

Sección Deportiva de la Asociación

Cultural Amigos de la Villa de Calcena

Plaza Severino Aznar s/n
50268 CALCENA, ZARAGOZA
CIF: 699430886
calcenada@gmail.com
www.calcenada.com
TL. 671 249 489



REGLAMENTO ANDANDO O CORRIENDO CALCENADA DE VERANO 2022

1. La Sección Deportiva Amigos de la Villa de Calcena, organiza la calcenada de VERANO que se celebrara los días 5 y 6 de agosto de 2022
2. La inscripción on-line se podrá hacer a través del enlace que sale en la página web www.calcenada.com
3. Límite de 500 participantes por riguroso orden de inscripción. Fecha límite de inscripción: 29 de julio de 2022. Posteriormente a esta fecha no se admitirán inscripciones, ni en el día de la marcha. Los dorsales se entregarán, el viernes 5 desde las 16:00 h. horas en la nave multiusos y el día 6 desde las 6:00 h. de la Mañana.
4. Los participantes menores de edad 16 años deberán ir acompañados de su madre, padre o tutor.
5. Los participantes seguirán las instrucciones que les sean dadas por la organización.
6. Recomendamos un calzado y ropa adecuada para evitar posibles accidentes.
7. No se admitirán devoluciones de cuotas una vez abonadas, salvo causa mayor y debidamente justificada.
8. La organización no se hace responsable de los accidentes que se puedan producir durante la marcha o a consecuencia de la misma. Así mismo los participantes renuncian a cualquier indemnización por

parte de la organización.

9. La organización se reserva el derecho de modificar cualquiera de las bases o el recorrido de la marcha si lo estima necesario. Todo participante por el hecho de inscribirse acepta este reglamento.
10. No olvides que el senderismo es atractivo porque la naturaleza ha llegado hasta nosotros en buenas condiciones y así tiene que seguir.

DECLARACIÓN A ACEPTAR POR LOS PARTICIPANTES:

1. Que el participante de la actividad está informado y por tanto conoce y asume los riesgos inherentes a la práctica del senderismo.
2. Que conoce que esta actividad tiene por objeto la promoción de la práctica deportiva del senderismo, así como conocer los espacios naturales de Calcena y Trasobares.
3. Que el participante no padece enfermedad ni limitación física o psíquica que le incapacite o dificulte en cualquier grado para realizar la actividad prevista.
4. Que aporta el material necesario (calzado, bastones, etc.) y en buen estado para el desarrollo de la actividad y reúne las condiciones de seguridad y físicas requeridas.
5. Que se compromete a cumplir las indicaciones e instrucciones de los responsables de la actividad.
6. Que se compromete a respetar el medio ambiente y a transmitir actitudes responsables entre sus compañeros de actividad.
7. Que conoce y entiende que la Organización de la Calcenada dispone de un seguro de responsabilidad civil a terceros.
8. Que conoce y entiende que la Organización de la Calcenada dispone de un seguro personalizado de accidentes para los participantes.
9. La cuota incluye: avituallamientos, comida, seguro de accidentes individual y camiseta.

10. La inscripción es válida para una persona. En caso de los menores de 16 años deberán ir acompañados de padre, madre o tutor.
11. Declaro conocer la dureza que puede representar esta prueba y eximo a la Organización de toda responsabilidad derivada de cualquier problema de salud que me pudiera sobrevenir en el transcurso de la misma. Así mismo, autorizo a los Servicios Médicos a que me practiquen cualquier cura que pueda necesitar estando no en condiciones de solicitarla. Ante su requerimiento me comprometo a abandonar la prueba si ellos lo consideran necesario para mi salud.
12. Declaro conocer que el trazado transcurre por zona natural y me comprometo a respetarlo y no dejar huella de mi paso, ni arrojar basura o cualquier objeto que pueda alterar el medio ambiente. Atenderé todas las indicaciones que me haga la Organización con la finalidad de evitar cualquier daño en mi persona o en la propiedad ajena.
13. Declaro que todos mis datos son ciertos.

RETIRADOS

Debes procurar ir siempre acompañado por otro participante. Si te encuentras mal retírate y avisa a los voluntarios. Los retirados en los avituallamientos..

Recuerda

- No es una prueba competitiva. Respeta los controles.
- No está permitido fumar durante la marcha deportiva no competitiva.
- Es obligatorio llevar visible el dorsal en todo el recorrido.
- En los descansos procura hacer estiramientos, pon las piernas en alto.
- Bebe agua como mínimo cada media hora, debes de hidratarte.
- Es bueno comer fruta, plátano, naranja, manzana etc.
- Sobre todo no tires nada al suelo, ni tan siquiera los papeles de los caramelos.

Usaremos las bolsas de basura que hay en los avituallamientos.

- Cuida tus pies, cuando notes algo extraño no esperes a los descansos, míratelos, quitarte una pequeña piedra o ponerte una tirita a tiempo

puede evitarte unas buenas ampollas.

-Si tenéis dudas preguntar a la organización.

-Es importante el llevar una botella siempre llena de agua encima.

-Si te encuentras mal retírate, el año que viene hay otra edición, procura pasarlo bien.

Teléfonos de contacto

Control: 671 249 489 - 626 748 876.

Ambulancias: Se repartirán a los participantes junto con la documentación el día de la prueba.

Emergencias: 112

Cobertura móvil en Calcena: SOLO MOVISTA

Sección Deportiva de la Asociación Cultural Amigos de la Villa de Calcena

Calcena, Junio de 2022

Mariano Miguel San Claudio



Sección deportiva de la Asociación Cultural de los Amigos de Calcena
Inscrita en el registro de la DGA con el nº 5788/1 de 12-07-2005