



ROSA  
DEL NORD  
TRAIL



## 5è ROSA DEL NORD TRAIL 18 de NOVEMBRE de 2017

El fet de formalitzar la inscripció implica l'acceptació del següent reglament. Aquest reglament pot ser corregit, modi cat o millorat en qualsevol moment per part de l'organització.

### Definició de la cursa:

D'acord amb aquestes experiències d'extrema duresa i persecució, la Rosa del Nord és una marxa **nocturna, hivernal, per parelles i en autosuficiència**, es a dir, sense avituallaments.

**Mitja Marató 22K:** Es desenvolupa en modalitat de **PARELLES** en tres categories:



La Caminada té un recorregut total de 22.5 km i un desnivell positiu de 1600 m. La cota màxima és de 1.510 m i la mínima de 780 m.



18 de NOVEMBRE de 2017 a les 14.00h



### Sortida:

Escola Agrària Pirineu de Bellestar (Municipi de Montferrer i Castellbó)



### Arribada:

P. de Calonge - Sant Antoni, de Sant Julià de Lòria (Pavelló Poliesportiu)  
(<https://goo.gl/maps/dkEJAaqc5HP2>)

### Decàleg mediambiental:

Aquesta edició 2017 en col·laboració amb la AET, i per tal de millorar la conservació del medi pel que passa la prova es farà especial atenció, a les mesures que apareixen a l'escrit. (+info al web)

### Organització:

Organitza l'Associació d'Amics del Camí de Pallerols de Rialb a Andorra i La Cabra Montesa amb la col·laboració del Comú de Sant Julià de Lòria.



## Condicions de la cursa:

La Rosa del Nord segueix sempre camins de muntanya, amb alguns metres de pista de terra i molt pocs metres de carretera asfaltada. Aconsellem als participants que estiguin en molt bona condició física i que tinguin experiència en aquest tipus de proves. L'edat mínima de participació és de 18 anys, o bé 14 amb autorització parental o acompanyats d'algun adult.

**1. Avituallaments:** la cursa és en autosuficiència. Al llarg del recorregut hi ha una font amb aigua potable, que estarà degudament senyalitzada: la font de Fontaneda (km 8,5).

## 2. On aparcar si la caminada es lineal?

Dies abans l'organització ficarà en contacte als caminants perquè es puguin organitzar tema desplaçament, en tot cas, si la participació es elevada es ficarà un servei de transport amb autobús.

## 3. Format de Cursa:

Caminada 22K: 22,5 km, 1600 mt +

## 4. Recollida de dorsals:

4.1. És obligatori presentar un document d'identitat per retirar el dorsal el mateix dia de la prova,

4.2 Es **recolliran a JORMA TRAIL** d'Andorra la Vella fins al divendres 17 de novembre

4.3 Aquest dorsal no es pot canviar amb una tercera persona.

4.4 Durant la cursa, ha de romandre sempre visible al davant del corredor.

## 5. Senyalització:

El recorregut està ben marcat només amb senyals reflectants (no hi ha cintes), que tenen una gran visibilitat amb el reflex de llanternes frontals (obligatòries). És també obligatori seguir el marcatge que instal·li la organització i les ordres dels possibles orientadors.

## 6. Controls i cronometratge:

hi haurà 3 controls, a més de la sortida i arribada. És obligatori dir el dorsal a tots els punts de control previstos a aquest efecte, incloses sortida i arribada. Els participants de la Xpress en PARELLES, no poden arribar amb més de 2 minuts de diferència un de l'altre, ni podran passar el control fins que la parella arribi. En cas d'abandonament d'un membre de la parella, es comunicarà en el punt de control següent.

## 7. Assistència:

l'assistència personal està prohibida. Està prohibit fer-se acompanyar o avituallar per una persona no inscrita a la cursa.

## 8. Abandó voluntari:

Excepte en cas de lesió, només és possible abandonar la cursa en un punt de control. Si aquest punt no fos accessible en vehicle, el corredor ha d'accedir pels seus propis mitjans al punt d'evacuació més proper. Està prohibit abandonar el recorregut marcat sense haver-ne informat l'organització.



Associació d'amadors del  
carró de Pallarols  
de Rialb a Andorra



## **9. Abandó obligatori:**

L'organització pot detenir momentàniament un corredor o obligar-lo a abandonar la cursa si considera que el seu estat posa en perill la seva integritat física o la seva seguretat.

## **10. Desqualificació:**

els comissaris de cursa vetllen pel compliment del reglament i estan habilitats per aplicar les desqualificacions previstes. El jurat de cursa, constituït pel director de cursa i els responsables dels punts de control, tenen la responsabilitat d'estatuir sobre les reclamacions. Faltar al reglament és motiu de desqualificació, i abandonar la cursa sense avisar l'organització comportarà la prohibició de participar en les properes edicions.

## **11. Meteorologia:**

En cas de condicions meteorològiques molt adverses, l'organització es reserva el dret d'anul·lar la cursa o modificar-ne els talls horaris i l'hora de sortida.

## **12. Talls horaris:**

Hi ha 4 punts de talls horaris indicats per a cada prova. Aquests horaris poden ser modificats en tot moment per la organització. Els corredors que vulguin continuar el recorregut tot i haver sobrepassat els talls horaris, ho podran fer, però fora de la cursa i sota la seva pròpia responsabilitat, després d'haver tornat el dorsal a l'organització.

## **13. Equip obligatori:**

Degut a les dures condicions de la prova (climatologia hivernal, sense avituallaments, desnivells importants, ...) és obligatori que cada participant disposi durant tota la cursa del següent material, posat al cos o a la motxilla:

### **17.1. Material obligatori**

- 17.1.1. Frontal amb piles de recanvi
- 17.1.2. Manta tèrmica.
- 17.1.3. Xiulet
- 17.1.4. Capa tipus "gore-tex" amb caputxa.
- 17.1.5. Forro polar o jaqueta estil "primaloft" (només per la caminada popular )
- 17.1.6. Protecció del cap tapant les orelles ("buff" autoritzat)
- 17.1.7. Guants
- 17.1.8. Samarreta de màniga llarga de 150g mínim
- 17.1.9. Sobre Pantalons para vent
- 17.1.10. Malles llargues o 3/4 amb camals o pantalons llargs
- 17.1.11. Reserva d'aigua de 1 litre.
- 17.1.12. Reserva alimentària per suportar tota la prova
- 17.1.13. Telèfon mòbil amb bateria carregada

### **17.2. Equip aconsellat.**

- 17.2.1. Pals
- 17.2.2. Frontal de recanvi
- 17.2.3. GPS amb el track de la prova (descarrega'l a la web de la cursa)
- 17.3. Aplicació ALPIFY, eina de seguretat que permet, en cas de emergència, que l'usuari sigui localitzat per l'equip de rescat.



Associació d'amics del  
caminó de Pallarols  
de Rialb a Andorra

ROSA  
DEL NORD  
TRAIL

LAGARRA  
MONTES

## 12. Talls horaris:

Hi ha 6 punts de talls horaris indicats per a cada prova. Aquests horaris poden ser modificats en tot moment per la organització. Els corredors que vulguin continuar el recorregut tot i haver sobrepassat els talls horaris, ho podran fer, però fora de la cursa i sota la seva pròpia responsabilitat, després d'haver tornat el dorsal a l'organització.

Punt CONTROL	Alçada	Km	Hora
Bellestar (Sortida)	793m	Km 0	14:00
Collada de la Torre	1.570m	Km 7	17:15
Riu Civís	940m	Km 12	19:00
Argolell	1.200m	Km 14.5	20:00
Borda del Gastó	1.420m	Km 18	21:00
Coll de Jou	1.130m	Km 20	22:00
Pl. Calonge (St. Julià)	950m	Km 22	22:30

## 18. Bosses dels corredors:

A la sortida es podrà deixar una motxilla de 25 litres, que serà traslladada al lloc d'arribada.

## Condicions post cursa:

Al lloc de l'arribada, el pavelló Poliesportiu de Sant Julià, els corredors poden recuperar la seva bossa i disposaran de dutxes.

L'entrega de premis està prevista a partir de les 21:30, i el sorteig d'obsequis a continuació. S'obsequiarà a tots els finalitzadors amb un bon avituallament de xocolata calenta amb coca i entrepans.

## Classificacions i premis:

- Obsequi per cada participant de la TRAIL i CAMINADA POPULAR - Sorteig de obsequis de patrocinadors

## Assegurança

Els participants han de tenir una assegurança individual de responsabilitat civil i d'accident, vigent durant la cursa. Si no està federat l'organització proposarà una assegurança amb la inscripció, tenint un augment addicional de 3€ en el preu de la prova, que s'aplicarà immediatament en el moment de fer la inscripció.

## Dret d'imatge

Els participants renuncien a prevaler-se del dret d'imatge i autoritzen a l'organització i als seus patrocinadors a utilitzar i publicar lliurement les fotografies o els enregistraments fets o gravats en el marc de la cursa.

## Inscripcions

Una inscripció es considera validada si s'ha realitzat el pagament i s'ha rebut la declaració del corredor que es podrà omplir el mateix dia de la prova. Les places són limitades a 200 persones.



**Data límit d'inscripció online:**

16 de novembre.

El període d'inscripcions restarà obert fins el dijous 16 de novembre. També serà possible inscriure's el mateix dia de la cursa fins 60 minuts abans de començar, sempre i quan hagi places disponibles.

Una inscripció es considera validada si s'ha realitzat el pagament.

Les places estan limitades a 200 parelles, però la organització es reserva el dret d'ampliar-les sempre i quan es pugui garantir el bon funcionament de la prova.

**Preus de les inscripcions :**

- Online: 10€/pers (+3€/assegurança no federats)
- Presencial 18nov: 15€/pers (+3€/assegurança no federats)

Si sou un grup de 10, el preu per persona serà de 7€/persona més l'assegurança si cal.

Les anul·lacions faran informant al mail [info@rosadelnord.org](mailto:info@rosadelnord.org). En cas d'anul·lació de la inscripció abans del 2 de novembre automàticament es retornarà el 75% de l'import abonat.

Més informació: [info@rosadelnord.org](mailto:info@rosadelnord.org)

ORGANITZA:

