais autoritzats (avituallaments).
- No realitzar íntegrament el recorregut a peu marcat per l'organització.
- Tirar rebuig durant el recorregut.
- Abandonar rebuig fora de les papereres situades als avituallaments.
- Abandonar l'itinerari establert. Retallar el recorregut o utilitzar dreceres.
- Creuar per espais sensibles per la flora i la fauna senyalitzats.
- No portar marcat, amb el número de dorsal, les barretes, els gels, etc.
- No portar el material marcat com a obligatori per l'organització.



- No portar el dorsal en la part davantera de la roba i en lloc de fàcil visualització.
- Utilitzar qualsevol tipus de substància prohibida considerada com a dopatge per part de les federacions d'atletisme o de muntanya.
- No seguir les instruccions dels membres de l'organització en tot moment i durant la cursa.
- No prestar auxili a qualsevol participant que pugui sofrir algun tipus d'accident i informar-ne al control més proper.
- Superar el temps limit marcats per l'organització. Tots els corredors que superin el temps establert es veuran obligats a deixar el seu xip i el dorsal, i abandonar la competició. Els corredors desqualificats que vulguin seguir corrent ho faran sota la seva responsabilitat.
- Realitzar 100m o més acompanyat d'una persona sense dorsal i amb clares intencions d'ajudar al/la corredor/a fora dels 100m de radi d'un avituallament.
- No està permès córrer amb gos.

#### **Article 14. Categories**

S'estableixen les següents categories (masculines i femenines):

- **Sènior:** participants d'entre 23 i 40 anys.
- **Veterà:** participants d'entre 41 i 50 anys.
- **Màster 50:** participants d'entre 51 i 60 anys.
- **Màster 60:** participants a partir de 61 anys.
- **Absoluta:** Formen part d'aquesta categoria tots els participants de les categories anteriors diferenciats per homes i dones.

A aquest efecte sempre es tindrà en compte l'edat del participant a 31 de desembre de 2022.

#### **Article 15. Premis**

Es donaran premis als tres primers classificats de cada categoria. També es donaran premis als tres primers classificats de la categoria absoluta. Els premis no seran acumulatius.

#### **Article 16. Finishers**

Tots els corredors que arribin a la meta es beneficiaran d'un obsequi especial.

#### **Article 17. Drets d'imatge**

Tot participant autoritza a l'organització i els seus patrocinadors per utilitzar i publicar lliurement tota fotografia o vídeo gravat en el context de la cursa, sense dret per part de cap corredor de rebre una compensació econòmica.



### **Article 18. Reclamacions**

Les reclamacions es faran per escrit i lliurades al Comitè de Cursa, previ pagament de 30€ que seran tornats si aquesta prospera. El període de reclamació expira un cop finalitzada la cursa.

### **Article 19. Comitè de Cursa.**

Les funcions del Comitè de cursa són la d'atendre les possibles reclamacions que es produeixin durant el desenvolupament de la cursa. Estarà format per:

- Director de Cursa.
- Dos àrbitres.
- Cronometrador.
- Un representant dels esportistes elegit per sorteig.
- Responsable del marcatge i seguretat.

### **Article 20. Modificació del reglament.**

Les modificacions que es realitzin al present reglament seran comunicades a través de la web. La inscripció implica l'acceptació del reglament.

### **Article 21. Acceptació reglament FEEC.**

Tot participant de l'ultra Ensija que vulgui participar del Campionat de Catalunya per equips de Curses d'Ultraresistència per muntanya haurà d'acceptar paral·lelament el reglament de curses de muntanya de la FEEC. Reglament FEEC

ULTRA ENSIJA



### Annex 1: Horaris de pas i tancament de controls

<b>Alçada (m)</b>	<b>Control</b>	<b>P.K.</b>	<b>Previsió pas 1r.</b>	<b>H. Tancament</b>	<b>Control situat</b>	<b>Tipus avituallament</b>
708	SORTIDA	0	6:30h	6:30h	Plaça Cim d'Estela	--
1.430	AV1	6,2	7:10h	8:30h	Figuerassa	Líquid i sòlid
1.650	AV2	17	8:20h	10:30h	Ferrús	Líquid i sòlid
1.219	AV3	29,5	9:20h	13:00h	Saldes	Líquid i sòlid
2.156	AV4	38	10:20h	15:30h	Refugi Ensija	Líquid i sòlid
1.600	AV5	42	10:50h	16:30h	Font de Cal Coix	Líquid
1.754	AV6	47	11:20h	18:30h	Refugi Rasos de Peguera	Líquid i sòlid
1.200	AV7	57	12:10h	20:30h	Queralt	Líquid
708	ARRIBADA	61	12:30h	21:30h	Plaça Cim d'Estela	Líquid i sòlid

Amb l'acceptació d'aquest reglament el corredor/a declara conèixer els riscos i ha estat informat/ada de les normes d'autoprotecció.

