



REGLAS PARA EL WALKER

 

14 FEB 16

3ª MARCHA NÓRDICA COMPETITIVA ONUBA NORDIC WALKING

HUELVA



www.onubanordicwalking.com

INSCRIPCIONES


Tienda Chiguagua C/ Bedigón 21 Vinoteca M.Romero, Mercado del Carmen Pto. 40
Polideportivo Andrés Estrada Joyería Moral, Avda. Federico Molina 40

ORGANIZA

   

COLABORAN:

     

    

 **14 FEB 16**

M3DIA MARATON HUELVA

www.corredorcompleto.com

INSCRIPCIONES


Huelva es DXT®

AVITUALLAMIENTO

SALIDA LLEGADA

AVITUALLAMIENTO









REGLAS PARA EL WALKER

RESUMEN REGLAMENTO Marcha Nórdica Competitiva (Nordic Walking)

COMITÉ DE MARCHA NÓRDICA FEDERACIÓN ANDALUZA DE MONTAÑISMO

La Marcha Nórdica Competitiva se trata de una competición pedestre que consiste en caminar de forma natural impulsándose con unos bastones diseñados específicamente, al máximo de su velocidad sobre cierto recorrido que puede ser único o mixto, de pista, asfalto, tierra, hierba, montaña o campo traviesa sin utilizar la ayuda biomecánica del Trote, Carrera o Marcha Atlética, utilizando los bastones tal y como se explica en el **"Reglamento De Competiciones Marcha Nórdica"** que está a disposición de las personas interesadas en formato **PDF** en el siguiente en enlace:

http://www.fedamon.com/attachments/article/501/Reglamento_MN_FAM_2015_CD_21_II_enc.pdf

Este documento es orientativo siendo un resumen del mencionado anteriormente "Reglamento De Competiciones Marcha Nórdica".





REGLAS PARA EL WALKER

1. Walkers.

Técnica ILEGAL de Marca Nórdica Competitiva NO permitida.

- 1. No correr.
- 2. No trotar.
- 3. No utilizar marcha atlética.
- 4. No obstaculizar ni golpear el paso del otro.
- 5. No ofender de palabra o de hecho a una autoridad, juez, árbitro, directivo, organizador, personal técnico, Policía de tránsito local, Protección Civil u otro Walker.
- 6. Cumplir con el recorrido completo respetando las señalizaciones de tránsito y las indicaciones de los Policías de tránsito local, Protección Civil y personal subalterno que trabajen durante la competición.
- 7. Cumplir con los reglamentos e indicaciones del comité organizador y Jueces de la competición.
- 8. Respetar la decisión del Juez después de haber cometido una falta o infracción.
- 9. Un Walker deberá retirarse si así se lo indica el personal médico oficial y si este se recupera podrá ingresar de nuevo a la prueba un máximo de dos veces, al tercer retiro no se le permitirá un tercer reingreso. Un examen médico realizado a un Walker por personal médico autorizado no será considerado asistencia.
- 10. La regla fundamental de la Caminata Competitiva de NW requiere el contacto permanente con el suelo de los bastones alternativamente, exigiendo al Walker que al llegar a una zona habilitada por la organización para el avituallamiento o hidratación pueda, cincuenta (50) metros antes y hasta cien (100) metros después, tener desenganchada su dragonera del bastón para evitar molestias o tropiezos con los otros participantes.
- 11. Si un Walker durante la competición tuviera la emergencia o necesidad de tomar líquidos, alimentos o para asistencia personal fuera de la zona habilitada por la organización para el avituallamiento o hidratación, igualmente tendrá que tener desenganchadas las dragoneras del o de los bastones, procurando llevar los bastones cerca del cuerpo.
- 12. Si un Walker durante la competición tiene la necesidad de ajustar los bastones o sustituir los tacos de goma (pads) necesariamente deberá hacerse a un lado del circuito sin obstaculizar a los demás participantes y tener mucho cuidado cuando trabaje con los bastones, nunca dejarlos al suelo durante la prueba.
- 13. Hay que evitar caminar en grupo, de tal manera que se impida el normal progreso de los demás participantes. Si un participante desea ir más rápido, debe solicitar para adelantar dando una señal amable diciendo "pasar a la derecha (o izquierda), por favor".
- 14. Cuando el evento o competición es de ruta de asfalto, las puntas de los bastones deben llevar tacos de goma (pads) recomendando un par de repuesto. Esto está diseñado para evitar posibles lesiones, tener mayor agarre y reducir el ruido.
- 15. Los Walkers que participen en una caminata en la que haya otra modalidad de competición deben tener una salida para ellos, saliendo siempre después de los atletas participantes, el margen de tiempo lo decidirá el organizador. El Walker que incumpla esta norma será automáticamente descalificado.
- 16. El bastón se debe clavar siempre por detrás de la línea de la pelvis.
- 17. Los bastones deben ser los específicos para la práctica del Nordic Pole Walking & Nordic Walking.
- 18. El incumplimiento de estas obligaciones será sancionado.



REGLAS PARA EL WALKER

2. Infracciones.

2.1. Correr.

Si el Walker corre aun cuando tenga los bastones en contacto con el suelo.

2.2. Trotar.

Si el Walker trota brincando en pasos saltados.

2.3. Marchar.

Cuando el Walker solo utiliza el impulso de las piernas y omite el impulso de los brazos ejercido en los bastones.

3. Faltas.

Un Juez, sea el principal o el de ruta, está autorizado en todo momento a descalificar o amonestar a un Walker por cometer una o varias infracciones o faltas y está en su deber y obligación ya que si no lo hace éste está incurriendo en una falta contra el comité organizador y no es ético ya que viola los derechos de los demás Walkers que vienen aplicando una buena técnica de NW limpia y legalmente. Los demás Walkers están en su pleno derecho de exigirle a un Juez de la prueba que haga cumplir las leyes, deberes y reglamento de la Caminata Competitiva de NW en el caso de que dicho Juez ignore y se abstenga de amonestar o descalificar a algún Walker que venga incurriendo en una falta evidente.

3.1. Golpes.

Si un Walker golpea a otro competidor intencionadamente y se le llama la atención por parte de un Juez es motivo de tarjeta amarilla y depende de la gravedad del caso se considerará conducta antideportiva siendo motivo suficiente de tarjeta o banderín rojo.

3.2. Obstaculización de paso.

Si un Walker obstaculiza el paso a otro competidor intencionadamente y se le llama la atención por parte de un Juez es motivo de tarjeta o banderín amarillo y depende de la gravedad del caso se considerará conducta antideportiva siendo motivo suficiente de tarjeta o banderín rojo.

3.3. Incumplir con el recorrido.

En caso de que un Walker incumpla con el recorrido intencionadamente o en su defecto, que éste no acate o se equivoque de ruta será de su responsabilidad y podría ser descalificado por el comité organizador y Juez Principal, salvo que el comité organizador o de Jueces de ruta indiquen una ruta contraria o diferente por error al Walker será responsabilidad de los Jueces, personal subalterno, Protección Civil y organizador y no se deberá de descalificar al Walker por ello.



REGLAS PARA EL WALKER

4. Penalizaciones.

- 1. Cada Juez estará habilitado para sancionar, amonestar o descalificar al Walker que marche, trote, corra, obstaculice o golpee intencionadamente a otro Walker o incumpla cualquiera de sus obligaciones como una advertencia.
- 2. Cada advertencia será comunicada al Walker por un Juez mediante tarjeta o banderín amarillo.
- 3. Por cada tarjeta o banderín amarillo enseñado al Walker se le sumarán 15 segundos de penalización sobre su tiempo de cronometraje.
- 4. Después de la tercera tarjeta o banderín amarillo ya no tendrá sumatorias de tiempos por penalización sino que será amonestado con la exclusión de la caminata descalificándolo con una tarjeta o banderín rojo.
- 5. Al Walker amonestado se le sumaran los segundos de penalización de cada falta salvo que no haya recibido una tarjeta o banderín rojo de descalificación lo que hará que se comparara con los resultados finales y podrá bajar de posición de llegada en comparación con el tiempo del walker que haya llegado detrás de este ya que se clasificarán por los mejores tiempos de llegada tomados todos desde el momento de la salida de la competición.
- 6. En caso de empate de tiempo de cronometraje de llegada con el Walker que ha llegado detrás del Walker infractor a causa de sumatorias de segundos por infracción de tarjetas o banderines amarillos; este mantendría su posición de llegada.
- 7. Los Jueces tendrán obligación de informar instantáneamente al Walker infractor de la falta cometida y hacérselo saber dentro de los tres (3) minutos después de haber cometido la falta o infracción.
- 8. Los Jueces deberán anotar el número del dorsal del Walker y el motivo por el cual ha sido advertido, después de haber informado a este dicha falta cometida y el porqué.

5. Autoridad del Juez Principal.

En todas las cuestiones relativas a seguridad, reglas y procedimientos, la decisión final será del Juez Principal.

6. Quejas al Juez u Organizador.

Cualquier acción de un Walker en una prueba que sea denunciada por escrito ante el comité organizador o Jueces será debatida en una reunión ordinaria de Jueces, Jueces espías y organizador junto a las pruebas y evidencias necesarias. Las sanciones o resoluciones contra dicho participante serán las que dicho comité estime necesarias.

7. Comunicación.

Es obligación por parte del comité de Jueces, comité organizador, policía, personal médico, personal subalterno, Protección Civil, medios de comunicación y Walkers mantener una comunicación abierta, informativa y oportuna en todo momento, respetándose entre si el derecho de palabra y el derecho a recibir y dar información, respuestas a preguntas, noticias y comunicación en todo momento de manera rápida, oportuna y concisa, antes, durante y después del evento deportivo.



REGLAS PARA EL WALKER

8. Disputas.

En caso de disputa entre un Walker y un Juez, sólo el entrenador titular de éste podrá acercarse al Juez Principal, en caso de que el Walker afectado no posea entrenador podrá recurrir al representante legal del Club a que pertenece, quien actuará de oficio, y si no perteneciera a ningún Club podrá recurrir a un delegado del comité organizador. La discusión se llevará a cabo únicamente durante los diez minutos antes de la entrega de premios oficial y resultados oficiales de la misma, el Juez y/o árbitro principal está en la obligación de reconocer la petición del entrenador o del delegado del comité organizador por parte del Walker en cuestión para resolver el conflicto en sana paz.

El Juez Principal aclarará la cuestión en disputa al entrenador o delegado al Walker. En caso de que el entrenador o Walker no esté de acuerdo con la aclaración, el proceso se reanudará y, a su finalización, el entrenador o Walker podrá protestar contra sus resultados, mediante comunicado escrito de protesta. Si el entrenador o Walker persiste en su protesta después de la aclaración del Juez Principal, podrá ser penalizado con una suspensión de una (1) a cinco (5) competiciones de en un lapso de un (1) a ocho (8) meses de suspensión en caso de que el Walker no tenga la razón. El Juez Principal podrá tomar cualquier otra decisión que considere necesaria en caso de que el Walker no tenga la razón.

Las disputas, quejas o reclamaciones deberán hacerse por escrito a los Jueces de la prueba adjuntando la cantidad de 70 euros en efectivo metálico. Esta cantidad quedará en depósito hasta que se resuelva la reclamación presentada con el tiempo necesario para efectuar las comprobaciones oportunas. Solo si el fallo emitido considerase la reclamación justificada, se procedería a devolver la cantidad depositada.

