REGLAMENTO DE COMPETICIONES DE MARCHA NORDICA FEDME

Aprobado por la Comisión Delegada de 1 diciembre 2023

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

Índice:

Introducción, Definición y Objetivos 4

1. Competiciones estatales. Tipos 5
   - 1.1 Copa de España de Marcha Nórdica FEDME 5
   - 1.2 Campeonato de España Individual de Marcha Nórdica FEDME 7
   - 1.3 Campeonato Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas 9
   - 1.4 Competiciones de Marcha Nórdica para personas en discapacidad visual 10
   - 1.5 Competiciones de Marcha Nórdica para personas en edad escolar 14

2. Organización 18

3. Control de la competición: Equipo arbitral y supervisión 19
   - A. Juez-Árbitro o árbitra principal / Presidencia del Jurado 19
   - B. Equipo arbitral de itinerario 20
   - C. Equipo arbitral de mesa 20
   - D. Delegado o delegada de la FEDME 21
   - 3.2 – Decisiones arbitrales 21
   - 3.3 - Material y equipamiento especial para el equipo arbitral 21
   - 3.4 - Jurado de Competición 21

4. Personal de organización 22

5. Reglamento de competición 23

6. Inscripción a la competición 24

7. Material y Equipamiento de marchadoras y marchadores 25

8. Supervisión, control de material y ayudas 26

9. Comportamiento general de marchadores y marchadoras 27

10. Penalización o descalificación 28
   - Tarjeta Blanca 28
   - Tarjeta Amarilla 29
   - Tarjeta Roja 29

11. Dopaje 31

12. Normas para la confección de trípticos y carteles 31

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

13. Reclamaciones y sistema de apelación 32
14. Homologación de las competiciones 34
14.6 - Características del itinerario en el Medio Natural 35
14.7 - Características del itinerario en el Medio Urbano 36

15. Seguridad 36
16. Zonas de salida, llegada y penalización 37
17. Controles: Labores y responsabilidades que se les atribuye 38
18. Avituallamiento 39
19. Tiempo de paso por los controles 40
20. Mapas 40
21. El Dorsal 40
22. Supervisión y control de material 41
23. Itinerarios alternativos 41
24. Reunión informativa 41
25. Clasificaciones 42
26. Aplazamiento, interrupción y anulación de la prueba 43
27. Ranking FEDME de Marcha Nórdica 43
28. Liga de Marcha Nórdica de Clubes FEDME 45
29. Acreditaciones personales y de vehículos 46

Anexos:

Anexo 1, Hoja de Reclamación 47

Anexo 2, Formación Cajones de salida 49

Anexo 3, Cuadro descriptivo amonestaciones 50

Anexo 4, Parámetros de buenas prácticas en la organización 55

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

Introducción, Definición y Objetivos

La **Marcha Nórdica** es una especialidad deportiva incluida dentro del conjunto de actividades que recogen los estatutos de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada, dichos estatutos están aprobados por el Consejo Superior de Deportes.

Definición de Marcha Nórdica

La marcha nórdica es un deporte que consiste en caminar, con unos bastones específicamente diseñados para el desarrollo de esta actividad física, aplicando una técnica que permite el impulso mediante los bastones y siempre respetando la biomecánica de la marcha humana.

Definición de Competiciones de Marcha Nórdica

La **Marcha Nórdica** competitiva es una especialidad deportiva que se manifiesta a través de competiciones en las que quienes participan utilizan unos bastones especialmente diseñados para el desarrollo de esta actividad, efectuándose el itinerario a pie, en el menor tiempo posible, aplicando la técnica adecuada, y con el máximo de respeto al medio natural.

Las competiciones de Marcha Nórdica F E D M E tienen como objetivo:

- Reunir en competición a los y las mejores atletas de marcha nórdica y equipos de las Federaciones Autonómicas y Clubes de Montaña.
- Mejorar el nivel deportivo de deportistas de marcha nórdica y ayudar a la evolución de esta especialidad deportiva.
- Servir de referencia para la selección de las y los deportistas que deban representar a la **FEDME** en las competiciones internacionales oficiales.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

1. Competiciones estatales. Tipos

La **FEDME** es la única responsable para autorizar los siguientes tipos de competiciones de Marcha Nórdica:

1.1 - Copa de España de Marcha Nórdica FEDME.
1.2 - Campeonatos de España de Marcha Nórdica FEDME.
1.3 - Cualquier otra competición de ámbito estatal, reconocida por la FEDME.

Nota: La definición de Ranking y Liga de Clubes se encuentra expresada en los puntos 27 y 28 respectivamente

1.1 Copa de España de Marcha Nórdica FEDME

1.1.1 - De acuerdo con las condiciones establecidas por la FEDME en el contrato con la organización de la misma, ésta efectuará pruebas valederas para la Copa de España de Marcha Nórdica, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

1.1.2 - El número de pruebas será como mínimo de tres y como máximo de seis, cada una de las cuales se celebrará en un único día.

1.1.3 - Las pruebas se desarrollarán individualmente, aunque podrán coincidir, si así lo decide el área de Marcha Nórdica FEDME, con un Campeonato de España de la especialidad deportiva.

1.1.4 - Las salidas de las pruebas se realizarán en línea. Deberán ser establecidos cajones de salida según el Ranking FEDME.

- En el primer cajón de salida se tendrán en consideración, como mínimo, las 20 primeras posiciones del Ranking nacional, masculino y femenino.

- En el primer cajón de salida se tendrán en consideración los/las deportistas que ostentaron el pódium absoluto en el campeonato nacional del año anterior.

- Podrán ser establecidos más cajones de salida en función de la cantidad de participantes y siempre de común acuerdo con la Presidencia del Jurado. En dichos cajones se seguirá manteniendo el orden del ranking FEDME, facilitando de esta manera la entrada y la ubicación de los competidores y las competidoras.

- En competiciones que coincidan con pruebas del calendario autonómico, los y las 10 competidores/as masculino y femenino con mejor clasificación en su Ranking autonómico podrán ocupar también plaza en las primeras posiciones de salida.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

- Si hubiera deportistas SIN licencia FEDME, deberán entrar en el último cajón en las pruebas de Copa España.

1.1.5 - Para obtener puntos FEDME, los y las participantes con nacionalidad española estarán en posesión de la licencia de la FEDME del año en curso, incluyendo seguro deportivo que cubra la participación en la competición según el Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio y deberán mostrarla físicamente al equipo arbitral de la prueba.

1.1.6 - Para obtener puntos FEDME en la Copa de España, los y las participantes que no tengan nacionalidad española estarán en posesión de la licencia FEDME o en su caso la licencia de su país (Federación homóloga a la FEDME), y deberán acreditar tener contratado un seguro de responsabilidad civil y uno de accidentes que tenga cobertura en el territorio español y que sea equivalente al que rige en España (Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio) y deberán mostrarla al equipo arbitral de la prueba.

1.1.7 - A efectos de la Copa de España de Competiciones de Marcha Nórdica, las y los participantes estarán divididos en las categorías y sub categorías masculina y femenina siguientes:

- Categoría Absoluta: Quienes sean mayores de 16 años.
- Sub categoría Junior: 16 a 17 años, es decir que no cumplan los 18 años el año de referencia.
- Sub categoría promesa: 18 a 23 años, es decir que no cumplan los 24 años el año de referencia.
- Sub categoría Sénior: 24 a 39 años. Que cumplan los 24 y no cumplan los 40 el año de referencia.
- Sub categoría veterana A: de 40 a 49 años que cumplan los 40 y no cumplan los 50 el año de referencia
- Sub categoría veterana B: de 50 a 59 años. Que cumplan los 50 y no cumplan los 60 el año de referencia
- Sub categoría veterana C: de 60 a 69 años. Que cumplan los 60 y no cumplan los 70 el año de referencia
- Sub categoría veterana D: a partir de los 70 años cumplidos el año de referencia

Además de las categorías indicadas anteriormente se incorporan las categorías de promoción en edad escolar en la Copa de España de Marcha Nórdica, siendo las siguiente:

Categoría Infantil: 12 a 13 años, es decir que no cumplan los 14 años el año de referencia.

Categoría Cadete: 14 a 15 años, es decir que no cumplan los 16 años el año de referencia.

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que los y las deportistas tengan

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

el día 31 de diciembre del año de la competición.

1.1.8 - Sistema de puntuación para cada categoría:

- Independientemente de la distancia y el desnivel de la prueba, cada una de las pruebas que conforman la Copa de España de Marcha Nórdica asignará la puntuación siguiente a las y los atletas participantes: 100-88-78-72-68-66-64-62-60-58-56-54-52-50-48-46-44-42-40-38-36-34-32-30-28-26-24-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2,etc… Siendo 100 para la persona clasificada en primer lugar, 88 para la segunda, 78 para la tercera y así, sucesivamente, hasta llegar al valor de 2 puntos que se mantendrá estable hasta el final de la clasificación, es decir la persona que ostente la última posición obtendrá 2 puntos.

- La última prueba de la Copa de España de Marcha Nórdica tendrá el 20% más de puntuación que el resto.

1.1.9 - Para puntuar en la Copa de España de Marcha Nórdica y por tanto, aparecer en la clasificación general final, se sumarán los siguientes resultados:

- En los casos en que la Copa tenga 3 pruebas, se sumarán los puntos obtenidos en las 3 pruebas.
- En los casos en que la Copa tenga 4 pruebas, se sumarán los 3 mejores resultados obtenidos.
- En los casos en que la Copa tenga 5 ó 6 pruebas, se sumarán los 4 mejores resultados obtenidos.

1.1.10 - En caso de empate entre dos o más deportistas se tendrá en cuenta el mejor resultado obtenido en la última prueba disputada.

1.1.11 - Al finalizar la Copa de España de Marcha Nórdica y acabada la entrega de premios de la última prueba celebrada se proclamará y se hará entrega de los trofeos, premios y diplomas correspondientes a campeones y campeonas, sub-campeones y sub-campeonas y personas clasificadas en tercer lugar en las categorías descritas en el apartado 1.1.7.

1.1.12 - Para optar a trofeo en la Copa de España se deberá haber puntuado en un mínimo de 2 pruebas del calendario.

1.1.13 – La asignación de número de dorsal de quienes participen correrá a cargo del área de Marcha Nórdica y se regirá por el ranking Nacional.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

1.2 - Campeonato de España Individual de Marcha Nórdica FEDME

1.2.1 - De acuerdo con las condiciones establecidas por la FEDME en el contrato con la organización, ésta organizará el Campeonato de España de Marcha Nórdica FEDME, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

1.2.2 – El Campeonato de España constará de 1 única prueba y será "Campeonato de España Individual de Marcha Nórdica", de modo que quienes participen compitan entre sí y no contra otros u otras atletas sin licencia FEDME y/o de otras modalidades deportivas. Aunque sí podrá coincidir con otra prueba FEDME, como podría ser la Copa de España de Marcha Nórdica, siendo puntuable para la misma.

> NOTA: Anterior o posterior a la celebración del Campeonato de España, la organización podrá celebrar en el mismo circuito otras competiciones de ámbito autonómico o popular. En cualquier caso, la entrega de trofeos prioritaria será la de Campeonato de España.

1.2.3 - La salida de las pruebas se realizará en línea. Deberán ser establecidos cajones de salida según el ranking FEDME.

- En el primer cajón de salida se tendrán en consideración, como mínimo, las 20 primeras posiciones del Ranking nacional, masculino y femenino.

- En el primer cajón de salida se tendrán en consideración los/las deportistas que ostentaron el pódium absoluto en el campeonato nacional del año anterior.

- Podrán ser establecidos más cajones de salida en función de la cantidad de participantes y siempre de común acuerdo con la Presidencia del Jurado. En dichos cajones se seguirá manteniendo el orden del ranking FEDME, facilitando de esta manera la entrada y la ubicación de los competidores y las competidoras.

1.2.4 - Para participar en el Campeonato de España de Marcha Nórdica, los y las competidores/as sin nacionalidad española estarán en posesión de la licencia FEDME o en su caso la de su país (Federación homóloga a la FEDME), y deberán acreditar tener contratado un seguro de responsabilidad civil y uno de accidentes que tenga cobertura en el territorio español y que sea equivalente al que rige en España (Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio) y deberán mostrarla al equipo arbitral de la prueba.

1.2.5 - Al finalizar la competición se editarán 2 clasificaciones, una con la totalidad de deportistas participantes que dará lugar a los correspondientes premios en metálico de la prueba y otra con deportistas con nacionalidad española que dará lugar al podio del Campeonato de España.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

1.2.6 - A efectos del Campeonato de España de Marcha Nórdica, quienes participen estarán divididos en las categorías y sub categorías masculina y femenina siguientes:

- Categoría Absoluta: Quienes sean mayores de 16 años.
- Sub categoría Junior: 16 a 17 años, es decir que no cumplan los 18 años el año de referencia.
- Sub categoría promesa: 18 a 23 años, es decir que no cumplan los 24 años el año de referencia.
- Sub categoría Sénior: 24 a 39 años. Que cumplan los 24 y no cumplan los 40 el año de referencia.
- Sub categoría veterana A: de 40 a 49 años que cumplan los 40 y no cumplan los 50 el año de referencia
- Sub categoría veterana B: de 50 a 59 años. Que cumplan los 50 y no cumplan los 60 el año de referencia
- Sub categoría veterana C: de 60 a 69 años. Que cumplan los 60 y no cumplan los 70 el año de referencia
- Sub categoría veterana D: a partir de los 70 años cumplidos el año de referencia

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que los y las competidores/as tengan el día 31 de diciembre del año de la competición.

1.2.7 - Al finalizar el Campeonato de España de Marcha Nórdica se proclamará y se hará entrega de los trofeos, premios y diplomas correspondientes a los campeones y campeonas, sub-campeones y subcampeonas y personas clasificadas en tercer lugar en las categorías definidas en el apartado 1.2.6.

1.2.8 - Si la FEDME lo considera oportuno, se realizará sobre la misma prueba un Campeonato de España de Marcha Nórdica por: Clubes, por Federaciones Autonómicas o bien por Clubes y Federaciones Autonómicas, conforme a lo dispuesto en el apartado 1.3

1.2.9 - La asignación de número de dorsal de quienes participen correrá a cargo del Área de Marcha Nórdica, y se regirá por el Ranking Nacional.

1.3 – Campeonato de España de Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas

El Campeonato de España de Competiciones de Marcha Nórdica por Clubes FEDME y por Federaciones Autonómicas es una competición exclusiva para equipos formados por miembros de Clubes afiliados a la FEDME y por deportistas representantes de Federaciones Autonómicas, por tanto, para deportistas con licencia FEDME del año en curso, independientemente de su

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

nacionalidad.

a) **Equipos:** Serán masculino y femenino (mayores de 16 años) y estarán formados por un mínimo de 4 y un máximo de 8 componentes cada uno, y serán inscritos oficialmente por el Club o Federación Autonómica con un mínimo de 7 días antes de la celebración de la prueba.
b) Solo se podrá inscribir oficialmente un equipo masculino y un equipo femenino por cada Club o Federación Autonómica, y solo obtendrán puntos aquellos marchadores y marchadoras que formen parte de equipos oficiales.
c) **Sistema de puntuación:** A cada uno de las y los componentes se les otorgarán puntos de acuerdo a la posición de entrada a meta conseguida por cada uno de ellos o de ellas en la categoría Absoluta masculina y Absoluta femenina. En dicha lista de puntuación sólo se tendrán en cuenta a deportistas con inscripción en el Campeonato de España de Clubs o Federaciones Autonómicas, por lo que no figurarán el resto de participantes. Ejemplo: a quien entra en meta en primera posición de la categoría masculina o femenina se le adjudica 1 punto, en segunda posición se le adjudica 2 puntos, en tercera posición se le adjudica 3 puntos y así, sucesivamente.
d) **Clasificación:** Del Campeonato de España de Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas se obtendrá de la suma de puntos de los y las cuatro mejores competidores/as. Por lo que el Club Campeón o la Federación Autonómica Campeona será el que **MENOS** puntos obtenga.
    - NOTA: Un equipo con menos de 4 miembros clasificados/as no se tendrá en consideración en las clasificaciones.
e) En caso de empate, prevalecerá el equipo que tenga a el o la competidor/a con mejor clasificación, o las dos mejores clasificaciones o las tres mejores en caso de sucesivos empates.
f) **Inscripciones:** A la hora de efectuarlas, los Clubes o Federaciones Autonómicas con participación en dicho Campeonato presentarán su lista de deportistas representantes a la organización y a la FEDME, detallando nombre, apellidos, DNI y fecha de nacimiento, utilizando para ello el formulario establecido por la FEDME. Cada deportista únicamente podrá representar al club o Federación Autonómica con el que han tramitado la licencia federativa habilitada del año en curso y que aparece reflejada en ella.

El Equipo Absoluto masculino y Absoluto femenino del Club o Federación Autonómica que obtenga menor puntuación será proclamado Campeón de España.

En estos Campeonatos NO se tendrá en consideración el Ranking nacional ni a la hora de asignar dorsales, ni en las líneas de salida.

Para la formación de las diferentes líneas de salida, se tendrá en cuenta el redactado del Anexo específico. Excepto cuando el Campeonato por FFAA se haga coincidir con el Campeonato individual, en el que primará el criterio de dicho Campeonato (punto 1.2.3)

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

1.4- Competiciones de Marcha Nórdica para personas en discapacidad visual

1.4.1 Objeto de aplicación

En el presente reglamento se recogen las especificaciones necesarias para la práctica deportiva de la Marcha Nórdica adaptada e inclusiva para personas con discapacidad visual en sus diferentes grados, lo cual dará una serie de categorías, resultantes de la organización del deporte paralímpico, con el reconocimiento del COI y de las distintas Federaciones Internacionales que trabajan en el deporte adaptado.

1.4.2. Participación

Esta especialidad deportiva se llevará a cabo de manera integrada en las competiciones en las que se desarrolle la Marcha Nórdica.

Quienes participen estarán divididos en las siguientes categorías, resultantes como se ha dicho anteriormente, de la organización del deporte paralímpico.

Categorías:

- B1: totalmente o casi totalmente ciegas; desde no percepción de luz a percepción de luz pero inhabilidad para reconocer la forma de una mano.

- B2: capaz de reconocer la forma de una mano hasta una agudeza visual de 2/60 o un campo visual de menos de 5 grados.

Las y los deportistas con discapacidad visual no podrán utilizar gafas, lentillas o cualquier otro equipo óptico que mejore su capacidad visual.

La totalidad de participantes tendrán que presentar obligatoriamente un certificado médico con expresión del resto y agudeza visual.

Todas estas categorías serán masculina y femenina para cada uno de los grados de discapacidad (B1, B2).

Los y las participantes con edad inferior a 18 años deberán presentar una autorización paterna o materna (la organización incluirá en la hoja de inscripción un modelo de dicha autorización).

No se permitirá la participación a deportistas que no tengan como mínimo 16 años cumplidos a 31 de diciembre del año de celebración de la prueba.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

1.4.3 Equipo de participación

El equipo de participación estará compuesto por **una persona como guía y un o una deportista con discapacidad visual en cualquiera de sus grados (B1, B2)** para desarrollar la prueba de manera individual.

El o la *guía* debe ser una persona formada por la FEDME, o por Federación de Montañismo de cada Comunidad Autónoma o autorizada por la organización para desarrollar esa labor. La responsabilidad de cada guía será la de colaborar con deportistas B1, B2 y ofreciendo las instrucciones pertinentes y velando en todo momento por su seguridad y la del resto de participantes. El o la guía deberá estar en posesión de la licencia FEDME.

Si algún deportista con deficiencia visual necesita un guía deberá comunicarlo en el momento de su inscripción y esta no será validada hasta que se complete el proceso de asignación siempre que esto sea posible y se reúnan las condiciones necesarias.

Cada deportista y su guía dispondrán de un número dorsal que será el mismo para ambos o ambas. Los y las deportistas que precisen de la necesidad de contar con guía para la competición, deberán comunicarlo previamente en el momento que haga la inscripción a la prueba.

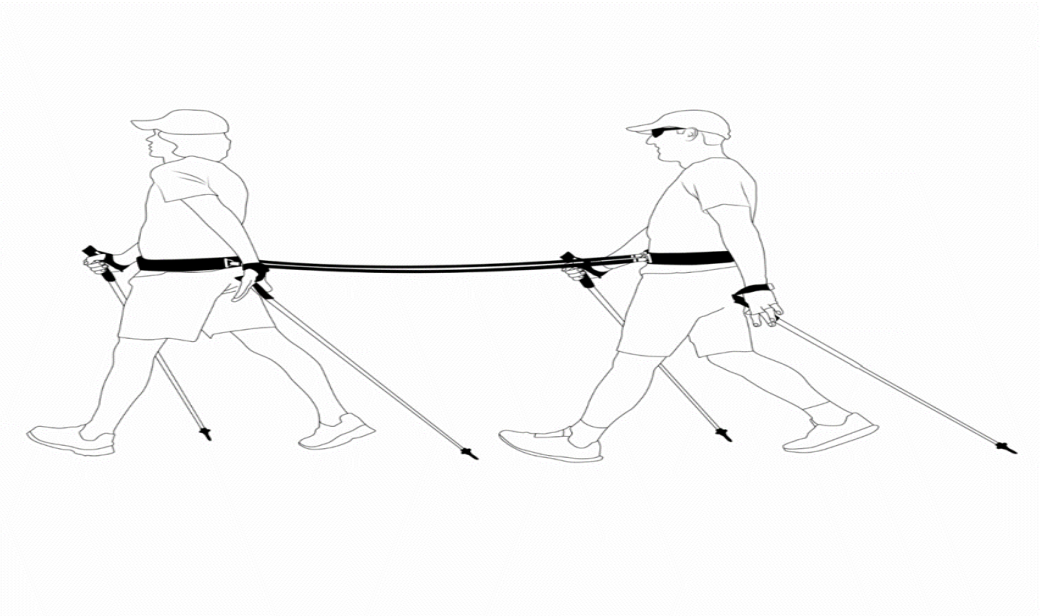
Para obtener puntos FEDME, la totalidad de participantes con nacionalidad española estarán en posesión de la licencia de la FEDME del año en curso, incluyendo seguro deportivo que cubra la participación en la competición según el Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio y deberán mostrarla al equipo arbitral de la prueba.

Para obtener puntos FEDME en la Copa de España, los y las participantes sin nacionalidad española estarán en posesión de la licencia FEDME o en su caso la licencia de su país (Federación homóloga a la FEDME), y deberán acreditar tener contratado un seguro de responsabilidad civil y uno de accidentes que tenga cobertura en el territorio español y que sea equivalente al que rige en España (Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio) y deberán mostrarla físicamente al equipo arbitral de la prueba.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

1.4.4 Equipamiento para la práctica.

El dispositivo de guiado diseñado para la práctica se denomina “dispositivo de guiado para marcha nórdica adaptada” y consiste en sendos cinturones unidos por dos varillas de guiado a la altura de la cadera, que permiten a la persona ciega o con discapacidad visual seguir el movimiento del o de la guía.



Dibujo autorizado por la Federación de Montañismo de la Región de Murcia.

El dispositivo de guiado está compuesto de un cinturón con hebilla de liberación rápida y ajustable. Cada cinturón tendrá dos pletinas de fijación a las que irán unidas las varillas. Los extremos distales irán fijados a la pletina del cinturón con un cierre de acero.

El equipo de competición debe portar este dispositivo en todo momento mientras esté con competición, salvo en los puntos de parada establecidos y cuando exista alguna necesidad particular que así lo requiera.

Este dispositivo no impide el movimiento de los brazos durante la marcha, ni interfiere con la técnica requerida en las competiciones de Marcha Nórdica, si bien garantiza el acceso de deportistas invidentes o con deficiencia visual al entorno competitivo en unas condiciones óptimas de seguridad y sin perturbar el desarrollo de la prueba a al resto de deportistas.

El resto del equipo personal de cada participante deberá ser el adecuado para la práctica de la Marcha Nórdica y constituirá una responsabilidad de cada deportista.

MATERIAL OBLIGATORIO PARA CADA CATEGORÍA

B1: Gafas oscuras y el “dispositivo de guiado para marcha nórdica adaptada”

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

B2: “dispositivo de guiado para marcha nórdica adaptada”

1.4.5 Desarrollo de la técnica e itinerario.

La técnica de esta especialidad deportiva no sufrirá ninguna adaptación respecto a la modalidad deportiva convencional. El arbitraje a nivel técnico será el mismo que con el resto de competidores y competidoras. Los itinerarios tampoco serán modificados para facilitar la participación de deportistas B1, B2.

A la hora de advertir o administrar sanciones, el equipo arbitral de competición deberá tocar previamente en el hombro a los y las deportistas invidentes, para advertirles de que se están dirigiendo a ellos o a ellas.

A continuación, deberán notificar verbalmente el motivo de la sanción y, en su caso, el color de la tarjeta que está mostrando al o la deportista en ese momento.

Dado que el equipo guía-deportista no puede desprenderse del dispositivo durante el recorrido, salvo por causas precisas, la organización debe habilitar un lugar específico para su avituallamiento al menos dotado de una persona que les ayude de forma que ellos/ellas puedan avituallarse fácilmente y que no interrumpan el avituallamiento del resto de participantes.

1.4.6 Clasificación y entrega de trofeos.

La clasificación de cada deportista deberá aparecer dentro de la clasificación absoluta general de la prueba, además deberá tener su clasificación propia como categoría independiente.

A la hora prevista en el programa, la organización dispondrá la entrega de trofeos de primera, segunda y tercera personas clasificadas de cada categoría. Las personas que sean guías recibirán igualmente trofeo específico en calidad de guía y deportista.

Cualquier aspecto específico no reflejado en este Reglamento de Marcha Nórdica para personas con discapacidad visual se regirá por el Reglamento General de Marcha Nórdica de la FEDME.

1.5- Competiciones de Marcha Nórdica para personas en edad escolar

1.5.1 Objeto de aplicación

En el presente reglamento se recogen las especificaciones necesarias para la práctica deportiva de la Marcha Nórdica para personas en edad escolar adaptándonos a las categorías marcadas por el CSD para estas edades.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

De acuerdo con las condiciones establecidas por la FEDME en el contrato con los organizadores, éstos organizarán dichas competiciones cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

1.5.2. Categorías.

- **Categorías en Edad Escolar**: Todos los participantes mayores de 6 años y hasta 15 años.

- Categoría Pre benjamín: 6 a 7 años, es decir que no cumplan los 8 años el año de referencia.
- Categoría Benjamín: 8 a 9 años, es decir que no cumplan los 10 años el año de referencia.
- Categoría Alevín: 10 a 11 años, es decir que no cumplan los 12 años el año de referencia.
- Categoría Infantil: 12 a 13 años, es decir que no cumplan los 14 años el año de referencia.
- Categoría Cadete: 14 a 15 años, es decir que no cumplan los 16 años el año de referencia.

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que las y los deportistas tengan el día 31 de diciembre del año de la competición.

1.5.3 Número de participantes por cada Federación Autonómica y categorías que se convocan.

Cada Delegación autonómica podrá inscribir a cuantos deportistas considere oportuno de cada categoría convocada (infantil y cadete), si bien para la Clasificación por Selecciones Autonómicas:

	Masculino	Femenino	Total
Infantil	3	3	**6**
Cadete	3	3	**6**

Además de estos participantes, la expedición de cada Federación Autonómica la compondrá:

Seleccionador/a Cadete - Infantil	1
Jefe/a de Expedición	1

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

a) Al hacer la Inscripción en el Campeonato de España de Selecciones Autonómicas, el/la Jefe/a de Expedición deberá indicar claramente quienes son los componentes de la Selección y quienes no forman parte de la misma.

b) Los/as deportistas que sean seleccionados para puntuar para la Clasificación de las Selecciones Autonómicas Infantil y Cadete, deben de estar perfectamente indicados.

c) Los/as seleccionados/as para puntuar para la Clasificación de las Selecciones Autonómicas Infantil y Cadetes, podrán cambiarse hasta 48 horas de la competición.

d) En este Campeonato No está permitida la participación de deportistas que no tengan licencia FEDME de Menores, para la temporada en curso.

e) La cuota para todos/as los/as deportistas participantes en este Campeonato será propuesta por la organización.

1.5.4 Clasificación.

El Campeonato de España Individual y de Selecciones Autonómicas de Marcha Nórdica en Edad Escolar estará regulado por lo dispuesto en el Reglamento de MN de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME) y se podrá cumplimentar con Anexos aclaratorios, si se estima a criterio de la FEDME.

La Clasificación se realizará de forma Individual y por Selecciones Autonómicas, según los siguientes criterios:

- **Clasificación individual:**

Se realizará una clasificación individual de entre todos los/las participantes por edad y sexo, siendo convocadas la categoría Infantil (Masculina y femenina) y Cadete (Masculino y femenino), para decidir la posición final se aplicará el Reglamento de Marcha Nórdica FEDME en vigor.

- **Clasificación por Selecciones autonómicas:**

Se sumará el número de puntos que le corresponde a cada deportista por su clasificación final individual de todos/as los/las componentes de la Selección Autonómica de cada categoría, independientemente de que esté completa o no.

La Selección con más puntos en cada categoría será **la Selección Autonómica Campeona de España Infantil y Campeona de España Cadete**. En caso de empate, se valorará la que más primeros puestos haya obtenido, si sigue el empate, segundos puestos y sino terceros puestos.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

En caso de que siga el empate, se procederá de la siguiente forma:

1º.- La Selección que esté más completa en el total de participantes.

2º.- La Selección cuya edad media sea más joven.

3º.- Ex aequo

Se entregarán trofeos a las tres Selecciones autonómicas clasificadas en los tres primeros puestos, según la clasificación obtenida en cada prueba conseguirá los siguientes puntos

POSICIÓN	PUNTOS	POSICIÓN	PUNTOS	POSICIÓN	PUNTOS	POSICIÓN	PUNTOS
1º	100	11º	56	21º	36	31º	16
2º	88	12º	54	22º	34	32º	14
3º	78	13º	52	23º	32	33º	12
4º	72	14º	50	24º	30	34º	10
5º	68	15º	48	25º	28	35º	8
6º	66	16º	46	26º	26	36º	6
7º	64	17º	44	27º	24	37º	4
8º	62	18º	42	28º	22	38º	2
9º	60	19º	40	29º	20	39º	2
10º	58	20º	38	30º	18	40º	2

Y así sucesivamente, hasta llegar al valor de 2 puntos, que se mantendrá estable hasta el final de la clasificación, es decir, el último participante clasificado obtendrá dos puntos.

1.5.5 Transporte y alojamiento

El traslado de cada Selección Autonómica hasta el lugar del Campeonato y regreso, así como el alojamiento, será coordinado por la Federación Autonómica correspondiente.

1.5.6 Inscripciones

La Organización gestionará las inscripciones de todas las Selecciones Autonómicas participantes en el Campeonato España Marcha Nórdica edad escolar individual y selección autonómicas.

Se abrirá la inscripción individual conjuntamente con las categorías absolutas, y permanecerán abiertas hasta la misma fecha.

Por el contrario, se habilitará en la plataforma para la inscripción conjunta de las selecciones autonómicas desde el mínimo 3 semanas antes de la competición.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

1.5.7 Equipaciones

Será importante que cada Selección lleve en la competición una equipación propia de su Federación Autonómica.

La Organización le entregará los dorsales que deberá llevar visible en la parte delantera y trasera, en todo momento durante la competición, no pudiendo ser doblado ni recortado, según viene indicado en el reglamento FEDME de Marcha Nórdica.

1.5.8 Distancias por categorías

Categoría	Distancia
Infantil	Mínimo 4 km, máximo 10 km
Cadete	Mínimo 4 km, máximo 10 km

NOTA: se aplicarán estas mismas distancias a estas categorías en las pruebas de Copa y ranking FEDME de la especialidad deportiva

1.5.9 Competición complementaria o prueba combinada

Se convocará 1 prueba en línea, pero si se decide a criterio de la FEDME se podrán convocar dos pruebas durante el Campeonato de España de Marcha Nórdica en edad Escolar: al menos una en línea y una prueba de relevos, para que los/las deportistas tengan dos días de competición, en lugar de uno solo (Se elaborará un anexo específico por parte del comité FEDME para regular competición de relevos y como quedaría la clasificación en la combinada de ambas pruebas).

Conjuntamente a la organización del Campeonato de España de edad escolar y selecciones autonómicas, se podrá convocar un Open de edad escolar para el resto de categorías que conforman la edad escolar: alevín…

1.5.10 Documentación necesaria para la selección autonómica, deportistas y técnicos/as y delegados/as

Los anexos para la inscripción y participación de menores en competiciones oficiales FEDME serán suministrados por parte del área de marcha nórdica de la FEDME. Pudiendo ser integrados dichos documentos dentro de la plataforma de inscripciones online.

1.6- Otras competiciones de ámbito estatal

El Área de Competición podrá regular cualquier otra prueba que lo solicite, como por ejemplo contrarreloj, por etapas, competiciones de promoción en edad escolar de categorías prebenjamín, benjamín, alevín, etc.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

2. Organización

2.1 - El Área de Marcha Nórdica de la FEDME, es la responsable de organizar todos aquellos aspectos relacionados con las Competiciones oficiales de Marcha Nórdica a nivel estatal.

2.2 - El Área de Marcha Nórdica tiene autoridad técnica con respecto a todas las competiciones de Marcha Nórdica en el ámbito estatal, organizadas u otorgadas por la FEDME.

2.3 - El Área de Marcha Nórdica es la responsable de recibir y dar respuesta a las solicitudes de las Federaciones Autonómicas, clubes de montaña, instituciones y empresas para organizar alguna competición cuyo ámbito sea estatal.

2.4 - La petición deberá estar acompañada por el visto bueno de la Federación Autonómica correspondiente.

2.5 - Todas las competiciones oficiales estatales se organizarán según la aplicación del presente reglamento. Aquellos aspectos no contemplados en el Reglamento, serán solucionados por el Área de Marcha Nórdica de la FEDME.

2.6 - En circunstancias excepcionales, y por motivos debidamente justificados, el Área de Marcha Nórdica podrá aprobar itinerarios con desniveles distancias o porcentajes inferiores o superiores a los especificados en el reglamento.

3. Control de la competición: Equipo arbitral y supervisión

3.1 - El **Comité Arbitral de Competición** de la **FEDME** nombrará a las siguientes personas para controlar cualquier competición:

A. Juez-Árbitro o árbitra principal / Presidente o Presidenta del Jurado.
B. Árbitros y árbitras de itinerario.
C. Árbitro o árbitra de mesa inscripciones, clasificaciones, zona de penalización, salida y llegada.

A la FEDME le corresponderá nombrar:
D. Delegado o Delegada de la FEDME.

Estas personas, delegado o delegada y el equipo arbitral, constituyen el Comité de Prueba.

A. Juez-Árbitro o árbitra principal / Presidencia del Jurado.

Funciones de quien ostente la **Presidencia del Jurado**:

- Será la persona máxima responsable de la prueba asignada, efectuando un seguimiento previo de todo lo relacionado con la misma, estando en contacto con la organización para ver que todo se está desarrollando con normalidad, que se cumple y se cumplirá el reglamento, solucionará

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

sus dudas; procurará que llegado el día de la competición todo esté bajo control, etc.

- Asignará al equipo arbitral las funciones a realizar, supervisará el desarrollo general de la competición, redactará y firmará el acta de competición.
- Supervisa la lista de participantes en la competición, situación de la zona de penalización (si la hubiera) y zona de la salida y la llegada. Asignará a los/las responsables del control de material y control de dopaje.
- En el momento de la entrega de dorsales, se encarga de solucionar las posibles incidencias relacionadas con la inscripción, la licencia federativa , la recogida de datos que le hace llegar el responsable del área técnica del Comité de MN con el objetivo que se cumplan con los requisitos establecidos para puntuar en la Copa o Campeonato de España.
- Durante la prueba se ubicará en una zona que le permita gestionar la competición recibiendo información constante del árbitro o de la árbitra de mesa.
- Valida la situación y longitud de la zona de penalización.
- Comunicará por el medio de comunicación más adecuado (Emisora, WhatsApp, Teléfono) y de forma inmediata al árbitro o la árbitra de mesa la sanción determinada.
- Será la persona responsable de descalificación a marchadoras o marchadores con "**Tarjeta Roja**" a su paso por línea de meta.
- Quien ostente la **Presidencia del Jurado** informará a la persona responsable del Área de Marcha Nórdica, estando en contacto permanente para garantizar la buena marcha de cada una de las competiciones.
- Si la competición lo requiere, el **Comité Arbitral de Competición** de la **FEDME** nombrará a un/a juez-árbitro/a principal extra que se encargue de supervisar la competición en Edad Escolar.
- Quien ostente la **Presidencia del Jurado** debe estar en posesión de la titulación expedida por la FEDME como árbitro o árbitra de Competiciones de Marcha Nórdica.

B. Equipo arbitral de itinerario

Se designará como mínimo a 3 personas para formar el equipo arbitral de itinerario por cada competición. Por solicitud del Área de Marcha Nórdica de la FEDME, en competiciones donde su dificultad o longitud hagan más difícil la supervisión del itinerario, esta función podrá ser asignada a un equipo arbitral compuesto por un mayor número personas.

- Supervisan el trazado del itinerario especialmente en todo lo que hace referencia a la seguridad, marcaje, situación de los controles tanto de paso como los controles informativos. En el momento de la supervisión previa del itinerario el equipo arbitral de itinerario será acompañado por una persona de la organización responsable del itinerario.

- Durante la supervisión y el día de la prueba el equipo arbitral de itinerario podrá desplazarse en bicicleta con el fin de garantizar la óptima supervisión del recorrido y control de competidores y competidoras.
- Son responsables de velar por el cumplimiento de las normas de Marcha Nórdica por parte de competidoras y competidores. Procederán cuando sea el caso a: Advertencia mediante "**Tarjeta Blanca"** avisando de posible sanción. Enseñar "**Tarjeta Amarilla"** argumentando el motivo.
- En casos excepcionales podrán mostrar también "**Tarjeta Roja"** con la autorización de la Presidencia del Jurado.
- Comunicará por el medio de comunicación más adecuado (Emisora, WhatsApp, Teléfono) y de

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

forma inmediata al árbitro o la árbitra de mesa la sanción determinada.

- Si la competición lo requiere, el **Comité Arbitral de Competición** de la **FEDME** nombrará a un/a árbitro/a extra que se encargue de supervisar la competición en Edad Escolar.
- Los/las miembros del **equipo arbitral de itinerario** deben estar en posesión de la titulación expedida por la FEDME como árbitros o árbitras de Competiciones de Marcha Nórdica.

C- Árbitro o árbitra de mesa:

- Valida la salida, supervisa y valida la toma de tiempos de llegada de la totalidad de participantes realizada por la organización.
- Anota en la hoja de registro todas las amonestaciones que le llegan del resto del equipo arbitral.
- Se encarga de comunicarse con las personas encargadas de la zona de penalización para informar de los/las competidores/as que han recibido una sanción y que deben entrar en la zona de penalización para cumplir dicha sanción.
- Son responsables de velar por el cumplimiento de las normas de Marcha Nórdica por parte de competidoras y competidores. Procederán cuando sea el caso a: Advertencia mediante "**Tarjeta Blanca"** avisando de posible sanción. Enseñar "**Tarjeta Amarilla"** argumentando el motivo.
- En casos excepcionales podrán mostrar también "**Tarjeta Roja"** con la autorización de la Presidencia del Jurado.
- Colabora con la organización en la elaboración final de la clasificación, procurando que la organización elabore una clasificación específica y por categorías, en la que solo se refleje quienes cumplan con los requisitos establecidos para puntuar en la Copa o Campeonato de España. Velará para que la clasificación provisional esté expuesta al público 20 minutos antes de la entrega de premios.
- Informa y asesora al Comité de Prueba.
- El árbitro o la árbitra de mesa debe estar en posesión de la titulación expedida por la **FEDME** como árbitros o árbitras de Competiciones de Marcha Nórdica.

A. Delegado o delegada de la FEDME

- Estar presente en todas las reuniones, sesiones de competición y decisiones que se deban tomar, defendiendo los derechos de las y los deportistas y de la FEDME con una visión integral.
- Supervisará la entrega de premios y en especial el protocolo con las autoridades presentes, ordenándolas por razón de rango.
- Coordinará con la organización y el resto de agentes implicados o implicadas, como la dirección de la competición, el juez-árbitro o árbitra principal y la gestión general del evento, antes, durante y a la finalización del evento.
- Hacer el seguimiento de las inscripciones a través de la plataforma, coordinar con el servicio de cronometraje, supervisar entrega de dorsales y chips.
- Garantizar, en la medida de lo posible, la disponibilidad de clasificaciones provisionales, de las clasificaciones definitivas y que su destino puntual sea el reparto de premios.
- Supervisará el cumplimiento del protocolo medioambiental.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

3.2 – Decisiones arbitrales:

Las sanciones del equipo arbitral serán vinculantes e inapelables, no pudiéndose presentar reclamación alguna en los aspectos relacionados con las tarjetas mostradas a las y los participantes.

3.3 - Material y equipamiento especial para el equipo arbitral:

- La organización de la prueba tendrá previstas 2 bicicletas de montaña y dos cascos homologados, en buen estado, para el equipo arbitral de itinerario.
- La organización también tendrá previsto un vehículo para desplazamiento del equipo arbitral durante el día previo y el día de la competición.
- En la línea de meta la organización tendrá prevista una carpa con mesa y sillas suficientes para el equipo arbitral, y dotada de punto de toma eléctrica.

3.4 - Jurado de Competición

El Jurado de Competición es un órgano consultivo.

Composición:

- Equipo arbitral de la prueba.
- La persona que ostente la dirección de la prueba (o dirección técnica).
- El delegado o la delegada de la FEDME.
- Una persona representante de los y las deportistas, elegida por sorteo de entre las personas clasificadas en primer lugar (10 H y 10 M) de la propia prueba, excepto si esta persona está implicada en una reclamación.

Funciones: El jurado de competición es el responsable de atender las posibles reclamaciones derivadas del desarrollo de la competición durante y dentro de la fecha de la prueba. Este se convocará en el momento que se produzca una reclamación.

Otros árbitros u otras árbitras con titulación FEDME podrán solicitar su inclusión en la designación en calidad de "árbitro o árbitra FEDME en colaboración". Esta petición deberá ser aprobada por el Área de Marcha Nórdica, por el/la responsable de árbitros y por la Presidencia del Jurado. Caso positivo, deberán vestir la indumentaria oficial, se pondrán a las órdenes de la Presidencia del Jurado, y podrán sancionar si se da el caso. La FEDME no se hará responsable de los costes de estos árbitros o árbitras, ni desplazamiento, ni manutención, ni honorarios.

Árbitras y árbitros con titulación autonómica que deseen tomar experiencia en la organización de competiciones y arbitraje, podrán solicitar su participación en calidad de "equipo arbitral Autonómico en colaboración". Esta petición deberá ser aprobada por el Área de Marcha Nórdica, por el/la responsable de árbitros y por la Presidencia del Jurado. Caso positivo, deberán vestir la indumentaria oficial autonómica, se pondrán a las órdenes de la Presidencia del Jurado, y en ningún caso podrán sancionar. La FEDME no se hará responsable de ningún gasto de este equipo arbitral.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

4. Personal de organización

La organización deberá cubrir las siguientes funciones (siempre que no existan modificaciones explícitas en el contrato firmado entre ésta y la FEDME):

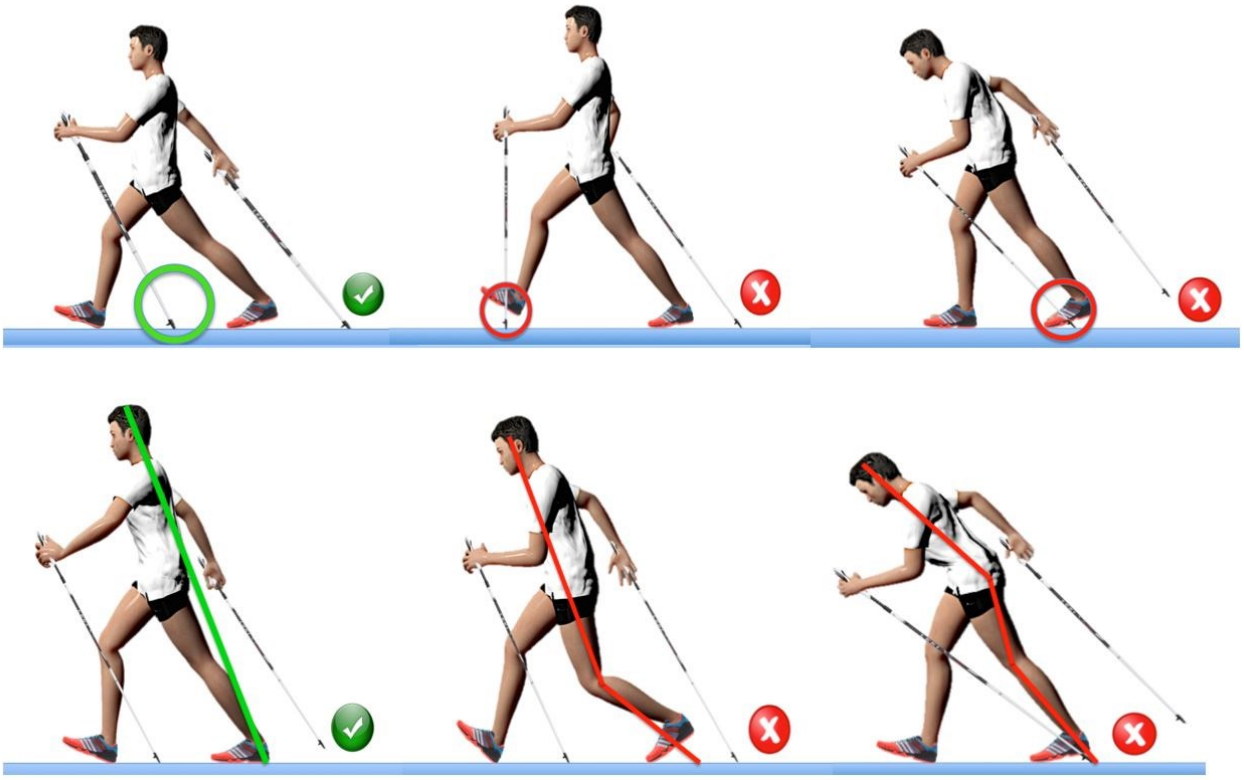
- Organización pre-competición
  - Administración.
  - Controles.
  - Trazado del itinerario y de la zona de penalización (si la hubiera), marcaje y equipamientos del mismo.
  - Información meteorológica.
  - Equipamientos de las zonas de salida y llegada.
  - Mapa con el itinerario trazado y perfil del mismo.
  - Garantizar una difusión de la prueba 60 días antes de la celebración de la misma, mediante página web con toda la información relativa a la competición, incluyendo inscripciones, itinerario, alojamientos, etc...
- Recibir y registrar a todas las personas acreditadas para la competición (deportistas, técnicos y técnicas, personas acompañantes, personal técnico de la FEDME, prensa, etc.).
- Registrar y controlar el acceso a las zonas de salida, llegada y zonas restringidas acatando las indicaciones realizadas por las personas encargadas de la supervisión.
- Toma tiempos en los controles de paso y los de llegada.
- Velar por la seguridad en todo el itinerario de competición.
- Disponer de dos personas voluntarias que se encarguen de gestionar la zona de penalización, si fuera necesario.
- Asistir a las y los deportistas que abandonen la competición.
- Ofrecer servicios para el equipo de supervisión, prensa y medios de comunicación.
- Ofrecer servicios médicos, salvamento y otros equipamientos pactados.
- Disponer de una persona voluntaria que acompañe al árbitro o a la árbitra de mesa, si fuera necesario.
- Organizar las ceremonias de apertura, entrega de premios y clausura.
- Organizar la reunión técnica pre-competición (Briefing)
- Colaborar con el equipo de supervisión en todo lo necesario.
- Cumplimiento de las directrices del Anexo 4

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

5. Reglamento de competición

La Marcha Nórdica debe ser ejecutada de modo que:

5.1 - En todo momento el pie y el bastón de la mano contraria se mantendrán en contacto con el suelo, con una entrada simultánea entre el talón y el bastón.
5.2 – El gesto técnico de **las extremidades superiores**, en el impulso, ha de ser pendular y alternado. El bastón, que debe agarrarse con la mano cerrada, se apoyará en diagonal en el espacio comprendido entre los dos pies y en el mismo momento en que el codo se encuentra por delante del torso.
5.3 – Durante la **fase de impulso**, el brazo debe mantener la extensión natural del codo al paso por la cadera, conservando esa posición en el empuje, junto con la apertura de la mano más allá de la cadera, generando un espacio entre dicha mano y el cuerpo.
El empuje sobre el bastón debe ser evidente y potente, manteniéndole en todo momento en posición activa y de empuje hacia atrás, dentro del plano sagital.
5.4 – Durante la fase de recobro no se debe arrastrar el bastón en ningún momento.
5.5 - La rodilla de la pierna atrasada deberá ir en extensión completa antes de que el pie pierda el contacto con el suelo (sin bajar el centro de gravedad). Además de evitar la oscilación excesiva de la cadera en el plano frontal, unida a una oscilación de los hombros en el mismo plano.



Imágenes cedidas por la Federació Balear de Muntanyisme i Escalada (FBME)

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

Utilización de la técnica de doble bastón

En casos excepcionales, el Comité de Competición podrá determinar y delimitar tramos en los que podrá dejarse de utilizar la técnica diagonal, bien sea aplicando la técnica del doble bastón o simplemente caminando sin utilizar los bastones. Esto puede suceder por condiciones de pendiente excesiva del terreno, cruce de un puente o vado de rio, tramo estrecho o rocoso.

Técnica de doble bastón: En terrenos con fuerte inclinación de subida o bajada puede resultar conveniente apoyar la acción de una pierna con los dos bastones al mismo tiempo. Esta técnica de doble bastón requerirá la recuperación de los mismos para apoyar otro paso sin que se puedan arrastrar mientras tanto. En ningún caso los dos bastones permanecerán en el aire durante más de un paso para su recuperación.

6. Inscripción a la competición

6.1 - Para participar en la prueba es necesario realizar una inscripción que se abrirá 60 días antes de la prueba y quedará cerrada 7 días antes del inicio de la prueba. La composición de los equipos en los Campeonatos de España por Clubes o FFAA la documentación deberá presentarse también 7 días antes del inicio de la competición.

La organización podrá poner una cuota de inscripción para la participación en la prueba. En ese caso los y las deportistas con licencia FEDME tendrán un precio siempre inferior en, como mínimo, un 20% al de las personas no federadas.

6.2 - Para formalizar las preinscripciones y/o inscripciones, la organización deberán exigir a la totalidad de participantes la presentación de los siguientes documentos:

- DOI (Documento Oficial de Identidad = pasaporte, DNI, carné de conducir . . .), o documento equivalente para personas extranjeras.
- Licencia de la FEDME (año en curso), incluyendo seguro deportivo que cubra la participación en la competición, según Real Decreto 849/1993 de 4 de junio, o licencia equivalente para personas extranjeras (Ver puntos 1.1 y 1.2).

6.3- La Organización impedirá la participación de deportistas que no cumplan estos requisitos.

6.4- La organización podrá solicitar un Informe Médico de aptitud para el deporte de competición, expedido como máximo tres meses antes del inicio de la temporada de competiciones de Marcha Nórdica.

6.5- En el caso de competiciones OPEN en la que existan plazas limitadas, se establecerá un período especial en el que solo se podrán inscribir deportistas en posesión de la licencia FEDME, garantizando de esta manera que quienes tengan interés no se queden sin posibilidad de

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

participación. Este periodo especial corresponderá a los primeros 30 días de la apertura de la inscripción. Al finalizar este periodo especial se podrán inscribir el resto de participantes en el caso de que la organización admita a deportistas sin licencia FEDME.

7. Material y Equipamiento de cada marchador o marchadora

Para la competición, cada deportista deberá llevar consigo el equipo deportivo necesario y adecuado para la prueba, y todo aquél que sea anunciado como tal por la organización de cada evento. Según la meteorología del día de la competición, el Jurado de competición podrá determinar si el uso del material "recomendable" pasa a ser sólo "obligatorio".

7.1 - Será obligatorio el uso de 2 bastones específicos de Marcha Nórdica. Es el material claramente diferenciador de la actividad, los bastones para la práctica de la Marcha Nórdica y deben permitir aplicar la técnica correcta.

7.2 - Sus partes primordiales son: cuerpo o caña, empuñadura ergonómica, dragonera especial para la Marcha Nórdica que se ajusta a la muñeca, puntera rígida, y tacos de goma extraíble especiales para la Marcha Nórdica.

7.3 - Será obligatorio el uso de calzado deportivo adecuado al itinerario.

7.4 – La equipación y ropa deportiva debe ser acorde a la climatología reinante y al decoro propio de este tipo de competiciones.

7.5 - Está permitido el uso de elementos de hidratación del tipo riñonera o mochila, sujeto a las normas de avituallamiento.

7.6 - En el caso que la organización o el comité de prueba lo crean oportuno, las y los deportistas tendrán la obligación de llevar otro equipo y material que se especifique, en especial chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente a cada deportista.

> **Nota:** En el momento de efectuar la retirada del dorsal, el o la deportista podrá consultar al equipo arbitral de inscripciones si el material que presenta se ajusta al reglamento.

8. Supervisión, control de material y ayudas

Nota inicial: las instrucciones verbales o escritas están autorizadas, no se considerarán ayudas anti reglamentarias.

8.1 - Antes de entrar en el recinto de salida se procederá al control del dorsal y del material. Se le impedirá la participación en la prueba a quienes no cumplan con los requisitos referidos al material y expuestos en el apartado 7.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

8.2 - En todos los controles podrá ser supervisado el material autorizado por la organización, será motivo de descalificación inmediata la manipulación o cesión del dorsal.

8.3 - Está prohibido el avituallamiento y la ayuda durante el desarrollo de la competición de cualquier persona, sea marchador o marchadora o no, exceptuando los servidos por la organización y/o los autorizados por el Comité de Prueba en las zonas previstas.

8.4 - Podrá ser recibida ayuda, según el punto anterior y en un radio de más o menos 50 metros antes y después del punto dispuesto por la organización.

8.5 - Ante cualquier eventualidad fuera del punto de avituallamiento oficial, las y los deportistas deberán detenerse hasta que el problema haya sido solventado.

8.6 - Si un o una deportista, durante la competición, tiene la necesidad de ajustar los bastones, substituir los tacos de goma (pads) o tuviera la necesidad de hidratarse o tomar alimentos, necesariamente deberá detenerse haciéndose a un lado del circuito sin obstaculizar al resto y tener mucho cuidado cuando trabaje con los bastones, nunca dejarlos en el suelo en el trazado de la prueba.
Sustitución de Bastones Rotos. El cambio de bastones rotos se podrá efectuar en las siguientes situaciones y siempre respetando el punto 8.5 (detenerse):

- En la zona de avituallamiento.
- En un punto del recorrido que se determine previamente, y que será abierto a la totalidad de participantes.
- En cualquier punto del recorrido, siempre y cuando sea efectuado por un miembro de su equipo (deportista, delegado o delegada, o entrenador o entrenadora)

9. Comportamiento general de marchadoras y marchadores

9.1 - Cualquier deportista a quien se haya solicitado ayuda tiene que prestar socorro a otra persona participante que esté en peligro o accidentada, debiendo además comunicarlo al control más cercano inmediatamente de forma obligatoria. La privación de auxilio será penalizado con la descalificación inmediata.

- **Nota:** Caso de que un o una deportista se detenga a prestar ayuda a otra persona accidentada, el equipo arbitral podrá tener en consideración el posible tiempo empleado por quien presta la ayuda, y, si se da el caso, este será rebajado del tiempo final, siempre y cuando sea posible mesurarlo.

9.2 - Es obligación de cada deportista respetar el medio ambiente por donde se desarrolla la prueba y asimismo deberán llevarse sus desperdicios hasta la llegada o lugares señalados por la organización.

9.3 – La totalidad de deportistas deberá realizar el recorrido marcado por la organización, no respetarlo o no pasar por alguno de los controles establecidos o por la zona de penalización si así le fuese indicado, será causa de penalización o descalificación.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

9.4 – La totalidad de participantes, durante el recorrido, deberán seguir en todo momento las instrucciones de los miembros de los controles.

9.5 – Las y los participantes deberán someterse obligatoriamente a los controles del dopaje que se les solicite.

9.6 - Los y las deportistas deben comportarse deportivamente en todo momento y mostrar respeto para con el resto de deportistas, equipo arbitral, equipo de supervisión, controles, público y miembros de la organización. Cualquier desconsideración y violencia verbal o física, incluido en redes sociales, contra cualquier persona, participantes, Organización, Equipo Arbitral, Público, Autoridades, será motivo de descalificación, pérdida de puntos en la Copa de España de Marcha Nórdica o Ranking de España de Marcha Nórdica o ser sancionado con tiempo en la clasificación de la prueba, tanto si se produce antes, durante o después de la competición.

9.7 – La totalidad de participantes debe conocer y respetar el REGLAMENTO DE COMPETICIÓN aceptando las modificaciones que pueda adoptar el Comité de Prueba por causas excepcionales, o ajenas a la organización, antes y/o durante la competición.

9.8 – Cualquier deportista podrá retirarse de la prueba siempre que lo desee, pero lo deberá realizar de acuerdo con los puntos siguientes:

- Se retirará en un control y entregará el dorsal.
- El o la deportista asume toda su responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es objeto de descalificación.

9.9 - Durante el transcurso de la prueba, las y los deportistas que viniendo de atrás pretendan pasar a otra persona competidora, deberán alertar pidiendo paso. El o la deportista de delante se lo facilitará.

10. Penalización o descalificación

Información gráfica en el Anexo 5

Nota: Las tarjetas son acumulativas

- **Tarjeta BLANCA (Advertencia / Falta Leve):**

  - Amonestación a participantes de que incumplen alguna norma. El equipo arbitral enseñará la TARJETA BLANCA al o a la deportista objeto de sanción y, siempre que la situación lo permita, verbalmente le comunicará la sanción y el motivo.
  - La persona miembro del equipo arbitral anotará el número del o de la deportista.
  - No tiene sanción en tiempo.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

- **Causas:**

1. No ejecutar correctamente la técnica de Marcha Nórdica.
2. No llevar el dorsal visible.
3. Desenganchar las dragoneras fuera de las zonas delimitadas para ello.
4. No detenerse para efectuar alguna acción descrita en los puntos 8.5 y 8.6
5. Una tercera advertencia, sea cual sea el motivo, equivale a una TARJETA AMARILLA.

Descripción de los errores sancionables:

ERRORES	PLANO
1- Falta de movimiento pendular y paralelo **con espacio** entre el brazo (delante), la mano (detrás) y el cuerpo. No clava bastón con agarre completo. En el momento de clavar el codo no se encuentra por delante del torso. (ERROR TREN SUPERIOR)	Sagital y frontal
2- No clava bastón entre el pie trasero, que realiza el despegue sobre los dedos, y el pie delantero, que realiza la entrada con el talón. (ERROR TREN INFERIOR)	Sagital
3- Pérdida de contacto por fase aérea.	Sagital
4- Marcha nórdica con posturas no propias de la biomecánica natural de caminar: flexiones u oscilaciones de hombro, cadera o rodilla y bajar el centro de gravedad.	Frontal y sagital

- **TARJETA AMARILLA (Falta Grave):**

  - El equipo arbitral enseñará la TARJETA AMARILLA al o a la deportista objeto de sanción y, siempre que la situación lo permita, verbalmente le comunicará la sanción y el motivo.
  - Anotará el número de la persona sancionada y lo comunicará a la Presidencia del Jurado.
  - Primera TARJETA AMARILLA = +2 minutos de penalización
  - Segunda TARJETA AMARILLA = +4 minutos de penalización (total +6 minutos)
  - Una tercera TARJETA AMARILLA será equivalente a TARJETA ROJA

- **Causas:**

1. Anticiparse a la señal de salida
2. Saltar, Deslizarse, Bajar el centro de gravedad del cuerpo flexionando las piernas, Arrastrar los bastones.
3. Impedir ser adelantado o adelantada u obstaculizar el paso al resto de deportistas.
4. Recortar itinerario aunque sea de forma involuntaria.
5. Rellenar los elementos de hidratación fuera de las zonas determinadas por la organización.
6. Protestar al equipo arbitral.
7. Cualquier falta efectuada en el último kilómetro que afecte directamente y de forma evidente a la lucha por la posición entre 2 o más deportistas, y esta situación de aceleración haga perder la técnica.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

8. Incumplir la normativa en cuanto a la utilización obligatoria de tacos de goma (pads).

- **TARJETA ROJA (Falta Muy Grave):**

  - Descalificación
  - La Presidencia del Jurado o un o una miembro del equipo arbitral, con la información disponible y la inmediata recibida, enseñará la TARJETA ROJA a la persona participante sancionada, y verbalmente le comunicará la sanción y el motivo.
  - El o la deportista deberá abandonar la competición en ese momento.

- **Causas:**

1. Tercera TARJETA AMARILLA
2. Correr
3. Llevar auriculares puestos durante la competición (impiden escuchar las indicaciones del equipo arbitral o personal de la organización).
4. No llevar el material obligatorio por reglamento, o el requerido de forma expresa por la organización.
5. No hacer caso a las indicaciones de la organización y equipo arbitral.
6. Manipular o modificar las dimensiones del dorsal, o rehusar a llevarlo.
7. No pasar el control de salida, por un control de paso o no entrar en la zona de penalización cuando se le indique.
8. Retrasar voluntariamente la hora de salida de la competición.
9. Utilizar cualquier medio de transporte en cualquier momento de la competición.
10. Recibir cualquier tipo de ayuda externa fuera de las zonas determinadas por la organización.
11. Quitar o cambiar las marcas del recorrido ubicadas por la organización
12. No guardar respeto absoluto a las normas deportivas, ni respeto a la naturaleza.
13. Cualquier desconsideración y violencia verbal o física contra cualquier persona, participantes, Organización, Equipo arbitral, Público, Autoridades etc.
14. Provocar un accidente de forma voluntaria.
15. Tomar alcohol o fumar durante la competición.
16. Tirar basura, aun de forma involuntaria, fuera de los contenedores previstos por la organización.
17. No prestar ayuda a alguna otra persona participante que esté accidentada.
18. No detenerse si rompe un bastón.
19. Subir al podio en la entrega de premios con cualquier bandera o símbolo.

10.1 - Será responsabilidad del Comité de Prueba establecer las penalizaciones. Este las notificará a las personas afectadas antes del inicio de la entrega de trofeos mediante la publicación de los resultados en el espacio especialmente destinado a ello.

10.2 - Incurrir en lo siguiente supondrá la descalificación inmediata de deportistas y podría suponer una sanción disciplinaria para la persona en cuestión:

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

- No participar, sin causa justificada, en la ceremonia oficial de entrega de premios de la prueba, habiendo estado presente en la prueba deportiva. En caso de justificar la ausencia por algún motivo importante, se deberá realizar delante de la/del árbitra/o principal o presidenta/e del jurado y/o la/el Delegada/o FEDME en la prueba.
- No participar, sin causa justificada, en la ceremonia oficial de entrega de premios de la final de Copa, teniendo que justificar la ausencia al acto.
- Exhibir en la misma banderas o símbolos de cualquier contenido, ajenos a la indumentaria del deportista.
- Provocar un incidente deportivo (agresión o insulto) a otra persona competidora, miembro de la organización, del equipo arbitral o del público, tanto si se produce antes, durante o después de la competición.
- Provocar un accidente de forma voluntaria.
- Participar bajo una identidad falsa o suplantando a otra persona.

10.3 - Si fuera prácticamente imposible informar a la persona infractora de su penalización o descalificación durante la prueba, dicha amonestación se notificará tan pronto como sea posible después de que la misma haya finalizado la prueba.

10.4 - Aun habiendo finalizado la prueba, y durante el periodo anterior a la entrega de trofeos, aquellos y aquellas deportistas de quienes se obtenga prueba gráfica (vídeo o fotografía) de violación de alguna de las reglas por parte de algún miembro del equipo arbitral, será objeto de amonestación/descalificación aunque no haya recibido advertencia previa alguna.

10.5 Penalización "Stop and Go": En las competiciones donde sea posible se establecerá la "Penalización por Stop and Go" de modo que las personas con tarjetas amarillas puedan "limpiarlas" antes de entrar en meta.

Antes de la entrada en meta se establecerá una zona reservada en la que deportistas con tarjeta amarilla esperen hasta cumplir la sanción determinada (2 minutos en primera tarjeta amarilla y 4 minutos más en la segunda tarjeta amarilla).

Las personas en dicha zona deberán tener opción de mantenerse activas, no pudiendo alejarse más de 50 metros de dicha zona.

Será el o la componente del equipo arbitral responsable de dicha zona o una persona voluntaria de la organización con este menester quien anuncie que se debe entrar en ella, y quienes deberán autorizar la salida una vez cumplido el tiempo estipulado para la sanción.
La organización deberá proveer de los elementos necesarios para señalizar y balizar dicha zona, y tendrá prevista una pizarra para la anotación de los dorsales que deben entrar en ella.

11. Dopaje

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

Está rigurosamente prohibido el uso de sustancias, grupos farmacológicos y métodos destinados a aumentar artificialmente las capacidades físicas de los y las deportistas, siendo de aplicación la Ley Orgánica 3/2013, de 20 de junio de protección de la salud del o de la deportista y de lucha contra el dopaje en la actividad deportiva, el Reglamento y demás disposiciones de la FEDME.

En materia de dopaje el Comité Anti-Dopaje de la FEDME sigue lo establecido en la Ley Orgánica 3/2013, de 20 de junio de protección de la salud del o de la deportista y de lucha contra el dopaje en la actividad deportiva. Dicho Comité sigue las directrices de la Agencia Española CELAD y será el encargado de relacionarse con la CELAD a los efectos procedentes.

La competencia sancionadora en materia de dopaje a partir de la Ley Orgánica 3/2013, de 20 de junio de protección de la salud del o de la deportista y de lucha contra el dopaje en la actividad deportiva, corresponde a la CELAD y sólo cuando se trate de deportistas que se hayan clasificado oficialmente de nivel internacional o que participen en competiciones internacionales, la competencia corresponderá a la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada. En este caso y delante de una muestra con resultado adverso, el Comité Anti-Dopaje de la FEDME informará de su resolución al Comité de Disciplina de la FEDME para que tome la decisión definitiva y establezca las sanciones pertinentes.

12. Normas para la confección de trípticos y carteles

Los programas (dípticos, trípticos, posters, página web, etc.) que elaboran las distintas organizaciones de Competiciones de Marcha Nórdica deberán de presentar sus proyectos al Departamento de Comunicación de la FEDME para recibir su visto bueno y deberán tener en cuenta el siguiente apartado:

Portada
Nombre y logotipo de la entidad o club organizador.
Nombre y logotipo de la FEDME y del CSD.
Nombre de la competición y número de la edición.
Fechas de celebración.
Lema oficial FEDME: Copa de España de Marcha Nórdica, Campeonato, Gran Premio, etc.
Logotipos de patrocinadores FEDME.

Interior del programa
Emplazamiento de salida y llegada.
Distancia.
Desnivel acumulado (subida y bajada)
Perfil de la competición, el perfil del itinerario de la prueba será confeccionado a escala.
Ubicación de controles y avituallamiento.
Material obligatorio o recomendado por la organización.
Hora y emplazamiento de la reunión, previo a la competición.
Servicios que la organización pone a disposición de marchadoras y marchadores.
En el caso de ser prueba puntuable para la Copa de España de Marcha Nórdica, o del Ranking, publicitar las otras competiciones complementarias, nombre quien la organiza, fechas, lugar de la competición.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

Horarios generales, salida, puntos de corte, entrega de trofeos, etc.
Tipo de sanción (por Stop&Go o por tiempo).

Inscripciones
Lugar, periodo de inscripciones y horario.
Página web, teléfono, correo electrónico para realizar las inscripciones.
Importe de la inscripción y lo que incluye en el precio.
Especificar descuentos en caso de que existan.
Número máximo de marchadores y marchadoras.
Nombre de quien ostente la dirección de la competición.
Lugar, periodo de inscripciones y horario, destacando el plazo especial para personas federadas FEDME, según punto 6.6.

Reglamento
Indicar que el reglamento FEDME de Competiciones de Marcha Nórdica establece las pautas a seguir.

13. Reclamaciones y sistema de apelación

13.1- Las reclamaciones contra las clasificaciones provisionales.
Las reclamaciones contra las clasificaciones provisionales se harán por escrito y se presentarán al Jurado de competición, el cual entregará una copia al reclamante acusando recibo de las mismas. A estos efectos deberá tenerse en cuenta que, conforme a lo establecido en el apartado 3.2, no se podrá presentar reclamación en los aspectos relacionados con las tarjetas mostradas a los participantes.

La reclamación debe presentarse según modelo anexo al reglamento o, en todo caso, concretando los siguientes aspectos:

Nombre de la persona que la realiza.
Número de DNI.
Club o Federación Autonómica que representa.
Nombre de deportistas afectados o afectadas.
Número de dorsal.
Hechos que se alegan.
Solicitud.

Dichas reclamaciones únicamente pueden presentarse hasta 10 minutos después de la publicación de las clasificaciones provisionales, previo depósito en efectivo de la cantidad de 60€, la cual se reembolsará al reclamante en caso de estimarse su reclamación.

La decisión del Jurado de Competición en relación con las reclamaciones formuladas se trasladará directamente a las clasificaciones definitivas, que serán publicadas con carácter previo a la entrega de premios.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

13.2 - Reclamaciones contra las clasificaciones definitivas.

Las reclamaciones contra las clasificaciones definitivas se deberán presentar mediante escrito dirigido al Área de Marcha Nórdica de la FEDME en un plazo máximo de 7 días naturales desde el día siguiente de la publicación de las clasificaciones.

No serán admisibles las reclamaciones frente a las clasificaciones definitivas en relación con aquellas cuestiones que ya resultaban de las clasificaciones provisionales, si previamente no se interpuso, por parte de quien ahora pretende acudir ante el Área de Marcha Nórdica, reclamación por tal motivo en los 10 minutos siguientes a la publicación de dichas clasificaciones provisionales ante el Jurado de Competición.

El Área de Marcha Nórdica de la FEDME resolverá en el plazo de 30 días naturales, sabiendo que, si el último día de plazo es un día festivo, quedará el plazo ampliado al primer día siguiente hábil.

13.3 – Recurso frente a la resolución del Área de Marcha Nórdica.

Contra la resolución del Área de Marcha Nórdica de la FEDME se interpondrán los recursos que establezca en cada momento la norma deportiva en vigor.

14. Homologación de las competiciones

Preámbulo:

- La organización de una competición oficial deberá observar las reglas que se describen a continuación.
- Un itinerario, para ser homologado, deberá cumplir una serie de requisitos que garanticen la seguridad de los y las deportistas en todo momento.

14.1 – El itinerario

- El único medio de locomoción será a pie, con el uso de bastones específicos de Marcha Nórdica y aplicando su técnica.
- La revisión del trazado se realizará con suficiente antelación para garantizar la calidad del mismo y se realizará una última unos minutos antes del inicio de la prueba para confirmar el correcto balizaje.
- Los itinerarios deberán ser aptos para poder ser efectuados en bicicleta, lo que facilitará el seguimiento y control de prueba por parte del equipo arbitral.
- Distancias y tipos de terreno para las pruebas de Competiciones de Marcha Nórdica de la FEDME

  - Distancia para Copa de España y Ranking: más de 10 km.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

- En Campeonato de España la distancia deberá ser de más de 13 km.
- Para facilitar su control, los circuitos no excederán de 3 km, pudiéndose efectuar el número de vueltas necesario para completar la distancia establecida. Esta distancia de 3km puede variar siempre y cuando sea autorizado por el Área de Marcha Nórdica de la FEDME.
- La organización, con la autorización del Área de Marcha Nórdica, podrá disminuir el número de vueltas o la distancia del recorrido a los/las deportistas que forman parte de la categoría Veterano/a D.
- El tipo de terreno, anchura, desnivel, etc. será en todo momento el adecuado para la práctica de la Marcha Nórdica con buena técnica.

- Señalización del itinerario a cargo de la organización:

  - El itinerario deberá señalizarse con banderas, cintas, flechas y de color que contraste claramente con el entorno, no debiendo ser necesarias técnicas de orientación para seguirlo.
  - Los elementos de marcaje es recomendable que estén fabricados con materiales biodegradables.
  - En condiciones de visibilidad normales, desde una marca tendrá que ser visible la siguiente. En el caso de condiciones meteorológicas adversas, éstas deberán ser reforzadas con el doble de ellas o más, garantizando siempre la máxima seguridad de las y los deportistas.
  - Los lugares que puedan conducir a confusión estarán debidamente señalizados con cinta de balizar de color que contraste claramente.
  - Se podrán usar señales de pintura únicamente en asfalto y cerca de poblaciones. No se permitirá en árboles, piedras, etc. Tampoco en el interior de poblaciones o sobre monumentos históricos.
  - Al término de la competición la organización está obligada a retirar en un plazo máximo de 3 días, todos los materiales utilizados para la señalización, control de la prueba y puestos de avituallamiento. De no cumplir este punto se les podrá abrir expediente disciplinario por contaminar el Medio Natural.

14.2 - Controles de salida y de llegada.

- La prueba contará con un control de salida y otro de llegada, pudiendo estar situados o no en el mismo lugar. Existirá un control de cronometraje en las líneas de salida y llegada.

14.3 - Controles de paso.

- Se situarán controles de paso, como mínimo, en aquellos puntos más conflictivos, como por ejemplo cruces o cambios de dirección.
- Estos deberán estar bien balizados formando un recinto que obligue pasar a los y las deportistas por su interior.
- En los controles de paso se podrán tomar tiempos intermedios en previsión de interrupción de la prueba.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

- En cada control deberá haber tantos miembros de la organización como sean necesarios.
- Estos controles de paso podrán ser también punto de avituallamiento.

14.4 - Controles orientativos.

- Si las condiciones del terreno lo exigen, en las zonas que puedan conducir a confusión (cambios de dirección, bosques, cruces de pistas, etc.) además de estar debidamente señalizados y balizados, la organización, deberá situar control orientativo.

14.5 - El itinerario estará marcado y balizado 8 horas antes del inicio de la competición, con el fin de que el equipo supervisor pueda recorrerlo para su homologación. En el caso de realizarse un itinerario alternativo por condiciones meteorológicas adversas, este deberá estar marcado y balizado 2 horas antes del inicio de la prueba.

14.6 - **Características del itinerario en el Medio Natural:**

- El recorrido de las competiciones será siempre por Senderos, Pistas y Caminos no asfaltados, etc., a pesar de todo se considerará el circuito válido si un máximo del 15% del total del recorrido transcurre sobre asfalto, cemento, o cualquier tipo de pavimento.

14.7 - **Características del itinerario en el Medio Urbano:**

- El recorrido de las competiciones podrá desarrollarse sobre cualquier tipo de terreno urbano: Parques, Asfalto o Pavimento, a pesar de todo se considerará el circuito válido si un máximo del 15% del total del recorrido transcurre por camino de tierra.

14.8 - Cuando la competición pasa por rutas con asfalto u otros suelos duros, se recomienda cubrir las puntas de los bastones con tacos de goma (pads), evitando así lesiones, obteniendo mayor agarre y reduciendo el ruido que generan.

14.9 - La organización del evento, de común acuerdo con el equipo arbitral, podrá determinar el uso obligatorio de tacos de goma durante todo el recorrido, o en un tramo, para lo que se señalizará una zona especial de no más de 50 metros al inicio y al final del tramo, donde marchadoras y marchadores podrán soltarse las dragoneras para colocar o quitar los tacos. En ningún caso se podrá correr en dicho tramo.

14.10 - La organización de la prueba preverá un Control de Cierre de Prueba (Equipo escoba). Dada la importancia de este equipo, NO será responsable de retirar la señalización.

15. Seguridad

15.1 - En las zonas con peligros objetivos en que no se pueda evitar el riesgo residual se deberá destinar controles orientativos, de una/s persona/s para alertar del peligro.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

15.2 – El equipo arbitral deberá inspeccionar el itinerario con el fin de asegurarse que se está cumpliendo con el reglamento y la normativa.

15.3 - La organización deberá disponer, en todo momento, de un médico o una médica con el equipo adecuado para garantizar la asistencia sanitaria necesaria. Se podrá contar con la colaboración de Cruz Roja, Protección Civil, etc.

15.4 - En cualquier punto del recorrido, el médico o la médica de prueba o el equipo arbitral de la FEDME podrán determinar la retirada de competición de deportistas si alguno o alguna muestra síntomas evidentes de agotamiento u otro síntoma que aconseje su no continuidad en la competición.

15.5 - La organización deberá disponer de un grupo de salvamento, vehículos adaptados, ambulancia y material adecuado para ello, para actuar en el caso de producirse un accidente, asegurando la evacuación y traslado de la persona herida a un hospital con la máxima rapidez. (Prever el supuesto que, por condiciones adversas, no se pueda realizar un salvamento aéreo).

15.6 - Un sector del itinerario ya supervisado y aprobado la víspera de la competición que se vea afectado por un peligro objetivo (peligro de riada, desprendimientos de piedras, etc.), del cual no se pueda disminuir su riesgo hasta minimizarlo al residual, por motivos de seguridad, podrá ser anulado. La organización en este caso no está obligada a substituirlo con otro tramo de las mismas características, aunque esto afecte al desnivel y distancia total de la prueba.

16. Zonas de salida, llegada y zona de penalización

16.1 - **Zona de salida**:

- La zona de salida tendrá en lo posible un frente de 10 m. La zona de salida estará debidamente balizada formando un recinto cerrado, con un paso obligado de acceso para poder realizar las verificaciones oportunas.

- La zona de salida estará equipada con un cronómetro conectado a la llegada que se pondrá en funcionamiento en el momento de dar la salida.

- En caso de necesidad y viéndolo conveniente el equipo arbitral de la prueba, se podrá delimitar un tramo neutralizado en la que marchadores y marchadoras podrán caminar hasta el punto determinado, por ejemplo, salida por las calles de una población. En ese tramo no deben utilizar los bastones, manteniéndolos verticales, elevados, paralelos y delante del cuerpo.

Si se da el caso, en el trazado de la prueba, lo más cercano posible a la línea de meta, la organización dispondrá de la zona de penalización "Stop and Go".

Esta zona deberá estar perfectamente marcada y delimitada y en la que los y las deportistas no tengan que cruzarse al efectuar su entrada y su salida.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

Las personas en la zona **Stop and Go** deberán tener opción de mantenerse activas, no pudiendo alejarse más de 50 metros de dicha zona.

La entrada y salida de dicha zona deberá anunciarse con una antelación de 25 metros y en su entrada con carteles anunciadores y estará controlada por un o una componente del equipo arbitral o por una persona voluntaria de la organización con ese mismo cometido.

16.2 - **Zona de llegada**:

- El punto de llegada cronometrado estará situado donde lo establezca la organización, pudiendo ser el mismo que el de salida.

- La entrada en meta de marchadoras y marchadores se determinará por la parte anterior del tórax.

- Como mínimo los últimos 50 m. deberán de estar balizados fácilmente identificable, con el fin de evitar el cruce de personas de esta zona.

- La zona de llegada deberá estar debidamente balizada formando un recinto impermeable al público en general, solo podrá acceder al interior el personal acreditado.

- En el interior del recinto de llegada se encontrará un sistema de cronometraje, una zona equipada debidamente con una o varias mesas para realizar el control de material y una zona reservada para avituallamiento.

16.3 - La organización deberá prever una zona de vestuario y WC para deportistas, antes y después de la competición, equipado con duchas.

16.4 - La organización deberá prever un servicio de guardarropía, recogida y guarda de material de deportistas, para que pueda ser recuperado en la llegada.

17. Controles: Labores y responsabilidades que se les atribuye

17.1 - La organización designará a una persona responsable en cada punto de control, la cual debe ser fácilmente identificable.

17.2 - Cada punto de control de paso estará equipado con un sistema de comunicación conectado con el director o la directora de la prueba, una libreta de control, lápiz o cualquier sistema electrónico que permita toma de datos y, en la medida de lo posible, un botiquín de primeros auxilios.

17.3 - Los y las componentes de un control de paso anotarán en la libreta: El Núm. de dorsal, pudiendo anotar la hora de paso de cada deportista, a quienes se retiren y las irregularidades que

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

se puedan producir por incumplimiento del reglamento, debiendo comunicarlo al Comité de Prueba lo antes posible.

17.4 – Las y los componentes del control **NO estarán facultadas o facultados** para denunciar a deportistas, en el caso que infrinjan el reglamento de competición informarán al Comité de Prueba de tales infracciones. En ningún caso el control podrá sancionar o retener a un marchador o marchadora.

17.5 – Las y los componentes de los controles deberán tener buen conocimiento de la zona que se les ha asignado.

17.6 – Las y los componentes de un control son responsables de velar por la seguridad de los y las deportistas en la zona que se les ha asignado.

17.7.- Los controles están facultados para efectuar labores de organización, y para indicar la conducta a seguir en todo momento a las y los deportistas, como:

- En caso de peligros objetivos: **cómo debe actuar el o la deportista**.
- Cruces: **orientar para evitar confusiones**.
- Cambio de itinerario: **mal tiempo, imprevistos**, etc.
- Accidente: **socorrer**.
- Neutralización: **anotar hora de neutralización, y de cada participante**.
- En caso de abandonar: **itinerario a seguir**.
- Suspensión de la prueba: **itinerario a seguir**.
- Uso del material concreto: **quitar o poner**.

17.8.- Todos los controles, deberán estar situados en el sitio indicado para realizar el control 30 minutos antes de la hora de la salida de la prueba.

18. Avituallamiento

18.1 - Durante el recorrido se situarán puntos de avituallamiento en una distancia aproximada a cada 5 kilómetros. Estos controles estarán provistos, como mínimo, de agua o refrescos.

18.2 - El punto se inicia cincuenta (50) metros antes y finaliza cincuenta (50) metros después de la mesa de avituallamiento. Toda la zona estará debidamente señalizada y ser de fácil identificación y acceso por parte de competidores y competidoras.

18.3 - En cada competición existirá como mínimo un avituallamiento sólido a mitad del recorrido.

18.4 - La organización dotará de un avituallamiento sólido y líquido al finalizar la prueba en el recinto de llegada.

18.5 - Existirán papeleras en el punto de avituallamiento y a 40 m después del mismo, (dejando los 10 últimos metros para que competidoras y competidores puedan abrocharse las dragoneras).

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

18.6 - Está prohibido el avituallamiento y la ayuda durante el desarrollo de la competición de cualquier persona competidora o no, exceptuando los servidos por la organización y/o quienes tengan autorización del Comité de Prueba en las zonas previstas, por ejemplo, en los puntos de avituallamiento en los que sí podrá ser recibida ayuda externa.

18.7 – Las y los deportistas que desean avituallarse al llegar a una zona habilitada por la organización para el avituallamiento o hidratación, podrán seguir avanzando, pero deberán tener desenganchada, como mínimo, una de sus dragoneras de los bastones para evitar molestias o tropiezos con el resto de deportistas, con la obligación de tener los bastones con las puntas hacia abajo y pegados a su propio cuerpo. Quedará prohibido correr en esa zona.

18.8 - Solamente las personas acreditadas (punto 29 del reglamento) podrán tener acceso al interior de la zona de avituallamiento, y en ningún caso deberán obstaculizar la marcha de los y las deportistas.

19. Tiempo de paso por los controles

19.1 - La organización podrá marcar unos tiempos de paso por los controles según los criterios que crea convenientes. Los y las deportistas que no puedan superar el control dentro del tiempo establecido, serán dirigidos o dirigidas a la llegada por un itinerario alternativo.

19.2 - Se establecerá un tiempo límite de finalización para la prueba, este tiempo variará dependiendo de la distancia, dureza y características del terreno, y será establecido por el equipo arbitral supervisor del itinerario juntamente con la organización.

19.3 - La organización deberá facilitar los itinerarios alternativos o medios de evacuación a competidores y competidoras que no puedan superar los controles con el tiempo de paso previsto.

20. Mapas

20.1 - La organización facilitará un mapa o croquis de la zona a cada participante, éste podrá ser en formato digital y deberá especificar la situación de:

- Salida y Llegada.
- El itinerario previsto y el alternativo.
- Zona prevista de penalización (Stop&Go)
- Los controles de paso.
- Los controles orientativos.
- Puntos de servicio médico y de socorro.
- Puntos conflictivos.
- Avituallamientos.
- Puntos de corte y horarios.
- Zonas de aparcamiento.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

- Otras informaciones de interés.

19.2 - La organización facilitará por participante un perfil de los itinerarios con cotas y Km de recorrido. El perfil del itinerario de la prueba será confeccionado a escala.

21. El dorsal

21.1 - Los dorsales (2 por deportista) serán proporcionados por la organización.

21.2 - Serán de tela o material resistente al agua y de unas medidas de 20 x 20 cm como mínimo.

21.3 - Los y las deportistas están obligados y obligadas a llevar el dorsal facilitado por la organización. Éste se llevará en un lugar visible, uno en la parte delantera y otro en la espalda, durante toda la prueba y no podrá ser manipulado, doblado, ni recortado.

21.4 - El dorsal deberá guardarse hasta la clasificación final definitiva.

22. Supervisión y control de material

22.1 - Antes de comenzar la prueba, la organización y un o una componente del equipo arbitral supervisará a la totalidad de deportistas el material siguiente:

- Bastones de Marcha Nórdica.
- Calzado.
- Dorsal.
- Vestimenta y material exigido por la organización.
- No llevar auriculares.
-

22.2 - Todo el material que no cumpla los requisitos especificados en el apartado **7 y 21** del **reglamento de competición** será rechazado.

22.3 - El control del material requerido por la organización podrá ser efectuado de nuevo a la llegada, penalizando, si este fuera el caso.

23. Itinerarios alternativos

23.1 - Cuando la prueba discurra por terreno de montaña y conociendo que éste está muy influido por las condiciones meteorológicas, la organización deberá disponer de uno o más itinerarios alternativos. Éstos deberán poder ser recorridos en el caso de que las condiciones meteorológicas sean adversas.

23.2 - La organización deberá prever las peores condiciones meteorológicas con la finalidad de

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

estudiar un itinerario alternativo para estas circunstancias.

23.3 - Estos itinerarios están sujetos a todos los apartados de este reglamento.

24. Reunión informativa

24.1 - **Antes del inicio de la prueba y en Timing pactado con la Presidencia del Jurado,** la organización deberá realizar una reunión informativa en la que se informará a las y los deportistas de:

- Itinerario previsto, características: longitud y desnivel.
- Hora de salida.
- Tiempo estimado para la primera persona clasificada.
- Ubicación de los controles y tiempos de paso máximos.
- Avituallamientos.
- Tiempo máximo de finalización de la prueba.
- Situación de lugares conflictivos.
- Material obligatorio para la prueba.
- Material complementario aconsejado.
- Meteorología prevista.
- Respeto al medio ambiente
- Derechos y obligaciones de deportistas.
- Informar, si se da el caso, de la participación de deportistas con deficiencia visual o con deficiencia auditiva.
- Si existe inscripción de deportistas con deficiencia visual, el organizador o el equipo arbitral informará de las zonas que puedan considerarse conflictivas para ellos/as.
- Presentación del Equipo arbitral y responsable FEDME.
- Tipo de sanción (por Stop&Go o por tiempo).

NOTAS:
- Se recomienda: Preparar la reunión informativa entre organización, equipo arbitral y equipo supervisor.
- Se recomienda: Documentar la descripción del itinerario con proyección informática de esta.

24.2 - Toda esta información deberá ser expuesta en un tablón de anuncios en el lugar que se realice dicha reunión y en la entrega de dorsales.

24.3 - **Momentos antes del inicio de la prueba**, la organización deberá realizar un recordatorio de:

- Recordar los puntos importantes expuestos la tarde anterior.
- Modificaciones de última hora.

25. Clasificaciones

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

25.1 - Se establecerá una clasificación por cada categoría de acuerdo con el tiempo necesitado para recorrerlo. Si es necesario, a este tiempo se le añadirá las posibles penalizaciones que pueda haber tenido el o la deportista.

25.2 – El o la deportista que haya contabilizado el menor tiempo en su categoría, una vez aplicadas las posibles penalizaciones, será quien gane la prueba en su categoría.

25.3 - La clasificación se expondrá 20 minutos antes de la entrega de trofeos.

25.4 - Se podrán presentar reclamaciones referentes a las clasificaciones provisionales hasta 10 minutos después de su publicación (Punto 13).

25.5 - Al finalizar la prueba, la organización debe facilitar las clasificaciones por categorías al delegado o a la delegada de la FEDME en papel y formato informático, y hacerlas públicas a la totalidad de deportistas participantes.

26. Aplazamiento, interrupción y anulación de la prueba

26.1 - Las pruebas no podrán ser aplazadas ni anuladas, excepto en condiciones extremadamente desfavorables. Por tal motivo la organización está obligada a dotarse y prever **itinerarios alternativos** diseñados para recorrer en las diferentes anomalías climatológicas (nieblas, nieve, etc.), con el fin de evitar la suspensión o aplazamiento.

- Si las circunstancias lo requieren, se podrá interrumpir la prueba en un punto del recorrido. En este caso, se tomarán las posiciones y tiempo de llegada en el punto de interrupción o en su defecto, en el último control realizado.

- Si en el momento de la neutralización existen deportistas que han pasado del control y tienen condiciones suficientemente buenas para seguir compitiendo:

    - Se neutralizarán en el siguiente control dando por finalizada la prueba por el orden de llegada a este último control, los siguientes serían los y las deportistas del control anterior o del punto de neutralización.
    - No existe ningún control hasta la meta, se toman los tiempos de llegada a meta y los demás en el punto de neutralización.
    - En el caso que las condiciones no permitan seguir compitiendo, se tomarán los tiempos de punto de neutralización anterior.

26.2 - En el caso de interrupción o anulación de la prueba, porque las condiciones climatológicas así lo requieran, a la vez que haga impracticable todos los itinerarios alternativos los derechos de inscripción no serán devueltos. De producirse estas circunstancias y cuando la organización no tenga previstos unos itinerarios alternativos, ésta deberá devolver los derechos de inscripción, y se podrá abrir a la organización un expediente sancionador por incumplimiento del reglamento.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

27. Ranking FEDME de Marcha Nórdica

Definición

El Ranking FEDME de Marcha Nórdica es una valoración de los mejores resultados conseguidos por los y las deportistas con licencia FEDME del año en curso en una serie de pruebas oficiales celebradas por Clubes FEDME y avaladas por sus Federaciones Autonómicas de Montaña correspondientes (FFAA).

Se denominan **Pruebas de Ranking** aquellas competiciones que servirán como test y promoción de la Marcha Nórdica al tiempo que otorgan puntos a la clasificación del Ranking nacional. Estas pruebas podrán formar parte o no de un calendario autonómico, y deberán regirse ya sea por el reglamento FEDME o el de su FA correspondiente. En estas pruebas la FEDME solamente tendrá en consideración la clasificación Absoluta masculina y femenina a la hora de otorgar puntos de Ranking, no tendrá en consideración las categorías.

Cada temporada la FEDME establecerá un calendario de pruebas de ranking + el Campeonato de España individual + las pruebas de Copa de España, repartidas por el territorio nacional, y validadas por las FFAA de Montaña, que otorgarán puntos a las marchadoras y los marchadores mediante los cuales se establecerá el Ranking. Estas pruebas conformarán el **Calendario de Ranking**.

Los puntos a otorgar serán los mismos de la tabla de Copa de España. En Campeonato de España individual y en la última prueba de la Copa de España se otorgará un 20% más de puntos al Ranking. El Área de Marcha Nórdica de la FEDME otorgará estos puntos una vez reciba la clasificación "Absoluta" definitiva y validada por parte del equipo arbitral de competición, actualizará y publicará el Ranking.

Las pruebas puntuables para el Ranking serán supervisadas por miembros del equipo arbitral que ostenten la titulación en Competiciones de Marcha Nórdica designados o designadas por la FA avaladora. En las pruebas de Ranking FEDME como mínimo el juez-árbitro o árbitra principal dispondrá de titulación nacional, pudiendo tener el resto del equipo arbitral una titulación autonómica.

Obtener una buena clasificación en el Ranking es un título de prestigio, NO da derecho a trofeo ni premio en metálico, pero garantiza puestos de privilegio en la salida del resto de las competiciones.

La organización tendrá en consideración, como mínimo, las 10 primeras posiciones del Ranking nacional, masculino y femenino, a la hora de asignar dorsales y establecer las líneas de salida, y garantizarán que éstos ocupen las primeras líneas de salida en cada competición.

La primera competición de la temporada tendrá en consideración el Ranking de la temporada anterior a la hora de facilitar el acceso a la primera línea de salida de, como mínimo, las 10 primeras posiciones de hombres y mujeres.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

Las Federaciones Autonómicas de Montaña que deseen incorporar una prueba en la puntuación del Ranking deberán solicitarlo cada año al Área de Marcha Nórdica de la FEDME en el plazo que esta determine cada temporada. Las solicitudes recibidas serán estudiadas conjuntamente con la Dirección Técnica de la FEDME, y se determinará las que formarán parte del calendario, que será publicado por los medios FEDME.

Los Clubes y la organización que deseen incorporar una prueba en la puntuación del Ranking deberán solicitarlo a la FEDME mediante el aval de su Federación Autonómica de Montaña.

Se considerarán siempre los puestos obtenidos en la clasificación Absoluta de cada competición, tanto masculina como femenina y de esta manera se establecerá un Ranking masculino y un Ranking femenino.

En caso de empate, se procederá al desempate de la siguiente manera:

Valorar primero la mejor puntuación del Campeonato de España y finalmente Copas de España si fuera el caso. Si aplicado este cálculo se sigue manteniendo el empate, se considerará el puesto obtenido como ex aequo.

28. Liga de Marcha Nórdica de Clubes FEDME

La Liga de Marcha Nórdica por Clubes FEDME es una competición exclusiva para equipos formados por componentes de Clubes afiliados a la FEDME, con licencia FEDME del año en curso, independientemente de su nacionalidad.

a) Equipos: Serán masculino y femenino (mayores de 16 años) y estarán formados por un mínimo de 4 y un máximo de 8 componentes cada uno, que serán inscritos oficialmente por el Club hasta 48 horas antes de la celebración de cada prueba.

- En cada prueba del calendario de Liga sólo se podrá inscribir oficialmente 1 equipo masculino y 1 equipo femenino por cada Club.
- Los y las deportistas sólo podrán representar al Club con el que han tramitado la licencia FEDME y que aparece reflejado en ella.
- Los componentes de cada Club pueden ser distintos en cada una de las pruebas del calendario.

b) Inscripciones: A la hora de efectuarlas, los Clubes presentarán su lista de deportistas representantes a la organización y a la FEDME, detallando nombre, apellidos, DNI y fecha de nacimiento, utilizando para ello el formulario establecido por la FEDME.

c) Pruebas puntuables para la Liga: Las pruebas puntuables para la Liga incluirán el Campeonato de España por Clubes y las pruebas de la Copa de España. Pruebas de Ranking FEDME podrán ser incluidas en este calendario.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

d) Sistema de puntuación: Los puntos a otorgar se basan en la tabla base de Copa de España: 100-88-78-72-68-66-..... (100 para el primero, 88 para el segundo, etc.)

-El Campeonato de España por Clubes otorgará un 20% más de puntos a la Liga.

-El Área de Marcha Nórdica de la FEDME otorgará estos puntos una vez reciba la clasificación "Absoluta" definitiva de personas federadas FEDME de cada una de las competiciones del calendario de Liga, actualizará y publicará la clasificación por Clubes.

-No se tendrán en consideración las sub categorías.

-Cada Club acumulará tantos puntos de Liga como hayan conseguido sus miembros que hayan obtenido clasificación.

e)Clasificación: Los puntos de Liga se obtendrán de la suma de puntos de, como máximo, los o las 4 mejores componentes de cada club en base a la clasificación en cada una de las pruebas del calendario de Liga.

-Si un Club clasifica más de 4 deportistas las puntuaciones obtenidas por el resto de miembros del equipo NO se tendrán en consideración.

-En caso de empate, prevalecerá el equipo que tenga a la persona mejor clasificada en la última prueba celebrada, o las dos mejores o las tres mejores en caso de sucesivos empates.

-Al finalizar la Liga, el equipo masculino y el equipo femenino que obtenga mayor puntuación será proclamado Campeón de Liga de Marcha Nórdica de Clubes FEDME, destacándose igualmente las personas clasificadas en segundo y tercer lugar.

29. Acreditaciones personales y de vehículos

La organización tendrá previstas tarjetas de acreditación para que las personas y vehículos autorizados puedan acceder a las zonas restringidas que se determinen, caminos particulares, zonas de aparcamiento, zonas de montaje, sala de prensa, avituallamientos u otras zonas que se estime oportunas.

En cada competición, los equipos participantes podrán designar, y por escrito a la organización, el nombre de las personas que actúan como delegados o delegadas con el fin de obtener estas acreditaciones. El número de ellas será determinado por la organización en función de sus capacidades organizativas y de espacio, pudiendo otorgarles o no acreditación para vehículo.

La organización tendrá previstas credenciales personales y de vehículo para el equipo arbitral, personas delegadas federativas, prensa FEDME, personal cronometrador/a, personal montador/a de estructuras, personal de filmación, personal médico, etc... en función de sus capacidades organizativas y de espacio.

Asimismo, la organización cuidará que solamente las personas y vehículos con acreditación puedan acceder a las zonas expresamente delimitadas.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

ANEXOS

ANEXO 1: hoja de reclamación

Esta hoja deberá estar impresa en papel oficial de la FEDME, rellenada en todos sus apartados y firmada por la persona reclamante, y un miembro del Comité de Prueba. El recibo del depósito deberá ir firmado por el delegado o la delegada de la FEDME, quien percibirá tal cantidad. Deberá entregarse una copia o fotocopia de la reclamación al reclamante.

HOJA DE RECLAMACIÓN

De la competición celebrada el ...../...../..... Núm. Reclamación: ……

En ……

Organizada por el Club ……

Reclamante:

Nombre	
Club o Federación a la que representa	
DNI (o equivalente para personas extranjeras)	
Dirección	
Teléfono	

Deportistas afectados/as:

Nombre	Dorsal	Club o Federación

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

Exposición de los hechos:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Solicitud del marchador o de la marchadora:

.....

.....

.....

En....., a..... de ..... de.....

El/La reclamante Miembro del Comité de Prueba

Fdo. Fdo.

La **FEDME** ha recibido la cantidad de: ***60 €***

Del señor o de la señora .....

En concepto de:

Depósito de reclamación número ..... del día ...../...../.....

Esta cantidad será devuelta si la reclamación prospera.

En....., a..... de ..... de.....

El/La delegado/a de la FEDME

Fdo.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

- **Anexo 2.** DOCUMENTO DE FORMACIÓN DE LOS CAJONES DE SALIDA EN EL CAMPEONATO DE ESPAÑA DE CLUBES

FICHA DE ENTRADA EN LOS CAJONES DE SALIDA

Proceso de ordenamiento de la salida basado en cajones.

El equipo arbitral establecerá 4 cajones de salida en orden lineal:

- Al no ser aplicado el RANKING en esta prueba, será potestad de cada equipo decidir cuales de sus componentes ocupan cada lugar en los cajones.
- Para ello, cada equipo deberá rellenar la ficha que aparece al final de este documento, indicando el nombre completo de sus marchadores y marchadoras y el cajón en el que desean entrar, según la estructura citada.
- Una ficha para su equipo masculino y otra su equipo femenino.
- Con esta ficha se procederá a rellenar los cajones de salida en función de los deseos de cada equipo.
- Esta ficha deberá ser entregada en mano al equipo arbitral el día anterior a la celebración de la prueba.
    - *NOTA: Previamente, y 48 horas antes de la prueba, cada equipo debe haber rellenado el formulario oficial de composición que facilitará la FEDME.*

Ordenamiento de los 4 cajones:

1. El primero será rellenado con los y las deportistas número 1 masculino y número 1 femenino de cada equipo inscrito en el campeonato.
2. El segundo será rellenado con las y los deportistas número 2 masculino y número 2 femenino de cada equipo inscrito en el campeonato.
3. El tercero será rellenado con los y las deportistas número 3 y número 4 masculino y número 3 y número 4 femenino de cada equipo inscrito en el campeonato.
4. El cuarto cajón será destinado al resto de deportistas de cada equipo y deportistas sin inscripción de equipo; y se completará por orden de llegada.

Este procedimiento pretende optimizar la salida a fin de tratar de evitar accidentes provocados por la acumulación de deportistas en línea y a la vez favorecer la incorporación a las zonas preferentes de salida, de los equipos participantes en el Campeonato de España de Clubes.

NOMBRE OFICIAL DEL EQUIPO	
CATEGORÍA (Masculino o femenino)	
MARCHADOR/A DEL CAJÓN 1º	
MARCHADOR/A DEL CAJÓN 2º	
MARCHADORES/AS DEL CAJÓN 3º	
MARCHADORES/AS DEL CAJÓN 3º	

**Rellenar un sólo nombre completo y en mayúsculas por cada recuadro de la tabla y firmar por el/la delegado/a del equipo.*

Nombre y Firma del Delegado/a de Equipo:

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

- **Anexo 3.**

Cuadro descriptivo de las amonestaciones con tarjetas en las competiciones de Marcha Nórdica de la FEDME, y las penalizaciones en tiempo asociadas.

					Sin penalización
					Sin penalización
			=		2 minutos de penalización + Desaparecen las blancas
			=		2 minutos de penalización + Desaparece la blanca

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

			=		2 minutos de penalización + Desaparecen las blancas
			=		2 minutos de penalización
			=		6 minutos de penalización
			=		6 minutos de penalización
			=		Descalificación

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

			=		Descalificación
			=		Descalificación

Por lo tanto, debe quedar claro que NO es lo mismo primero una tarjeta blanca + una tarjeta amarilla, que primero una tarjeta amarilla + una tarjeta blanca.

- El primer caso (Blanca+Amarilla) son 2 minutos de penalización
- El segundo caso (Amarilla+Blanca) son 6 minutos de penalización

Otros supuestos:

- 4 tarjetas blancas es lo mismo que (Amarilla+Blanca), es decir son 6 minutos de penalización
- Cualquier falta efectuada en el último kilómetro que afecte directamente y de forma evidente a la lucha por la posición entre 2 o más deportistas, y esta situación de aceleración haga perder la técnica (Amarilla).

Penalización o descalificación de un marchador o marchadora

Nota: Las tarjetas son acumulativas

	• **Tarjeta BLANCA (Advertencia / Falta Leve):** - Amonestación a deportistas de que incumplen alguna norma. - No tiene sanción en tiempo.

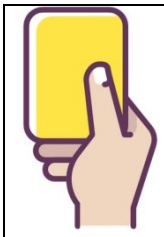
Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

- **Causas:**

1. No ejecutar correctamente la técnica de Marcha Nórdica
2. No llevar el dorsal visible.
3. Desenganchar las dragoneras fuera de las zonas delimitadas para ello.
4. No detenerse para efectuar alguna acción descrita en los puntos 8.5 y 8.6
5. Una tercera advertencia, sea cual sea el motivo, equivale a una TARJETA AMARILLA.

Descripción de los errores sancionables:

ERRORES	PLANO
1- Falta de movimiento pendular y paralelo **con espacio** entre el brazo (delante), la mano (detrás) y el cuerpo.	Sagital y frontal
2- No clava bastón con agarre completo entre los dos pies y el codo no está delante del torso.	Sagital
3- Pérdida de contacto por fase aérea	Sagital
4- Oscilación cadera/hombro	Frontal
5- Bajar centro de gravedad	Sagital



- **TARJETA AMARILLA (Falta Grave):**

- Primera TARJETA AMARILLA = +2 minutos de penalización

- Segunda TARJETA AMARILLA = +4 minutos de penalización (total +6 minutos)

- Una tercera TARJETA AMARILLA será equivalente a TARJETA ROJA

- **Causas:**

1. Anticiparse a la señal de salida
2. Saltar, Deslizarse, Bajar el centro de gravedad del cuerpo flexionando las piernas, Arrastrar los bastones.
3. Impedir ser adelantado o adelantada u obstaculizar el paso al resto de deportistas.
4. Recortar itinerario aunque sea de forma involuntaria
5. Rellenar los elementos de hidratación fuera de las zonas determinadas por la organización.
6. Protestar al equipo arbitral.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

7. Cualquier falta efectuada en el último kilómetro que afecte directamente y de forma evidente a la lucha por la posición entre 2 o más deportistas, y esta situación de aceleración haga perder la técnica.
8. Incumplir la normativa en cuanto a la utilización obligatoria de tacos de goma (pads).

	• **TARJETA ROJA (Falta Muy Grave):** - Descalificación - El o la deportista deberá abandonar la competición en ese momento.

• **Causas:**

1. Tercera TARJETA AMARILLA
2. Correr
3. Llevar auriculares puestos durante la competición
4. No llevar el material obligatorio por reglamento, o el requerido de forma expresa por la organización.
5. No hacer caso a las indicaciones de la organización y equipo arbitral.
6. Manipular o modificar las dimensiones del dorsal, o rehusar a llevarlo.
7. No pasar el control de salida, por un control de paso o no entrar en la zona de penalización cuando se le indique.
8. Retrasar voluntariamente la hora de salida de la competición.
9. Utilizar cualquier medio de transporte en cualquier momento de la competición.
10. Recibir cualquier tipo de ayuda externa fuera de las zonas determinadas por la organización.
11. Quitar o cambiar las marcas del recorrido ubicadas por la organización
12. No guardar respeto absoluto a las normas deportivas, ni respeto a la naturaleza.
13. Cualquier desconsideración y violencia verbal o física contra cualquier persona, participantes, Organización, Equipo arbitral, Público, Autoridades etc
14. Provocar un accidente de forma voluntaria.
15. Tomar alcohol o fumar durante la competición.
16. Tirar basura, aun de forma involuntaria, fuera de los contenedores previstos por la organización.
17. No prestar ayuda a alguna otra persona participante que esté accidentada.
18. No detenerse si rompe un bastón.
19. Subir al podio en la entrega de premios con cualquier bandera o símbolo.

- Si fuera prácticamente imposible informar el o la deportista de su penalización o descalificación durante la prueba, dicha amonestación se notificará tan pronto como sea posible después de que haya finalizado.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

- Aun habiendo finalizado la prueba, y durante el periodo anterior a la entrega de trofeos, toda persona de la que se obtenga prueba gráfica (vídeo o fotografía) de violación de alguna de las reglas por parte de algún miembro del equipo arbitral, será objeto de amonestación/descalificación aunque no haya recibido advertencia previa alguna.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

Anexo 4. Parámetros de buenas prácticas en el desarrollo de la organización de pruebas de Marcha Nórdica en el medio natural

Este anexo está organizado en **tres apartados**, que comprenden los hitos fundamentales de una prueba de marcha nórdica: la planificación y diseño, la ejecución y la finalización de la misma. Para cada una de estas fases se han definido las actuaciones que debe abordar la entidad organizadora de la prueba, así como la implicación y el compromiso de marchadores y marchadoras.

- ***FASE 1. Planificación y diseño de la prueba.*** Es el periodo de tiempo que transcurre desde que la entidad organizadora tiene la primera idea sobre el evento hasta el día de la celebración. Los documentos y tareas más relevantes serían la descripción de la prueba, a través de la Memoria, la comunicación con las administraciones que tengan competencia en la organización de eventos deportivos en el medio natural, la identificación de los permisos, seguros y autorizaciones, la publicidad y sus medios.
- ***FASE 2. Ejecución de la prueba.*** Esta fase comienza con la instalación de todos los elementos necesarios para el desarrollo de la prueba, la sesión informativa (briefing) de la prueba, el propio desarrollo del evento y termina con la entrega de premios.
- ***FASE 3. Finalización de la prueba y evaluación.*** Fase que comienza con el desmontaje y limpieza, evaluación de la satisfacción y reunión técnica de clausura (debriefing).

En cada una de estas fases, se incluye y se especifica, el tipo de tarea o actuación que debe asumir cada uno de los actores implicados en el desarrollo de la prueba: entidad organizadora, administración ambiental u otras implicadas, y marchadores y marchadoras.

El anexo incorpora un glosario de términos técnicos con el fin de aclarar conceptos y aportar un conjunto de vocablos que nos permitan utilizar un lenguaje común cuando hablemos de este tipo de actividades que se desarrollan en el medio natural.

PLANIFICACIÓN Y DISEÑO DE LA PRUEBA

1.1. El papel de la entidad organizadora de la prueba

La organización de una competición de marcha nórdica es la entidad que promueve y desarrolla este evento. Entre las funciones de la organización destacan:

- Organización pre-competición (administración, solicitar con tiempo suficiente todos los permisos y autorizaciones necesarias, controles, trazado del itinerario, marcaje y equipamientos del mismo, información meteorológica, equipamientos de salida y llegada, mapa con el itinerario y perfil, difusión de la prueba…).
- Recibir y registrar a todo el personal acreditado para la competición.
- Registrar y controlar el acceso a las zonas de salida, llegada y zonas restringidas acatando las indicaciones realizadas por el equipo supervisor.
- Toma de tiempos en los controles de paso y de llegada.
- Velar por la seguridad en todo el itinerario de la competición.
- Velar por reducir al mínimo los impactos ambientales generados por la competición.
- Asistir a deportistas que abandonen la competición.
- Ofrecer servicios para el equipo supervisor, prensa y medios de comunicación.
- Ofrecer servicios médicos, salvamento y otros equipamientos pactados.
- Organizar ceremonias de apertura, entrega y clausura.
- Colaborar con el equipo supervisor en todo momento.

- Y todas aquellas recogidas en el apartado 4 del Reglamento de competiciones

1.2. La Memoria técnica de la prueba

El organizador o la organizadora de la prueba debe presentar a la FEDME o la FFAA correspondiente una **Memoria técnica** del evento. Este documento incluirá: la descripción general de la prueba y el reglamento del marchador o de la marchadora.

1.3. Descripción general de la prueba

Este apartado incluirá las características generales del tipo de prueba, entre otros: entidad organizadora, fecha de celebración, trazado, número de edición, publicidad, tipo de terreno, salidas y llegadas, número máximo de participantes, longitud, perfil, duración máxima, desnivel positivo, etcétera.

A continuación se indican una serie de epígrafes a los que se debe hacer referencia y prestar una especial atención cuando la organización elabore la descripción general de la prueba.

- **Diseño del trazado de la prueba** El itinerario de la prueba deberá digitalizarse sobre una cartografía digital a una escala adecuada. En el momento de diseñar el trazado se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:
  - ✓ La **salida y meta** deberán ubicarse, preferentemente, en **suelo urbano**.
  - ✓ El **trazado** debe tener en cuenta, en su **inicio**, un tramo que transcurra por **zonas urbanas y alrededores**, de forma que el paso por zonas sensibles no se realice próximo a la salida, donde se aglomeran los y las deportistas.
  - ✓ Las pruebas deben **discurrir por la red viaria**. El orden de prioridad en la utilización de éstas se adecuará a la siguiente tipología:
    - pistas pavimentadas,
    - pista de tierra,
    - red de senderos
    - otros senderos consolidados o señalizados,
    - los que figuren en el inventario de caminos (cuando exista).
  - ✓ No se debe **arrancar, cortar, desbrozar o dañar la vegetación** de los márgenes de los caminos o sendas, a utilizar como recorridos, a modo de acondicionamiento previo para la prueba.
  - ✓ Valorar la **compatibilidad con otros usos** que puedan coexistir en ese momento en el espacio medio natural protegido, (tramos de pista abiertos a la circulación de vehículos a motor, bicicletas, rutas ecuestres, senderos homologados con gran afluencia, etcétera) debiéndose especificar, la necesidad o no, de cerrar ciertos accesos durante la realización de la prueba.

- **Publicidad de la prueba**. La información se realizará preferentemente por correo electrónico. De igual modo, es recomendable que la inscripción de los y las deportistas participantes en la prueba se haga vía telemática evitando así el consumo de papel.
- **Autorizaciones para desarrollar el evento.** Las entidades organizadoras de la prueba deben solicitar, con tiempo suficiente, las correspondientes autorizaciones para desarrollar el evento.
- **Marcaje, señalización o balizamiento del itinerario**. Tendrá la misión de indicar el recorrido de la prueba de forma clara, que no ocasione confusiones. Se determinará el tipo de material (mejor si son reutilizables y de tipo "pica") y su recogida será sencilla, se realizará inmediatamente después de finalizada la prueba o en el menor tiempo posible, y no dejarán huella en el medio una vez terminada ésta. Se evitará la utilización de pintura, de cualquier tipo, yeso o cal, incluso el marcaje con

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

elementos biodegradables. Nunca se podrán utilizar árboles, rocas u otros elementos naturales para clavar o atornillar señales.
Las balizas podrían incluir un distintivo de la organización (sello del club). En todo caso, sería recomendable que el recorrido pudiera seguir trazados ya marcado con señales de PR o GR, etcétera.
Las instalaciones, tipo sanitarios, escenarios o megafonía, tendrán carácter provisional y se retirarán el mismo día de la prueba o al día siguiente. Se ubicarán en la zona de salida y llegada de las y los participantes, en núcleos urbanos.

- **Controles de salida, paso y meta.** Se definirán los puntos de control y los mecanismos a utilizar (crono oficial, chip o dorsal) así como el personal que estará dedicado a esta tarea.
- **Avituallamientos.** Los puntos de avituallamiento se ubicarán preferentemente en zonas accesibles con vehículos, aprovechando áreas recreativas, miradores, u otras infraestructuras de uso público, siempre y cuando la ubicación de éstos no sea incompatible con el normal uso de dichas infraestructuras en la fecha prevista. Se definirá su localización, su balizamiento y accesos. Se minimizarán los residuos y su recogida será selectiva. No se utilizará ningún tipo de envase en estos puntos.
- **Comunicaciones.** Se definirá un plan de comunicación entre el personal de la organización que se encuentran en el recorrido: avituallamientos, jueces y juezas y equipo arbitral, personal sanitario, protección civil y centralita. Esta red de comunicación mantendrá informado al equipo técnico de cualquier incidencia ambiental, de seguridad o sanitaria. Asimismo, se facilitará a marchadoras y marchadores un teléfono de contacto, para poder informarse mutuamente, sobre cualquier tipo de incidencia antes y durante el desarrollo de la prueba. Este número de teléfono de contacto o emergencia puede estar impreso en la parte posterior del dorsal.
- **Compromisos legales y de seguridad** que debe cumplir un evento de estas características (plan de emergencias, autoprotección, seguridad, etcétera), según la normativa específica de cada administración autonómica. En todo caso, es importante que la entidad organizadora, a la hora de diseñar la Memoria de Seguridad, el Plan de Seguridad o el Plan de Autoprotección.
- **Apoyo logístico necesario.** Se incluirá un listado de los vehículos necesarios (vehículos de apoyo, ambulancias, etcétera) y de cualquier otra medida logística prevista para la realización de la prueba.
- **Limpieza**. Se definirá el plan de limpieza, cuyo objetivo es devolver al medio su estado previo a la prueba.
- **Animación festiva, escenarios, sanitarios, guardarropa.** Descripción de estructuras temporales, momentos de instalación y recogida, megafonía…

LA ORGANIZACIÓN

2.1. Un aspecto fundamental son las buenas prácticas ambientales a cumplir por la organización. Su contenido debería ajustarse a los siguientes criterios:

- ✓ La prueba deberá diseñarse y programarse, teniendo en cuenta los periodos del año con menor o nula incidencia sobre la flora o la fauna.
- ✓ La salida y la meta deberán ubicarse, preferentemente, en suelo urbano. Serán los únicos lugares del recorrido en los que se podrá instalar publicidad comercial (pancartas, banderolas, etcétera).

La organización debe asumir la obligación de reducir al mínimo los residuos generados durante la celebración de la prueba y para ello se tendrán en cuanta los siguientes criterios:

- ✓ Evitar envases de plástico (vasos y botellas) y envoltorios.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

- ✓ Implantar algún sistema para la identificación de los residuos de cara a penalizar a las personas infractoras.

La organización efectuará una recogida selectiva de residuos. Para ellos se ubicarán al inicio, al final y en los puntos de avituallamiento, bolsas o recipientes adecuados para facilitar su recogida.

Propiciar y publicitar el uso del transporte público colectivo tanto por parte de la organización como de los y las deportistas participantes.
Instar a la organización a priorizar el consumo de productos locales (Km 0) como obsequios y material para deportistas, que favorezca la economía de proximidad y reduzca al mínimo las distancias para su transporte (criterios de sostenibilidad, huella ecológica).

- ✓ Las áreas para el público se ubicarán en áreas de fácil acceso, evitando aglomeraciones e impactos sobre los recursos, y favoreciendo la circulación.
- ✓ La organización deberá contar con los permisos de los posibles titulares de los terrenos privados, aprovechamientos cinegéticos, etcétera.
- ✓ En las actuaciones de publicidad de la prueba y, en las reuniones previas con las y los deportistas, se informará sobre las normas básicas de respeto al medio natural.
- ✓ Se evitarán las emisiones sonoras dentro del medio natural. Este tipo de ambientación solo podría realizarse, en los entornos de la salida y meta, y siempre que se ubiquen en núcleos urbanos.
- ✓ La organización se comprometerá a coordinar, en colaboración con la autoridad competente, el estacionamiento de los vehículos (tanto de la propia organización como del público asistente) para que éstos no obstaculicen el tránsito rodado y el acceso a pistas, no afecten a taludes naturales, y no bloqueen los accesos a tomas de agua o depósitos contra incendios. Estos puntos deben contar, al menos, con dos salidas.
- ✓ Se promocionará el transporte público colectivo (autobuses, vehículos alta ocupación, etcétera) o el habilitado por la propia organización del evento.
- ✓ Se informará a marchadoras y marchadores de la conducta ambiental que deben seguir durante la prueba (no gritar, no salirse de los caminos, no atajar, no arrojar basura).
- ✓ El personal voluntario deberá recibir una mínima formación ambiental para desempeñar su labor.

2.2. Buenas prácticas ambientales para acompañantes de marchadoras y marchadores

Estas buenas prácticas deben estar también presentes en la descripción general, y pueden plasmarse en una hoja informativa que se incluiría en la bolsa para deportistas o estar accesible en la página web del evento. Entre otros aspectos, estas buenas prácticas deben incluir:

- ✓ Información sobre los **accesos (facilitar mapa), marcar zonas de tránsito** permitido, horas de paso de marchadores y marchadoras y lugares donde deben ubicarse las personas acompañantes (donde la afección al medio sea mínima).
- ✓ Recomendar hacer **uso del transporte público**. En caso de utilizar vehículos privado, circular y estacionarlos en las zonas habilitadas por la organización y la administración del espacio protegido.
- ✓ Se **evitarán las emisiones sonoras** dentro del medio natural (megafonía). Prohibición de lanzamiento de cohetes y pirotecnia, incorporar grupos musicales o megafonía como ambientación. Este tipo de ambientación solo podría realizarse, en los entornos de la salida y meta, y siempre que se ubiquen en núcleos urbanos.
- ✓ Información sobre el **uso adecuado de la velocidad de los vehículos** en el interior del medio natural.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

- ✓ Invitar a ser **responsable de sus residuos** y trasportarlos hasta su residencia habitual o en todo caso, hasta el lugar de recogida selectiva, en los núcleos urbanos.
- ✓ Informar sobre la conveniencia de **no utilizar fósforos y cigarrillos**, si se utilizan, deberán apagarse cuidadosamente, depositando las colillas en contenedores.

REGLAMENTO DE MARCHADORES Y MARCHADORAS

El reglamento es el documento normativo, a redactar por la organización, que recogerá las obligaciones, sanciones y/o penalizaciones al marchador y a la marchadora con respecto a su comportamiento ambiental. El reglamento deberá incorporar, en su preámbulo/introducción, una breve explicación sobre los valores del medio natural por donde discurre la prueba y su fragilidad ambiental (carácter educativo y de sensibilización ambiental).

El reglamento de marchadores y marchadoras debe estar disponible en la web de la prueba.

Obligaciones de marchadores y marchadoras relacionadas con el respeto y cuidado del medio natural

Estas obligaciones también deberán tenerse en consideración durante los **periodos de entrenamiento** de marchadoras y marchadores, previos a su participación en una prueba de marcha nórdica.

- Respetar el entorno. No dañar los recursos naturales, geológicos, culturales.
- Respetar el itinerario establecido y balizado por la organización, no saliéndose de éste. Evitar senderos secundarios al sendero principal. No atajar campo a través. Evitar recortar por el interior de las curvas.
- La prohibición de tirar basura (desperdicios, envolturas, alimentos o material) salvo en los lugares habilitados por la organización.
- Denunciar cualquier conducta medioambiental negligente del resto de deportistas.
- No gritar durante el recorrido. Mantenerse en silencio.
- Evitar pisar en el interior de zonas húmedas: charcas, arroyos, turberas, etcétera.

Penalizaciones

La organización velará por el estricto cumplimiento de estas obligaciones, y en su caso por la aplicación de las penalizaciones estipuladas. Los tiempos de las penalizaciones las decidirá el equipo arbitral en función del beneficio obtenido y el perjuicio causado. Son causa de penalización o incluso descalificación:

- Tirar desperdicios durante el recorrido.
- Abandonar residuos fuera de las papeleras situadas en los avituallamientos.
- Abandonar el itinerario establecido. Acortar el recorrido o utilizar atajos.
- Gritar o emitir sonidos (silbatos) o luces (destellos) que pueda generar molestias a la fauna o al resto de usuarios del espacio sin causa justificada.
- Señalizar parte del recorrido con spray, pinturas u otros elementos indelebles.
- Prescindir de los elementos necesarios (dorsal, código de identificación) para identificar a quienes participen en la prueba.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

FINALIZACIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PRUEBA

1.2. El papel de la entidad organizadora de la prueba

Criterios/directrices/actuaciones en la ejecución de la prueba

La organización tendrá que informar del correcto desarrollo de la prueba, conforme a los contenidos recogidos en la memoria técnica presentada. Para ello deberá asumir las siguientes actuaciones:

1) Elaboración de un informe de evaluación final que deberá incluir, entre otros, los siguientes aspectos: impactos ocasionados durante la celebración de la prueba, posibles problemas imprevistos, medidas ejecutadas, impacto socioeconómico en el entorno inmediato.
2) Retirar los materiales de señalización, las estructuras y equipamientos utilizados en la prueba.
3) Realizar encuestas de valoración – satisfacción de la prueba, identificando los puntos fuertes y los débiles.
4) Propiciar/facilitar a quienes participen la posibilidad de denunciar cualquier tipo de negligencia ambiental, por parte tanto de deportistas como de la organización del evento, a través de un sencillo protocolo.
5) Posibilidad de evaluar la huella ambiental de la prueba con la colaboración de la administración ambiental.

1.3. El papel de marchadoras y marchadores

Durante esta fase de desarrollo de la prueba los marchadores deberán rellenar la **encuesta de satisfacción-valoración** de la prueba, incidiendo en los aspectos técnicos y ambientales de la misma. Será entregada a quienes participen en la prueba junto al dorsal y deberá entregarse al concluir la prueba y recibir la bolsa para deportistas o similar (camiseta, diploma de participación, recuerdo…).

GLOSARIO

Autorización. Resultado administrativo que posibilita la realización de una actividad, por ejemplo, una prueba de marcha nórdica, bajo unos condicionantes previos. La autorización la solicitará la organización de la prueba aportando la información que en cada caso le indique la administración ambiental.

Avituallamiento. Área delimitada por la organización donde se ofrece, a marchadores y marchadoras, comida y bebida. Según el tipo de avituallamiento podrá tener además un puesto sanitario, descanso o de recogida de deportistas (retirada). También se establece como punto de retirada de posibles residuos generados en el recorrido.

Balizas. Elementos que se utilizan para marcar el recorrido.

Briefing (apertura)**.** Reunión técnica que tienen lugar antes del comienzo de la prueba (noche anterior) en la que la organización explica a marchadores y marchadoras cuestiones descriptivas del itinerario, localización de los avituallamientos y productos alimenticios, localización de puestos sanitarios, descripción general de la prueba (dificultades, precauciones, tipo de suelo, peligros), tipos de categorías y premios, horarios, reglamentos de marchador y marchadora y datos de interés para el público. Y en algunas ocasiones una descripción del entorno por donde transcurre la prueba.

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es

Competición de marcha nórdica. Quienes participan utilizan unos bastones especialmente diseñados para el desarrollo de esta actividad, con el objetivo de optimizar el esfuerzo físico realizado en el movimiento, efectuándose el itinerario a pie, en el menor tiempo posible, aplicando la técnica adecuada, y con el máximo de respeto al medio natural.

Debriefing (clausura)**.** Reunión técnica entre la organización del evento deportivo.

Huella ambiental. Medida del consumo de recursos que genera una prueba a lo largo de su ciclo de vida: diseño, desarrollo y finalización. Se medirá el consumo de energía (incluido transporte), el consumo de agua y la generación de residuos.

Informe de evaluación final. Informe que se realizará al finalizar la prueba y tras aplicar las medidas propuestas. Deberá incluir los impactos ocasionados por la celebración de la prueba y posibles problemas imprevistos. Se evaluará el impacto residual, la efectividad de las medidas, propuestas de mejoras para próximas ediciones.

Memoria técnica. Documento técnico que recoge la descripción general de la prueba y el reglamento de marchadores y marchadoras. Esta memoria debe ser presentada por la entidad organizadora de la prueba.

Organización. Persona física o jurídica promotora, convocante, responsable o directora de una prueba de marcha nórdica, ya sea con ánimo de lucro o con otras finalidades.

Penalización. Sanción que se impone a un marchador o a una marchadora cuando incumple alguna de las obligaciones recogidas en el reglamento de marchadores y marchadoras.

Reglamento de marchadores y marchadoras. Reglamento donde deben estar toda la información referente a las obligaciones y deberes de marchadoras y marchadores incluido las conductas respetuosas con el medio ambiente.

Seguro de responsabilidad civil. Es aquel en el que el asegurador se obliga a cubrir el riesgo a cargo del asegurado de la obligación de indemnizar a un tercero los daños y perjuicios causados por un hecho previsto en el contrato de seguro de cuyas consecuencias sea civilmente responsable la persona asegurada.

Zonas para espectadores y espectadoras. Zonas habilitadas para ubicar al público de una competición. Deberán estar señalizadas correctamente, su acceso debe ser sencillo, alejadas de las zonas más sensibles, contener información de los horarios de paso de marchadoras y marchadores. A ser posible, próximas a puntos de avituallamiento.

Reglamento actualizado, ampliado y modificado por el Área de Marcha Nórdica en **noviembre 2023**

Floridablanca, 84
08015 Barcelona
www.fedme.es