



REGLAMENT MARXA NÒRDICA COMPETITIVA

ÀREA DE MARXA NÒRDICA
FEDERACIÓ BALEAR DE MUNTANYA I
ESCALADA



ÍNDIX:

1. Definició i objectius:	3
1.1 Definició de MN.	
1.2 Definició de MN Competitiva.	
1.3 Objectius.	
2. Categories	4
3. Competicions:.....	5
3.1 Copa Balear.	
3.2 Campionat de Balears Individual.	
3.3 Campionat de Balears de Clubs.	
3.4 Rànquing Balear de MN.	
3.5 Competicions MN per a persones en discapacitat visual.	
3.6 Competicions MN per a persones en edat escolar.	
3.7 Altres competicions.	
4. Organització dels aspectes federatius	11
5. Control de la competició: Equip arbitral, delegat/ada FBME i supervisió ..	11
6 Organització de les competicions	14
7. Reglament de competició. Descripció dels errors tècnics sancionables ...	15
8. Amonestacions (targetes)	17
8.1 Targeta Blanca	
8.2 Targeta Groga	
8.3 Targeta Vermella	
9. Requisits del marxador i de la marxadora d'obligat compliment.....	20
10. Material i equipament.....	24
11. Avituallament.....	25
12. Dopatge.....	26
13. Reclamacions.....	26
13.1- Les reclamacions contra les classificacions provisionals.	
13.2- Jurat de Competició	
13.3- Les reclamacions contra les classificacions definitives.	
13.4 - Recurs davant de la resolució de l'Àrea de Marxa Nòrdica	
14. Zones de sortida i arribada.....	28
15. Seguretat.....	29
16. Reunió informativa.....	30
17. Itineraris alternatius.....	31
18. Homologació de les competicions.....	31
18.1 – L'itinerari.	
18.2 - Distàncies i tipus de terreny per a les Competicions de MN de la FBME	
18.3 - Senyalització de l'itinerari a càrrec de l'organització	
19. Acreditacions personals i vehicles.....	33
20. Classificacions.....	33
21. Quadre descriptiu d'amonestacions.....	35
22. Annexes	36

1. DEFINICIÓ I OBJECTIUS.

1.1 Definició de Marxa nòrdica:

La marxa nòrdica és una modalitat esportiva del muntanyisme que consisteix a caminar amb uns bastons que permetin aplicar una tècnica específica que garanteixi l'impuls mitjançant aquests, i sempre respectant la biomecànica de la marxa humana. Es troba entre les modalitats reconegudes per la «Federació Balear de Muntanya i Escalada» (FBME) i reconegut pel “Consejo Superior de Deportes” (CSD).

1.2 Definició de MN competitiva:

Consisteix a caminar de forma natural amb impulsant-se activament amb uns bastons dissenyats específicament, amb l'objectiu d'efectuar un recorregut sempre senyalitzat, en el mínim temps possible i executant una tècnica correcta. La tècnica específica d'aquest esport ha de garantir l'ús funcional del bastó durant la fase d'impuls, actuant com a element que contribueix activament al desplaçament del cos i els principis biomecànics fonamentals de la marxa humana.

L'especialitat esportiva de la Marxa Nòrdica Competitiva es disposa de cara a ampliar i millorar la diversificació dels esports de muntanya en l'àmbit balear, sent competència exclusiva de la «Federació Balear de Muntanya i Escalada», permetent la seva promoció.

El present Reglament estableix les normes i condicionants que s'hauran de complir durant la competició. Aquest Reglament està revisat i consensuat entre l'equip arbitral i els membres integrants del Comitè de Marxa Nòrdica Competitiva i aprovat per la junta directiva de la FBME.

Aquest reglament atendrà i regirà totes les curses de competició que seran homologades com a Marxa Nòrdica Competitiva i realitzades dins de l'àmbit del territori balear.

1.3 Objectius:

Les competicions de Marxa Nòrdica FBME tenen com a objectiu:

- Reunir en competició els i les millors esportistes de marxa nòrdica i equips de les Illes Balears.
- Millorar el nivell esportiu dels/ de les esportistes de marxa nòrdica i ajudar a l'evolució d'aquesta especialitat esportiva.
- Servir de referència per a la selecció Balear de les i els esportistes que hagin de representar la FBME a les competicions nacionals oficials.

2. CATEGORIES.

Les categories en les competicions de marxa nòrdica es divideixen en dos grups, gènere masculí i femení, i són les següents:

- Categoria Absoluta: Tots/es els/les participants majors de 16 anys.

2.1 Categories Edat Escolar:

- Categoria prebenjamí: 6-7 anys, és a dir, que no compleixin els 8 anys l'any de referència.
- Categoria benjamí: 8-9 anys, és a dir, que no compleixin els 10 anys l'any de referència.
- Categoria Aleví: 10-11 anys, és a dir, que no compleixin els 12 anys l'any de referència.
- Categoria Infantil: 12 a 13 anys, és a dir, que no compleixin els 14 anys l'any de referència.
- Categoria Cadet: 14 a 15 anys, és a dir, que no compleixin els 16 anys l'any de referència.

2.2 Categories Adults/es:

- Categoria Junior: de 16 a 17 anys, que compleixin els 16 i no compleixin els 18 anys l'any de referència.
- Categoria Promesa: 18 a 23 anys, és a dir que compleixin els 18 i no compleixin els 24 anys l'any de referència.
- Categoria Sènior: 24 a 39 anys que compleixin els 24 i no compleixin els 40 l'any de referència.
- Categoria Veterà/na A: de 40 a 49 anys que compleixin els 40 i no compleixin els 50 l'any de referència.
- Categoria Veterà/na B: de 50 a 59 anys que compleixin els 50 i no compleixin els 60 l'any de referència.
- Categoria Veterà/na C: de 60 a 69 anys que compleixin els 60 i no compleixin els 70 l'any de referència.
- Categoria Veterà/na D: 70 anys complerts l'any de referència en endavant.

En aquells casos en els quals es consideri oportú per part de l'Organització i, amb el coneixement i aprovació del Comitè de Marxa Nòrdica FBME, es podran unificar diverses categories, tenint sempre en compte no generalitzar tota la competició, amb la finalitat d'evitar situacions injustes i no equitatives entre els participants.

L'edat a tenir en consideració per a tota la temporada serà la que el/la participant tingui el dia 31 de desembre de l'any de la competició.

3 COMPETICIONS.

3.1 COPA BALEAR:

3.1.1 La Copa Balear és una competició individual basada en els resultats obtinguts per cada competidor en cada una de les proves que componen el calendari.

3.1.2 L'edat a tenir en consideració per a tota la temporada serà la que el participant tingui el dia 31 de desembre de l'any de la competició.

3.1.3 El calendari de la Copa Balear de Marxa Nòrdica es basarà en proves que organitzen clubs o seccions de muntanya afiliats a la FBME o altres entitats esportives dins de l'àmbit de les Illes Balears. El Comitè Balear de Marxa Nòrdica Competitiva, vinculat a la FBME, serà l'encarregat d'acceptar i supervisar la inclusió de les diverses curses dins del calendari de la Copa Balear de MN.

3.1.4 Per poder competir en les proves de la Copa Balear, el marxador haurà d'estar en possessió d'una llicència federativa en vigor expedida per la FBME, o federació autonòmica o internacional. A les distàncies que no puntuïn per la copa Balear de MN (proves populars, proves de promoció...), es podrà participar amb assegurança per un dia de la FBME, i es cobrarà un suplement extra respecte al preu de la inscripció dels/de les esportistes federats/des.

NOMÉS PUNTUARAN EN LA COPA BALEAR ELS MARXADORS FEDERATS EN LA FBME.

3.1.5 El Comitè de Marxa Nòrdica Competitiva podrà limitar la concurrència de participants per exigències normatives i regulacions ambientals que es puguin establir en els paratges naturals protegits per on transcorri el recorregut que presentarà la FBME i el seu Comitè Tècnic.

3.1.6 Les úniques proves que puntuaran per a la Copa Balear seran les que el Comitè de Marxa Nòrdica Competitiva publiqui al seu calendari anual. El Campionat de Balears Absolut Individual puntuarà per a la Copa Balear (20% +).

3.1.7 Puntuació de la Copa Balear:

Les categories són les especificades al punt 2.

Els marxadors competeixen per aconseguir el títol que els acrediti com a Campions de la Copa Balear de Marxa Nòrdica Competitiva, tan masculí com femení. Aquesta competició pretén fomentar la regularitat i la participació dels marxadors en les diferents proves establertes al calendari.

Els competidors sumaran punts d'acord amb el resultat collit en cada cursa. Els punts s'atorgaran per ordre d'arribada a meta, segons la seva categoria.

Els punts atorgats en cada cursa pel que fa a la posició obtinguda seran els següents:

Independentment de la distància i el desnivell de la prova, cadascuna de les proves que conformen la Copa de Balears de Marxa Nòrdica assignarà la puntuació següent als corredors participants:

100-88-78-72-68-66-64-62-60-58-56-54-52-50-48-46-44-42-40-38-36-34-32-30-28-26-24-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2 2-2-2, etc., sent 100 per al primer classificat/ada, 88 per al segon/a, 78 per al tercer/a i així, successivament, fins a arribar al valor de 2 punts que es mantindrà estable fins al final de la classificació, és a dir, l'últim/a participant obtindrà 2 punts.

El/la marxador/a que hagi estat desqualificat/da no rebrà cap punt, encara que hagi entrat per la línia de meta. Igualment, no rebrà cap punt en el cas de desqualificació per acumulació de targetes grogues o per desqualificació directa.

L'última prova de la Copa de Balears i el campionat de Balear de Marxa Nòrdica tindrà el 20% més de puntuació que la resta, és a dir:

120-106-94-86-82-79-77-74-72-70-67-65-62-60-58-55-53-50-48-46-43-41-38-36-34-31-29—26-24-22-19-17-14-12-10-7-5-2-2-2-2-2-2-2-2, etc. A partir de la posició 38 en endavant s'atorgaran 2 punts a cada marxador que completi la cursa creuant la línia de meta.

Per puntuar en la Copa de Balears de Marxa Nòrdica i per tant, aparèixer en la classificació general final:

- Els/les participants hauran de completar la meitat més una del total de les curses celebrades. Si aquesta xifra té decimals, s'arrodoneix a la baixa.
- Els punts finals atorgats a cada competidor resultaran de la suma de les millors puntuacions obtingudes de la meitat més una del total de les curses celebrades, eliminant les menys favorables.

En cas d'empat entre dos esportistes o més es tindrà en compte el millor resultat obtingut al Campionat de Balears de MN.

3.1.8 Premis Copa Balear:

En totes les curses que componen la Copa Balear s'atorgaran premis, com a mínim, als tres primers classificats i a les tres primeres classificades de cada categoria masculina i femenina (vegeu l'apartat 2 del present Reglament).

Els premis podran consistir en trofeus, copes, medalles o qualsevol altre esment/obsequi que decideixi oferir l'organitzador de l'esdeveniment esportiu.

Una vegada atorgats els premis a les categories oficials de la Copa Balear, l'organitzador podrà atorgar altres premis a aquelles categories que consideri oportunes (local, prova en distància popular etc.).

3.2 CAMPIONAT DE BALEARS INDIVIDUAL:

3.2.1 El Campionat de Balears Absolut de Marxa Nòrdica Competitiva es disputarà en una sola prova, en la data i sobre el recorregut que determini al seu moment el Comitè de Marxa Nòrdica Competitiva.

3.2.2 Inscripcions: Per facilitar la tasca de l'organitzador, s'aconsella fer la inscripció amb anterioritat. Així i tot, si ho decideix l'organització, es podrà fer la inscripció el mateix dia de la competició.

L'organització del Campionat serà el que determini la plataforma d'inscripció. Si aquesta plataforma no permet visualitzar els/les esportistes inscrits/es, serà l'organització l'encarregada de compartir els llistats d'inscripcions amb els participants durant el temps que duri el procés.

3.2.3 Si l'organitzador/a de la prova ha convidat a marxadors/es d'altres comunitats o països, aquests/es no podran optar a ser considerats campions/es de Balears.

Premis del CAMPIONAT DE BALEARS INDIVIDUAL:

3.2.4 Com es tracta d'un campionat a una única cursa, a més d'atorgar premis a les categories ja establertes masculines i femenines, s'establirà una classificació addicional: Absoluta Femenina i Absoluta Masculina. Els premis no són acumulables en cap de les categories establertes. Hi haurà premis, com a mínim, pels tres primers classificats i per les tres primeres classificades de cada categoria masculina i femenina (conforme al punt 2).

L'edat a tenir en consideració per a tota la temporada serà la que el participant tingui el dia 31 de desembre de l'any de la competició.

3.3. CAMPIONAT DE BALEARS DE CLUBS:

3.3.1 S'estableix un Campionat de Balears per Clubs amb competidors i competidores. Es prendrà com a referència el nom del Club que figuri en la llicència federativa en vigor del participant. En la classificació per Clubs podrà constar publicitat o patrocini.

3.3.2 Inscripcions: L'organitzador/a del Campionat de Clubs és el/la que determinarà la plataforma on es faran les inscripcions. Si aquesta plataforma no permet visualitzar els/les esportistes inscrits/es, serà l'organització l'encarregada de compartir els llistats d'inscripcions amb els participants durant el temps que duri el procés.

Les persones inscrites fora de termini no podran sumar punts pel seu club.

Reglament Balear de MN Competitiva 2026

Els esportistes només podran representar al club amb el qual han tramitat la llicència federativa habilitada de l'any en curs.

➤ Nota: a l'hora d'inscriure individualment a la plataforma d'inscripció, cal que cada participant especifiqui clarament el club al qual pertany (el mateix de la targeta federativa). Si no ho fa, els seus punts no podran sumar-se al punts del seu club.

A l'hora d'efectuar les inscripcions, els Clubs presentaran 72 h. abans la llista d'esportistes representants a l'organització i a l'àrea de MN de la FBME detallant nom, cognoms, DNI, data de naixement i categoria, utilitzant el formulari establert a l'annex 1.

En aquest Campionat NO es tindrà en consideració el rànquing ni a l'hora d'assignar dorsals, ni a les línies de sortida. Per a la formació de les diferents línies de sortida, cal tenir en compte el redactat de l'annex 2.

3.3.3 L'edat a tenir en consideració per a tota la temporada serà la que el participant tingui el dia 31 de desembre de l'any de la competició. Si es dona el cas, de la participació d'un competidor menor d'edat, serà requisit obligatori presentar a l'organitzador una autorització signada per un dels pares o pel tutor o representant legal.

Les categories establertes pel Campionat de Balears de Clubs, seran les mateixes que les del CAMPIONAT BALEARS INDIVIDUAL (conforme al punt 2).

3.3.4 Sistema de puntuació del Campionat de Balears de Clubs:

A cadascun dels components se'ls atorgaran punts d'acord a la posició d'entrada a meta aconseguida per cadascun d'ells segons la seva categoria. Només puntuaran els 6 primers de cada categoria.

1r/1a classificat/ada	7 punts
2n/2a classificat/ada	5 punts
3r/3a classificat/ada	4 punts
4rt/4a classificat/ada	3 punts
5è/5a classificat/ada	2 punts
6è/a classificat/ada	1 punt

3.3.5 El Club que obtingui més puntuació serà proclamat Campió de Balears. En cas d'empat, prevaldrà l'equip que tingui el/la marxador/a millor classificat/ada, mirant la resta de posicions en cas successius empats, tant en categoria absoluta masculina com a femenina.

3.3.6 El Campionat de Balears de Clubs es disputarà en una sola prova, en la data i sobre el recorregut que determini al seu moment el Comitè de Marxa Nòrdica.

La participació en el Campionat de Balears de Clubs NO generarà punts per a la Copa Balear ni pel rànquing individual ni de clubs, a no ser que l'Àrea de MN estableixi el contrari a principi de temporada.

3.4. RÀNQUING BALEARS DE MARXA NÒRDICA:

3.4.1 Els Rànquings Balears de Marxa Nòrdica es defineixen com les llistes amb els millors resultats obtinguts pels/per les esportistes que participen en les diferents proves reconegudes oficialment pel Comitè Balear de Marxa Nòrdica de la FBME i que s'organitzen al llarg de l'any en tot el territori insular balear.

Existeixen dos tipus de rànquings, l'individual i el de clubs.

Els Rànquings de Marxa Nòrdica Balear seran independents de qualsevol altra llista de puntuacions que es pugui confeccionar (Copa Balear).

A l'inici de cada temporada, amb la suficient antelació i publicitat, el Comitè Balear de Marxa Nòrdica donarà a conèixer les proves que formaran part del calendari oficial de competicions. Es considerarà una prova oficial aquella que estigui avalada pel Comitè Balear de Marxa Nòrdica i FBME, que estigui en calendari oficial FBME i que es regeixi pel Reglament de Competicions vigent de Marxa Nòrdica.

Totes les proves oficials de marxa nòrdica, inclosos el Campionat Balear Individual i Campionat Balears de Clubs, atorgaran punts per als Rànquings Balears.

Només podran aconseguir punts aquells esportistes que disposin de llicència FBME en vigor de l'any en curs.

Els clubs o organitzadors que desitgin incloure una prova en la puntuació dels Rànquings Balears de Marxa Nòrdica hauran de sol·licitar-ho durant l'any en curs al Comitè de Marxa Nòrdica de la FBME per a la seva aprovació i publicació per al següent any.

A totes les curses de la temporada es confeccionarà el caixó de sortida tenint en compte el Rànquing Individual de la temporada. Al caixó de sortida de la primera competició de la temporada es tindrà en consideració el rànquing de la temporada anterior.

3.4.2 Puntuació Rànquings Balears: es consideraran sempre els llocs obtinguts en la classificació Absoluta de cada prova i s'establirà un rànquing femení i un de masculí.

Cada marxador federat obtindrà punts en funció de l'ordre d'arribada a meta en cada competició en la qual participi, i aplicades les diferents penalitzacions. Els punts seran acumulables i seran els mateixos que s'atorguen en la Copa Balear (vegeu punt 3.1.7). Aquests punts són computables tant pel Rànquing Individual com pel Rànquing de Clubs.

El Campionat de Balears Individual i de Clubs generen un 20% més de punts per als Rànquings Balears (Individual i de Clubs). És a dir:
120-106-94-86-82-79-77-74-72-70-67-65-62-60-58-55-53-50-48-46-43-41-38-36-34-31-29- 26-24-22-19-17-14-12-10-7-5-2-2-2-2-2-2-2, etc.

Un marxador que hagi estat desqualificat en una prova rebrà 0 punts, encara que entri per la línia de meta (desqualificació per acumulació de targetes grogues o vermella directa).

El Comitè Balear de Marxa Nòrdica serà l'encarregat de confeccionar els Rànquings Balears i actualitzar-los després de la finalització de cada prova, donant a conèixer els resultats de forma pública.

En cas d'empat en el Rànquings Balears, es tindrà en compte el següent per desempatar:

- Pel Rànquing Individual es valorarà primer la millor puntuació obtinguda en el Campionat de Balears Individual.
- Pel Rànquing de Clubs es valorarà primer la millor puntuació obtinguda en el Campionat de Balears de Clubs.
- Si persisteix l'empat, es considerarà el lloc obtingut com ex aequo.

Els Rànquings Balears de Marxa Nòrdica no generen trofeus ni premis, encara que els organitzadors de les proves oficials tindran en compte aquesta valoració a l'hora d'assignar llocs de sortida i dorsals en les competicions oficials de la temporada.

3.5 COMPETICIONS DE MARXA NÒRDICA PER A PERSONES EN DISCAPACITAT VISUAL:

Es seguirà el reglament FEDME (punt 1.4)

3.6 COMPETICIONS DE MARXA NÒRDICA PER A PERSONES EN EDAT ESCOLAR:

Es seguirà el reglament FEDME (punt 1.5).

3.7 ALTRES COMPETICIONS:

El Comitè de Marxa Nòrdica podrà regular qualsevol altra prova que pugui organitzar-se o que sigui sol·licitada per un Club, com per exemple: contrarellotge, per etapes, per equips, relleus, ultradistancia, etc.

4. ORGANITZACIÓ DELS ASPECTES FEDERATIUS.

4.1 - L'Àrea de Marxa Nòrdica de la FBME és la responsable d'organitzar tots aquells aspectes relacionats amb les Competicions oficials de Marxa Nòrdica a nivell autonòmic.

4.2 - L'Àrea de Marxa Nòrdica té autoritat tècnica pel que fa a totes les competicions de Marxa Nòrdica a nivell autonòmic, organitzades o atorgades per la FBME.

4.3 - L'Àrea de Marxa Nòrdica és la responsable de rebre i donar resposta a les sol·licituds dels Clubs, clubs de muntanya, institucions i empreses per organitzar alguna competició l'àmbit del qual sigui autonòmica.

4.5 - Totes les competicions oficials autonòmiques s'organitzaran segons l'aplicació del reglament en vigor. Aquells aspectes no contemplats al Reglament, seran solucionats per l'Àrea de Marxa Nòrdica de la FBME.

4.6 - En circumstàncies excepcionals, i per motius degudament justificats, l'Àrea de Marxa Nòrdica podrà aprovar itineraris amb desnivells distàncies o percentatges inferiors o superiors a els especificats al reglament.

4.7 - Tots els organitzadors de les proves de Marxa Nòrdica en calendari FBME, incorporaran el logo de la FBME, tant als cartells i publicacions, així com prenes i demés productes de marxandatge.

5. CONTROL DE LA COMPETICIÓ: EQUIP ARBITRAL, DELEGAT/ADA FBME I SUPERVISIÓ.

5.1. - El Comitè Arbitral de MN de Competició de la FBME nomenarà les següents persones per a controlar qualsevol competició:

A. Àrbitre o àrbitra Principal / President o Presidenta del Jurat de competició.

B. Àrbitres auxiliars i d'itinerari

C. Àrbitres amb titulació i llicència d'àrbitre/a en vigor FBME que podran sol·licitar la seva inclusió a la designació en qualitat de "àrbitre o àrbitra FBME en

col·laboració". Aquesta petició l'ha d'aprovar el Comitè Tècnic d'arbitratge FBME. La FBME no es farà responsable dels costos d'aquests àrbitres o àrbitres, ni desplaçament, ni manutenció, ni honoraris.

5.2- A la FBME correspondrà nomenar el delegat o delegada. Funcions:

- Estar present a totes les reunions, sessions de competició i decisions que s'hagin de prendre, defensant els drets de les i els esportistes i de la FBME amb una visió integral.
- Supervisarà el lliurament de premis i en especial el protocol amb les autoritats presents, ordenant-les per raó de rang.
- Coordinarà amb l'organització i la resta d'agents implicats o implicades, com ara la direcció de la competició, l'àrbitre o àrbitre principal i la gestió general de l'esdeveniment, abans, durant i a la finalització de l'esdeveniment.
- Fer el seguiment de les inscripcions a través de la plataforma, coordinar amb el servei de cronometratge, supervisar lliurament de dorsals i xips.
- Garantir, en la mesura que sigui possible, la disponibilitat de classificacions provisionals, de les classificacions definitives i que la destinació puntual sigui el repartiment de premis.
- Supervisarà el compliment del protocol mediambiental.
- Participar de manera activa en l'entrega de premis.
- Assegurar-se que no participa cap persona sense assegurança tant a la prova oficial, com a la distancia complementaria.

Aquestes persones, delegat o delegada i l'equip arbitral, constitueixen el Comitè de Prova.

5.3 Funcions de l'equip arbitral:

A. Àrbitre o àrbitra Principal / Presidència del Jurat de competició.

- Serà la persona màxima responsable arbitral de la prova assignada, efectuant un seguiment previ de tot allò relacionat amb la mateixa, estant en contacte amb l'organització per veure que tot s'està desenvolupant amb normalitat, que es compleix i es complirà el reglament, solucionarà els seus dubtes; procurarà que arribat el dia de la competició tot estigui sota control, etc.
- Assignarà a l'equip arbitral les funcions a realitzar, supervisarà el desenvolupament general de la competició, redactarà i signarà l'acta de competició.
- Supervisa la llista de participants a la competició, i la zona de sortida i arribada. Assignarà als/les responsables del control de material i control de dopatge.
- Al moment del lliurament de dorsals, s'encarrega de solucionar les possibles incidències relacionades amb la inscripció, la llicència federativa, la recollida de dades que us fa arribar el responsable de l'àrea tècnica del Comitè de MN amb

l'objectiu que es compleixin els requisits establerts per puntuar a la Copa o Campionats.

- Durant la prova s'ubicarà en una zona que permeti gestionar la competició rebent informació constant de l'equip arbitral.
- Serà la persona responsable de desqualificació a marxadores o marxadors amb "Targeta vermella" el més aviat possible o al seu pas per línia de meta.
- Qui ostenti la Presidència del Jurat de competició informará la persona responsable del Àrea de Marxa Nòrdica, estant en contacte permanent per garantir la bona marxa de cadascuna de les competicions.
- Si la competició ho requereix, el Comitè tècnic Arbitral de la FBME nomenarà un/a àrbitre/a principal extra que s'encarregui de supervisar la competició a Edat Escolar.

B. Àrbitre/a auxiliar o de recorregut.

Amés de l'àrbitre/a principal es designarà com a mínim 2 persones més per formar l'equip arbitral per cada competició. Per sol·licitud del Comitè tècnic Arbitral de la FBME o de l'Àrea de Marxa Nòrdica de la FBME, en competicions on la dificultat o longitud i nombre de participants facin més difícil la supervisió de l'itinerari, aquesta funció podrà ser assignada a un equip arbitral compost per un nombre més gran persones.

Funcions:

- Supervisen el traçat de l'itinerari especialment en tot allò que fa referència a la seguretat, marcatge, situació dels controls tant de pas com els controls informatius. Al moment de la supervisió prèvia de l'itinerari l'equip arbitral d'itinerari serà acompanyat per una persona de l'organització responsable de l'itinerari.
- Durant la supervisió i el dia de la prova l'equip arbitral d'itinerari podrà desplaçar-se a bicicleta per tal de garantir l'òptima supervisió del recorregut i control de competidors i competidores.
- Són responsables de vetllar pel compliment de les normes de Marxa Nòrdica per part de competidores i competidors. Procediran quan sigui el cas a: Advertència mitjançant "Targeta Blanca" avisant de possible sanció. Ensenyar "Targeta Groga" argumentant el motiu.
- En casos excepcionals podran mostrar també "Targeta Vermella" amb l'autorització de la Presidència del Jurat.
- Si la competició ho requereix, el Comitè Arbitral de Competició de la FBME nomenarà un/a àrbitre/a extra que s'encarregarà de supervisar la competició a Edat Escolar.
- Els membres de l'equip arbitral d'itinerari han d'estar en possessió de la titulació expedida per la FBME com a àrbitres o àrbitres de Competicions de Marxa Nòrdica.

5.4 – Decisions arbitrals:

Les sancions de l'equip arbitral sobre errors tècnics seran inapel·lables, i no es podran presentar cap reclamació en relació amb aquestes.

Un àrbitre no podrà mostrar més de dues targetes blanques a un mateix marxador/a.

5.5 - Material i equipament especial per a l'equip arbitral:

- L'organització de la prova tindrà previstes com a mínim 2 bicicletes de muntanya i 2 cascos homologats, en bon estat per a l'equip arbitral.
- A la línia de meta l'organització tindrà prevista una carpa amb taula i cadires suficients per l'equip arbitral i dotada de punt de presa elèctrica.

5.6 - Jurat de Competició:

5.6.1 Composició:

- Equip arbitral de la prova.
- La persona que ostenti la direcció de la prova (o direcció tècnica).
- El delegat o la delegada de la FBME.
- Dues persones representants dels i les esportistes, triades per sorteig, una d'entre els 10 primers homes i una altra entre les 10 primeres dones de les classificacions provisionals de la pròpia prova, excepte si aquesta persona està implicada en una reclamació.

5.6.2 Funcions: El jurat de competició és responsable d'atendre les possibles reclamacions derivades del desenvolupament de la competició durant la prova, i fins a la publicació dels resultats definitius. Aquest es convocarà al moment que es produeixi una reclamació.

5.6.3 Funcionament: Les decisions es prendran per majoria, no podent abstenir-se cap dels seus membres. En cas d'empat prevaldrà el vot de qualitat del/de la President/a del Jurat de competició.

De les reunions del Jurat de Competició s'estendrà acta dels acords i votacions, havent de ser subscripta pel/per la President/a del Jurat de competició i pel/per la Delegat/ada FBME de la prova, i incorporada com a annex a l'acta de la prova.

6 ORGANITZACIÓ DE LES COMPETICIONS.

L'organització haurà de cobrir les funcions següents:

- Organització pre-competició.
- Administració.
- Controls.
- Traçat de l'itinerari, marcatge i equipaments del mateix.
- Informació meteorològica.

- Equipaments de les zones de sortida i arribada.
- Mapa amb l'itinerari traçat i perfil del mateix.
- S'aconsella garantir una difusió de la prova 30 dies abans de la celebració de la prova, mitjançant pàgina web amb tota la informació relativa a la competició, incloent-hi inscripcions, característiques del recorregut, track, etc...
- Rebre i registrar totes les persones acreditades per a la competició (esportistes, tècnics i tècniques, persones acompanyants, personal tècnic de la FBME, premsa, etc.).
- Registrar i controlar l'accés a les zones de sortida, arribada i zones restringides acatant les indicacions realitzades per les persones encarregades de la supervisió.
- Presa temps als controls de pas i els d'arribada.
- Vetllar per la seguretat a tot l'itinerari de competició.
- Disposar personal que obri i tanqui la competició.
- Assistir a les i els esportistes que abandonin la competició.
- Oferir serveis per a l'equip de supervisió, premsa i mitjans de comunicació.
- Oferir serveis mèdics, salvament i altres equipaments pactats.
- Organitzar les cerimònies d'obertura, entrega de premis i cloenda. Organitzar, si cal, la reunió tècnica pre-competició (Briefing).
- Col·laborar amb l'equip de supervisió en tot allò necessari.
- Assegurar-se que els/les participants disposin d'assegurança tant a la prova oficial, com a la prova Popular.
- Disposar d'una assegurança de RC que cobreixi l'esdeveniment. Podrà ser adquirida mitjançant la FBME o per altres canals.

7. REGLAMENT DE COMPETICIÓ.

La Marxa Nòrdica competitiva ha de ser executada de manera que es garanteixin els principis biomecànics fonamentals de la marxa humana amb l'ús funcional del bastó, actuant com a element que contribueix al desplaçament del cos.

Per això:

- El gest tècnic de les extremitats superiors (EESS), oposat i coordinat amb el de les extremitats inferiors (EEII), ha de ser un balanceig des de les espatlles, ampli i alternat, mantenint la flexoextensió "natural" del colze al seu pas per davant i per darrere de la línia axil·lar mitjana del tronc. (línia imaginària que baixa verticalment des del centre de la aixella).

- El bastó ha de clavar-se sempre per darrere del peu avançat i en diagonal, mantenint-lo en tot moment en posició activa (diagonal) i empenta cap avall i enrere.

Reglament Balear de MN Competitiva 2026

- A les extremitats inferiors, no hi haurà fase aèria (tots dos peus a l'aire) i el genoll de la cama endarrerida haurà d'anar en extensió completa abans que el peu perdi el contacte amb el sòl, és a dir sense baixar el centre de gravetat que s'evidencia quan es manté la flexió de tots dos genolls durant tot el pas.

- A la fase de recolzament de taló, aquest genoll (anterior) entra en semiflexió i el genoll contrari (posterior) s'ha de trobar en extensió completa.

Descripció dels errors tècnics sancionables:

Errors tècnics	Afecten a
1. Falta de balanceig altern de les extremitats superiors des de les espatlles.	Extremitats superiors
2. Els colzes i les mans no sobrepassen per davant o per darrera la línia axil·lar mitjana.	Extremitats superiors
3. El bastó entra en contacte amb el terra després de l'enlairament del peu de darrera.	Bastó
4. Recolzar el bastó no diagonal o no manté el bastó diagonal en tot moment	Bastó
5. No recolza el bastó per darrere del peu avançat.	Bastó
6. Pèrdua de contacte dels peus per fase aèria o baixada del centre de gravetat.	Extremitats inferiors
7. No talona.	Extremitats inferiors
8. Entra de taló amb genoll en hiperextensió i la manté durant tota la fase de recolzament.	Extremitats inferiors

Utilització de la tècnica de doble bastó: En casos excepcionals, el Comitè de la prova podrà determinar i delimitar trams en què podrà deixar-se de fer servir la tècnica diagonal, bé sigui aplicant la tècnica del doble bastó o simplement caminant sense fer servir els bastons. Això pot passar per condicions de pendent excessiu del terreny, encreuament d'un pont o gual de riu, tram estret o rocós.

Tècnica de doble bastó: En terrenys amb forta inclinació de pujada o baixada pot resultar convenient recolzar l'acció d'una cama amb els dos bastons al mateix temps. Aquesta tècnica de doble bastó requerirà la recuperació dels mateixos per donar suport a un altre pas sense que es puguin arrossegar mentrestant. En cap cas, els dos bastons romandran a l'aire durant més de un pas per a la recuperació.

8. AMONESTACIONS (TARGETES).

- Targeta blanca:
- Tres targetes blanques: equivalen a una targeta groga (dos minuts).
- Targeta groga (1a): dos minuts.
- Targeta groga (2a): quatre minuts (2+4=6 minuts).
- Targeta groga (3a): desqualificació de la cursa per acumulació.
- Targeta vermella: desqualificació directa de la cursa.

Nota: ❖ Les targetes són acumulatives. A partir de la primera targeta groga (tant directa com per acumulació), la següent amonestació blanca es converteix directament en groga. Veure punt 21. Quadre descriptiu d'amonestacions.

8.1 TARGETA BLANCA (Falta Lleu):

- L'àrbitre mostrarà la TARGETA BLANCA al participant sancionat i sempre que sigui possible, s'informarà al marxador del motiu de l'amonestació.
- La persona membre de l'equip arbitral anotarà el dorsal de l'esportista i notificarà la sanció a l'àrbitre/a principal.
- No té sanció en temps.

Causes:

1. Errors tècnics 1, 2, 3, 4 i 5.
2. Anticipar-se a la senyal de sortida.
3. No portar els dorsals visibles.
4. No respectar els límits del caixó de sortida en el moment de la sortida de la cursa.
5. Desenganxar les dragoneres fora de les zones delimitades per fer-ho.
6. No aturar-se per efectuar qualche acció descrita en el punts 9.16 i 9.22.
7. No dur a terme la maniobra de canvi de pads correctament.
8. No dur a terme la maniobra d'avituallament correctament.
9. Una tercera targeta blanca, sigui quin sigui el motiu, equival a una targeta groga.

8.2 TARGETA GROGA (Falta Greu):

- L'àrbitre mostrarà la TARGETA GROGA al participant sancionat i, si és possible, li comunicarà la sanció i el motiu.
- Anotarà el dorsal de la persona sancionada i ho comunicarà a l'àrbitre/a principal.
- Primera TARGETA GROG = +2 minuts de penalització.
- Segona TARGETA GROG = +4 minuts de penalització (total +6 minuts).
- Una tercera TARGETA GROG serà equivalent a TARGETA VERMELLA.

Causes:

1. Errors tècnics 6,7 i 8.
2. Impedir ser avançat o obstaculitzar el pas a altres participants.
3. Retallar itinerari de forma involuntària.
4. Emplenar els elements d'hidratació fora de les zones determinades per l'organització.
6. Protestar a l'equip arbitral.
7. Qualsevol falta efectuada en l'últim quilòmetre, que afecti directament i de forma evident a la lluita per la posició entre 2 o més marxadors, i aquesta situació d'acceleració faci perdre la tècnica.
8. No estar present o arribar tard al caixó de sortida (de conformitat al punt 9.20 i 16.2).

8.3 TARGETA VERMELLA (Falta Molt Greu):

Desqualificació:

- L'àrbitre principal (o bé un/a àrbitre/a auxiliar, per delegació de l'àrbitre principal), amb la informació disponible, mostrarà la TARGETA VERMELLA al/a la participant sancionat/da, i verbalment li comunicarà la sanció i el motiu. Tret que siguin targetes acumulatives, les quals quedaran exposades a les fulles d'amonestacions al final de la cursa en un tauler d'anuncis.
- El participant haurà d'abandonar la competició en aquest moment i lliurar el dorsal a l'àrbitre. No obtindrà punts però es tindrà en compte la seva participació a l'efecte de còmput de proves realitzades.

Causes:

1. Tercera TARGETA GROGA o acumulació de targetes.
2. Córrer.
3. No portar el material obligatori per reglament o el requerit de forma expressa per l'organització.
4. No fer cas a les indicacions de l'organització i de l'equip arbitral.
5. Manipular o modificar les dimensions del dorsal o refusar-ho.
6. No passar el control de sortida o arribar després de la sortida, o no entrar a la zona de penalització quan se li indiqui.
7. Retardar voluntàriament l'hora de sortida de la competició.
8. Utilitzar qualsevol mitjà de transport a qualsevol moment de la competició.
9. Rebre qualsevol tipus d'ajuda externa fora de les zones determinades per l'organització.
10. Portar o canviar les marques del recorregut situades per l'organització.
11. No guardar respecte absolut a les normes esportives, ni respecte a la naturalesa.

12. Qualsevol desconsideració i violència verbal o física contra qualsevol persona vinculada amb la competició (de conformitat al punt 9.13).
13. Provocar un accident de manera voluntària.
14. Prendre alcohol o fumar durant la competició.
15. Llançar fems, fins i tot de forma involuntària, fora dels contenidors previstos per l'organització.
16. No ajudar un competidor/a accidentat/ada.
17. No passar per un control de pas.
18. No detenir-se si romp un bastó.
19. Tots els corredors que quedin en cursa després de l'hora de tancament d'un control o meta prevista per l'organització.
20. Pujar al podi en el lliurament de premis amb una bandera o símbol que no siguin els oficials de la Comunitat Autònoma o Club al qual representen.
21. Participar sota una identitat falsa o suplantant a una altra persona.
22. Tallar o escurçar el recorregut de manera intencionada, sortint de l'itinerari senyalitzat.
23. Serà motiu de desqualificació, així com la retirada de l'acreditació esportiva en tots els àmbits, la ingestió de productes de dopatge declarats per l'Agència Mundial d'Antidopatge (AMA). En aquest cas, el Comitè de Marxa Nòrdica Competitiva elaborarà un informe que remetrà al Responsable Tècnic de la FBME, perquè prengui les mesures disciplinàries pertinents amb el que dicti l'agència antidopatge.
24. No respectar el DECÀLEG DE BONES PRÀCTIQUES del Comitè Balear de Marxa Nòrdica.
25. Portar auriculars posats durant la competició (impedeixen escoltar les indicacions dels àrbitres o personal de l'organització).

8.4 - Serà responsabilitat del Comitè de Prova establir les penalitzacions. Aquest les notificarà a les persones afectades abans de l'inici del lliurament de trofeus mitjançant la publicació dels resultats a l'espai especialment destinat a això.

8.5 - Incórrer en els següents suposarà la desqualificació immediata d'esportistes i podria suposar una sanció disciplinària per a la persona en qüestió:

- No participar, sense causa justificada, a la cerimònia oficial de lliurament de premis de la prova, havent estat present a la prova esportiva. En cas de justificar l'absència per algun motiu important, s'haurà de fer davant de l'àrbitre/a principal o presidenta/e del jurat i/o la/el Delegat/da FBME a la prova.
- Provocar un incident esportiu (agressió o insult) a una altra persona competidora, membre de l'organització, de l'equip arbitral o del públic, tant si es produeix abans, durant o després de la competició.

8.6- Si fos pràcticament impossible informar la persona infractora de la seva penalització o desqualificació durant la prova, aquesta amonestació es notificarà tan aviat com sigui possible després que aquesta hagi finalitzat la prova.

8.7- Tot i haver finalitzat la prova, i durant el temps establert per a les reclamacions contra les classificacions provisionals, aquells i aquelles esportistes de qui s'obtingui prova gràfica evident (vídeo o fotografia) de violació d'alguna de les regles no tècniques, a criteri de l'equip arbitral podrà ser valorada i, en el seu cas, objecte d'amonestació/desqualificació encara que no hagi rebut advertiment previ.

8.8- ZONA DE PENALITZACIÓ:

Penalització “stop and go”.

En les competicions on sigui possible s'establirà la penalització per “stop and go”, de tal manera que els/les participants amb targetes grogues puguin “netejar-les” abans d'entrar a la meta.

Abans de l'entrada en meta s'establirà una zona reservada en la que els/les participants amb targeta groga hauran d'esperar fins a complir la sanció determinada (2 minuts per la primera targeta groga i 4 minuts més per la segona targeta groga).

En aquesta zona el/la participant tindrà opció de mantenir-se actiu/va, sense poder allunyar-se més de 50 metres de la zona delimitada.

L'àrbitre o la persona de l'organització responsable d'aquesta zona li anunciarà l'entrada i serà l'encarregat/da d'autoritzar-li la sortida una vegada complert el temps estipulat en la sanció.

L'entrada i sortida d'aquesta zona haurà d'anunciar-se amb una antelació màxima de 25 metres i amb cartells en el seu accés i haurà d'estar controlada per un/a àrbitre/a o una persona de l'organització.

L'organització haurà de proveir dels elements necessaris per a senyalitzar i abalisar aquesta zona, i tindrà prevista una pissarra per l'anotació dels dorsals que han d'entrar a la zona d'stop and go.

9. REQUISITS DEL MARXADOR I DE LA MARXADORA D'OBLIGAT COMPLIMENT.

9.1 És obligatori que el marxador/ la marxadora conegui el Reglament de Marxa Nòrdica Competitiva de la FBME i el Decàleg de Bones Pràctiques Mediambientals, acceptant les modificacions que pugui adoptar el Comitè de Curses per causes excepcionals, o alienes a l'organització, abans i/o durant la competició. El seu desconeixement no eximeix de la responsabilitat.

Reglament Balear de MN Competitiva 2026

9.2 Els bastons han de ser els específics per a la pràctica de la Marxa Nòrdica. Els seus elements primordials són: cos o canya, empunyadura ergonòmica, dragonera específica per a la Marxa Nòrdica que s'ajusta al canell, punta rígida i tacs de goma (pads) extraïbles especials per a la Marxa Nòrdica.

9.3 Tot/a marxador/a ha d'auxiliar al participant que estigui en perill o accidentat, estant obligat a comunicar-ho immediatament al control més proper. La negació d'auxili estarà penalitzada amb la desqualificació immediata.

Notes:

- ❖ En cas que un/a marxador/a s'aturi a ajudar a un competidor accidentat o amb alguna indisposició, els àrbitres podran tenir en consideració el possible temps emprat pel marxador/a que ajudi i, si es dóna el cas, aquest/a serà rebaixat del temps final.
- ❖ El/a marxador/a accidentat/ada o amb alguna indisposició, si ha d'abandonar la competició, no podrà obtenir punts però es tindrà en compte la seva participació en l'efecte de còmput de proves realitzades.

9.4 Els/les competidors/es que decideixin retirar-se d'una cursa hauran de comunicar-ho a l'organització a través del control o àrbitre/a més proper al lloc de la retirada fent l'entrega del seu dorsal. El/la marxador/a no obtindrà punts per abandonament.

9.5 Tots/es els marxadors/es hauran de tenir una condició física adequada. Es recomana una revisió mèdica esportiva realitzada dins del mateix any de la temporada en vigor.

9.6 Per a poder recollir el dorsal i prendre la sortida, tots/es els/les participants inscrits/es en una carrera que formi part del calendari oficial de MN, s'hauran d'acreditar davant l'organització, exhibint la llicència de la FBME o la llicència superior de la FEDME, de l'any en curs, juntament amb el seu Document Oficial d'Identitat (passaport, DNI, permís de conduir, NIE). La llicència federativa s'acreditarà mitjançant l'APP de la FBME.

9.7 És responsabilitat dels/de les marxadors/es portar l'equip i material adequat per a cada una de les curses, i disposar com a mínim de tallavents en competicions amb alerta meteorològica taronja. També és responsabilitat de cada competidor/a haver obtingut els coneixements teòrics i pràctics necessaris per poder participar en les curses.

9.8 Els/les marxadors/es estan obligats/des a conèixer i complir les restriccions en referència a l'ús de substàncies dopant que perjudiquen la salut i interfereixen en els resultats de la competició (l'listat de prohibicions publicat i mantingut per

l'Agència Mundial d'Antidopatge-AMA-). En cas de ser detectat l'ús d'aquestes substàncies, el/la competidor/a serà desqualificat/ada i penalitzat/ada, conforme al punt 8.2.23.

9.9 Els dorsals aniran col·locats en la part frontal i en la part posterior de la samarreta i hauran de ser visibles durant tota la cursa. En cas de portar tallavents, igualment, el dorsal ha de ser visible. Els dorsals hauran de guardar-se fins la classificació final de la prova. Serà motiu de desqualificació immediata la manipulació o cessió del dorsal.

9.10 Es podrà competir amb cinturons porta dorsals, sempre que el dorsal estigui visible durant tota la cursa.

9.11 Per mesures de seguretat no es podrà competir amb auriculars posats ni cap altre element que pugui distreure al/ a la marxador/a de la competició.

9.12 Complir amb el recorregut complet respectant les senyalitzacions i indicacions de l'organització, dels/de les Polícies locals, Protecció Civil i personal col·laborador que treballin durant la competició. No respectar-ho o no passar per algun dels controls establerts, serà causa de penalització o desqualificació.

9.13 Qualsevol desconsideració, discussió, violència verbal o física contra qualsevol persona, participants, organitzadors, públic, àrbitres, autoritats, voluntaris, etc., així com fer indicacions als/a les àrbitres sobre suposades infraccions d'uns altres marxadors participants serà motiu de desqualificació, tant si es produeix abans, durant o després de la competició.

9.14 Respectar la decisió de l'Àrbitre, sobretot després d'haver comès una falta o infracció.

9.15 Un/a competidor/a haurà de retirar-se si així l'hi indica el personal mèdic oficial, i si aquest/a es recupera, podrà ingressar de nou a la cursa. Si ha de retirar-se una segona vegada, ja no se li permetrà reingressar a la competició. Un examen mèdic realitzat a un/a marxador/a per personal mèdic autoritzat no serà considerat una assistència.

9.16 Si durant la competició, un/a marxador/a té la necessitat d'ajustar els bastons o substituir els tacs de goma (pads), necessàriament haurà de fer-se a un costat del circuit i detenir-se per realitzar aquesta operació, sense obstaculitzar als altres marxadors. Sempre s'aplicarà la màxima cura mantenint els bastons verticals i prenent les precaucions necessàries per no ferir a altres participants. Els bastons no podran dipositar-se en el terra durant la cursa.

Nota.

❖ Substitució de bastons trencats.

El canvi de bastons trencats es podrà efectuar a les següents situacions, i sempre respectant el punt 9.22 (aturar-se).

- A la zona d'avituellament.
- En un punt de recorregut que es determini prèviament, i que serà obert a tots els participants.
- En qualsevol punt del recorregut, sempre que sigui efectuat per un membre acreditat del seu club (un/a altre/a competidor/a, delegat/da o entrenador/a).

9.17 Cal evitar caminar en grup, de tal manera que s'impedeixi el normal progrés dels/de les altres marxadors/es. Si un/a participant desitja anar més de pressa, haurà d'indicar les seves intencions d'avançar donant un senyal amable "PAS".

9.18 Quan l'esdeveniment o competició es celebri damunt asfalt o altres terrenys durs, s'ha de cobrir les puntes dels bastons amb tacs de goma (pads), evitant així lesions, obtenint un major adherència i reduint el soroll que es genera. En recorreguts mixtes (asfalt, terra, herba o camp a través) hauran de llevar-se o col·locar segons requereixi el terreny, sempre sota la supervisió de l'organització o de l'equip arbitral.

Igualment, es pot determinar l'obligatorietat en un tram, pel que es senyalitzarà una zona especial de no més de 50 metres, on els/les marxadors/es, sense aturar-se, podran desenganxar-se les dragoneres per col·locar els tacs de goma i igualment per llevar-los, altres 50 metres com a màxim. Per fer aquesta maniobra, els bastons sempre s'han de mantenir en posició vertical i a prop del cos del competidor/a. Si el canvi de pads no es du a terme de forma correcta, serà causa d'amonestació amb targeta blanca. És recomanable portar un parell tacs de goma de recanvi.

9.19 Els/les marxadors/es que participin en una competició en la qual també hi hagi una altra modalitat tindran una sortida específica per a ells/elles. El marge de temps i el moment de la sortida ho decidirà l'Àrbitre Principal.

9.20 Els/les marxadors/es hauran d'estar presents en el caixó de sortida, com a mínim, quinze (15) minuts abans de l'hora oficial d'iniciació de la competició, a fi de permetre el reconeixement, control del material i últimes instruccions de l'Àrbitre/a Principal en la reunió prèvia a la competició. Se li impedirà la participació en la prova als que no compleixin els requisits referits al material i exposats a l'apartat 9.7

La no assistència al caixó de sortida 15 minuts abans es penalitzarà amb 2 minuts (targeta groga).

9.21 Els/les marxadors/es seran respectuosos/es amb el medi ambient i així mateix hauran de emportar-se els seus residus, llaunes, papers, etc., fins a l'arribada o llocs assenyalats per l'organització.

9.22 Davant de qualsevol eventualitat fora del punt d'avituallament oficial, un/a marxador/a haurà de aturar-se fins que el problema hagi estat solucionat.

9.23 Els/les participants hauran de sotmetre obligatòriament als control de dopatge que se'ls sol·liciti.

Nota: les instruccions verbals o escrites estan autoritzades, no es consideraran ajuts antireglamentàries.

10. MATERIAL I EQUIPAMENT.

Per a la competició, cadascú haurà de portar l'equip esportiu necessari i adequat per a la prova i meteorologia, i tot aquell que sigui anunciat com a tal per l'organització de cada esdeveniment. Segons la meteorologia del dia de la competició, el Jurat de competició podrà determinar si l'ús del material recomanable passa a ser només "obligatori".

10.1 - Serà obligatori l'ús de dos (2) bastons de Marxa Nòrdica. És el material clarament diferenciador de l'activitat, els bastons per a la pràctica de la Marxa Nòrdica i han de permetre aplicar la tècnica de marxa nòrdica. Les seves parts primordials són: cos o canya, empunyadura ergonòmica, dragonera especial per a la Marxa Nòrdica que s'ajusta al canell, punta rígida, i tacs de goma extraïbles i especials per a la Marxa Nòrdica.

10.2 Els marxadors podran vestir peces lleugeres del seu gust (shorts, lycres, franel·les, etc), i qualsevol indumentària concorde al mateix esport, evitant portar publicitat ofensiva en general.

10.3 Tots els marxadors hauran de portar el calçat esportiu adequat per realitzar la cursa (admetent-se el calçat esportiu amb característiques estructurals).

10.4 - Es permet l'ús d'elements d'hidratació del tipus ronyonera o motxilla, subjecte a les normes d'avituallament.

10.5 El control del material requerit per l'organització es durà a terme a les entrades als caixons i també podrà ser efectuat de nou a l'arribada, penalitzant, si aquest fos el cas.

Nota: En el moment d'efectuar la retirada del dorsal, l'esportista podrà consultar a l'equip arbitral si el material que presenta s'ajusta al reglament.

11. AVITUALLAMENT.

11.1 Durant el recorregut se situaran punts d'avituellament en una distància aproximada a cada cinc (5) quilòmetres. L'organitzador haurà d'informar als marxadors sobre els punts d'avituellament durant el recorregut. . Aquests estaran proveïts, com a mínim, d'aigua o altres líquids.

11.2 El marxador pot portar hidratació personal, podent sol·licitar a l'organitzador que en els controls d'avituellament se li subministri la seva pròpia hidratació, la qual li serà lliurada per personal de l'organització o persones autoritzades pel mateix organitzador o àrbitres (de conformitat als punts 11.8 i 19).

11.3 El participant, en arribar a una zona habilitada per l'organització per l'avituellament o hidratació haurà, cinquanta (50) metres abans i cinquanta (50) metres després, tenir desenganxades al manco una de les seves dragoneres dels bastons per evitar molèsties o ensopegades amb els altres marxadors, amb l'obligació de tenir els bastons en posició vertical amb les puntes cap avall i units al seu propi cos, Si la maniobra d'avituellament no es du a terme de forma correcta, serà causa d'amonestació amb targeta blanca.

Quedarà prohibit córrer en aquesta zona. Tota la zona estarà degudament senyalitzada i serà de fàcil identificació i accés per part de competidors i competidores.

11.4 Si un marxador durant la competició tingués l'emergència o necessitat de prendre els seus propis líquids, aliments o per a assistència personal fora de la zona habilitada per l'organització per l'avituellament o hidratació, haurà de fer-se a un costat, aturar-se i tenir desenganxades les dragoneres dels bastons, procurant portar-los en posició vertical prop del cos i amb les puntes cap avall.

11.5 - L'organització dotarà d'un avituallament sòlid i líquid en finalitzar la prova al recinte d'arribada.

11.6 - Hi haurà papereres al punt d'avituellament i a 40 m després d'aquest, (deixant els deu darrers metres perquè competidores i competidors puguin cordar-se les dragoneres).

11.7 - Està prohibit l'avituellament i l'ajut durant el desenvolupament de la competició de qualsevol persona competidora o no, exceptuant els servits per l'organització i/o els qui tinguin autorització del Comitè de Prova a les zones previstes, per exemple, als punts de avituallament en què sí que podrà ser rebuda ajuda externa. Es permet l'ús d'elements d'hidratació del tipus ronyonera o motxilla, subjecte a les normes d'avituellament.

Reglament Balear de MN Competitiva 2026

11.8 - Només les persones acreditades (punt 19 del reglament), poden tenir accés a l'interior de la zona d'avituallament, i en cap cas no hauran d'obstaculitzar la marxa dels i les esportistes.

11.9 Es recomana dur tassó/recipient per a la hidratació durant la prova amb la finalitat de complir amb les normes mediambientals. L'organització, en la mesura del possible, no proporcionarà tassons, envasos individuals o similars. Si ho fa, és obligatori disposar de contenidors de reciclatge per assegurar una bona gestió dels residus.

12. DOPATGE.

12.1 Els/les participants estan obligats a conèixer i complir les restriccions en referència a l'ús de substàncies prohibides que perjudiquen la salut i el transcurs de la competició (l'listat de prohibicions publicat i mantingut per l'Agència Mundial Antidopatge, AMA). En cas de ser detectat seran desqualificats i penalitzats.

12.2 Serà motiu de desqualificació de la competició de MN, així com la retirada de l'acreditació esportiva a tots els àmbits, la ingestió de productes de dopatge declarats per l'AEA. En aquest cas el Comitè Balear de Marxa Nòrdica, elaborarà un informe que el trametrà al Responsable Tècnic de la FBME, perquè prengui les mesures disciplinàries pertinents amb el que dicti l'agència antidopatge.

13. RECLAMACIONS.

13.1- Les reclamacions contra les classificacions provisionals.

Les reclamacions contra les classificacions provisionals es faran de manera verbal a l'equip

arbitral en el termini de deu (10) minuts des de la publicació.

Un cop resolta la reclamació i comunicada a la persona reclamant, aquesta disposarà de deu (5) minuts per presentar la reclamació per escrit davant del Jurat de competició.

La reclamació s'ha de presentar segons el model annex 4 o, en tot cas, concretant els aspectes següents:

- Nom de la persona que la fa.
- Número de DNI.
- Club o Federació Autònoma que representa.
- Noms dels/es esportistes afectats o afectades.
- Número de dorsal.
- Fets que s'al·leguen.
- Sol·licitud.

Reglament Balear de MN Competitiva 2026

Aquestes reclamacions es faran previ dipòsit en efectiu de la quantitat de 50€ al delegat federatiu, la qual es reemborsarà el reclamant en cas d'estimar-se la reclamació.

La decisió del Jurat de Competició en relació amb les reclamacions formulades es traslladarà directament a les classificacions definitives, que seran publicades amb caràcter previ al lliurament de premis.

Nota:

❖ Les reclamacions es podran referir únicament als llistats de classificacions provisionals exposats.

❖ Les sancions de l'equip arbitral sobre errors tècnics seran inapel·lables, i no es podran presentar cap reclamació en relació amb aquestes.

13.2 S'establirà un Jurat de Competició per les possibles reclamacions.

- Aquest jurat es un òrgan consultiu.
- Estarà compost pels àrbitres de la cursa, el director de la prova, el Delegat FBME, i un representant dels competidors estriat per sorteig entre les cinc (5) primeres dones classificades absolutes i els cinc (5) primers homes classificats absoluts, excepte si està implicat en una reclamació.
- El Jurat de Competició serà el responsable d'atendre les reclamacions derivades de la competició durant i dins la data de la prova. Es convocarà en el moment que es produeixi la reclamació.

13.3 – Reclamacions contra les classificacions definitives.

Les reclamacions contra les classificacions definitives s'hauran de presentar mitjançant un escrit dirigit a l'Àrea de Marxa Nòrdica de la FBME en un termini màxim de set (7) dies naturals des del dia següent de la publicació de les classificacions.

Només seran admissibles les reclamacions davant de les classificacions definitives en relació amb les qüestions afectades per la resolució de reclamacions pel Jurat de Competició.

L'Àrea de Marxa Nòrdica de la FBME resoldrà en el termini de trenta (30) dies naturals, sabent que, si el darrer dia de termini és un dia festiu, quedarà el termini ampliat al primer dia següent hàbil.

13.4 - Recurs davant de la resolució de l'Àrea de Marxa Nòrdica.

Contra la resolució de l'Àrea de Marxa Nòrdica de la FBME s'interposaran els recursos que estableixi a cada moment la norma esportiva en vigor.

14. ZONES DE SORTIDA I ARRIBADA.

14.1 Zona de sortida:

➤ La zona de sortida tindrà, sempre que sigui possible, un front de 10 m. La zona de sortida estarà degudament abalisada formant un recinte tancat, amb un pas obligat d'accés per poder realitzar les verificacions oportunes.

➤ En cas de necessitat i veient-ho convenient els àrbitres de la prova, se podrà delimitar un tram neutralitzat en la que els marxadors podran caminar fins al punt determinat però sense fer avançaments, per exemple si la sortida és pels carrers d'una població. En aquest tram els marxadors no han d'utilitzar els bastons, mantenint-los en verticals i elevats del terra, paral·lels davant el cos.

➤ L'organització establirà un caixó de sortida pels primers llocs del rànquing Individual FBME i FEDME, que sempre estarà per davant de la resta de competidors i amb un espai mínim de separació de 80 cm.

Els competidors no federats estaran sempre situats al darrere dels federats.

➤ El caixó de sortida estarà format com a mínim pels cinc (5) millors homes i dones situats al rànquing Individual FBME.

➤ La zona de sortida estarà equipada amb un cronòmetre connectat a l'arribada que es posarà en funcionament al moment de donar la sortida.

➤ Abans d'accedir a la zona de sortida, els competidors hauran de passar els controls següents: Dorsals i Material.

14.2 Zona d'arribada:

➤ El punt d'arribada cronometrat estarà situat on ho estableixi l'organització, podent ser el mateix o diferent que el de sortida.

➤ L'entrada en meta dels marxadors es determinarà per la part anterior del tòrax.

➤ Com a mínim els últims 50 metres serà aconsellable que hagin d'estar abalisats de forma fàcilment identificable, amb la finalitat d'evitar l'encreuament

Reglament Balear de MN Competitiva 2026

de persones en aquesta zona i només podrà accedir a l'interior del mateix el personal acreditat.

➤ A l'interior del recinte d'arribada es trobarà un sistema de cronometratge, una zona equipada degudament amb una o diverses taules per realitzar el control de material, una zona reservada per l'avituellament i una zona adequada que faciliti el treball dels àrbitres (taules, cadires).

14.3 L'organització, obligatòriament haurà de preveure una zona de banys i sempre que sigui possible, també haurà de preveure una zona de vestuari i dutxes per ser utilitzats pels/per les participants, abans i després de la competició.

14.4 L'organització, sempre que sigui possible, haurà de preveure un servei de guarda-roba, recollida i guarda de material dels competidors, perquè aquest pugui ser recuperat per ells mateixos a la seva arribada a meta.

14.5 És obligatori que l'organització tingui previst un equip d'obertura i tancament de competició, que permeti tenir el control dels/de les marxadores que van al capdavant i els/les de les últimes posicions.

14.6 L'organització, conjuntament amb l'equip arbitral, establiran un temps límit de finalització per la prova, aquest temps variarà depenent de la distància, duresa i característiques del terreny.

15. SEGURETAT.

15.1 A les zones amb perills objectius en què no es pugui evitar el risc residual s'haurà de destinar controls orientatius d'una o més persones per advertir del perill.

15.2 Els àrbitres de marxa nòrdica hauran d'inspeccionar l'itinerari amb la finalitat d'assegurar-se que s'està complint amb el reglament i la normativa vigents.

15.3 L'organització haurà de disposar d'un metge amb l'equip adequat per garantir l'assistència sanitària necessària en totes les proves. Es podrà comptar amb la col·laboració de Creu Roja, Protecció Civil, etc.

15.4 En qualsevol punt del recorregut, el metge de cursa o els àrbitres podran determinar la retirada de competició d'un/a marxador/a si aquest mostra símptomes evidents d'esgotament o un altre símptoma que aconselli la no continuïtat de participant en la competició.

15.5 L'organització haurà de disposar d'un grup de salvament, vehicles adaptats, ambulància i material adequat per actuar en el cas de produir-se un accident, assegurant l'evacuació i trasllat de la persona ferida a un hospital amb la màxima rapidesa. (Preveure el supòsit que, per condicions adverses, no es pugui fer un salvament aeri).

15.6 Un sector de l'itinerari ja supervisat i aprovat el dia abans de la competició que es vegi afectat per un perill objectiu (perill de riuada, desprendiments de pedres, etc.), del qual no es pugui disminuir el seu risc fins a minimitzar-ho al mínim, per motius de seguretat, podrà ser anul·lat. L'organització en aquest cas no està obligada a substituir-ho amb un altre tram de les mateixes característiques, encara que això afecti el desnivell i distància total de la prova.

15.7 L'organització ha de garantir la seguretat dels marxadors, àrbitres de la competició de Marxa Nòrdica i les persones acreditades (de conformitat al veure punt 19). Per a això el recorregut haurà d'estar tancat al tràfic o en cas contrari estar vigilat i supervisat per policies de trànsit local, personal subaltern o Protecció Civil.

15.8 Les proves no podran ser ajornades ni anul·lades, excepte en condicions extremadament desfavorables. Per tal motiu els organitzadors estan obligats a dotar-se i preveure itineraris alternatius dissenyats per recórrer en els diferents anomalies climatològiques (neu, boira, aigua, etc), per tal d'evitar la suspensió o ajornament. Si les circumstàncies ho requereixen, es podrà interrompre la prova en un punt del recorregut. En aquest cas, s'han de prendre les posicions i temps d'arribada en el punt d'interrupció o, si no, en l'últim control realitzat.

En el cas d'interrupció o anul·lació de la prova, perquè les condicions climatològiques això ho requereixin, si són impracticables tots els itineraris alternatius el drets d'inscripció no seran retornats. De produir-se aquestes circumstàncies i quan l'organitzador no tenguí previstos uns itineraris alternatius, aquesta haurà de tornar els drets d'inscripció, i es podrà obrir a l'organitzador un expedient sancionador per incompliment del reglament.

16. REUNIÓ INFORMATIVA.

16.1 L'equip arbitral, juntament amb l'organització haurà de realitzar una reunió informativa (bríng) com a mínim quinze (15) minuts abans de la sortida de la competició. En ella, es farà un resum informant als/a les marxadors/es de:

- Itinerari previst, característiques: longitud i desnivell.
- Ubicació dels controls.
- Avituallaments.
- Tipus de senyalització.
- Temps màxim de finalització de la cursa.

Reglament Balear de MN Competitiva 2026

- Situació de llocs conflictius.
- Meteorologia prevista.
- Respecte al medi ambient.
- Modificacions d'última hora.
- Drets i obligacions del participants.
- Hora de sortida.
- Material obligatori per la prova i material aconsellable.
- Presentació de l'equip arbitral.
- Tipus de sanció (Stop&go o temps).
- Temps límit per la finalització de la prova.

16.2 Aquesta reunió prèvia a la competició és obligatòria per a tots/es els/les marxadors/es, en les condicions assenyalades al punt 9.20. La no assistència implica una penalització amb 2 minuts (targeta groga, punt 8.2, causa 9).

16.3 Si el Comitè Balear de Marxa Nòrdica ho creu oportú, per les característiques de la competició (Campionat de Balears Individual, Campionat de Clubs...) s'haurà de fer una reunió informativa el dia abans de la prova. Es recomana preparar la reunió informativa entre organització, àrbitres i supervisors i documentar la descripció de l'itinerari amb projecció informàtica d'aquesta.

17. ITINERARIS ALTERNATIUS.

17.1 - Quan la prova discorre per terreny de muntanya i coneixent que aquest està molt influït per les condicions meteorològiques, l'organització haurà de tenir un o més itineraris alternatius. Aquests hauran de poder ser recorreguts en cas que les condicions meteorològiques siguin adverses.

17.2 - L'organització haurà de preveure les pitjors condicions meteorològiques amb la finalitat de estudiar un itinerari alternatiu per a aquestes circumstàncies.

17.3 – Aquests itineraris estan subjectes a tots els apartats d'aquest reglament.

18. HOMOLOGACIÓ DE LES COMPETICIONS.

Preàmbul:

❖ L'organització d'una competició oficial haurà d'observar les regles que es descriuen a continuació.

Nota: Un itinerari, per ser homologat, haurà de complir una sèrie de requisits que garanteixin la seguretat dels i les esportistes en tot moment.

18.1 – L'itinerari.

- L'únic mitjà de locomoció serà a peu, amb l'ús de bastons específics de Marxa Nòrdica i aplicant-ne la tècnica.

- La revisió del traçat es realitzarà amb suficient antelació per garantir la qualitat del mateix i es realitzarà una darrera uns minuts abans de l'inici de la prova per confirmar el correcte balisatge.
- Els itineraris hauran de ser aptes per poder ser efectuats amb bicicleta, cosa que facilitarà el seguiment i control de prova per part de l'equip arbitral.

18.2 - Distàncies i tipus de terreny per a les proves de Competicions de Marxa Nòrdica de la FBME:

- Distància per a Copa Balears i Rànquing: Un mínim de 10 km.
- Als Campionats de Balears la distància haurà de ser de 12 km. o més.
- Per facilitar-ne el control, els circuits **s'aconsella que no excedeixin** de 5 km., podent efectuar-se el nombre de voltes necessàries per completar la distància establerta. Aquesta distància de 5 km. pot variar sempre que sigui autoritzat per l'Àrea de Marxa Nòrdica de la FBME.
- L'organització, amb l'autorització de l'Àrea de Marxa Nòrdica, podrà disminuir el nombre de voltes o la distància del recorregut als/les esportistes que formen part de la categoria Veterà/a D.
- El tipus de terreny, amplada, desnivell, etc. serà en tot moment l'adequat per a la pràctica de la Marxa Nòrdica amb bona tècnica.

18.3 - Senyalització de l'itinerari a càrrec de l'organització:

- L'itinerari s'haurà de senyalitzar amb banderes, cintes, fletxes i de color que contrasti clarament amb l'entorn, no havent de ser necessàries tècniques de orientació per seguir-lo.
- Els elements de marcatge és recomanable que estiguin fabricats amb materials biodegradables.
- En condicions de visibilitat normals, des d'una marca haurà de ser visible la següent. En el cas de condicions meteorològiques adverses, aquestes han de ser reforçades amb el doble d'elles o més, garantint sempre la màxima seguretat de les i els esportistes.
- Els llocs que puguin conduir a confusió estaran degudament senyalitzats amb cinta de abalisar de color que contrasti clarament.
- Es podran fer servir senyals de pintura únicament en asfalt i prop de poblacions. No es permetrà a arbres, pedres, etc. Tampoc a l'interior de poblacions o sobre monuments històrics.
- Al final de la competició l'organització està obligada a retirar-la en un termini màxim de **24 hores**, tots els materials utilitzats per a la senyalització, control de la prova i llocs d'avituallament. Si no compleix aquest punt, se'ls podrà obrir expedient disciplinari per contaminar el medi natural.

18.4 - L'itinerari estarà marcat i abalisat **1 hora** abans de l'inici de la competició, amb la finalitat que l'equip arbitral el pugui recórrer per revisar-ho i per homologar-ho.

Reglament Balear de MN Competitiva 2026

18.5 - Quan la competició passa per rutes amb asfalt o altres sòls durs, es recomana cobrir les puntes dels bastons amb tacs de goma (pads), evitant així lesions, obtenint major adherència i reduint el soroll que generen.

18.6 - L'organització de l'esdeveniment, de comú acord amb l'equip arbitral, podrà determinar l'ús obligatori de tacs de goma durant tot el recorregut, o en un tram, per al que es senyalitzarà una zona especial de no més de 50 metres a l'inici i al final del tram, on marxadores i marxadors podran deixar-se anar les dragoneres per col·locar o treure els tacs i sempre han de mantenir els bastons a prop del seu cos en posició vertical. En cap cas es podrà córrer en aquest tram.

19. ACREDITACIONS PERSONALS I VEHICLES.

L'organització tindrà previstes targetes d'acreditació per tal que les persones i vehicles autoritzats puguin accedir a les zones restringides que es determinin, camins particulars, zones d'aparcament, zones de muntatge, sala de premsa, avituallaments i altres zones que estimi oportunes.

En cada competició, els equips participants podran designar per escrit a l'organització el nombre de persones que actuen com a delegats per poder obtenir aquestes acreditacions.

El nombre d'acreditats serà determinat per l'organització en funció de les seves capacitats organitzatives i d'espai, podent atorgar o no acreditació pels vehicles.

L'organització tindrà previstes credencials personals i de vehicles pels àrbitres, delegats federatius, cronometradors, personal mèdic, personal d'equipament, etc, en funció de les seves capacitats organitzatives i d'espai.

L'organització s'encarregarà que només les persones i vehicles amb acreditació puguin accedir a les zones expressament delimitades.

Les acreditacions seran entregades dins el termini d'horari d'entrega de dorsals.

20. CLASSIFICACIONS.

20.1- S'establirà una classificació per cada categoria d'acord amb el temps necessitat per recórrer el circuit proposat, comptabilitzant a cada esportista des del seu pas per l'arc. Si per qualsevol motiu no ha pogut aturar-se a l'Stop&Go, la penalització de temps se li afegirà abans d'elaborar les classificacions provisionals.

Reglament Balear de MN Competitiva 2026






















20.2 - L'esportista que hagi comptabilitzat el menor temps en la seva categoria, una vegada aplicades les possibles penalitzacions, serà qui guanyi la prova a la seva categoria.

20.3 – La classificació definitiva s'exposarà 10 minuts abans del lliurament de trofeus.

20.4 - Es podran presentar reclamacions referents a les classificacions provisionals fins a 10 minuts després de la seva publicació (punt 13).

20.5 - En finalitzar la prova, l'organització ha de facilitar les classificacions per categories a l'àrbitre/a principal i al delegat o a la delegada de la FBME i fer-les públiques a la totalitat esportistes participants.

21. QUADRE DESCRIPTIU D'AMONESTACIONS.

					SENSE PENALITZACIÓ
					SENSE PENALITZACIÓ
			=		2 MINUTS DE PENALITZACIÓ + DESAPAREIXEN LES BLANQUES
			=		2 MINUTS DE PENALITZACIÓ + DESAPAREIX LA BLANCA
			=		2 MINUTS DE PENALITZACIÓ + DESAPAREIXEN LES BLANQUES
			=		2 MINUTS DE PENALITZACIÓ
			=		6 MINUTS DE PENALITZACIÓ
			=		6 MINUTS DE PENALITZACIÓ
			=		DESQUALIFICACIÓ
			=		DESQUALIFICACIÓ
			=		DESQUALIFICACIÓ

Annex 2.

DOCUMENT DE FORMACIÓ DELS CALAIXOS I AL CAMPIONAT DE BALEARS DE CLUBS



FITXA D'ENTRADA ALS CALAIXOS DE SORTIDA

Procés d'ordenament de la sortida basat en calaixos.

L'equip arbitral establirà **6 calaixos** de sortida en ordre lineal:

- En no ser aplicat el RANKING en aquesta prova, serà potestat de cada equip decidir quins dels seus components ocupen cada lloc als calaixos.
- Per fer-ho, cada equip haurà d'emplenar la fitxa que apareix al final d'aquest document, indicant el nombre complet de les seves marxadores i marxadores i el calaix on volen entrar, segons l'estructura esmentada.
- Una fitxa per al seu equip masculí i una altra per al seu equip femení.
- Amb aquesta fitxa s'emplenaran els calaixos de sortida en funció dels desitjos de cada equip.

NOTA:

❖ Prèviament, i 72h abans de la prova, cada equip ha d'haver emplenat el formulari oficial de composició i que s'ha d'enviar per correu a l'Àrea de MN de la FBME.

Ordenament dels 6 calaixos:

1. El primer calaix serà emplenat amb els i les esportistes número 1 masculí i número 1 femení de cada equip, inscrit al campionat.
2. El segon serà emplenat amb les i els esportistes número 2 masculí i número 2 femení de cada equip, inscrit al campionat.
3. El tercer serà emplenat amb els i les esportistes número 3 i número 4 masculí i número 3 i número 4 femení de cada equip, inscrit al campionat.
4. El quart serà emplenat amb els i les esportistes número 5 i número 6 masculí i número 5 i número 6 femení de cada equip, inscrit al campionat.
5. El cinquè calaix serà destinat a la resta d'esportistes de cada equip.
6. Esportistes sense inscripció d'equip; i es completarà per ordre d'arribada.

Aquest procediment pretén optimitzar la sortida per intentar evitar accidents provocats per l'acumulació d'esportistes en línia i alhora afavorir la incorporació a les zones preferents de sortida dels equips participants al Campionat de Balears de Clubs.

NOM OFICIAL DEL CLUB: _____



EQUIP (Maculí – Femení): _____

Marxador/a en el Calaix 1	
Marxador/a en el Calaix 2	
Marxadors/es en el Calaix 3	
Marxadors/es en el Calaix 4	
Marxadors/es en el Calaix 5	

Nom i signatura del delegat del club:

Annex 3

AUTORITZACIÓ

Mitjançant aquest document, autorizo al/a la menor amb nom

_____ a participar, durant l'any natural, en totes les activitats, competicions i esdeveniments oficials organitzats o coorganitzats per la Federació Balear de Muntanyisme i Escalada (FBME), o inclosos en el seu calendari federatiu, dins les modalitats següents:

Escalada, Curses per Muntanya (CxM), Marxa Nòrdica, Barranquisme, Expedicions de muntanya, Excursionisme, Senderisme, Acampades i activitats de convivència en medi natural.

Aquesta autorització té validesa per a tot el territori de la Comunitat Autònoma de les Illes Balears i per a l'àmbit nacional espanyol, en el marc de les activitats federades i reconegudes per la FBME.

CONDICIONS I DECLARACIONS

Declaro conèixer i acceptar el reglament de competicions i les normes específiques aplicables a cada modalitat i prova.

Confirmo que el/la menor es troba en condicions físiques i mèdiques adequades per a la pràctica de les activitats esmentades.

Autoritzo la utilització d'imatges, vídeos o enregistraments del/la menor en l'àmbit exclusivament informatiu, federatiu o promocional de la FBME. Exonero la FBME, els seus tècnics, àrbitres, jutges, responsables i col·laboradors de qualsevol responsabilitat derivada de la pràctica esportiva, dins dels límits establerts per la legislació vigent i les cobertures de llicència federativa.

Aquesta autorització tindrà vigència fins al 31 de desembre de l'any _____ i caldrà renovar-la anualment.

A _____, a _____ de _____, de l'any _____

Nom i llinatges del pare / mare / tutor/a legal: _____

Signatura:

FONAMENT LEGAL caldrà Article 162 del Codi Civil espanyol, que reconeix als progenitors o tutors legals la representació legal dels menors d'edat en tots els actes civils i administratius. Llei Orgànica 1/1996, de 15 de gener, de Protecció Jurídica del Menor, especialment els articles 2 i 9, que estableixen el dret del menor a ser protegit i la necessitat d'autorització per a activitats que comportin risc físic. Llei 14/2006, de 17 d'octubre, de l'Esport de les Illes Balears, que regula la participació dels esportistes en activitats i competicions federades. Llei 10/1990, de 15 d'octubre, de l'Esport (estatal), que estableix el marc general de l'activitat esportiva organitzada i les competències de les federacions. Reglament General de Protecció de Dades (UE 2016/679) i Llei Orgànica 3/2018, de Protecció de Dades Personals i garantia dels drets digitals, pel que fa al tractament d'imatges i dades personals de menors.

Annex 4.

FULL DE RECLAMACIÓ

Full de reclamació de la competició realitzada el dia ____ / ____ / ____

Núm. Reclamació _____

Cursa de Marxa Nòrdica _____

Organitzada pel Club _____

RECLAMANT:

Nom i llinatges	
Club	
DNI o equivalent	
Adreça	
Telèfon	
Correu electrònic	

ESPORTISTES AFECTATS/DES

Nom i llinatges	Dorsal	Club

Exposició dels fets

Reglament Balear Marxa Nòrdica Competitiva 2026

Sol·licitud del marxador o de la marxadora

Signatura del/ de la reclamant

Signatura del/de la representant de la FBME

La FBME ha rebut la quantitat de: 50 € del senyor/a

_____ en concepte de: dipòsit de reclamació número
_____ el dia ____ / ____ / _____ (La quantitat serà retornada si la
reclamació prospera).

A _____, dia _____ de _____ de _____

Signatura i nom del Representant de la FBME

**Àrea de Marxa Nòrdica de la Federació Balear de Muntanyisme i
Escalada (FBME)**

Casal de Federacions del Consorci Velòdrom Illes Balears

c/ Uruguai, s/n. 07010 Palma de Mallorca Tel.: 971 29 13 74

cmarxanordicafbme@gmail.co