



COPA y CPTO.

CANARIAS

3ª PRUEBA

23 NOV

2024

LA PALMA

LLANOS DE ARIDANE



ESCANEA
EL QR PARA
REALIZAR TU
INSCRIPCIÓN
HASTA 18/11/24

ORGANIZA



FECAMON
FEDERACIÓN CANARIA
DE MONTAÑA

HOWDEN

COLABORAN



LOS LLANOS
DE ARIDANE



FECAMON
FEDERACIÓN CANARIA
DE MONTAÑA



LOS LLANOS
DE ARIDANE

ÍNDICE

1. CRONOLOGÍA DEL EVENTO.....	3
2. INFORMACIÓN PREVIA A LA PRUEBA.....	4
3. ENTREGA DE DORSALES Y BRIEFING TÉCNICO.....	5
4. INFORMACIÓN DURANTE LA PRUEBA.....	6
5. INFORMACIÓN POSTERIOR A LA PRUEBA.....	9



1. CRONOLOGÍA DEL EVENTO

La información contenida en el presente dossier será válida hasta la celebración del Briefing Técnico.

Conjuntamente se celebrarán las siguientes pruebas deportivas:

- ♦ Campeonato de Canarias Marcha Nórdica Llanos de Aridane
- ♦ III Prueba de la Copa de Canarias Marcha Nórdica Llanos de Aridane

Resumen Cronológico de la Prueba

Pre-evento		Fecha	Horario	Enlace
Inscripciones	Periodo reducido	Hasta 08/11/24	20:00	Formulario de inscripción
	Periodo estándar	Hasta 18/11/24	24:00	

Evento		Fecha	Horario	Ubicación
Entrega de Dorsales	Opción 1	22/11/24	18:00 a 21:00	Casa de la Cultura de Los Llanos de Aridane
Briefing Técnico		22/11/24	20:00	Casa de la Cultura de Los Llanos de Aridane
Entrega de Dorsales	Opción 2	23/11/24	8:00 a 10:00	Puerto Naos (Stand de la Prueba)
Prueba	Salida	23/11/24	10:30	Ubicación
	Cierre	23/11/24	13:00	Ubicación
	Ceremonia de Premiación	23/11/24	13:30	Ubicación
	Tercer tiempo	23/11/24	14:00	Ubicación

2. INFORMACIÓN PREVIA A LA PRUEBA

FECHA Y LUGAR

Sábado 23 de Noviembre, [Puerto Naos](#)

CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

La presente competición de marcha nórdica se desarrollará en dos modalidades:

- ◆ Modalidad Competición: Reservada exclusivamente para deportistas federados
- ◆ Modalidad Open: Abierta a todos los deportistas, tanto federados como no federados.

IMPORTE DE INSCRIPCIÓN Y DISTANCIAS

- ◆ Deportistas Federados: Podrán inscribirse en ambas modalidades, tanto en la de Competición como en la Open.
- ◆ Deportistas No Federados: Únicamente podrán inscribirse en la modalidad open. El importe adicional de la inscripción se destinará a la emisión de una licencia deportiva de día para la modalidad de marcha nórdica, conforme a la tarifa vigente, disfrutando de los seguros deportivos y coberturas correspondientes.

PLAZOS, TIPOS E IMPORTE DE INSCRIPCIÓN

- ◆ Inscripción periodo reducido: Hasta las 20:00 horas del Viernes 8 de Noviembre
- ◆ Inscripción periodo estándar: Hasta las 24:00 horas del Lunes 18 de Noviembre

Formulario de inscripción : [Formulario de inscripción](#)

	Periodo reducido		Periodo estándar	
	Competición	Open	Competición	Open
Deportista Federado	15€	15€	20€	20€
Deportista No Federado		20€		25€

Categorías en Edad Escolar tienen un descuento de 10€ en la inscripción a la competición.

Deportistas no federados deberán solicitar el seguro de un día en el formulario de inscripción.



FECAMON
FEDERACIÓN CANARIA
DE MONTAÑA



LOS LLANOS
DE ARIDANE

3. ENTREGA DE DORSALES Y BRIEFING TÉCNICO

- ♦ Entrega de Dorsales:

Opción 1: [Casa de la Cultura de Los Llanos de Aridane](#)

Fecha: Viernes, 22 de noviembre

Horario: 19:00 a 21:00 horas

Opción 2: Puerto Naos ([Stand de la Prueba](#))

Fecha: Sábado, 23 de noviembre

Horario: 8:00 a 10:00 horas

- ♦ Briefing Técnico:

[Casa de la Cultura de Los Llanos de Aridane](#)

Fecha: Viernes, 22 de noviembre

Horario: 20:00 a 20:30 horas

En el briefing técnico se dará la información actualizada y relevante sobre el recorrido, las normas de la competición, los puntos de avituallamiento y demás información relevante.



4. INFORMACIÓN DURANTE LA PRUEBA

Ficha técnica

- ◆ Recorrido



- ◆ Track GPS:

- [Formato gpx](#)
- [Formato KMZ](#)

- ◆ Perfil:





FECAMON
FEDERACIÓN CANARIA
DE MONTAÑA



 **LOS LLANOS
DE ARIDANE**

♦ Tipo de suelo:

Pavimento: 540 metros – 27%

Tierra: 1330 metros – 66.5%

Asfalto: 130 metros – 6.5%

♦ Distancia total: 2 kilómetros

Desnivel positivo: 35 metros

Desnivel negativo: 35 metros

Cota mínima: 11 metros

Cota máxima: 28 metros

NOTA: Para un mejor resultado en el suelo de pavimento y asfalto, no se recomiendan las punteras metálicas de velocidad. El uso de los pads o tacos es a elección de las personas participantes, que han de considerar que la quita o puesta de estos debe realizarse en posición de parada, tanto a la entrada como a la salida del pavimento de la avenida de Puerto Naos.

Distancias por modalidad:

Modalidad Competición			
Categoría	Subcategoría	Edad	Distancia a recorrer
Infantil		12-13 años	4 km (2 vueltas)
Cadete		14-15 años	6 km (3 vueltas)
Absoluta	Junior	16-17 años	14 km (7 vueltas)
	Promesa	18-23 años	
	Senior	24-39 años	
	Veterana A	40-49 años	
	Veterana B	50-59 años	
	Veterana C	60-69 años	
	Veterana D	70 o más	

Modalidad OPEN			
Categoría	Subcategoría	Edad	Distancia a recorrer
OPEN		Todas las edades	6 km (3 vueltas)



FECAMON
FEDERACIÓN CANARIA
DE MONTAÑA



LOS LLANOS
DE ARIDANE

Desarrollo de la Prueba

- ♦ Salida:

[Ubicación](#)

Horario: 10:30 horas

Duración estimada: 2 horas y 30 minutos

- ♦ Cierre de carrera: 13:00

♦ Anuncio de resultados: La clasificación se expondrá 20 minutos antes del inicio de la Ceremonia de Entrega de Premios (art. 26.3)

♦ Reclamaciones: Se podrán presentar reclamaciones referentes a las clasificaciones provisionales hasta 10 minutos después de su publicación (*Punto 14*), conforme a lo recogido en el artículo 14, Reclamaciones y régimen de recursos

- ♦ Ceremonia de Premiación Modalidad de Competición:

[Ubicación](#)

13:30

♦ Modalidad Open: Este formato se corresponde con la participación lúdica no competitiva, por lo que carece de Ceremonia de Entrega de Premios. A aquellas personas que completen la distancia, se les hará entrega de un reconocimiento a la participación.

Servicios en la Prueba

- ♦ Avituallamiento:

Cantidad: Uno

Tipo: Sólido y líquido

- ♦ Aseos y duchas: [Ubicación](#)

- ♦ Tercer tiempo: [Ubicación](#)

- ♦ Servicios complementarios:

Guardarropa: [Ubicación](#)

Locales de restauración: [Ubicación](#)

- ♦ Reglamento: [Enlace](#)

- ♦ Cronometraje:

Uso correcto de dorsales y chip: Las personas participantes deberán llevar los dos dorsales proporcionados por la organización, tanto en la parte delantera como trasera, en un lugar visible y sin alteraciones.



FECAMON
FEDERACIÓN CANARIA
DE MONTAÑA



**LOS LLANOS
DE ARIDANE**

El chip de control de tiempo deberá colocarse correctamente para garantizar un correcto registro. La organización empleará controles electrónicos en el recorrido para verificar que todas las personas participantes completan la totalidad de la prueba. Es obligatorio pasar por todas las alfombras de control. El incumplimiento de estas normas podría acarrear la descalificación.

Controles de paso y tiempo límite: Se establecerán tiempos máximos para superar cada control de paso. Las personas participantes que no cumplan con estos tiempos deberán abandonar la Prueba.

♦ Seguridad:

Servicios Sanitarios: La Prueba contará con la presencia de personal y vehículo sanitario, acorde a lo establecido en el Plan de Seguridad de esta.

5. INFORMACIÓN POSTERIOR A LA PRUEBA

♦ Conformación de podio: Para conformar podio en cada categoría/subcategoría, es necesario que tomen la salida al menos 4 deportistas, con el fin de garantizar una competición real.

♦ Recogida del premio: Para optar al premio, se requiere estar presente a lo largo del tiempo de duración de la Ceremonia de Premiación.

♦ Ceremonia de Premiación:

En primer lugar se llevará a cabo la entrega de premios del Campeonato de Marcha Nórdica. Luego se procederá a la premiación final de la copa.

Hora y duración: La Ceremonia se llevará a cabo el sábado 23 de noviembre a las 13:30 horas.

Entregas de premios		
Concepto	Premios	Optan a premiación
Campeonato de Canarias	Medallas	Tres primeros puestos de Edad escolar y subcategorías
	Trofeos	Tres primeros puestos de categoría absoluta
	Premios en metálico	Tres primeros puestos de cada categoría



FECAMON
FEDERACIÓN CANARIA
DE MONTAÑA



**LOS LLANOS
DE ARIDANE**

Copa de Canarias	Medallas	Tres primeros puestos de Edad escolar y subcategorías
	Trofeos	Tres primeros puestos de categoría absoluta
	Premios en metálico	Tres primeros puestos de cada categoría
	Reconocimientos a la participación	Primer puesto de Categorías y subcategorías sin podio

Premios en metálico - Importes		
	Categoría absoluta	Categorías en Edad Escolar y subcategorías
1º	250 €	125 €
2º	125 €	60 €
3º	60 €	30 €

La entrega de premios FECAMON se llevará a cabo acorde al Reglamento Marcha Nórdica FECAMON.

- Tercer tiempo:

- Hora: 14:00 horas

- Lugar: [Ubicación](#)

- Dinámica: Se servirá Paella Nórdica de Hermandad y bebida

Contacto

Web: <https://fecamon.es/>

Email: eventos@fecamon.es

Teléfono: 928471605