

## UTSM - Reglament 2025

### 1. **Organització**

SMACV (Secció Muntanya Agrupació Cultural Vila-seca) –organització- i Naturetime – productor tècnic- són els organitzadors-productors de l'esdeveniment esportiu, comptant amb el suport del Parc Natural de la Serra de Montsant i la Mancomunitat de Municipis del Parc Natural de la Serra de Montsant, així com de diferents entitats col·laboradores. **Aquest esdeveniment forma part del calendari internacional 2025 de la International Trail Running Association (ITRA) així com UTMB QUALIFIER i RUNTHEWORLD.**

### 2. **Data de celebració**

La data prevista de celebració de la cursa és el dia 11 OCTUBRE 2025

### 3. **Recorrido**

L'**UTSM** per a l'edició de 2025 està format per un recorregut de 63km i 3.470m de desnivell positiu que combina pistes i senders del Parc Natural de la Serra de Montsant. En desenvolupar-se la prova al Parc Natural de la Serra de Montsant, l'objectiu del citat esdeveniment serà respectar i preservar el medi ambient, així com els valors i patrimonis del parc treballant conjuntament amb el Parc per adaptar l'esdeveniment. El mateix recorregut s'utilitza per dur a terme distàncies més curtes de 44KM, 25km, 11km i 7km.

### 4. **Condicions de participació**

- Tenir 21 anys complerts. (7 anys per als caminadors del TSM11, 14 per als corredors de la TSM11 y 16 per al TSM25). Els menors han d'anar acompanyats d'un adult.
- La modalitat Start Trail (trail familiar) està oberta a totes les edats, encara que es recomana a partir dels 3 anys.
- Cada corredor haurà de portar el material obligatori que sol·licita l'organització més el que cregui adequat per suportar les condicions pròpies de la muntanya i de la travessa en funció de les seves condicions, la meteorologia i el recorregut.
- Haver realitzat la inscripció de forma correcta. El fet de realitzar la inscripció mostra la conformitat del participant amb aquest reglament.
- **Posseir una llicència federativa FEED/FCA/FEDME/RFEA/ITRA en vigor** i que inclogui assegurança d'accidents per a competició en curses de muntanya de llarga distància, així com la Responsabilitat Civil del corredor. **Tots els corredors estaran donats d'alta a la ITRA/UTMB QUALIFIER.** En cas de no disposar-ne, serà obligatòri contractar l'assegurança d'accidents temporal facilitada per l'organització per al dia de l'esdeveniment:
  - Característiques de l'**Assegurança d'Accidents Temporal:**
    - **Responsabilitat Civil**
      - Límit per sinistre 600.000 €
    - **Despeses mèdiques** (Quantitats no acumulables, preferentment millor anar a un centre concertat)
      - Centres concertats 3.000 €
      - Centres no concertats Espanya: 1.200 €
      - Centres no concertats Estranger: 2.500€

- **Mort per accident:** 6.010,06 €
- **Mort no accident durant la pràctica esportiva:** 1.800€
- **Invalidesa permanent:** 20.000 €
- **Despeses de rescat:** 9.000 €
- **Àmbit geogràfic:** Estat espanyol

## 5. Responsabilitats

1. Els participants i els organitzadors queden sotmesos al compliment del Real Decreto 1428/2003, del 21 de Noviembre, que regula el Reglamento General de Circulación, i més concretament l'article 14 de l'anex 2.
2. Els participants hauran de firmar/acceptar el document en format on-line "Acceptació Condicions de Participació UTSM **2025**". La firma/acceptació d'aquest document implica estar-hi d'acord i tenir les característiques necessàries per a la cursa que s'hi estipulen (mèdiques, físiques, psicològiques i tècniques).
3. Els participants competeixen en tot moment sota la seva pròpia i lliure voluntat. Tot i així se'ls informa que la participació en aquest esdeveniment esportiu implica un risc de lesions als participants, des de lesions lleus fins a incloure la mort. Qualsevol tipus de dany sofert durant la cursa, posant com a exemple i sense que siguin motius excloents altres, els causats per les caigudes (sigui quin sigui el seu motiu), atropellaments, problemes de salut derivats de la pràctica esportiva, enfermetats, defalliment, ferides (sigui quina sigui la seva gravetat) causades per fauna o flora, etc., o danys al material incloent la pèrdua, destrucció, trencament, robatori o extraviament, degut a accidents esportius o bé per la pròpia dinàmica de l'activitat.
4. Serà obligació dels participants progressar amb seguretat en tot moment, sent els responsables de les seves accions i els responsables a la vegada d'assumir el risc de l'activitat i de l'entorn.

## 6. Seguretat

1. L'organització situarà, en determinats punts del recorregut i als controls de pas, personal especialitzat encarregat de vetllar per la seguretat dels participants. És obligatori seguir les indicacions d'aquest personal que estarà convenientment identificat.
2. En cas d'abandonament, cal comunicar-ho tan aviat com sigui possible al personal de l'organització, ja sigui als punts de control o via telefònica.
3. Es disposarà de personal mèdic i ambulàncies en punts estratègics del recorregut per intervenir en cas de necessitat. Al mapa oficial de la cursa estaran indicats aquests llocs d'assistència mèdica.
4. Hi haurà un equip escombra encarregat de tancar la cursa i recollir totes les marques d'aquesta, després del seu pas. Per la qual cosa, si un participant ha estat sobrepassat per l'equip escombra, no trobarà marques.
5. Amb les últimes hores de llum del dia i fins l'albada, serà obligatori tenir el frontal i el llum vermell encesos i visibles per a la resta de corredors i organització.
6. Tots els corredors hauran de conèixer i respectar la Ley de Seguridad Vial en vigor durant l'esdeveniment. Ressaltem l'article 123 (Circulación Nocturna) en referència a l'ús del material reflectant: visible a 150 metres i homologat. El recorregut de la cursa és amb trànsit obert i en tot moment els participants han d'actuar segons indica la Ley de Seguridad Vial.

7. Durant la cursa existeixen diversos creuaments de carretera (secundària). L'organització senyalitzarà aquestes zones sobre el terreny tant per als corredors com per als vehicles. Els corredors han d'extremar les precaucions en aquestes zones. És responsabilitat dels corredors creuar aquestes vies en situació de seguretat.
8. En cas que hagin desaparegut cintes del marcatge o d'estar perdut, es recomana fer ús del mapa i/o ús de GPS. En cas de no disposar-ne, retrocedir a l'última cinta i esperar algun altre corredor amb GPS/mapa.

**CERTIFICAT MÈDIC:** l'organització NO sol·licitarà un certificat mèdic als corredors de les distàncies llargues, encara que sí en recomana el seu ús.

## **7. Direcció de Cursa i Comissaris**

1. Els Directors de Cursa podran retirar de la competició un corredor quan considerin que aquest tingui mermades les seves capacitats físiques o tècniques a causa de la fatiga, no disposi del material obligatori, o les seves condicions no siguin les apropiades per continuar en cursa.
2. Els Directors de Cursa podran suspendre, escurçar, neutralitzar o detenir la cursa, per seguretat o causes de força major alienes a la seva voluntat (climatologia, causes externes, etc.).
3. Els Comissaris dels CP són els responsables dels Punts de Control de Pas Obligats. Els participants no podran reclamar o interrogar pel reglament, classificacions i itineraris als comissaris.
4. L'organització es reserva el dret de modificar les bases de l'**UTSM** o suspendre-les, davant d'una eventualitat o causa de força major.

## **8. Categories**

El **UTSM63, MSM44, TSM25 i TSM11** té les següents categories individuals:

### **TSM25k i TSM11k**

Júnior Homes: 14 a 20 anys, JH (**TSM25 a partir de 16 anys**)

Júnior Dones: 14 a 20 anys, JF (**TSM25 a partir de 16 anys**)

Veterà Homes: 40 a 49 anys, VH1

Veterà Dones: 40 a 49 anys, VF1

Veterà Màster Homes: 50 a 59 anys, VMH

Veterà Màster Dones: 50 a 59 anys, VMF

Veterà Màster Plus Homes: 60 a 64 anys VMPH

Veterà Màster Plus Dones: 60 a 64 anys, VMPF

Veterà Màster Gold Homes: 65 anys o més, VMGH (només a 11k)

Veterà Màster Gold Dones: 65 anys o més, VMGF (només a 11k)

Local Homes – LH

Local Dones - LF

### **MSM 44k**

SUB-23 Homes: 21-23 anys, SH  
SUB-23 Dones: 21-23 anys, SF  
Sénior Homes: 24 a 39 anys, SH  
Sénior Dones: 24 a 39 anys, SF  
Veterà Homes: 40 a 49 anys, VH1  
Veterà Dones: 40 a 49 anys, VF1  
Veterà Màster Homes: 50 a 59 anys, VMH  
Veterà Màster Dones: 50 a 59 anys, VMF  
Veterà Màster Plus Homes: 60 anys o més, VMPH  
Veterà Màster Plus Dones: 60 anys o més, VMPF

### **UTSM 63k**

SUB-23 Homes: 21-23 anys, SH  
SUB-23 Dones: 21-23 anys, SF  
Sénior Homes: 24 a 39 anys, SH  
Sénior Dones: 24 a 39 anys, SF  
Veterà Homes: 40 a 49 anys, VH1  
Veterà Dones: 40 a 49 anys, VF1  
Veterà Màster Homes: 50 a 59 anys, VMH  
Veterà Màster Dones: 50 a 59 anys, VMF  
Veterà Màster Plus Homes: 60 anys o més, VMPH  
Veterà Màster Plus Dones: 60 anys o més, VMPF

## **9. Classificacions**

1. **Participació Individual:** Les mateixes categories més:
  1. General Homes
  2. General Dones

## **10. Sorteig i Premis**

Un Premi per a cadascun dels/les tres primers/es classificats/des de les categories General homes i dones (H i F). Un Premi per a cadascun dels guanyadors i guanyadores de cada categoria (JH - JF - VH1 - VF1 - VMH - VMF - VMPH - VMPF - VMGH - VMGF).

Després de l'entrega de premis es farà el sorteig de material. Serà imprescindible ser present a l'entrega de premis i sorteig per recollir el lot. No s'admeten representants.

- No hi ha premis en metàl·lic.
- Trofeu i lots de material esportiu/producte dels sponsors de la cursa.

## **11. Finisher**

Tots els participants que acabin la distància a la qual es van apuntar a l'**UTSM** en menys del temps màxim establert se'ls considerarà **Finishers** i sels hi farà entrega d'un obsequi que així ho demostri.

## 12. **Dorsals**

1. Els participants hauran de portar en tot moment el dorsal facilitat per l'organització. El dorsal s'ha de col·locar a la part davantera i ha d'estar sempre visible, no es pot retallar, doblegar, tapar ni modificar.
2. En acabar o abandonar, no llençar el dorsal. Amb ell podreu accedir a l'avituallament a l'arribada, al premi de finisher i al sorteig de material.

## 13. **Fiança**

1. En usar el sistema de cronometratge NATURETIME no hi haurà fiances a dipositar.

## 14. **Drets d'imatge**

L'organització es reserva els drets de les imatges, prenent i recopilant fotografies, vídeo i informació de les proves. Així com d'utilitzar tot aquest material per a anuncis, relacions públiques o qualsevol altre propòsit periodístic o de promoció de la curs i altres esdeveniments produïts per NATURETIME (39874527W). El fet de participar a l'esdeveniment, comporta l'express consentiment del participant a cedir la seva imatge a l'organització per a les finalitats prèviament indicades.

## 15. **Modificacions**

El present reglament pot ser corregit, modificat o millorat en qualsevol moment per part de l'organització.

## **ASPECTES TÈCNICS:**

## 16. **Recorreguts**

1. L'**UTSM** és un recorregut de muntanya, amb sortida i arribada a Ulldemolins, que recorre camins i senders del Parc Natural de la Serra de Montsant passant per diversos dels municipis que el formen, en un traçat circular de 63km, 3.470m de desnivell positiu i la Marató de 44km amb 2.343m de desnivell positiu. El TSM25, surt i arriba a Ulldemolins, sent un recorregut circular de 25km i 1.263m de desnivell positiu, amb tan sols 2 avituallaments. El TSM11, surt i arriba a Ulldemolins, sent un recorregut circular d'11km i 621m de desnivell positiu, amb tan sols 1 avituallament. Es pot fer caminant.
2. La travessa es realitza en muntanya i comporta el pas per algunes zones tècniques i de difícil accés, on les condicions meteorològiques (nit, vent, fred, pluja o inclús neu) poden augmentar la seva dificultat i, per tant, es requereix portar material de

seguretat. És necessària una bona preparació i una gran capacitat d'autonomia personal per realitzar el recorregut. L'**UTSM** és un Ultra Trail de muntanya en **semi-autosuficiència**, a la que cada participant haurà de portar el seu menjar, beure i material de seguretat.

3. El recorregut estarà marcat però es realitza amb trànsit obert.

## 17. **Semi-Autosuficiència**

L'**UTSM** és una cursa en **semi-autosuficiència** :

**Nota:** Revisar el document tècnic **TIMMING 2025** per conèixer les hores de pas, de tancament i els punts d'avituellament.

1. Hi haurà **Avituellament Bàsic (AV0)** a cada municipi pel qual transcorre la cursa. Inclou: Aigua, fruita i sòlid (barretes)
2. Hi haurà **Avituellament Lleuger (AV1)** en cursa. Els **AV1** consistiran en aigua, Caldo, Cafè, Te, refrescos, mini entrepans d'embutit/formatge, fruita, galetes, etc.; Revisar les "Dades Tècniques" de la web per saber el punt quilomètric de cada avituellament en cada cursa.
3. L'**Avituellament Complet (AV2)** situat a meitat de recorregut: A banda d'incloure els aliments i begudes dels AV1, inclourà Pasta o Arròs.
4. **Begudes.** A la cursa **no hi haurà gots de plàstic** d'un sol ús. Cada corredor ha de portar a sobre un recipient per poder beure als avituellaments. Als avituellaments AV1 i AV2, hi trobareu altres begudes a banda d'aigua, però només es poden prendre in-situ. Només podreu carregar el bidó de la motxilla amb aigua.
5. Està **prohibit tenir ajuda externa i anar acompanyat** d'altres persones que no siguin participants inscrits a les proves. **NOMÉS I EXCLUSIVAMENT** es permet l'assistència externa a les zones d'AVITUALLAMENTS AV1 i AV2: Margalef, La Morera de Montsant i Albarca. Fora d'aquestes zones no es podrà assistir els corredors, però sí se'ls podrà animar. Els corredors amb necessitats de DIETES ESPECIALS podran rebre assistència als punts de control si així ho sol·liciten a l'organització, amb un mes d'antelació.
6. Cada participant haurà de **disposar del menjar** que cregui necessari. És molt aconsellable un mínim de calories a l'inici de la prova per assegurar una participació en **Semi-autosuficiència**.
7. A meta hi haurà un avituellament lleuger.

## 18. **Mapa**

Els corredores podran consultar un mapa topogràfic amb la informació de l'itinerari, els controls de pas obligatori (visibles), els punts d'assistència mèdica i els avituellaments de cada cursa. **Atenció:** els controls obligatoris no visibles no estaran indicats pel que serà necessari no sortir de l'itinerari marcat per poder validar tota la cursa. També es facilitarà el track i els Wpts per a GPS, a través de la web [www.naturetime.es](http://www.naturetime.es)

## 19. **Marcatge**

1. Tota la cursa estarà marcada amb cintes. Per als trams que es preveuen en nocturnitat, les cintes portaran una franja reflectant per facilitar-ne la visualització.
2. Les marques se centraran a les zones de creuaments i canvis de direcció. A les zones on s'hagi de seguir la pista o sender únic i principal, les marques disminuiran. També hi haurà cartells amb fletxes.
3. Els trams especials estaran indicats amb cartells de precaució: Creuament de Carretera / Zona de difícil Orientació / Zona de precipici
4. L'organització tindrà marcat tot el recorregut 1 hora abans de començar la cursa, però en tractar-se d'una gran distància i en terreny de difícil accés en algunes zones, no podem assegurar que el 100% del marcatge continuï al lloc al pas dels corredors. Desgraciadament, actes vandàlics també afecten les curses. Per aquest motiu l'organització pot distribuir mapa, així com track i Wpts per a GPS, per garantir que els corredors tinguin les eines per no perdre's i, en cas de fer-ho, poder recuperar el camí correcte.
5. És responsabilitat dels corredors realitzar la cursa seguint el recorregut oficial. L'organització utilitzarà tots els recursos possibles perquè el marcatge de la cursa no s'alteri durante la mateixa.

## **20. Controles de paso (CP)**

1. Els participants hauran de passar obligatòriament pels CP i verificar el seu pas per mitjà d'un lector de xip/QR. Els CP seran clarament visibles.
2. El sistema de cronometratge serà a través de xip/QR que permetrà seguir en directe la cursa a través d'internet.
3. Tots els CP són obligatoris. Els participants són els responsables de registrar el seu pas per cada CP i per meta. La pèrdua del xip/QR o el seu deteriorament implica la sanció corresponent. En els controls de pas hi haurà personal de l'organització.
4. Al mapa estaran marcats tots els controls de pas obligatoris, però podrà haver-hi altres controls sorpresa durant el recorregut amb la finalitat que tots els participants segueixin l'itinerari marcat. Tots els CP tenen la mateixa validesa d'obligatorietat, pel que no passar per un d'ells implica la sanció corresponent.
5. Un equip escombra de l'organització realitzarà el recorregut tancant les curses i desmuntant la senyalització.

## **21. Timing**

1. Les curses presenten una sola sortida en massa i una sola meta. Entre ambdues hi haurà controls de pas (CP) on es recolliran temps parcials. En cas que l'organització ho estimi oportú per condicions extremes, es podrà detenir la cursa en algun d'aquests punts, detenint-se també el crono.
2. Guanyarà la cursa qui la realitzi en el menor temps de cursa passant en ordre per tots els controls de pas obligatoris i seguint la ruta oficial. En finalitzar, a cada corredor se li facilitarà un document on-line amb el crono de la cursa, la posició, la categoria i cronos parcials als CP.
3. Límits horaris: S'establiran uns límits horaris als CP que s'indicaran a la web oficial (Taula horària - Timing) i al mapa de cursa. No es permetrà seguir als que superin aquestes barreres horàries. Als que vulguin continuar se'ls retirarà el dorsal i podran

continuar fora de cursa i sota la seva responsabilitat. En cas de males condicions meteorològiques o per raons de seguretat, l'organització es reserva el dret d'aturar la prova, modificar el recorregut o de variar els límits horaris.

## **22. Abandonaments i retorn a Ulldemolins**





1. Els abandonaments només es podran efectuar als següents punts del recorregut on hi haurà personal de l'organització i punts d'avituallament:
  - Margalef
  - La Morera de Montsant
  - Albarca
2. Els que abandonin hauran d'avisar obligatòriament l'Organització per mitjà d'un control o posant-se en contacte amb el Centre d'Organització a través del número de telèfon que està indicat al dorsal. Tots els participants que abandonin estan obligats a posar-se en contacte amb Control Central per verificar el seu abandonament.
3. L'organització disposarà d'un autobús/furgoneta de retorn a Ulldemolins en els punts d'abandonament. Només hi haurà dos viatges, per la qual cosa el retorn s'efectuarà al tancament del control i s'anirà avançant juntament amb la cursa recollint els participants que vagin abandonant. No és obligatori fer el retorn a l'autocar/furgoneta de l'organització.
4. Existeix cobertura de telèfon mòvil amb la companyia Movistar en gairebé tot el recorregut excepte:
  - Barrancs de la Serra Major
  - Congost de Fragnerau
5. En cas de necessitat d'evacuació per accident o lesió que impedeixi l'aproximació a peu a un dels punts de retorn, s'haurà d'intentar avisar l'organització per tots els mitjans possibles contactant amb alguna persona de control o d'assistència de seguretat per activar l'operatiu de rescat.

## **23. Serveis: Vestuaris / dutxes / zona repòs / WC**

1. Hi haurà facilitats de vestuari i dutxes per a després de la prova.
2. Durant la cursa trobareu diferents serveis WC en els propis recintes on estigui el control o a prop d'aquest. Al mapa de cursa estan marcats.
3. És aconsellable disposar d'un allotjament contractat a la zona per descansar després de la cursa.



## 24. Material

| MATERIAL OBLIGATORI EN CURSA<br>ULTRA TRAIL SERRA DE MONTSANT<br>CATALÀ        |  |  |  |  |  |
|--|--|---|---|--|---|
|  |  | 63KM  | 41KM  | 27KM   | 13K   |
| Dorsal visible   |  | ✓   | ✓   | ✓  | ✓   |
| 4 imperdibles (o equivalent per la subjecció de dorsal)                        |  | ✓   | ✓   | ✓  | ✓   |
| Motxila o equivalent   |  | ✓   | ✓   | ✓  | s'aconsella   |
| Menjar calòric per a ser semi-autosuficient durant la cursa                    |  | ✓   | ✓   | ✓  | s'aconsella   |
| Sistema hidratació   |  | X (MIN. 1L)   | X (MIN. 1L)   | X (MIN. 0'5L)  | s'aconsella   |
| Got reutilizable   |  | ✓   | ✓   | ✓  | ✓   |
| Manta de supervivència (220 x 140 cm)  |  | ✓   | ✓   | s'aconsella  | s'aconsella   |
| Telefón mòbil  |  | ✓   | ✓   | s'aconsella  | s'aconsella   |
| Material reflectant homologat (nocturnitat o mala visibilitat)*                |  | ✓   | ✓   |  |   |
| Farmacíola: vena elàstica tapping (mínim 80cm x 3cm), antisèptic               |  | ✓   | ✓   |  |   |
| Llanterna frontal i un joc de piles de recanvi                                 |  | ✓   | NO  |  |   |
| Llum vermella de posició trassera (tipus pilot de bici)                        |  | ✓   | NO  |  |   |
| Jaqueta IMPERMEABLE i TERMOSELLADA <b>amb caputxa</b>                          |  | ✓   | ✓   | s'aconsella  |   |
| Jaqueta paravent (en cas de portar la jaqueta anterior, no cal portar aquesta) |  | NO  | NO  | ✓  | s'aconsella   |

\*Tots els corredors hauràn de ser coneixadors i actuar segons la Llei de Seguretat Vial en vigor durant l'esdeveniment. Resaltem l'article 123 (Circulació Nocturna) en referència a l'ús de material reflectant (la llum blanca davant i vermella darrera per exemple): visible a 150 metres i homologat (Real Decreto 1407/1992).

Cada participant haurà de disposar, per garantir la seva pròpia seguretat, del següent:

## 25.

**-Bossa porta residus:** Una petita bossa de malla per guardar el rebuig personal i tots els seus residus fins a un punt de control. Tot participant que llenci o abandoni els seus rebuïjos en el recorregut serà penalitzat.

**-Equipació de seguretat:** davant de climatologia adversa l'organització es reserva el dret de poder exigir als corredors roba tècnica. Aquesta informació es facilitarà als corredors abans de l'obertura de recollida de dorsals.

### 1. Material complementari **recomanat**

- Pastilles potabilitzadores per a l'aigua de les fonts
- Llanterna frontal d'alta potència (Més de 80 lúmens) per veure-hi millor de nit
- Equipació calenta suplementària en cas de climatologia adversa
- Funda porta mapes per protegir el mapa
- Samarreta i mitjons de recanvi
- Crema solar i vaselina o crema anti-fregaments
- Relotge con altímetre
- GPS
- Roba tècnica: Folre polar sencer/samarreta tèrmica màniga llarga (mínim 150 g.), gorro tèrmic, tubular, gorra, guants, etc.
- Xiulet
- Pantaló o malles llargues, per sota del genoll

2. **Material de prevenció:** s'aconsella a tots els corredors que no es limitin a portar el material mínim exigít, sinó que portin a sobre aquell material que creguin oportú per desenvolupar la cursa segons la seva preparació, el seu nivell físic i la previsió climatològica.

## 26. Altres aspectes tècnics

### 1. Control de Sortida

Previ a la sortida, s'efectuarà un control per poder accedir al recinte tancat de sortida:

1. Verificació de dorsals.
2. Verificació de tot o part del material obligatori.
3. S'haurà de marcar el xip/QR al lector electrònic de sortida del control de firmes.
4. Els participants que no portin el material obligatori, o que el presentin inutilitzable o defectuós, no podran prendre la sortida.

## 2. Control de Meta

L'organització realitzarà un control de material a tots els corredors després del seu pas per meta, especialment a aquells amb opcions de pòdium. Es verificarà tot el material obligatori sol·licitat, penalitzant per cada peça que falti.

## 3. Aigua

Aquesta és una travessa en **semi-autosuficiència** a la qual es combinarà l'**aigua de les fonts dels pobles** amb l'oferta als avituallaments AV0+AV1+AV2, amb la que es pot recollir per la muntanya a les diferents fonts naturals que existien. L'aigua que es troba a la muntanya i als pobles és normalment potable però es recomana que en cas de fer-la servir, la utilització d'algun sistema de potabilització lleuger com és l'ús de pastilles o líquids que es poden obtenir a farmàcies, donat que l'aigua no sempre serà tractada.

Al mapa estarà indicat el lloc on es troben les fonts de cada poble. Igualment l'itinerari hi passarà.

## 4. Senders

Es prohibeix circular camp a través fora dels camins. El fet de participar a la cursa ens compromet a tots a ser **eco-responsables** i això ens obliga a no agafar dreceres, no maltractar la fauna ni la flora. Gaudim dels senders.

## 5. Per la nit

En fer-se fosc és obligatori encendre el frontal. El dispositiu d'il·luminació de posició (serveix un llum vermell portàtil de bicicleta) ha d'estar col·locat a la parte posterior de la motxilla des del moment de la sortida i s'ha d'encendre obligatòriament al vespre perquè sigui visible pels participants que van darrere i l'organització.

Fauna: per la nit és quan major moviment d'animals es produeix. Respecteu-los, sou a casa seva!

## 6. Circulació per carretera

No es permet la circulació per carreteres asfaltades excepte en els trams indicats:

-Àrees urbanes de sortida i arribada als municipis.

-Hi ha trams que creuen carreteres. Pot haver-hi personal de l'organització de control, així com senyalització per al corredor i els vehicles, però tot i així, és responsabilitat dels corredors extremar les precaucions en aquests trams asfaltats.

-Serà obligació dels participants actuar segons la Ley de Seguridad Vial donat que la cursa es realitza amb trànsit obert: destaquem l'ús de material reflectant homologat i visible a més de 150 metres.

## 27. **Reclamacions i penalitzacions**

1. **Reclamacions** - Jurat de les proves: Les reclamacions s'han de presentar a l'organització per escrit, dues hores abans del lliurament de premis.
2. El **jurat** de la prova estarà format pel director de cursa, el responsable de seguretat, el responsable de CPs, un representant dels corredors (escollit o per sorteig) i el responsable de cronometratge.
3. **Desqualificacions**: Veure la llista completa a la Taula de Desqualificacions i Penalitzacions al final del reglament en el punt següent.
4. **Penalitzacions**: En la mesura del possible, davant d'una irregularitat, l'organització intentarà advertir l'infractor perquè corregeixi la situació. Cas de repetir-se s'aplicarà la penalització.

| <b>TAULA DESQUALIFICACIONS/PENALITZACIONS UTSM 2025</b>  | <b>DESQ.</b> | <b>PENALITZ.</b> |
|--|--------------|------------------|
| No presentació a la sortida de qualsevol material obligatori de cursa (veure article 23)                 | X            |                  |
| Superar el límit horari d'un CP  | X            |                  |
| Infraccions contra el medi ambient. Llençar brossa   | X            |                  |
| Doping   | X            |                  |
| Circular camp a través fora dels camins  | X            |                  |
| Transport no autoritzat  | X            |                  |
| Infraccions de les normes del Parc Natural Serra de Montsant   | X            |                  |
| Pèrdua o destrucció del dorsal o xip   | X            |                  |
| Desobeir directrius de seguretat indicades per l'organització  | X            |                  |
| No socórrer un participant que ho sol·liciti   | X            |                  |
| Demandar ajut sense necessitar-lo  | X            |                  |
| No passar pel control de sortida   | X            |                  |
| No abalisar correctament el xip als Controls de Pas (CP)   | X            |                  |
| No posar-se el material obligatori indicat per l'organització  |              | 2h               |
| No disposar del menjar marcat amb el dorsal i/o trobar restes de menjar d'un participant per la muntanya |              | 2h               |
| No portar el frontal y llum posterior encenses de nit  |              | 2h               |
| Ajut extern no autoritzat (menjar, material)   |              | 2h               |
| Anar acompanyat per persones no vinculades a la cursa  |              | 2h               |
| Passar per camins o carreteres no autoritzades   |              | 2 h              |
| No disposar del material obligatori de cursa al control de meta  |              | 2h (por peça)    |
| Dorsal doblegat, tapat o no visible  |              | 1h               |

## Declaració d'acceptació de les condicions de participació a:

### **UTSM – 11 OCTUBRE 2025 - ULLDEMOLINS**

1. Coneixem i acceptem íntegrament el Reglament **2025** de la cursa. El fet d'inscriure's a la cursa confirma que signo on-line aquesta Declaració d'Acceptació de Condicions de Participació, i em faig responsable de la validesa de les dades i accepto el Reglament **2025** i aquesta Declaració d'Acceptació de Condicions de Participació.
2. Som conscients que aquesta mena de competicions, en desenvolupar-se al medi natural, en llocs de difícil control i accés, porta implícit un risc addicional pels participants. En virtut d'això, assistim amb voluntat i iniciativa pròpies, essent conscients i assumint els riscos i conseqüències inherents a la nostra participació en aquesta prova.
3. Acudim amb la preparació que requereix la competició, gaudim de bona salut general, sense patir cap malaltia, defecte físic o lesió que pugui agreujar-se amb la nostra participació. Si durant la prova, patíssim alguna mena d'incidència que pogués perjudicar la nostra salut o suposar un risc per a la nostra integritat física, ho posarem en coneixement de l'organització el més aviat possible. Serà exclusivament la nostra responsabilitat tot allò que ens pugui passar per continuar l'activitat física en condicions no òptimes.
4. Estem en possessió d'una varietat suficient de capacitats físiques, habilitats tècniques i recursos de supervivència suficients per garantir la nostra pròpia seguretat en les diferents disciplines i proves especials d'aquest esdeveniment, sota les condicions d'autonomia en les que es desenvolupa. Igualment, disposem del material esportiu i de seguretat exigít per a les diferents modalitats en les que intervindrem; es troba en bon estat, està homologat i sabem fer-lo servir amb propietat.
5. Coneixem i dominem els protocols de seguretat estipulats per a cada disciplina en la que intervindrem, comproment-nos a complir les normes de seguretat establertes; així com a mantenir un comportament responsable que no augmenti els riscos per a la nostra integritat física.
6. Els participants competeixen sota la seva pròpia responsabilitat. Sobre ells recau la decisió final de prendre la sortida i la realització de la cursa o part d'ella. Els participants eximeixen l'organització, els seus espònsors, entitats col·laboradores, personal voluntari i personal laboral, de les reclamacions o demandes basades en suposades accions o omissions dels participants o altres que actuïn al seu favor. Així com de les reclamacions o demandes resultants dels danys que puguin succeir als participants (qualsevol tipus de lesió i inclús la mort) i als seus materials, incloses la pèrdua, destrucció, trencament, robatori o extraviament.
7. L'organització no es fa responsable dels accidents o danys que puguin patir o provocar els participants, tot i que es vetllarà per evitar-los.
8. Autoritzem Naturetime, i per extensió l'organització, a fer servir qualsevol fotografia, filmació o gravació que es prenguin sempre que estigui exclusivament relacionada amb la nostra participació en aquest esdeveniment.
9. Declara ser coneixedor de les prestacions i de les cobertures de la seva assegurança d'accidents, obligatòria per a participar en la competició, i notifica a l'organització de la prova que aquesta assegurança cobreix l'activitat en la seva totalitat, segons la legislació vigent.
10. Ens comprometem a seguir les pautes generals de respecte al medi ambient que es relacionen més a baix.

## Relació de Pautes generals de respecte al Medi Ambient

- No produir alteracions en els processos i el funcionament natural dels ecosistemes.
- No deteriorar els recursos biòtics, geològics, culturals o, en general, del paisatge.
- Sortejar o evitar les zones mediambientalment sensibles.
- Evitar la marxa pels rius quan aquesta pugui fer-se per la vora del riu.
- Realitzar les necessitats fisiològiques als llocs adients o, en tot cas, fora de l'aigua i lluny dels punts de pas o reunió de persones, ni en llocs rocosos.
- No encendre foc ni provocar situacions de risc d'incendi.
- No abocar ni abandonar objectes o residus sòlids o líquids fora dels llocs habilitats.
- Retirar i traslladar tots els elements i residus produïts a les zones d'assistència, sortida o meta.
- No abandonar restes de materials, embolcalls o aliments utilitzats durant la competició.
- Realitzar el recorregut produint el menor soroll possible.
- No pertorbar la tranquil·litat del espai o a la fauna domèstica o salvatge.
- Respectar el món rural, els drets i costums locals.
- Deixar les cancel·les, reixats, cadenes o similars en la mateixa situació en què es varen trobar.
- No envair les propietats privades o prohibides al llarg del recorregut.
- Limitar l'ús d'il·luminació artificial i del so a les necessitats bàsiques d'organització, progressió, seguretat i emergència, especialment a l'interior d'espais naturals protegits.