

NORMATIVA CAMINADA FCD

Horari

- **9:00h** Registre i recollida de samarretes
- **9:20h** Xerrada inicial (explicacions i instruccions pel recorregut)
- **9:30h** Inici de la caminada
- **12h** Hora límit d'arribada al punt final

Caldrà respectar els horaris marcats.

Condicions de participació

- Es tracta d'una caminada no competitiva, oberta a totes aquelles persones capaces de caminar per muntanya baixa.
- Per participar s'ha de ser major d'edat el dia de la cursa. En cas de ser menor cal anar acompanyat del pare, mare o tutor responsable.
- Tots els participants s'hauran d'haver inscrit.
- El fet d'inscriure's a la caminada implica l'acceptació d'aquest reglament.
- La inscripció inclou una assegurança d'accidents durant l'activitat.
- S'admetrà un màxim de 300 participants
- En cas de portar animals domèstics, hauran d'anar lligats en tot moment.
- No està permès el consum d'alcohol i/o altres drogues al llarg del recorregut. Tenint en compte que la Caminada té lloc dins d'un parc natural es recomana no fumar durant el recorregut. Es facilitaran moments específics per fumar a l'inici, meitat i final del trajecte.
- Tots els participants hauran d'assistir a la xerrada inicial que es farà abans d'iniciar la caminada en que es donaran les explicacions i instruccions a respectar.
- L'organització es reserva el dret de canviar el recorregut o el programa, si és el seu criteri o si les condicions climatològiques així ho aconsellen.

Recorregut i quiatge

Inici i final a l'estació de ferrocarrils de la Generalitat "Baixador de Vallvidrera"
Distància 7,4km
Recorregut circular
233 mts de desnivell positiu
Camí de muntanya baixa
Recorregut no marcat, caldrà seguir indicacions dels organitzadors
Durada aproximada 2,30h
Dificultat baixa

Caldrà portar

Calçat adequat per caminar per camins de muntanya baixa
Roba còmode i adequada a l'activitat i la climatologia d'aquell dia
Aigua suficient i alguna cosa lleugera per menjar

Retirades

Si algun participant decideix abandonar la caminada, caldrà que ho notifiqui a algun membre de l'organització.
Si algun participant s'endarrereix molt del grup o incompleix la normativa, l'organització li pot demanar que abandoni o que accepti continuar sense assistència

Avituallament

No estan previstos avituallaments.

Cal que cada participant porti el necessari (aigua suficient i menjar lleuger)

Medi ambient

Caldrà posar la màxima cura en respectar el medi ambient. Els participants s'hauran d'endur la brossa que produeixin durant la caminada (papers, llaunes o ampolles, embolcalls...)

Emergències

La inscripció comporta assegurança d'accidents

En cas d'accident, lesió o qualsevol indisposició o malestar caldrà avisar el personal acompanyant de l'organització. O trucar al 112 si s'estima greu i urgent.

Responsabilitat dels participants

Totes les persones inscrites participen a l'activitat sota el seu propi risc i responsabilitat.

Es faran responsables de qualsevol dany que puguin causar a l'entorn, a ells mateixos o a terceres persones.

Responsabilitat de l'organització

L'organització comptarà amb personal col·laborador que guiarà el recorregut, vetllarà pel grup i atindrà qualsevol incidència.

- L'Organització declina tota responsabilitat en cas d'accident.

- L'Organització queda exclosa de responsabilitat en cas de problemes derivats del possible estat de salut dels participants.