



INSCRIPCIÓ A LA XXVIII MARXA DE LA PRIMAVERA

(Cal portar aquest full amb totes les dades omplertes a una de les següents oficines d'atenció al públic : Complex Esportiu La Vila, Oficina d'Atenció PMSAPM Vila, Pavelló Esportiu Municipal, Complex Esportiu Torrent de Llops, Pavelló Esportiu Can Cases, Centre Integral d'Esport i Salut "CIES" o Complex Educatiu)

Número Abonat o Cursetista :			
Cognoms i Nom :			
Adreça :			
Codi Postal		Localitat :	
Data de Naixement :		Talla Samarreta:	
Correu electrònic :			
Préstec de bastons per Marxa Nòrdica:			



RESGUARD DE LA INSCRIPCIÓ A LA XXVIII MARXA DE LA PRIMAVERA

CAL PORTAR-LO PER RECOLLIR L'OBSEQUI D'AQUESTA EDICIÓ I PEL PRÈSTEC DE BASTONS DE MARXA NÒRDICA
(De 8:00 a 9:45 hores a la Plaça del Pavelló Esportiu Municipal)

Número Abonat o Cursetista :			
Cognoms i Nom :			
Inscripció Validada per :		Data :	
Talla Samarreta :			
Préstec de bastons per Marxa Nòrdica:			

Podeu trobar més informació, mapes i normatives a la següent adreça web : <http://www.martorell.cat>

Recomanacions :

1. Porta cantimplora i no ampolles de plàstic o llaunes per tal de no generar residus.
2. Porta't l'esmorzar de casa. Durant el recorregut només hi haurà punts d'avitallament.
3. No llencis papers ni res al terra i torna les deixalles a casa.
4. No arrenquis ni malmetsis les plantes ni el bosc utilitzant eines o excavant la terra
5. No fumis.
6. Recorda que està expressament prohibit fer foc al bosc.
7. Aprèn a conèixer la flora i fauna de la muntanya, respecta'ls.

Normativa :

1. La Marxa es realitzarà el 22 de març de 2020.
2. El recorregut curt de és de 6,5 kilòmetres de distància.
3. La distància del recorregut llarg és de 10,8 kilòmetres presentant algun tram de mitjana dificultat.
4. Les distàncies del recorregut tenen el seu origen a la plaça del Pavelló Esportiu Municipal.
5. Els circuits a la muntanya s'obriran a les 10:00 hores.
6. Els circuits i les activitats del circuit d'aventura es tancaran a les 14:00 hores.
7. Es recomana la planificació del recorregut a realitzar amb antelació per no trobar tancats els controls de pas.
8. Podran prendre part en aquesta Marxa totes les persones que ho vulguin fer (els menors de 14 anys hauran d'anar acompanyats d'un adult).
9. El fet d'inscriure's en aquesta activitat comportarà la cessió dels drets d'imatge amb l'únic objectiu de donar difusió de l'activitat en qualsevol mitjà i suport de comunicació.
10. L'entitat organitzadora podrà modificar quelcom quan algun fet imprevist així ho aconselli.
11. L'organització no es farà responsable dels possibles accidents o altres perjudicis que la participació de la marxa pugui aportar als inscrits, abans, durant o després d'efectuar-se.
12. Les persones a les que es prestin els bastons per marxa nòrdica (recomanada per majors de 14 anys) hauran de recollir-los a partir de les 9:00 al Pavelló Esportiu Municipal i entregar-los a les 13.00h com a màxim a Quatre Camins

