

# I ENCUENTRO MARCHA NÓRDICA TENERIFE 2022

5 noviembre

Organiza:



Federación Tinerfeña  
de Montañismo  
FIMT



**Taller de iniciación - 10:30**

**Taller y charla técnica - 12:30**

**I Open Tenerife Marcha Nórdica - 13:00**

Inscripción: [www.conchipcanarias.com](http://www.conchipcanarias.com)

Colabora:



El Rosario  
TU AYUNTAMIENTO



## I ENCUENTRO MARCHA NORDICA TENERIFE 2022 – FINCA DON LEANDRO.

El **Club Deportivo Vallivana**, organiza conjuntamente con la **Federación Insular de Montañismo de Tenerife** el **I Encuentro de Marcha Nórdica Tenerife 2022**. El evento tendrá lugar el próximo 5 de noviembre 2022 en la **Finca de Don Leandro**, ubicada en Las Lagunetas, desde las 10:00 horas.

Conscientes de la importancia de la marcha nórdica en el área de salud y especialmente el cáncer de mama, contaremos con la participación, como invitadas de honor, de las mujeres integrantes de **Ámate**, la **Asociación de Cáncer de Mama de Tenerife**.

Colaboran con la organización; **Finca Don Leandro**, **Ámate**, **Conchip Canarias**, **Tenerife Outdoor**, **JaviSport**, **Deportes Empate**, **Masajes y Terapias Manuales**, **Policlínico Curbelo**, **Naturesport Tegueste**, **Pescamar**, **Gel Relax**, **Ayuntamiento de La Matanza**, **Ayuntamiento de El Rosario**, **Ayuntamiento de Candelaria**.

### Normativa.

El evento se desarrollará íntegramente en la **Finca de Don Leandro**, y podrá participar cualquier persona mayor de 18 años de edad, acogándose a la normativa establecida, pagando en tiempo y forma la cuota de inscripción que le corresponda según modalidad para personas federadas en montañismo o personas sin licencia federativa. No se aceptan inscripciones el día de la prueba.

### INSCRIPCIONES, PRECIO Y PERÍODO

Podrán inscribirse a través de la plataforma online [www.conchipcanarias.com](http://www.conchipcanarias.com). El plazo de inscripción finaliza el domingo 18/09/22 a las 23:59h. No se aceptará ninguna inscripción fuera de este plazo. El precio será de 12€ para todas las personas federadas por la **Federación Insular de Montañismo de Tenerife** y 18€ para el resto de personas que deseen participar. La inscripción es personal e intransferible.

-La inscripción incluye, bolsa y camiseta conmemorativa del evento, monodosis Gel Relax y un seguro de accidentes, para las personas no federadas.

### HORARIOS Y DESARROLLO DEL EVENTO

<b>10:00</b>	Presentación y explicación programa.
<b>10:30</b>	Taller iniciación a la Marcha Nórdica.
<b>12:30</b>	Taller y charla Técnica.
<b>13:00</b>	I Open Marcha Nórdica Tenerife 2022 – Finca Don Leandro.
<b>14:30</b>	Clausura encuentro y entrega premios.

Las personas inscritas pueden participar en todas las actividades previstas en el encuentro: taller de iniciación, taller/ charla técnica y en el Open.

## Open marcha nórdica tenerife 2022.

### Modalidad: Experiencia Competitiva

Dado el carácter incipiente de la marcha nórdica en nuestra tierra, el objetivo de esta modalidad es ofrecer a todas las personas participantes, un primer acercamiento y la experiencia de vivir una prueba de marcha nórdica. Para ello, se vigilará el cumplimiento de los aspectos más relevantes del reglamento de competición de marcha nórdica, del cual se informará en la charla técnica previa a la prueba, siempre desde un punto de vista lúdico y educativo.

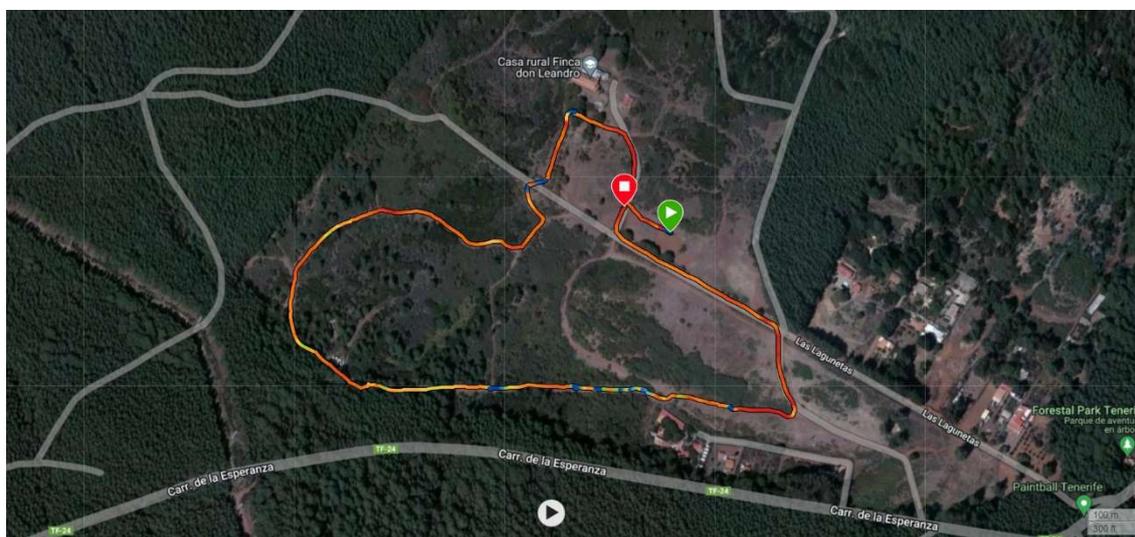
Las personas participantes completarán tres vueltas al circuito establecido (6.000 metros aproximadamente) y se premiará a los tres primeros clasificados masculinos y a las tres primeras clasificadas femeninas, en cruzar la línea de meta.

Para participar en esta prueba, es imprescindible tener bastones propios de marcha nórdica y asistir a la charla técnica previa a la competición.

- La organización podrá ampliar o modificar las distancias según el número de personas inscritas.

### Recorrido:

6000m Aprox. (3 Vueltas).



### AVITUALLAMIENTO

La organización pondrá un avituallamiento líquido durante el recorrido y las personas que lo deseen podrán llevar también su propio avituallamiento parando en los lugares establecidos y con las normas que se les indicara en la charla técnica. Al finalizar la prueba también se dispondrá de avituallamiento sólido y líquido.

## ENTREGA DE DORSALES

La entrega de dorsales será en la Finca Don Leandro de 9:00 a 12:00 en carpa habitada por la organización. (Se ruega vayan con tiempo para cumplir con el programa establecido).

Por cuestiones de seguridad y responsabilidad civil la utilización de dorsales por parte de personas que NO sean titular inscrito oficialmente en el Open, puede incurrir en graves consecuencias. Por este motivo, en caso de detectar el uso de un dorsal por parte de otra persona que NO sea el/la titular del mismo, tanto la persona que use ese dorsal como el/la titular del mismo, no podrán participar en la prueba y la organización se reserva, además, otro tipo de acciones restrictivas.

## CLAUSURA

Una vez finalizado el Open, alrededor de las 14:30 horas, se dará por clausurado el evento con un brindis, en la misma Finca Don Leandro. En la misma, además de analizar la jornada y compartir experiencias, se hará entrega de un diploma a todas las personas participantes.

## NOTA IMPORTANTE

La realización de la inscripción implica haber leído, entendido y adquirido los compromisos que se exponen: Certifica que está en buen estado físico y tiene realizado los pertinentes reconocimientos de salud que le habiliten para participar en competiciones de estas características. La Organización no será responsable de ninguna lesión o padecimiento por imprudencia, negligencia o falta de forma física del marchador o la marchadora.

Autorizo a la organización a utilizar mi imagen en publicaciones impresas o electrónicas para la promoción del deporte. Conforme a la L.O. 15/1999, le informamos de que sus datos personales pasarán a formar parte de un fichero que es responsabilidad del Club Deportivo Vallivana. Si desea ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación u oposición podrá hacerlo dirigiéndose por escrito a la dirección del Club junto a una fotocopia de su DNI. La organización rechazará cualquier inscripción que no acepte las condiciones de este reglamento. En caso de dudas o de alguna situación no recogida se estará a lo que disponga la organización.

La organización no se hará responsable de ningún daño moral que puedan sufrir los participantes o espectadores durante el trascurso de la prueba.

No está permitido correr acompañado de personas que no participen en la prueba, vayan a pie o cualquier vehículo, no se puede correr con menores en el brazo, ni entrar con carritos, ni animales, Etc. Esta prohibición, se entiende al trascurso de toda la carrera y muy especial a la llegada a meta, su vulneración será motivo de descalificación por el/la juez/a arbitro/a.



**SEGURIDAD:** La prueba dispondrá de medios de seguridad hasta el cierre de la carrera. El recorrido estará cerrado al tráfico. El personal de control está facultado para indicar la conducta a seguir en todo momento a las personas participantes en caso de peligros objetivos, accidente o en caso de abandono. Si las circunstancias lo requieren, se podrá interrumpir o neutralizar la prueba en un punto del recorrido o en todo este. Es responsabilidad de cada participante estar físicamente preparado o preparada para realizar la prueba.

***El CD Vallivana y la Federación Insular de Montañismo de Tenerife, en su apuesta por la Marcha Nórdica, tienen como objetivo crear un evento que sea referente en esta disciplina de montañismo en la isla de Tenerife y que alcance en un futuro proyección, tanto a nivel regional como nacional.***

***Rogamos máxima difusión del evento en redes sociales y medios de comunicación, a todas las personas interesadas, a las personas participantes y a los Clubes adscritos a la Federación Insular de Montañismo de Tenerife, con el objetivo de lograr un gran evento que perdure en el tiempo.***

**¡Deseamos que les guste y disfruten!**

**C.D. VALLIVANA: “POR UN DEPORTE SEGURO Y SALUDABLE”**



## **NORMAS DE ACTUACIÓN PARA CORREDORES Y PÚBLICO SI DESCUBRE UNA SITUACIÓN DE EMERGENCIA...**

- Mantenga la calma, no grite. Toda una organización preparada para estas emergencias le ayudará.
- Avise de la situación al personal de la organización más próximo o al puesto de mando.
- Espere instrucciones.

### **EN CASO DE MOVILIZACIÓN / EVACUACIÓN**

- Siga las instrucciones de los miembros de los equipos de emergencia y autoprotección.
- Dirijase al punto de reunión interior (ver al dorso).
- No corra.
- Circule con calma y serenidad.
- No transporte objetos voluminosos
- En caso de incendio, si se le prenden las ropas, no corra, tírese al suelo y ruede.

**Está demostrado que una evacuación organizada, es más rápida y menos peligrosa.**