

REGLAMENT de LA HÒSTIA

1. PRESENTACIÓ

Els dies 13 i 14 de maig del 2023 celebrarem “La Hòstia”. Una **AVENTURA CICLISTA** (BTT, Gravel o Ebike) de resistència, **no competitiva i AUTOGUIADA AMB GPS**, que segueix part del recorregut del GR-176 amb sortida i arribada a Navàs amb aproximadament uns 50 Km de recorregut.

L'objectiu d'aquesta **AVENTURA** de “La Hòstia” és **VIURE UNA EXPERIÈNCIA ÚNICA D'AUTOSUPERACIÓ**. D'altra banda, vincular també l'enorme interès cultural i històric de la zona amb **TOT TIPUS DE CICLISTES de TOTS ELS NIVELLS**.

El recorregut es durà a terme parcialment de **DIA** i parcialment de **NIT**. Per tant, caldrà disposar d'aparells d'il·luminació personal i d'il·luminació de la bicicleta adients, per quan es faci de **NIT**. Més endavant es pot consultar el material obligatori i el material recomanat.

2. PARTICIPACIÓ

Podran participar totes aquelles persones que ho desitgin, essent **l'edat mínima per poder participar-hi de 14 anys el dia de la prova**.

Els menors de 18 anys a data de la prova estan obligats a lliurar a l'organització una autorització dels pares o tutor legal que s'haurà de presentar en el moment de la recollida del dorsal.

Els menors de 16 anys a data de la prova estan obligats a anar acompanyats d'un adult durant tot el recorregut i el dret d'admissió recaurà a criteri de l'entitat. Si un menor de 16 anys abandona, el seu acompanyant no podrà continuar sota cap circumstància.

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

L'entitat organitzadora no es fa responsable dels objectes que es perdin, o que els participants deixin als controls.

L'organització estarà en contacte amb els grups de rescat i assistència sanitària pertinent (Protecció Civil) per poder facilitar l'evacuació en cas d'accident.

L'organització es reserva el dret a usar un conductor i vehicle privat per al desplaçament de participants no urgent ni especialitzat en el cas de necessitar atenció mèdica i/o pel seu trasllat d'un control a altre durant el transcurs de la prova.

Tots els participants obtindran un record exclusiu de La Romànica Navàs.

3. ASSEGURANCES

Tots els participants estaran coberts per una assegurança temporal inclosa amb la inscripció.

Així mateix, l'entitat organitzadora no es farà responsable dels danys derivats o ocasionats que no estiguin garantits en l'assegurança temporal.

4. OBLIGACIONS DELS PARTICIPANTS

1. Complir el reglament de la prova.

2. Tota persona inscrita a la prova ha de tenir els mínims físics i de salut necessaris per realitzar-la quedant sota la seva responsabilitat qualsevol problema físic que es pugui ocasionar.

3. Disposar dels coneixements i destresa tècnica suficients com per garantir la seva pròpia seguretat en l'entorn i les condicions d'autonomia en les quals es desenvolupa la prova.

4. Els inscrits participen voluntàriament i sota la seva responsabilitat. Per aquest motiu, l'entitat organitzadora, els col·laboradors, els patrocinadors i els altres participants queden lliures de qualsevol responsabilitat civil.

5. Dur el DNI que haurà de ser presentada a qualsevol membre identificat de l'organització que ho sol·liciti en la recollida del dorsal o en qualsevol moment de la prova.

6. Seguir les indicacions donades per qualsevol membre de l'organització.

7. En cas d'una incidència que hagi observat comunicar-ho a l'organització de la prova, utilitzant el telèfon d'emergència que consta en el dorsal o comunicant-ho al control més proper.

8. Ajudar o prestar atenció a participants que requereixin assistència de qualsevol tipus.

9. Respectar propietats, masies i conreus per on passi la prova.

10. No malmetre la natura.

11. Transitar amb prudència i segons les normes establertes per pistes i carreteres obertes al trànsit.

12. Transitar a poc a poc en presència de persones, animals o vehicles.

13. No provocar alteracions en els processos i en el funcionament natural dels ecosistemes.

14. No deteriorar els recursos biòtics, geològics, culturals o, en general, el paisatge.

15. Esquivar o evitar les zones mediambientalment sensibles.

16. Realitzar les necessitats fisiològiques en els llocs adients o, en tot cas, fora de l'aigua i lluny de llocs de pas o reunió de persones.

17. Queda totalment prohibit, encendre foc i/o provocar situacions de risc d'incendi.
18. No utilitzar o instal·lar cap tipus d'estructura o element que deixi empremta permanent en el medi.
19. No llençar ni abandonar objectes o residus sòlids o líquids fora dels llocs habilitats expressament per a la recollida d'aquests.
20. No sortir voluntàriament del recorregut planificat.
21. Tancar les tanques o fils per a bestiar, que em vegi obligat a obrir per passar.
22. Dur sempre el dorsal a la part frontal del manillar de la bicicleta i assegurar que sigui sempre fàcilment visible per a l'organització, a cadascun un dels controls de pas.
23. El dorsal és personal i intransferible. No es cedirà a cap altra persona encara que no es pugui assistir a la prova. Si per un motiu excepcional cal modificar les dades registrades durant la inscripció, cal contactar amb l'organització, sempre abans de l'inici de la prova, per fer els canvis oportuns.
24. Cal accedir a les zones comunes, als avituallaments i a la zona d'arribada amb el dorsal facilitat per l'organització.
25. Les persones no acreditades no tindran accés als serveis ni avituallaments.
26. El participant es compromet a disposar **OBLIGATÒRIAMENT**, en tot moment, del **MATERIAL OBLIGATORI** indicat per l'organització. És responsabilitat del participant: garantir que aquest material es troba en bon estat, en el cas de disposar de bateria que aquesta està totalment carregada a l'inici de la prova i que sap utilitzar-lo adequadament.
27. El participant es compromet a disposar, sempre que sigui possible, del **MATERIAL RECOMANAT** indicat per l'organització. És responsabilitat del participant: garantir que aquest material es troba en bon estat, en el cas de disposar de bateria que aquesta està totalment carregada a l'inici de la prova i que sap utilitzar-lo adequadament.

5. MATERIAL OBLIGATORI:

1. Telèfon mòbil personal operatiu amb la bateria carregada al 100% amb el GPS activat i amb un d'aquests programes o similar instal·lats per facilitar la geolocalització en cas d'emergència: Whatsapp, Telegram, Alpify o My112.
2. Número de telèfon de contacte de l'organització (es trobarà imprès al dorsal).
3. Dipòsit d'hidratació d'un mínim d'un litre, ple de líquid en el moment de la sortida.
4. Roba impermeable.
5. Motxilla.

6. Dispositius lluminosos davanters per il·luminar el recorregut:

1 Focus de manillar o de casc de mínim 500 lm (Principal)

1 Focus frontal / de casc (Reparacions o emergència)

* Cal que ambdós focus disposin d'una autonomia suficient a les condicions de la prova.

7. Dispositius lluminosos posteriors per a ser vistos:

1 Focus posterior vermell (En funcionament durant tot el recorregut sigui diürn o nocturn)

* Cal que el focus disposi d'una autonomia suficient a les condicions de la prova.

8. Material reflectant homologat, d'utilització obligatòria en encreuaments i trams de carreteres.

9. Dispositiu GPS per a la navegació (amb la retroil·luminació de la pantalla activada durant la nit) amb el track oficial de la prova instal·lat.

10. Casc homologat.

11. Bicycleta en perfecte estat i eines per a la reparació de possibles avaries durant el recorregut. Cada participant ha de ser autosuficient.

En funció de les previsions meteorològiques que puguin presentar-se el cap de setmana de la prova, l'organització per motius de prevenció i/o de seguretat, podrà exigir al participant un extra d'equipament obligatori. L'organització es compromet a informar-ne prèviament pels canals habituals i a reservar-se el dret de realitzar un control de material previ a la sortida o durant el transcurs de la prova.

6. MATERIAL RECOMANAT:

1. Bateria de recanvi (bicycletes elèctriques).

2. Focus de reserva en cas de fallada del Focus Principal (Mínim 1000 lm).

3. Bateria externa 100% carregada per augmentar l'autonomia del telèfon mòbil.

7. HORARIS, CONTROLS DE PAS I ABANDONAMENTS:

La sortida serà de Navàs el **Dissabte dia 13 de maig, a la part nord del Passeig Ramón Vall on també hi ha instal·lada la recepció, arribada i informació.**

Hi haurà dues sortides per escollir:

– Sortida DIÛRNA: 17h

– Sortida NOCTURNA: 19:30h



Els participants han d'invertir com a màxim **6 hores** a fer el recorregut.

El recorregut s'ha de realitzar per la ruta planificada per l'organització. La mateixa organització facilitarà el track de la ruta.

S'establiran els controls de pas que es considerin adients.

En cas **d'abandonar la Romànica Navàs és obligatori comunicar-ho a l'organització i lliurar el dorsal a un dels controls o a qualsevol membre de l'organització o bé als "escombra"**. En qualsevol cas l'organització no es responsabilitzarà dels abandonaments que es produeixin.

L'organització es reserva el dret a decidir el moment més idoni en cas d'abandonament per retornar el participant a la sortida segons la necessitat o no d'emergència de l'afectat i del propi desenvolupament de la prova. Remarcant que sempre s'usarà un conductor i vehicle privat per al desplaçament no urgent ni especialitzat pel seu trasllat.

L'equip escombra sortirà darrera l'últim participant i serà l'encarregat de tancar oficialment els controls i la prova. Els participants superats per l'equip escombra quedaran fora de la marxa i de tota responsabilitat de l'organització.

La comunicació amb els controls, l'equip escombra i l'arribada serà assegurada pels aparells telefònics.

8. INSCRIPCIÓ I PREUS:

Caldrà fer la inscripció al següent lloc web: **laromanicnavas.cat** amb pagament amb targeta de crèdit per passarel·la segura.

PREU de "LA HÒSTIA" per Socis CEN: 40€ (Inclou assegurança vàlida per la durada de la prova)

PREU de "LA HÒSTIA" per NO Socis CEN: 45€ (Inclou assegurança vàlida per la durada de la prova)

INSCRIPCIONS LIMITADES 140 PARTICIPANS

Un cop feta l'inscripció l'organització no retornarà en cap cas l'import (excepte suspensió de la prova)

9. DRETS D'IMATGE I PROTECCIÓ DE DADES:



Tots els participants renuncien als seus drets d'imatge durant la prova i l'organització podrà utilitzar les seves imatges per motius d'interès propi.

D'acord amb el que disposa la Llei Orgànica 1/1982, de 5 de maig, de protecció civil del dret a l'honor, a la integritat personal i familiar i a la pròpia imatge.

L'acceptació del present reglament implica obligatòriament que el participant autoritza a la realització de fotografies i/o filmacions de la seva persona i dona el seu consentiment per la seva difusió i explotació comercial i publicitària de la prova, sense dret per part del participant a rebre cap compensació econòmica. En cap cas s'utilitzaran per finalitats diferents a les indicades.

D'acord amb la nova llei del Reglament General de Protecció de dades 2018 RGPD (UE) 2016/679, totes les dades dels participants seran incloses en un fitxer privat propietat dels organitzadors, amb la finalitat exclusiva de la gestió de la prova i la seva promoció; sota la responsabilitat del C.E. Navàs. Podeu exercir el vostre dret d'accés, cancel·lació, rectificació i oposició mitjançant un escrit a la nostra adreça: C.E. Navàs Crta. De Berga, 81 (08670) NAVÀS.

10. DESQUALIFICACIONS

Serà motiu de desqualificació:

- La pèrdua del dorsal
- No fer la totalitat del recorregut en bicicleta
- Superar l'hora límit d'arribada
- Qualsevol actitud manifestament incívica o contrària a l'ètica del present reglament.

11. SEGURETAT

La comunicació amb els controls, l'equip escombra i l'arribada serà assegurada amb aparells telefònics. L'organització estarà en contacte amb els grups de rescat i assistència sanitària pertinent (Protecció Civil) per poder facilitar l'evacuació en cas d'accident.

Autoritza també a usar un vehicle i conductor privat per al desplaçament no urgent ni especialitzat en el cas de necessitat d'atenció mèdica i/o pel trasllat dels participants d'un control a altre durant el transcurs de la prova.

12. ALTRES NORMATIVES



El mal temps no serà obstacle per a la celebració de la prova, si bé, l'organització podrà suspendre-la abans de sortir cap participant o modificar-ne el seu recorregut en qualsevol moment.

Part de la prova segueix algun tram de carretera oberta a la circulació o la creua, per tant **és obligat** que els participants portin elements lluminosos o reflectants segons el que disposa l'article 123 del vigent Reglament General de Circulació.

Dipòsit per hidratació amb una capacitat de com a mínim un litre ple d'aigua o algun líquid per hidratar-se.

13. DISPOSICIONS FINALS

El fet d'inscriure-s'hi representa l'acceptació d'aquest reglament en la seva totalitat.

Qualsevol altre cas no previst en aquest reglament serà resolt segons el criteri dels organitzadors.

NOTES:

No hi haurà servei de dutxes al finalitzar la prova.

Fent èmfasi en la importància de reduir el rebuig de plàstics, l'organització entregarà un got reutilitzable a cada participant amb l'entrega del dorsal.

QUE TINGUEU UNA BONA ROMÀNICA NAVÀS

SERÀ "LA HÒSTIA"!!!