



“REGLAMENTO DE LA XXVI VOLTA A PEU LA CANYADA (2023)”

ARTÍCULO 1.- La asociación de Vecinos de La Canyada, el C.A. Cárnicas Serrano y el Ajuntament de Paterna organiza la XXVI Volta a Peu La Canyada. Esta carrera se desarrolla en conmemoración al incendio que asoló parte del Parque de La Vallesa en 1994, parque que en 2007 quedó integrado en el Paraje Natural del Túria, a la que podrán acceder personas sin distinción de sexo, edad, raza o nacionalidad.

ARTÍCULO 2.- La carrera tendrá lugar el sábado, 26 de agosto 2023, con punto de encuentro en la Plaza Puerta del Sol (La Canyada – Paterna), mediante un circuito que transcurre en parte por zona urbana y en parte por zona boscosa del parque natural.

Carrera no apta para personas con diversidad funcional en silla de ruedas.

Carrera infantil	1.000 m	18:30 horas
Carrera absoluta	6.400 m	19:30 horas

ARTÍCULO 3.- Las categorías de competición serán las siguientes, tanto masculinas como femeninas:

Sub-10	Nacidos en 2014 y posteriores	1.000 m
Sub-14	Nacidos entre 2010 y 2013	1.000 m
Sub-18	Nacidos entre 2006 y 2009	6.400 m
Sub-20	Nacidos entre 2003 y 2004	6.400 m
Sub-23	Nacidos entre 2001 y 2003	6.400 m
Senior	Nacidos entre 1989 y 2000	6.400 m
Veterano A	Nacidos entre 1979 y 1988	6.400 m
Veterano B	Nacidos entre 1969 y 1978	6.400 m
Veterano C	Nacidos en 1968 y anteriores	6.400 m

ARTÍCULO 4.- Las inscripciones podrán realizarse a través de la página web www.cronorunner.com hasta el 23 de agosto de 2023. El precio será de 4 euros para la carrera absoluta y de 1 euro para la carrera infantil.

Se establecen un máximo de 700 plazas, distribuidas en 500 plazas en la carrera absoluta y 200 plazas en la carrera infantil.

Los dorsales con chip podrán recogerse en el centro de inscripciones ubicado en la Plaza Puerta del Sol a partir de las 17:30 y hasta 30 minutos antes del inicio de la carrera.

En el caso de la carrera infantil, la inscripción se podrá realizar también el día de la prueba desde las 17:00 hasta 15 minutos antes del inicio de la carrera con abono del importe correspondiente en el momento de la inscripción. Todos los participantes en las carreras infantiles, tendrán camiseta y medalla conmemorativa.



ARTÍCULO 5.- Se entregarán trofeos a los tres primeros clasificados por categoría masculina y femenina al finalizar la carrera absoluta.

ARTÍCULO 6.- La carrera estará cubierta por un seguro de responsabilidad civil y un seguro de accidentes que sufragará la Organización. Así mismo, se contará con dispositivo sanitario presente durante toda la carrera. Los seguros no presentarán cobertura en relación a los desplazamientos hasta el lugar de la carrera, ni en el caso de imprudencia, enfermedad, negligencia o inobservancia de las leyes y del artículo del presente reglamento.

ARTÍCULO 7.- Todos los participantes, por el hecho de participar libre y voluntariamente, aceptan el presente reglamento, declarándose estar en buenas condiciones físicas y asumiendo el riesgo derivado de la práctica deportiva.

ARTÍCULO 8.- Todos los participantes en la carrera ceden a los organizadores los derechos de las fotografías o vídeos en la que, con carácter general y en el desarrollo de la prueba deportiva, pueda obtenerse y resultar que parece su imagen al objeto de la promoción, publicidad, propaganda y cualquier otra información referente a la prueba deportiva.

ARTÍCULO 9.- Las reclamaciones o impugnaciones son competencia de la Organización. Estas podrán ser presentadas hasta 30 minutos después de publicada la clasificación oficial. La decisión de la Organización será inapelable.”

LA CARRERA DISCURRE, EN PARTE, POR PISTAS FORESTALES CON FIRME IRREGULAR. SE RECOMIENDA PRUDENCIA.

ALGUNAS RECOMENDACIONES PARA UNA PRÁCTICA SEGURA:

La práctica de actividad física comporta numerosas ventajas para tu salud.

No obstante, en determinadas circunstancias es necesario tomar ciertas precauciones:

- Si has padecido alguna enfermedad cardiovascular o metabólica, es imprescindible la supervisión médica.
- Si hay alguna variación sustancial en tu estado de salud, consulta a tu médico antes de iniciar o reanudar tu actividad.
- Si no te encuentras bien a causa de un malestar temporal, como un resfriado o fiebre, espera a encontrarte mejor para iniciar o reanudar tu práctica.

Y siempre:

- Debes realizarte un chequeo médico anual.
- Para la planificación de tu entrenamiento y supervisión de tus progresos recurre a un profesional de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Puedes encontrar más recomendaciones interesantes en:

<http://www.esport.paterna.es/es/actividades/recomendaciones.html>

http://femede.es/documentos/Guia_Deporte_recreacional.pdf