

# REGLAMENT DE LA CURSA TTCMM2019



La inscripció i participació a qualssevol de les distàncies de la Tramuntana Travessa Cursa per Muntanya a Mallorca (TTCMM 120,8km i TTCMM 53,3km) comporta l'acceptació, sense reserva del present reglament i en el moment de la prova allò que determini el comitè de seguretat. La TTCMM està promoguda pel club de muntanya Mallorca a Dalt de Tot i organitzat, conjuntament pels clubs de muntanya, Club d'Atletisme d'Andratx, Trotadors d'Algaida, Ermassets Club de Muntanya d'Esporles, Els Cairats, Es Pedal, Sa Milana, S'Altura, Matinam per Somiar, Secció de Muntanya de Pollença i la Federació Balear de Muntanya i Escalada.

Tot allò no establert, específicament en aquest reglament, serà regulat pel reglament de curses per muntanya de la Federació Balear de Muntanya i Escalada (<https://www.fbmweb.com/docs/1485537249.pdf>).

Una setmana abans de la prova, se realitzarà un "briefing" (a concretar el lloc), amb totes les indicacions finals, detalls del recorregut, situació dels avituallaments, instruccions per a acompanyants, etc...i els horaris de temps de pas corresponents a las dues proves. No obstant això, part d'aquesta informació està disponible a la nostra plana web. [www.tramuntanatravessa.com](http://www.tramuntanatravessa.com)

## *1. Condicions de participació.*

### *2. Semi autonomia.*

### *3. Condicions d'inscripció*

#### *3.1 Inscripció.*

#### *3.2 Anul·lació d'una inscripció.*

#### *4. Declaració d'aptitud física.*

### *5. Material obligatori*

#### *5.1 Material obligatori.*

#### *5.2 Material recomanat.*

### *6. Controls de sortida.*

### *7. Dorsals.*

#### *7.1 Bosses de vida.*

### *8. Seguretat i assistència mèdica.*

### *9. Punts de control i avituallaments.*

#### *9.1 Temps màxim autoritzat i barreres de tancament.*

#### *9.2 Abandonaments i retorns a la sortida.*

### *10. Marcatge.*

### *11. Arbitratge de la prova.*

#### *11.1 Reclamacions.*

### *12. Modificacions del recorregut, de les barreres horàries; anul·lació de la prova.*

### *13. Classificacions i premis.*

### *14. Drets d'imatge.*

### *15. Modificacions.*

## 1. Condicions de participació

Per a participar a qualsevol de les proves, és indispensable:

Conèixer i acceptar les condicions del present reglament.

Conèixer i acceptar el decàleg de bones pràctiques dels corredors

Ser plenament conscient de la longitud, del desnivell i del tipus de terreny pel qual es desenvolupa la prova. S'ha d'estar preparat física i psíquicament per poder afrontar-les. Seria aconsellable experiència prèvia en curses de més de 20-30 km per la Mitja Travessa i de 50-60 km per la Travessa.

Tenir experiència real en muntanya que ens permeti administrar els problemes i riscos induïts en aquest tipus de proves.

Saber afrontar, sense ajuda exterior, condicions climàtiques adverses a causa de l'altitud, nit, vent, fred, boira, pluja o neu.

Saber gestionar, en qualsevol situació, els problemes físics o mentals que es desprenen d'un gran esgotament, els problemes digestius, els dolors musculars o articulars, les petites ferides, etc.

Ser plenament conscient que el paper de l'organització no és el d'ajudar els participants a administrar els seus problemes, i, per tant, es desprèn que de tal activitat de muntanya la seguretat depèn de la capacitat dels participants a adaptar-se als problemes que sorgeixen o siguin previsibles.

Aquestes proves són obertes a qualsevol persona, home o dona, exclusivament majors de 23 anys per als participants de la TTCMM120,8 i 21 anys per a la TTCMM53,3, tal com estableixen les directrius de la FEDME de salut i control de càrrega.

L'organització se reserva el dret d'excloure de la TTCMM, inclòs abans del començament d'aquesta a aquells participants que amb la seva conducta puguin provocar alteracions en la gestió i/o bon desenvolupament de la mateixa, així mateix també es podrà realitzar excepcionalment admissió que no compleixin alguns dels requisits anteriors. En els casos d'exclusió que hagin abonat el preu de la inscripció, aquesta els serà reemborsada per part de l'organització.

### Les proves

La TTCMM és un esdeveniment on se proposen dues proves en plena naturalesa, utilitzant camins existents amb caràcter d'auto suficiència fent servir gran part del GR-221. Cada prova es farà amb una sola etapa, a ritme lliure, en un temps limitat. El recorregut estarà senyalitzat amb cinta abalisadora i senyalització específica en els punts necessaris. L'orientació és important i forma part de la competició.

Retallar traçat està prohibit i és motiu de desqualificació.

Els trams de cursa que travessin o discorrien per carreteres tot i haver suport del personal de l'organització s'hauran de complir les normes de seguretat vial de la Direcció General de Trànsit i en cap cas els corredors tindran preferència sobre els cotxes.

TTCMM120,8 120,8km D+4555 metres

Amb sortida des de s'Arracó i arribada a Pollença. Se realitzaran dues sortides dia 29 de novembre:

-Sa primera serà a les 20h per participants de ritme més lent, que podran realitzar el recorregut en un temps màxim de 26 hores

-Sa segona sortida a les 22h per a participants de ritme més ràpid amb un temps per realitzar-la de 24 hores.

El temps de tall dependrà de l'hora de sortida, no podent ser modificat durant el transcórrer de la cursa.

TTCMM59. 53,3km D+2205 metres

Amb sortida de Bunyola, tindrà una única sortida dia 30 de novembre a les 08 hores amb un temps màxim de 12 hores per acabar-la.

La participació en qualsevol de les curses de la TTCMM implica el coneixement i acceptació d'aquest reglament de caràcter especial envers del medi ambient:

## 1.2 Medi ambient

La prova es desenvolupa al Paratge Natural de la Serra de Tramuntana. Aquest és l'espai protegit de major extensió de les Illes Balears i que alberga una flora i una fauna sensible i vulnerable. El principal objectiu de la declaració d'un espai natural protegit és la conservació dels seus valors naturals i culturals per la qual cosa els participants han d'actuar amb coneixement i responsabilitat. Incidir en l'educació i conscienciació als esportistes d'aquesta disciplina, en fer veure la importància de la protecció i conservació del nostre patrimoni natural. Per aquest motiu es duran a terme accions informatives i divulgatives de sensibilització amb aquesta finalitat.

NO ES POT:

- Utilitzar cap tipus d'element sonor que pugui produir renous estridents.
- Sortir del traçat marcat.
- Cridar o emetre so o renous forts.
- Tirar envasos, embolcalls i qualsevol tipus de fems o restes. Hi haurà recipients especials a cada avituallament. Cada participant haurà de senyalitzar els seus gels i barretes amb el número del dorsal. Si es troba un embolcall, el corredor al qual correspongui el núm. de dorsal podrà ser sancionat.
- És obligatori seguir el recorregut tal com han estat abalisats, sense adreçar. Sortir d'un camí provoca una erosió perjudicial al sòl i vegetació del lloc on es produeixi.

## 2. Semi autonomia

La semi autonomia en aquesta prova l'hem definida com la capacitat per ser autònom entre dos punts d'avituellament, tant en l'aspecte alimentari, indumentària i de seguretat, permetent sobre tot l'adaptació i gestió als problemes per qualsevol causa, previsibles o imprevisibles (mal temps, boira, neu, problemes gàstrics, problemes físics, etc).

Aquest principi implica, en particular, les següents regles:

Cada participant ha de tenir i transportar durant la totalitat de la prova el seu material obligatori (veure MATERIAL OBLIGATORI). Durant la prova es podrà comprovar l'esmentat material. Les persones participants tenen l'obligació de sotmetre's als controls amb cordialitat. El incompliment d'aquest fet pot ser motiu d'exclusió de la prova.

Els avituallaments (AV) estaran aprovisionats de begudes i aliments per a consumir al mateix AV. Es a dir, no es podrà consumir aliments sòlids fora dels AV i de la zona establerta com a tal. L'assistència personal està permesa exclusivament als AV, a les zones específicament reservades per a aquest ús i baix la supervisió del responsable de l'AV. Aquesta assistència està permesa per a una sola persona.

Estarà prohibit ser acompanyat o assistit per una persona sense dorsal, fora de les zones de tolerància clarament assenyalades als AV.

## 3. Condicions d'inscripció

### 3.1 Inscripció

Les inscripcions només es podran realitzar a través de la pàgina web [www.elitechip.net](http://www.elitechip.net) amb pagament formalitzat per plataforma electrònica.

No es realitzaran inscripcions presencials el dia de la prova.

Les inscripcions es podran realitzar fins el dia 24 de novembre, o fins que s'esgotin les places. Les places oferides per l'organització son:

(TTCMM53,3) 480places 65€, a partir de dia 24 d'octubre 75€  
(TTCMM120,8) 200places 95€ a partir de dia 24 d'octubre 105€

Els drets d'inscripció comprenen tots els serveis descrits al present reglament.

Serà imprescindible estar federat, en qualsevol comunitat autònoma espanyola, a la modalitat de curses per muntanya. Els participants estrangers, hauran de disposar d'una assegurança que donin cobertura aquest tipus d'activitat.

Què inclou es preu:

- Acceptar dur una balisa GPS, facilitada per l'organització a la sortida de la cursa, durant tota la prova; En finalitzar la cursa serà tornada a l'organització
- Dret de participació.
- Camiseta "Finisher": Cada prova comptarà amb la seva samarreta exclusiva per cada distància. Les samarretes s'entregaran a la zona de meta. S'haurà de triar la talla en fer la inscripció.
- Borsa del corredor amb productes locals.
- Festa final de les proves. 1 palangana per corredor, triar opció en fer inscripció.
- Les proves seràn cronometrades amb el sistema Championship / MyLaps, per la qual cosa si no es disposa del xip groc s'haurà de llogar un amb un cost de 3 euros. En acabar la prova s'haurà de retornar a les carpes taronges d'Elitechip.

### 3.2 Anul·lació d'una inscripció

Tota anul·lació d'inscripció deu ser realitzada mitjançant correu electrònic adreçat a [tramuntanatravessa@gmail.com](mailto:tramuntanatravessa@gmail.com)

Política de cancel·lacions:

NO se reemborsarà cap quantitat econòmica per les cancel·lacions de les inscripcions que es facin.

## 4. Declaració d'aptitud física

La inscripció a qualssevol de les proves implica l'acceptació d'aquest reglament i amb el reglament de curses per muntanya de la Federació Balear de Muntanya i Escalada. Serà requisit per la inscripció el certificat mèdic que acrediti el seu apte estat de salut i l'adequada preparació dels participants per a la prova, essent conscients de la duresa de les condicions geogràfiques i meteorològiques que es puguin trobar a l'entorn on es desenvolupa l'esdeveniment. En aquest sentit, els participants també declaren que estan preparats física i psicològicament per realitzar una prova d'aquestes característiques adequades a la seva edat i característiques físiques.

Els corredors i corredores inscrits a la prova entenen que participen voluntàriament i sota la seva pròpia responsabilitat en l'esdeveniment, i per tant, exoneren de tota responsabilitat a l'organització de la prova, i convenen en no denunciar a l'entitat organitzadora, col·laboradors, patrocinadors i altres participants, així com tampoc iniciar cap reclamació de responsabilitat civil cap a les parts citades.

Amb l'objectiu de poder oferir una prova on els corredors puguin realitzar tot l'itinerari amb qualitat i gaudir-ne amb seguretat i sense saturar l'entorn, l'organització exigirà els següents requisits:

Major de 23 anys (TTCMM120,8), major de 21 anys (TTCMM53,3).

Federat en el moment de la prova.

Certificació mèdica amb un any de validesa com a màxim. Model propi de la cursa:

## 5. Material obligatori

Per a participar a qualsevol de les dues proves, existeix un material MÍNIM i obligatori.

És important saber que es tracta d'un mínim vital que cada participant deu adaptar en funció de les seves pròpies capacitats.

Tots els participants, per defecte i sense excepció s'hauran d'assegurar de disposar com a mínim, del material marcat com a obligatori en la taula següent i publicada en la web [www.tramuntanatravessa.org](http://www.tramuntanatravessa.org) per a poder realitzar la cursa. El dia abans de la prova, i segons el que determini el Comitè de Seguretat, en base al darrer informe meteorològic, se comunicarà si finalment qualcun dels articles de la llista no és obligatori durant tota la cursa o a partir de l'avituallament on es trobi la bossa de vida.

El fet que un article sigui obligatori implica que els participants l'han de dur damunt, però no necessàriament posat, i, per tant pot anar dintre de la motxilla.

### 5.1 Llista material obligatori

El control de material es podrà fer en qualsevol moment de la prova.

#### *MATERIAL IMPRESCINDIBLE / OBLIGATORI:*

La manca de qualsevol dels elements següents serà motiu de retirada del dorsal, a excepció de l'aigua que només es controlarà al principi de la prova.

Mòbil amb bateria completa.

Frontal.

Llum Posterior.  
Bateries de recanvi amb el dorsal marcat.  
Tassó.  
Xiulet.  
Manta Tèrmica (1,40x2 m mínim)  
Jaqueta amb caputxa que suporti el mal temps en muntanya i fabricada amb una membrana impermeable (mínim aconsellat 10 000 Schmerber) i transpirable (RET aconsellat inferior a 13).  
Envasos adients per transportar a la TTCMM120,8 1,5 litres d'aigua; per la TTCMM53,3 1 litre d'aigua.  
L'aliment necessari per poder afrontar els trams entre avituallament i avituallament de sòlid.  
Tots els embolcalls hauran d'anar amb el dorsal marcat (tipus barretes, gels o aliments similars)  
Dorsal sempre visible.  
Xip.  
Sabates adients per córrer per muntanya.

#### *MATERIAL IMPORTANT:*

Roba tèrmica que cobreixi les extremitats  
Buff  
Gorra tèrmica que protegeix cap i nuca.  
Guants  
Turmellera i/o vendes elàstiques  
Bastons de senderisme amb puntes de goma (obligatori l'ús de puntes de goma en cas de portar bastons així com un joc per recanvi)

L'organització es reserva el dret d'ampliar o reduir el material obligatori en funció de les condicions meteorològiques.

Volem recordar que tot el material que duguin els corredors i sigui susceptible d'embrutar l'entorn, ha d'anar marcat amb el número del dorsal.

#### 6. Control de sortida

Es durà a terme el control de sortida per a poder accedir al recinte tancat de sortida, on se revisaran els dorsals i el material obligatori. Els participants que no duguin el material obligatori, o que el presentin inutilitzable o defectuós, no podran sortir. S'ha d'arribar amb l'antelació suficient a la sortida..

#### 7. Dorsals

La recollida de dorsals serà anunciada en el seu moment, així com el lloc i horari.

La documentació necessària per obtenir el dorsal i borsa del corredor serà:

- D.N.I. o passaport o autorització per a recollida signada i còpia de DNI per a recollides per tercer.

- Targeta federativa i còpia per a recollides per a tercer.

El dorsal s'ha de dur visible permanentment i durant tota la prova. S'ha de dur posat, per tant sempre damunt la roba en la zona frontal del cos. En cap cas el nom i el logotip dels patrocinadors han de ser modificats ni amagats.

El dorsal facilitat per l'organització, és el pas necessari per a accedir als serveis oferts per l'organització.

#### 7.1 Bosses de vida

Cada participant, exclusivament de la TTCMM120,8 pot dur una bossa de vida que serà traslladada a l'avituallament situat a Bunyola. La podran dipositar al lliurament de dorsals. A Bunyola els participants disposaran de les bosses, i les podran deixar de nou pel seu trasllat a meta.

Recuperació de les bosses: Las bosses seran lliurades o bé al participant o bé a qualsevol persona, exclusivament amb la presentació del DNI. Les bosses s'hauran de recuperar no més tard de 4 hores després del tancament de la prova.

## 8. Seguretat i assistència mèdica

Haurà llocs de control en diversos punts del recorregut.

És obligació per part de tots els participants, comunicar tota situació de perill. Igualment auxiliar a qualsevol ferit greu:

- presentant-se en un lloc de control o avituallament (AV)
- telefonant als telèfons facilitats per l'organització.
- sol·licitant a un altre participant que previngui l'auxili.

S'ha de tenir en compte que circumstàncies de tota classe, vinculades a la meteorologia i a la pròpia cursa, poden fer esperar l'auxili molt més temps del previst.

Els jutges, responsables dels controls, els membres de l'equip granera i els serveis d'assistència sanitària, d'acord amb el director de la prova tenen la potestat per a retirar el dorsal a qualsevol participant que creguin que no es troba en condicions per a continuar a la prova, i per tant, excloure'l de la mateixa.

En cas de ser impossible contactar amb els mitjans facilitats per l'organització, es podrà telefonar directament als següents organismes d'auxili:

112 Emergències  
091 Policia  
062Guardia Civil

Una base de primers auxilis estarà oberta a la zona de meta durant la duració de les proves. També als avituallaments considerats BASE DE VIDA (Bunyola) hi haurà serveis mèdics. En aquests punts, se pot accedir en vehicle. Els participants que tinguin un problema mèdic es podran adreçar allà.

## 9. Punts de control (PC) i avituallaments (AV)

Cada participant haurà de dur el xip de la plataforma Elitechip . Els participants que no duguin permanentment el xip seran penalitzats.

Se col·locaran punts de control que no seran comunicats als participants. Només els participants amb un dorsal visible i degudament controlats tenen accés als avituallaments.

Haurà tres tipus d'avituallaments. La seva composició estarà descrita en un apartat específic a la web:

Punt d'aigua (només aigua, per omplir bidons)  
Líquid: aigua, isotònic  
Sòlids; líquids i aliments.

### 9.1 Temps màxim autoritzat i barreres de tancament

Es corredors disposaran d'un temps límit per cada una de les distàncies descrites i actualitzades a una fitxa específica a la web, anul·lant qualsevol altra publicació. Tot aquell participant que arribi fora de temps a un punt de control serà desqualificat.

TTCMM120,8

- TTCMM120,8km Sortida a ses 20.00 hores: 26 hores.

IMPORTANT: Es corredors que surtin en aquest horari no podran passar el punt de control del KM 68 a Bunyola abans de les 06:15 hores des dissabte 30 de novembre de 2019.

- TTCMM120,8km Sortida a es 22.00 hores: 24 hores.

IMPORTANT: Es corredors que surtin en aquest horari hauran de complir amb els temps de tall corresponent a aquest horari, en cas contrari seran desqualificats.

TTCMM53,3: 12 hores

Tots els participants que siguin desqualificats de la prova i que vulguin continuar, ho faran baix la seva responsabilitat i autonomia completa.

En cas de condicions meteorològiques adverses i/o per raons de seguretat, l'organització es reserva el dret per detenir la prova en curs, modificar las barreres horàries, o activar qualsevol dels recorreguts alternatius.

## 9.2 Abandonament i retorn a la sortida

Llevat de ferida greu, un participant no pot abandonar la prova en un lloc que no sigui qualcun dels previstos per l'organització.

El participant haurà de comunicar immediatament el seu abandonament a l'organització.

El retorn a la línia de sortida estarà en funció i condicionat pels vehicles disponibles als diferents punts d'evacuació.

Els participants que abandonin a un altre punt o PC però que pel seu estat de salut no sigui necessari ser evacuat, hauran d'arribar pels seus propis medis al punt indicat per l'organització. En cas de condicions meteorològiques desfavorables que justifiquin la interrupció parcial o total de la cursa, l'organització assegura la tornada dels participants retinguts en el menor temps possible.

En cas d'abandonament abans d'un PC, és imperatiu tornar al punt de control més proper i indicar l'abandonament. En aquest PC, haurà d'esperar les indicacions de la persona responsable del PC.

En el moment d'aquesta volta enrere, si el participant troba al personal de tancament de cursa (granera), aquests invaliden el seu dorsal i el participant ja no estarà sota el control de l'organització, SI DECIDEIX continuar el camí en sentit invers al personal de tancament.

## 10.Marcatge

Haurà diferents mitjans de senyalització: cintes de marcatge, banderins i postes indicatius.

En la mesura del que sigui possible, les marques estaràn distribuïdes a una distància regular, essent necessària la visualització de la senyalització següent des de la present (excepte casos



de camí o sender prou evidents per no disposar de creuers i/o per la senyalització existent) i en casos de terreny tècnic, de difícil orientació o de roquissar fitat s'han de poder identificar, en tot moment, des de la present les 2 següents senyals o balises.

Sempre, a ser possible les cintes, fletxes, banderoles o qualsevol altra marca ha de ser amb material o components biodegradables, i un cop acabada la cursa serà fàcilment recuperat pels organitzadors; es procurarà que els colors d'aquestes marques no es confonguin amb l'entorn, amb la preferència d'alternar els colors de l'abalisament i informant prèviament al participant del color del recorregut. En especial es tindrà cura del marcatge de les cruïlles i altres llocs conflictius. Sempre que sigui necessari l'organització ubicarà físicament alguna persona en aquests llocs, sigui quina sigui la seva naturalesa. La senyalització de tot el recorregut té una condició d'obligatorietat a complir per part de tots els organitzadors, i els jutges de cursa vetllaran pel compliment d'aquest condicionant.

És obligatori seguir els recorreguts abalisats. L'efecte "adreçar" un sender provoca una erosió perjudicial del paratge i està penalitzat. Cada participant haurà de seguir el recorregut abalisat. Tots els participants que s'allunyin voluntàriament de l'abalisat estaran fora de la responsabilitat de l'organització.

A cada control, hi haurà una persona responsable de prendre nota de les incidències que es puguin produir, que comunicarà al director de la prova i serà la persona que determinarà sobre tots els aspectes de la cursa. Les seves decisions són executives.

## 11. Arbitratge de la prova

Es complirà allò establert al Reglament de Curses per Muntanya de la Federació Balear de Muntanyisme i Escalada.

### 11.1 Reclamacions

Tota reclamació ha de ser formulada per escrit i dipositada a la zona de Meta, com a màxim 2 hores després de l'arribada del participant afectat o de la penalització aplicada.

## 12. Modificacions del recorregut, de les barreres horàries, anul·lació de les proves.

L'organització es reserva el dret d'ajornar la sortida de la prova unes hores, modificar el recorregut, els emplaçaments dels punts d'auxili i d'avituallament, sense avís previ, en cas de condicions meteorològiques desfavorables.

Existirà un recorregut alternatiu, menys exposat, que l'organització posarà en actiu 24h abans del començament de la prova en cas de condicions meteorològiques molt desfavorables. S'informarà d'aquest mitjançant la pàgina web, twitter i facebook.

En cas de força major (en particular, en cas de condicions meteorològiques molt adverses i per raons de seguretat), l'organització es reserva el dret de d'aturar la prova en curs o modificar les barreres horàries i executar o no el recorregut alternatiu.

L'organització es reserva el dret de poder cancel·lar la prova si concorren situacions objectives de risc que posin en perill la seguretat i integritat dels participants (alertes meteorològiques, incendis forestals, esllavissaments del terreny, etc.).

Si la prova fos cancel·lada abans del seu inici per alguna de les raons exposades en el paràgraf anterior, NO se retornarà el preu de la inscripció als participants.

Si fos necessari interrompre i suspendre la prova en un punt del recorregut, la classificació se determinarà segons l'ordre i el temps d'arribada al punt d'interrupció o, en els seu cas, a l'últim control realitzat.

### 13. Classificacions i premis

Categories:

TTCMM53,3 i TTCMM120,8

Absoluta dones i homes: per a participants a partir dels 23 anys.

Sub categoria Promesa dones i homes: per a participants entre els 21 i 23 anys TTCMM53,3.

Sub categoria Senior dones i homes: per a participants entre els 24 i 39 anys.

Sub categoria Veterà A dones i homes : per a participants entre els 40 i 50 anys.

Sub categoria Veterà B dones i homes: per a participants entre els 51 i 54 anys.

Sub categoria Màster 55 dones i homes: per a participants entre els 55 i 59 anys.

Sub categoria Màster 60 dones i homes: per a participants de més de 60 anys.

### 14. Drets d'imatge

Tots els participants renuncien expressament a prevaler del dret de la seva imatge durant la prova, renunciant a tot recurs en contra de l'organització per la utilització de la seva imatge. Només l'organització pot transmetre aquest dret a tots els mitjans de comunicació, via una acreditació o un permís adaptat.

### 15. Modificacions

L'organització es reserva el dret de revisar, modificar o millorar en qualsevol moment aquest reglament. El fet de realitzar la inscripció mostra la conformitat del participant amb aquest document.

Totes les qüestions no previstes al present reglament o al reglament de curses per muntanya de la Federació Balear de Muntanya i Escalada, seran resoltes per l'organització.

Sort a tothom i endavant !!!