

1ª Carrera RCP > GIJÓN 2020

del 12 al 18
OCTUBRE
2020
SEMANA
DE LA
PARADA
CARDÍACA
GIJÓN



REGLAMENTO

Artículo 1 > Denominación

El Patronato Deportivo Municipal del Ayuntamiento de Gijón y 321Go eventos organiza la 1ª Carrera RCP Gijón 2020, que tiene como objetivos, la concienciación de la sociedad sobre la importancia de la enseñanza de la reanimación cardiopulmonar y la realización de estas maniobras por toda la población, así como fomentar a través de la práctica deportiva responsable un medio para combatir las enfermedades cardiovasculares.

La prueba tiene además un componente solidario y benéfico, ya que un porcentaje de la inscripción se donarán a APACI, Asociación de padres y amigos de cardiopatías congénitas.

Artículo 2 > Como participar

Se podrá participar en la prueba de las siguientes maneras:

- **Carrera virtual** sobre un recorrido predefinido y/o uno de libre elección de los corredores, con distancia a recorrer en función de la categoría de los participantes.
- **Carrera presencial** sobre una distancia de 5.000 metros con salida y meta en el velódromo del C.D. Las Mestas.

Artículo 3 > Participantes

- **Carrera virtual**, abierta a todas las personas que lo deseen siempre que este correctamente inscritas a través de la web www.321go.es
- **Carrera presencial**, solo estará abierta a participantes entre 18 y 59 años, no permitiéndose la participación a personas cuyas condiciones físicas les hagan ser vulnerables al COVID-19 (mayores de 60 años, enfermedades respiratorias, enfermedades cardiovasculares incluida la hipertensión arterial, diabetes, cáncer, etc.)

Artículo 4 > Plazas

- **Carrera virtual:**
Inscripción solo dorsal (sin límite de plazas)
Inscripción dorsal + camiseta (sin límite de plazas)
- **Carrera presencial:**
Inscripción dorsal chip + camiseta (100 plazas)

Se deberá seleccionar talla de camiseta en el momento de la inscripción.

Artículo 5 > Fechas

La **carrera virtual** estará abierta desde las 08:00 horas del lunes 12 de octubre hasta las 22:00 horas del sábado 17 de octubre.

La **carrera presencial** se celebrará el domingo 18 de octubre a partir de las 11:00 horas.

Artículo 6 > Categorías y distancias

- **Carrera virtual:** abierta a participantes de todas las edades en las siguientes categorías
 - Sub 14 (nacidos/as en el año 2006 y posteriores) distancia a recorrer 2km
 - Sub 18 (nacidos/as en el año 2002 y posteriores) distancia a recorrer 4km
 - Senior (nacidos/as en 2001 y anteriores hasta master 35) distancia a recorrer 5km
 - Veteranos/as A (de master 35 hasta master 50) distancia a recorrer 5km
 - Veteranos/as B (master 50 en adelante) distancia a recorrer 5km

1ª Carrera RCP > GIJÓN 2020

del 12 al 18
OCTUBRE
2020
SEMANA
DE LA
PARADA
CARDÍACA
GIJÓN



- **Carrera presencial:** limitada a participantes entre 18 años y 59 años, con distancia a recorrer sobre un circuito urbano de 5.000 metros.
 - Senior (de 18 a 34 años)
 - Veteranos/as A (de 35 a 49 años)
 - Veteranos/as B (de 50 a 59 años)

Artículo 7 > Fechas de inscripción

En la web www.321go.es

- **Carrera virtual:** del 1 al 17 de octubre
- **Carrera presencial:** del 1 al 8 de octubre

Artículo 8 > Precios

- **Carrera virtual:**
 - Solo dorsal (2€)
 - Dorsal + camiseta (5€)

Para la entrega de la camiseta a la hora de realizar la inscripción seleccionar entre las siguientes opciones:

- Recogida camiseta en tienda: Deportes Arconada c/ Instituto nº 8 Gijón (se enviará mail confirmando fecha recogida)
 - Entrega camiseta a domicilio a través de correos express (coste del servicio 5,92€)
- **Carrera presencial** (dorsal chip + camiseta): 7€
Recogida de dorsal chip y camiseta se realizará el día de la prueba

Artículo 9 > Normativa Carrera Virtual

- **Carrera con circuito libre:** Se podrá realizar la prueba una vez se haya formalizado la inscripción en la web www.321go.es, entre el periodo de fechas establecido, del 12 al 17 de octubre.
Una vez inscrito, se recibirá un código validando la inscripción, con ese código se podrá ingresar en la APP de 321Go Live (los links de la app se enviarán junto con el mail de confirmación)

Cuando el corredor vaya a realizar el recorrido deberá ingresar en la app 321 Go Live, la aplicación calibra el GPS del teléfono móvil (5-10 segundos) y el corredor le puede dar al play para comenzar.

El sistema avisará con un pitido sonoro a cada kilómetro recorrido, una vez finalizada la distancia a recorrer la aplicación se para, avisando de la finalización y enseña en la pantalla del teléfono el tiempo oficial.

Se podrán realizar, dentro del rango de fechas, todos los intentos que se quiera y el último día se podrá ver los resultados definitivos en la app y en la web www.321go.es

- **Carrera con circuito predefinido (kilometrín):** se podrá realizar la prueba una vez se haya formalizado la inscripción en la web www.321go.es, entre el periodo de fechas establecido, del 12 al 17 de octubre.

Una vez inscrito, se recibirá un código validando la inscripción, con ese código se podrá ingresar en la APP de 321Go Live (los links de la app se enviarán junto con el mail de confirmación)

Cuando el corredor vaya a realizar el recorrido deberá ingresar en la app 321 Go Live, la aplicación calibra el GPS del teléfono móvil (5-10 segundos) y el corredor le puede dar al play para comenzar.

1ª Carrera RCP > GIJÓN 2020

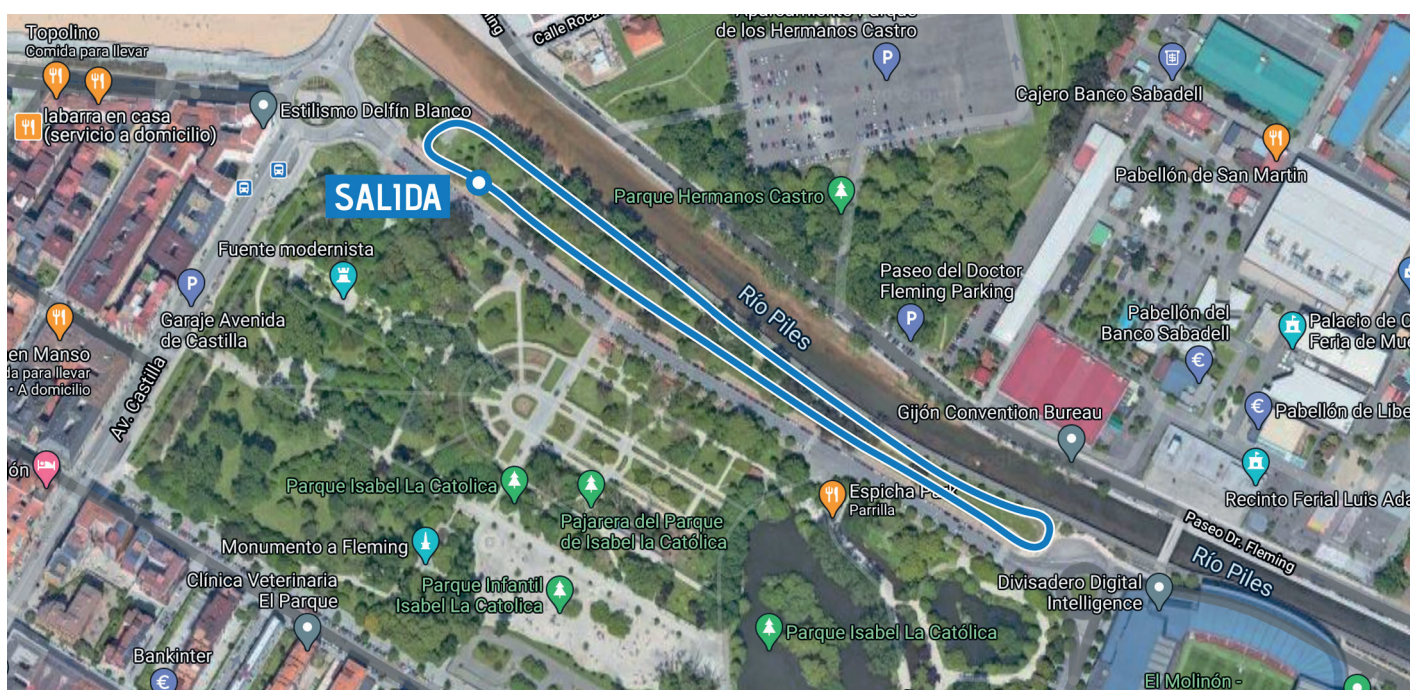
del 12 al 18
OCTUBRE
2020
SEMANA
DE LA
PARADA
CARDÍACA
GIJÓN



Si el corredor no se encuentra en el punto de salida del circuito, la aplicación le dirá como llegar a dicho punto. Una vez situado en el mismo el corredor le puede dar al play para comenzar.

El sistema avisará con un pitido sonoro a cada kilómetro recorrido, una vez finalizada la distancia a recorrer la aplicación se para, avisando de la finalización y enseña en la pantalla del teléfono el tiempo oficial.

Se podrán realizar, dentro del rango de fechas, todos los intentos que se quiera y el último día se podrá ver los resultados definitivos en la app y en la web www.321go.es



- **Clasificaciones**, se realizará una clasificación de ambas pruebas, circuito libre y circuito predefinido por categorías, tomando para la misma en caso de varios intentos el recorrido de mejor tiempo. Todos los participantes podrán descargar diploma acreditativo con su tiempo y puesto en la prueba.

Artículo 10 > Normativa Carrera presencial

- 1 **Se celebrará** el 18 de octubre y discurrirá sobre un circuito urbano de 5.000 metros con salida y meta en el velódromo del C.D. Las Mestas.
- 2 **Se realizarán cuatro salidas de 25 corredores** cada una en intervalos de 30", siendo la primera a las 11 horas y las demás una a continuación de otra, a cada corredor se le comunicará vía mail su número de salida y horario de la misma.
- 3 **El cronometraje** de la prueba se realizará a través de "dorsal chip", este deberá permanecer fijado por sus cuatro esquinas en la camiseta a la altura del pecho de forma que sea visible. Está totalmente prohibido, siendo motivo de descalificación, participar con el dorsal de otra persona.
- 4 **Recogida de dorsales y camiseta:** el mismo día de la prueba en carpa habilitada próxima a la zona de salida desde las 9 de la mañana y hasta las 10:30 horas, media hora antes de la hora de la primera salida. Es obligatorio la presentación de documento acreditativo para la recogida.

1ª Carrera RCP > GIJÓN 2020

del 12 al 18
OCTUBRE
2020
SEMANA
DE LA
PARADA
CARDÍACA
GIJÓN



- 5 Declaración responsable COVID 19**, todos los corredores participantes, a la recogida del dorsal, deberán entregar, debidamente cumplimentada, una declaración responsable, manifestando que los últimos 14 días no se ha tenido ninguna sintomatología compatible con Covid-19, no haber sido positivo, no haber convivido con personas que lo hayan sido ni haber tenido contacto estrecho con personas afectadas por la misma. La declaración responsable es de obligada presentación, el incumplimiento impedirá participar en la prueba.
- 6 Cámara de llamadas**, todos los atletas participantes deberán pasar por una cámara de llamadas para acceder a la zona de calentamiento cerrada, esta estará abierta desde las 10:15 horas hasta diez minutos antes de la primera salida. En cámara de llamadas se entregará a los participantes una mascarilla que será obligatorio portar en la zona de salida y se procederá a la toma de temperatura, todos los que sobrepasen los 37,5° no podrán participar en la carrera.
Una vez pasado el control de cámara de llamadas no se podrá abandonar la zona, siendo motivo de descalificación. En ambos casos, se exime a la organización de cualquier responsabilidad o devolución del importe de la inscripción.
- 7 Calentamiento**, una vez superada la cámara de llamadas se dispondrá de una zona de calentamiento cerrada en exclusiva para los atletas participantes, es recomendable el uso de mascarilla en el calentamiento y obligatoria cuando no se pueda mantener la distancia de seguridad interpersonal.
- 8 Salida**, los corredores deberán situarse en las marcas habilitadas en el suelo debiendo en todo momento mantener la distancia de seguridad interpersonal.
- 9 Mascarilla**, es obligatorio su uso en la zona de salida y a la llegada, no se permitirá a nadie acceder al cajón de salida (ni tomar la salida) sin ella.

Una vez empezada la carrera se deberá mantener puesta la mascarilla hasta abandonar el velódromo (300 metros), en carrera queda prohibido tirar la mascarilla en el suelo, tanto al principio como a lo largo del recorrido. El corredor/a la tendrá que conservarla y a la llegada la depositará en contenedores habilitados para ello y cogerá una nueva.
- 10 Clasificaciones**, para la elaboración de las mismas se tendrá en cuenta el tiempo neto realizado por el atleta, es decir, desde su paso en salida por la plancha de control de tiempos hasta su llegada a la línea de meta. Éstas se podrán consultar en la web www.321go.es o en la app 321Go live.
- 11 Premios**, se entregará trofeo a los tres primeros clasificados/as de cada categoría y a los tres primeros/as de la clasificación general, los premios son acumulativos.
- 12 Vehículos**, todo el recorrido durante el discurrir de la prueba permanecerá cerrado al tráfico. Los únicos vehículos autorizados para seguir la misma serán los dispuestos por la organización. Cualquier vehículo no autorizado será expulsado inmediatamente.
- 13 Servicios médicos**, la organización los dispondrá en zona de meta y recorrido, así como voluntarios con desfibriladores en carrera.
- 14 Voluntarios**, todos los voluntarios usarán mascarillas, usarán guantes desechables en las zonas en las que se produzca recogida o entrega de material. El número de voluntarios será el mínimo imprescindible para el desarrollo de la prueba con seguridad. Las personas que conformen los equipos de voluntarios deberán tener entre 16 y 60 años. Se evitará que las personas con condiciones de salud que les hacen más vulnerables participen en el evento, sobretodo si su condición médica no está controlada. No podrán formar parte de voluntarios aquellas personas, que tengan síntomas compatibles con COVID-19, así como aquellos que se encuentren en aislamiento por diagnóstico de COVID-19 o en periodo de cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto estrecho con alguna persona con síntomas o diagnosticada de COVID-19.
Cada voluntario tendrá una función asignada.

1ª Carrera RCP > GIJÓN 2020

del 12 al 18
OCTUBRE
2020
SEMANA
DE LA
PARADA
CARDÍACA
GIJÓN



Voluntario con función específica de Supervisor Covid-19, en cada una de las áreas vigilará el cumplimiento escrupuloso de todas las medidas higiénicas establecidas para el control de la pandemia en el evento, notificando las infracciones con el fin de tomar las medidas necesarias para preservar la salud pública del evento.

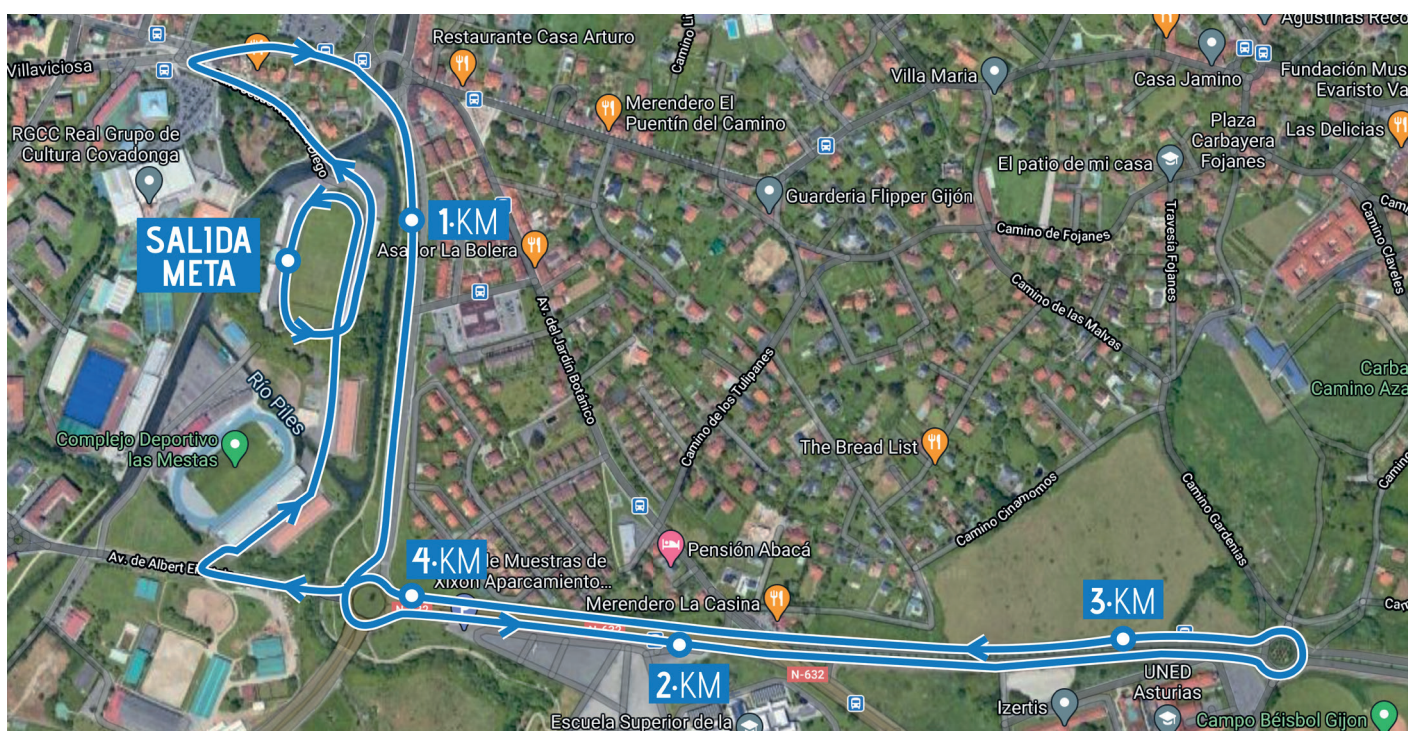
Se extremarán las medidas de limpieza y desinfección de las zonas comunes y de los vehículos de organización. Existen zonas con dispensadores de gel hidroalcohólico y contenedores con tapa para depositar todos los desechos generados en el evento.

- 15 Seguros,** todos los participantes correctamente inscritos están cubiertos por un seguro de responsabilidad civil y accidentes que cubrirán su participación en la carrera.

No obstante todos los participantes reconocen a la Organización que se encuentran en perfectas condiciones físicas, no padeciendo ninguna enfermedad que suponga riesgo para su persona o le incapacite para su participación en la prueba, haciéndose responsable y eximiendo a la Organización de los daños que pudiera ocasionarse derivados de su participación en la misma.

- 16 Protección de datos,** a efectos de lo previsto en la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, se informa que los datos de carácter personal recabados a través de la inscripción en esta competición serán incluidos en un fichero cuyo responsable es el Patronato Deportivo Municipal (PDM). La finalidad de esta recogida de datos de carácter personal es realizar tareas de gestión de inscripciones y resultados, así como acciones propias del PDM, así como de patrocinadores y colaboradores de la prueba. Podrá dirigir sus comunicaciones y ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición, mediante comunicación por email a la dirección pdm@gijón.es o correo postal a Patronato Deportivo Municipal, Plaza de la República s/n 33204 Gijón.

17 Plano recorrido.



- 18 Aceptación reglamento,** el hecho de participar en la carrera implica la aceptación de este Reglamento.