

# REGLAMENTO III MARCHA NÓRDICA “28 F Día de Andalucía”

**Viernes 28 de Febrero de 2025, a las 10:00 horas**

1. Es una prueba abierta a la participación de hombres y mujeres, mayores de 16 años de edad. Los menores de edad deberán presentar autorización paterna o materna.
2. Esta prueba discurrirá por el mismo circuito y se dará salida en el mismo lugar que la XLV CARRERA POPULAR 28F DÍA DE ANDALUCÍA, 2 minutos después. Colocándose los marchadores inmediatamente detrás de los corredores, con la separación adecuada que permita una salida fluida, sin obstaculizar ni la marcha de otros marchadores, ni la carrera de los corredores más lentos.
3. El circuito que proponemos tendrá la salida en la Calle Larga y la meta en Plaza de Andalucía.
4. El recorrido de la prueba de 8 km aproximadamente y está sujeto a posibles modificaciones. El recorrido es cien por cien asfaltado. Uso obligatorio de pads o tacos en los bastones.
5. Las inscripciones se realizarán a través de la Página de la empresa de Cronometraje [www.gesconchip.es](http://www.gesconchip.es) desde el **08 de Enero hasta el miércoles 26 de Febrero a las 14:00h. El día de la prueba no se admitirán inscripciones**, salvo error u omisión por parte de la organización. Los participantes abonarán una cuota de **10 €** y recibirán una camiseta técnica en la entrega de dorsales.
6. **La organización hará el ingreso de 1 € por cada participante en la prueba de 8 km, para la Asociación Familiares del Alzheimer de Chipiona y Fundación Vita**
7. La inscripción se realizará dentro de los plazos establecidos a través de la página [www.gesconchip.es](http://www.gesconchip.es) No podrán usarse los chips de carrera en la marcha y viceversa, serán automáticamente descalificados en ambas clasificaciones.
8. La entrega de dorsales será **el viernes 28 de Febrero** en horario de **08:30 a 09:30 horas**, en la Oficina de Organización en La Plaza de Andalucía.
9. La prueba se regirá por las siguientes normas;
  - Uso obligatorio de los Bastones de Marcha Nórdica con pads (tacos).
  - No se permite la carrera. Se debe mantener en todo momento al menos un pie y un bastón en contacto con el suelo.
  - Los bastones deben ser utilizados activamente, sin arrastrarlos y empleando la técnica diagonal (consistente en el apoyo en todo momento de cada bastón en acción con el pie contrario).
  - No se debe de obstaculizar el paso a otros marchadores.

- La salida se realizará mediante el sistema de cajones, ocupando las primeras posiciones aquellos marchadores que tengan el ritmo de marcha más rápido.
- Se intentará realizar lo más adecuadamente el gesto técnico en las fases de impulso y recobro, aunque no sea una prueba competitiva.
- La organización podrá aplicar sanciones de tiempo a aquellos marchadores que por incumplimiento de la técnica se vean favorecidos en la clasificación final.
- Se realizará una clasificación final en la que se otorgarán trofeos recuerdo al vencedor absoluto y vencedora absoluta y al primer clasificado y clasificada local, así como a los tres primeros y primeras de cada una de las categorías convocadas, no serán acumulables.

CATEGORÍAS DE LA PRUEBA MARCHA NÓRDICA	
SUB 40 masc y fem	1986 a 2008
Màster 40 masc y fem	1976 a 1985
Màster 50 masc y fem	1975 a 1966
Màster 60 masc y fem	1965 a 1956
Màster 70 masc y fem	1955 y anteriores

Se invita a los participantes y público asistente a hacer alguna fotografía y enlazarlas al Facebook del Club Atletismo Chipiona @atletismo.chipiona

