

The page features a large red star in the upper left corner, a partial red star on the left edge, and a large red shape at the bottom left that resembles a stylized 'R' or a similar letter. The text is positioned on the right side of the page.

# REGLAMENTO OFICIAL DE MARCHA NÓRDICA

FEDERACIÓN MADRILEÑA  
DEMONTAÑISMO

APROBADO EN COMISIÓN DELEGADA EL  
15 DE NOVIEMBRE DE 2023

## **REGLAMENTO OFICIAL DE MARCHA NÓRDICA DE LA FEDERACIÓN MADRILEÑA DE MONTAÑISMO**

Índice:	2
Introducción, Definición y Objetivos	3
1. Competiciones Autonómicas. Tipos	3
2. Organización	8
3. Control de la competición: Equipo arbitral y supervisión	9
4. Personal de organización	12
5. Reglamento de competición para marchadores	13
6. Inscripción a la competición	14
7. Material y Equipamiento de cada marchador	15
8. Supervisión, control de material y ayudas	15
9. Comportamiento general de los marchadores	16
10. Penalización o descalificación de un marchador	17
11. Dopaje	20
12. Normas para la confección de trípticos y carteles	21
13. Reclamaciones y sistema de apelación	21
14. Homologación de las competiciones	22
15. Seguridad	24
16. Zonas de Salida, Llegada y Zona de penalización	25
17. Controles: Labores y responsabilidades	26
18. Avituallamiento	27
19. Tiempo de paso por los controles	27
20. Mapas	28
21. El Dorsal	28
22. Supervisión y control de material	28
23. Itinerarios alternativos	29
24. Reunión informativa	29
25. Classifications	30
26. Aplazamiento, interrupción y anulación de la prueba	30
27. Ranking FMM de Marcha Nórdica	31
28. Acreditaciones personales y de vehículos	32

**fmm.es**

Avda. Salas de  
los Infantes, 1  
5ª planta  
28034 - Madrid

915 273 801  
federacion@fmm.es

CIF: G79488870



## Introducción, Definición y Objetivos

La Marcha Nórdica es un deporte incluido dentro del conjunto de modalidades deportivas que recogen los estatutos de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada aprobados por el Consejo Superior de Deportes y por extensión de las Federaciones Autonómicas que la componen.

### Definición de Marcha Nórdica

La Marcha Nórdica es un deporte que consiste en aplicar una técnica para andar de forma biomecánicamente correcta añadiendo el impulso de unos bastones específicos (Ver punto 5).

### Definición de Competición de Marcha Nórdica

Es una reunión deportiva de carácter competitivo para realizar un itinerario a pie en el menor tiempo posible teniendo el máximo respeto a las personas, al medio ambiente, cumpliendo la técnica específica de esta modalidad y las normas reglamentarias vigentes.

El Área de Competición de Marcha Nórdica de Madrid (a partir de ahora ACMNM) integrado en la estructura de la F.M.M., regula las pruebas deportivas de Marcha Nórdica, tanto oficiales como no oficiales.

Podrán clasificar en las competiciones oficiales de Copa y Campeonato de Marcha Nórdica de la Comunidad de Madrid exclusivamente los deportistas con la licencia deportiva tramitada por la Federación Madrileña de Montañismo, habilitada para la competición y del año en curso.

Los deportistas federados acreditarán su condición ante el organizador de la competición presentando la tarjeta federativa física junto al DNI o mediante la aplicación para móvil (APP) homologada por la federación.

En ningún caso servirá para acreditar al federado una fotografía física o digital, pdf o cualquier otro tipo de soporte de la tarjeta federativa.

Las Competiciones de Marcha Nórdica de la FMM tienen como objetivo:

- Ayudar a la evolución y difusión de este deporte.
- Mejorar los niveles: saludable, físico y deportivo de sus deportistas.
- Reunir a los mejores deportistas y equipos de Clubes de Marcha Nórdica.
- Servir de referencia para seleccionar a los deportistas que deban representar a la FMM y/o a la FEDME en las competiciones oficiales tanto a nivel Autonómico, Nacional o Internacional.

## Artículo 1.- COMPETICIONES AUTONÓMICAS. TIPOS

La FMM ostenta la representación oficial exclusiva del deporte de la marcha nórdica en el territorio de la Comunidad Autónoma de Madrid a efectos públicos para autorizar los siguientes tipos de competiciones de Marcha Nórdica:

1.1- Copa Madrileña de Marcha Nórdica.

1.2- Campeonato Madrileño de Marcha Nórdica.



1.3- Cualquier otra competición oficial de ámbito autonómico, reconocida por la FMM.

## **1.1. Copa Madrileña de Marcha Nórdica**

1.1.1. De acuerdo con las condiciones establecidas por la FMM en el contrato con los Clubes organizadores de las pruebas valederas para la Copa Madrileña de Marcha Nórdica, estas las efectuarán cumpliendo con el presente reglamento, las condiciones del contrato y las normas técnicas vigentes.

1.1.2. El número de pruebas será como mínimo de tres y como máximo de seis, cada una de las cuales se celebrará en un único día.

1.1.3. Las pruebas se desarrollarán individualmente.

1.1.4. Las salidas se realizarán por líneas y/o por columnas consecutivas dejando una separación entre ellas de entre 75 cm a 1 metro.

- Los primeros dorsales se asignarán a las personas que ostentaron el pódium absoluto en la Copa del año anterior para ocupar las primeras línea de salida y después se asignarán a las 10 primeras posiciones masculinas y las 10 primeras posiciones femeninas entrelazadas del Ranking FMM en vigor.
- En pruebas que coincidan con el calendario FEDME, además se tendrán en cuenta y del mismo modo las 5 primeras posiciones femeninas/masculinas y las 5 femeninas del Ranking FEDME en vigor y las 5 primeras posiciones masculinas/femeninas del Ranking FMM.
- En pruebas que coincidan con el calendario FEDME, se tendrán en cuenta y del mismo modo las 10 primeras posiciones femeninas/masculinas del Ranking FEDME en vigor y las 5 primeras posiciones femeninas/masculinas del Ranking FMM en vigor.
- En caso de no haber aún Ranking del año en curso se tendrán en consideración y del mismo modo que el descrito anteriormente a los/las deportistas del Ranking del año anterior.
- Las siguientes líneas se establecerán con los competidores federados y las últimas con los competidores no federados en caso de haberlos.

1.1.5. La FMM tiene algunas licencias federativas que tienen competencias en la competición sin ser FEDME. Estas son la licencia AU-Autonómica anual, que solo cubre el ámbito de la Comunidad de Madrid. y la Licencia de OT - otoño, que cubre el ámbito de toda España, pero solo en los tres últimos meses del año.

Nota- las licencias de seis meses de verano (A, B6 y B7) no tienen competencias para la competición, ya que el seguro las considera de promoción, aunque la licencia B7 es FEDME y por tanto si la reconoce la FEDME como válida.

1.1.6. Para obtener puntos en la Copa Madrileña de Marcha Nórdica, todas las personas participantes, deberán estar en posesión de la licencia deportiva tramitada por la FMM, con cobertura de las competiciones en la modalidad deportiva de Marcha Nórdica del año en



curso, incluyendo seguro deportivo que cubra la participación en la competición según el Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio. Expedida con anterioridad al inicio de la prueba.

1.1.7 A efectos de la Copa Madrileña de Marcha Nórdica, los participantes estarán divididos en las categorías y sub categorías Masculina y femenina siguientes:

- Categoría Absoluta: Todos los participantes mayores de 18 años
- Sub categoría Junior: 16 a 17 años (Sin cumplir 18 años)
- Sub categoría promesa: 18 a 23 años (Sin cumplir 24 años)
- Sub categoría Sénior: 24 a 39 años (Cumplidos 24 y sin cumplir 40 años)
- Sub categoría veterana A: 40 a 49 años (Cumplidos 40 y sin cumplir 50 años)
- Sub categoría veterana B: 50 a 59 años (Cumplidos 50 y sin cumplir 60 años)
- Sub categoría veterana C: 60 a 69 años (Cumplidos 60 y sin cumplir 70 años)
- Sub categoría veterana D: A partir de los 70 años.

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que la/el participante tenga el día 31 dediciembre del año de la competición.

1.1.8 Para constituir una categoría deberán participar al menos 5 participantes de esa categoría.

En caso de un número inferior a 5 se considerará categoría conformada con las/los deportistas cuyo resultado se encuentre dentro de los primeros 2/3 de la clasificación general absoluta masculina o femenina.

1.1.9 Sistema de puntuación para cada categoría:

Cada una de las pruebas que conforman la Copa Madrileña de Marcha Nórdica asignará a las/los deportistas según su orden de llegada, la siguiente puntuación: 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, etc... Siendo 100 para el primer clasificado, 88 para el segundo, 78 para el tercero y así, sucesivamente, hasta llegar al valor de 2 puntos que se mantendrá estable hasta el final de la clasificación, es decir la última persona obtendrá 2 puntos.

1.1.10. Para la Clasificación General final de la Copa Madrileña de Marcha Nórdica FMM, se tendrá en cuenta:

- En el caso de tener 2 o 3 pruebas, se sumarán los puntos obtenidos en las 2 o 3 pruebas.
- En el caso de tener 4 pruebas, se sumarán los 3 mejores resultados obtenidos.
- En el caso de tener 5 ó 6 pruebas, se sumarán los 4 mejores resultados obtenidos.

1.1.11. En caso de empate entre dos o más deportistas se tendrá en cuenta el mejor resultado obtenido en su última prueba disputada.

- 1.1.12. Para optar a trofeo en la Copa Madrileña de Marcha Nórdica se deberá haber puntuado en un mínimo de 2 pruebas del calendario.
- 1.1.13. Al finalizar la entrega de trofeos de la última prueba se dará por finalizada la Copa Madrileña de Marcha Nórdica y se procederá a proclamar y entregar los trofeos, premios y diplomas correspondientes a las personas campeonas, sub-campeonas y a las clasificadas terceras en las categorías descritas en el apartado 1.1.7 dándole en el protocolo un carácter diferenciante, destacado y principal.
- 1.1.14. Para optar a trofeo en la Copa Madrileña de Marcha Nórdica se deberá haber puntuado al menos en 2 pruebas del calendario oficial.
- 1.1.15. Las asignaciones de dorsales correrán a cargo del Área de Marcha Nórdica y se registrará por el Ranking Madrileño de Marcha Nórdica.

## **1.2. Campeonato Madrileño de Marcha Nórdica Individual**

1.2.1. De acuerdo con las condiciones establecidas por la FMM en el contrato con el Club organizador, este efectuará el Campeonato Madrileño individual de Marcha Nórdica, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

1.2.2. El Campeonato Madrileño individual de Marcha Nórdica constará de 1 única prueba.

NOTA: En el mismo día de la celebración del Campeonato Madrileño individual de Marcha Nórdica, la organización podrá celebrar en el mismo circuito otras competiciones de carácter popular. En cualquier caso, la entrega de trofeos prioritaria será la de Campeonato Madrileño individual de Marcha Nórdica.

1.2.3. Las salidas se realizarán por líneas y/o por columnas consecutivas dejando una separación entre ellas de entre 0,75m a 1 metro.

- Los primeros dorsales se asignarán a las personas que ostentaron el pódium absoluto en el Campeonato del año anterior para ocupar las primeras línea de salida y después se asignarán a las 10 primeras posiciones masculinas y las 10 primeras posiciones femeninas entrelazadas del Ranking FMM en vigor.
- En pruebas que coincidan con el calendario FEDME, además se tendrán en cuenta y del mismo modo las 5 primeras posiciones masculinas y las 5 femeninas del Ranking FMM en vigor, además se tendrán en cuenta y del mismo modo las 10 primeras posiciones masculinas y las 10 femeninas del Ranking FEDME en vigor.
- En pruebas que coincidan con el calendario FEDME, se tendrán en cuenta y del mismo modo las 10 primeras posiciones femeninas/masculinas del Ranking FEDME en vigor y las 5 primeras posiciones femeninas/masculinas del Ranking FMM en vigor.
- En caso de no haber aún Ranking del año en curso se tendrán en consideración y del mismo modo que el descrito anteriormente a los/las deportistas del Ranking del año anterior.
- Las siguientes líneas se establecerán con los competidores federados y las últimas con los competidores no federados en caso de haberlos.



1.2.4 Para participar en el Campeonato Madrileño de Marcha Nórdica Individual, todos los participantes deberán estar en posesión de la licencia FMM valedera para competiciones de Marcha Nórdica tramitada por la FMM.

1.2.5 Al finalizar la competición se editarán 2 clasificaciones, una con todos los deportistas participantes y otra de los deportistas con licencia federativa de competición FMM que dará lugar al podio del El Campeonato Madrileño individual de Marcha Nórdica.

1.2.6 A efectos del El Campeonato Madrileño individual de Marcha Nórdica, los participantes estarán divididos en las categorías y sub categorías Masculina y femenina siguientes:

- Categoría Absoluta: Todos los participantes mayores de 18 años
- Sub categoría Junior: 16 a 17 años (Sin cumplir 18 años)
- Sub categoría promesa: 18 a 23 años (Sin cumplir 24 años)
- Sub categoría Sénior: 24 a 39 años (Cumplidos 24 y sin cumplir 40 años)
- Sub categoría veterana A: 40 a 49 años (Cumplidos 40 y sin cumplir 50 años)
- Sub categoría veterana B: 50 a 59 años (Cumplidos 50 y sin cumplir 60 años)
- Sub categoría veterana C: A partir de los 60 años (Cumplidos 60)

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que la/el participante tenga el día 31 dediciembre del año de la competición.

1.2.7. Para constituir una categoría deberán participar al menos 5 participantes de esa categoría.

En caso de un número inferior a 5 se considerará categoría conformada con las/los deportistas cuyo resultado se encuentre dentro de los primeros 2/3 de la clasificación general absoluta masculina o femenina.

1.2.8. Al finalizar el Campeonato Madrileño de Marcha Nórdica Individual se procederá a proclamar y entregar los trofeos, premios y diplomas correspondientes a las personas campeonas, subcampeonas y a las clasificadas terceras en las categorías descritas en el apartado 1.2.6 dándoles en el protocolo un carácter diferenciante, destacado y principal.

1.2.9. Si la FMM lo considera oportuno, se realizará sobre la misma prueba del Campeonato Madrileño de Marcha Nórdica Individual una prueba de Copa Madrileña de Marcha Nórdica.

1.2.10. Las asignaciones de dorsales correrán a cargo del Área de Marcha Nórdica y se regirá por el Ranking Madrileño de Marcha Nórdica.

### **1.3. Campeonato Madrileño de Marcha Nórdica por Clubes**

El Campeonato Madrileño de Marcha Nórdica por Clubes es una competición exclusiva para equipos formados por miembros de Clubes afiliados a la FMM, y deportistas con licencia FMM del año en curso, independientemente de su nacionalidad.

Si la FMM lo considera oportuno, puede celebrarse de forma totalmente independiente, sin que



coincida con el Campeonato Madrileño de Marcha Nórdica Individual.

- a) Equipos: Cada equipo estará formado por un mínimo de 4 y un máximo de 8 componentes y serán inscritos oficialmente por el Club con un mínimo de 48 horas antes de la celebración de la prueba.
- b) Número: Solo se podrá inscribir oficialmente 1 equipo masculino y un equipo femenino por cada Club.
- c) Sistema de puntuación: A cada uno de los componentes se les otorgarán puntos de acuerdo a su posición individual de entrada en meta (dentro de su categoría Absoluta masculina o Absoluta femenina). Ejemplo: el marchador que entra en meta en primera posición de la categoría masculina o femenina se le adjudica 1 punto, en segunda posición se le adjudica 2 puntos, en tercera posición se le adjudica 3 puntos y así, sucesivamente.
- d) Clasificación: Se obtendrá de la suma de puntos de los cuatro mejores marchadores clasificados.

NOTAS: Un equipo con menos de 4 componentes clasificados no se tendrá en consideración en las clasificaciones.

En caso de empate, prevalecerá el equipo que tenga el marchador mejor clasificado, o los dos mejores o los tres mejores en caso de sucesivos empates.

- e) Inscripciones: Los equipos presentarán su lista de deportistas representantes en el formulario establecido por el organizador, que detallará: nombre, apellidos, Documento de identificación y fecha de nacimiento. Los deportistas sólo podrán representar al Club con el que han tramitado la licencia federativa habilitada del año en curso y que aparece reflejada en ella.

El Equipo Absoluto masculino y Absoluto femenino del Club que MENOS puntos obtenga será proclamado Campeón Madrileño por Clubes de Marcha Nórdica FMM.

#### **1.4. Otras competiciones de ámbito autonómico**

El Área de Competición de Marcha Nórdica de Madrid (a partir de ahora ACMNM) integrado en la estructura de la F.M.M., podrá regular cualquier otra prueba que lo solicite. Ejemplos: por equipos, equipos mixtos, contrareloj, en edad escolar, etc.

#### **Artículo 2.- ORGANIZACIÓN**

- 2.1. El ACMNM es el responsable de organizar todos aquellos aspectos relacionados con la Marcha Nórdica en el ámbito de la Comunidad de Madrid.
- 2.2. El ACMNM tiene autoridad técnica con respecto a todas las competiciones de Marcha Nórdica en el ámbito autonómico, organizadas u otorgadas por la FMM.
- 2.3. El ACMNM es el responsable de recibir y dar respuesta a las solicitudes de los clubes de montaña, instituciones y empresas para organizar alguna competición cuyo ámbito sea autonómico.
- 2.4. Todas las competiciones oficiales autonómicas se organizarán según la aplicación del presente





reglamento. Aquellos aspectos no contemplados en el Reglamento, serán solucionados por el ACMNM de la FMM.

- 2.5. En circunstancias excepcionales, y por motivos debidamente justificados, el ACMNM podrá aprobar otros formatos de competición o itinerarios con desniveles distancias o porcentajes inferiores o superiores a los especificados en el reglamento.

### **Artículo 3.- CONTROL DE COMPETICIÓN. EQUIPO ARBITRAL Y SUPERVISIÓN**

**3.1.** El Comité de Árbitros de Competiciones FMM de Marcha Nórdica designará el equipo arbitral para dirigir cualquier competición oficial de Marcha Nórdica:

- A.** Árbitro/a principal.
- B.** Árbitros/as de itinerario.
- C.** Árbitro de mesa, inscripciones, clasificaciones, zona de penalización, salida y llegada.
- D.** Delegado/a de la FMM.

Estas personas designadas, constituyen el Comité de Competición de la Prueba.

**A. Árbitro/a principal.**

Funciones:

Será la persona de máxima responsable de la prueba, efectuando un seguimiento previo de todo lo relacionado con la misma, estando en contacto con los organizadores, para ver que todo se está desarrollando con normalidad, que se cumple y se cumplirá el reglamento, solucionará sus dudas; procurará que llegado el día de la competición todo esté bajo control y seguridad, etc.

Asignará al equipo arbitral las funciones a realizar, supervisará el desarrollo general de la competición y firmará el acta de competición.

Supervisa la lista de participantes en la competición, situación de la zona de penalización (si la hubiera) y zona de la salida y la llegada.

Valida la situación y longitud de la zona de penalización.

Asigna a los/las responsables del control de material y control de dopaje.

En el momento de la entrega de dorsales, se encarga de solucionar las posibles incidencias relacionadas con la inscripción, la licencia federativa, la recogida de datos que le hace llegar el responsable del ACMNM con el objetivo que se cumplan con los requisitos establecidos para puntuar en la Copa o Campeonato de España.

Durante la prueba se ubicará en una zona que le permita gestionar la competición recibiendo información constante y transmitiendo inmediatamente (Personalmente, por emisora, WhatsApp, teléfono, etc.) las sanciones al árbitro/a de mesa.

Es la persona responsable de la descalificación a marchadoras/es con "**Tarjeta Roja**" a su paso



por línea de meta.

Informará al responsable del ACMNM, estando en contacto permanente con él para garantizar la buena marcha de cada una de las competiciones.

Requisitos:

- El Árbitro principal debe estar en posesión como mínimo de la titulación expedida por la FMM como árbitro de Competiciones de Marcha Nórdica.
- En caso de coincidencia de competiciones FEDME y FMM deberá estar en posesión de la correspondiente titulación FEDME.

### **B. Árbitros de itinerario**

Se designarán como mínimo a 3 personas para formar el equipo arbitral de itinerario por cada competición. A petición del Árbitro principal y si se estima conveniente por el Área de Marcha Nórdica del Comité de Árbitros de Competiciones FMM, se podrá asignar un mayor número de árbitros de itinerario.

Funciones:

- Supervisan todo el trazado del itinerario, especialmente en lo referente a la seguridad, marcaje, situación de los controles, tanto de paso, como informativos. En el momento de la supervisión previa del itinerario se harán acompañar por una persona de la organización responsable del itinerario.
- Durante la supervisión y el día de la prueba los árbitros de itinerario desplazarse en bicicleta con el fin de garantizar la óptima supervisión del recorrido y el control de los/las participantes.
- Son los responsables de velar por el cumplimiento de las normas de Marcha Nórdica por parte de los/las participantes.
- En caso de hechos sancionables procederá a mostrar "Tarjeta Blanca", "Tarjeta Amarilla" o "Tarjeta Roja" comunicando y argumentando en cada caso su motivo.
  - Podrán mostrar "Tarjeta Roja" a petición del Árbitro/a principal.
  - Informará de la forma más rápida posible al Árbitro de mesa las sanciones realizadas.

Requisitos:

- Los Árbitros de itinerario deben estar en posesión como mínimo de la titulación expedida por la FMM como árbitro/a de Competiciones de Marcha Nórdica.
- En caso de coincidencia de competiciones FEDME y FMM deberán estar en posesión de la correspondiente titulación FEDME.

### **C. Árbitro de mesa.**



#### Funciones:

- Supervisa la lista de todos los participantes en la competición, situación de la zona de penalización (si la hubiera) y zona de la salida y la llegada, control de material y control de dopaje.
- Valida la salida, supervisa y valida la toma de tiempos de llegada de la totalidad de participantes realizada por la organización.
- Valida la situación y longitud de la zona de penalización y comprueba que los participantes sancionados entren y cumplan reglamentariamente su sanción en ella.
- Anota en la hoja de registro todas las amonestaciones que le llegan del resto del equipo arbitral.
- Se encarga de comunicarse con las personas encargadas de la zona de penalización para informar de los/las competidores/as que han recibido una sanción y que deben entrar en la zona de penalización para cumplir dicha sanción.
- Son los responsables de velar por el cumplimiento de las normas de Marcha Nórdica por parte de los/las participantes.
- En caso de hechos sancionables procederá a mostrar "Tarjeta Blanca", "Tarjeta Amarilla" o "Tarjeta Roja" comunicando y argumentando en cada caso su motivo.
- Podrán mostrar "Tarjeta Roja" a petición del Árbitro/a principal.
- Colabora con la organización en la elaboración final de la clasificación, comprobando que la organización elabore las clasificaciones específicas y por categorías, en las que solo se refleje quienes cumplan con los requisitos establecidos para puntuar en la Copa o Campeonato de Madrid. Comprobará que la clasificación provisional esté expuesta al público 20 minutos antes de la entrega de premios.
- Informa y asesora al Comité de Competición.

#### Requisitos:

- El árbitro de mesa debe estar en posesión como mínimo de la titulación expedida por la FMM como árbitro de Competiciones de MarchaNórdica.
- En caso de coincidencia de competiciones FEDME y FMM deberá estar en posesión de la correspondiente titulación FEDME.

#### D. Delegado de la FMM.

Forma parte del Comité de la Prueba y del Jurado de Competición.

#### Funciones:

- Supervisará la entrega de premios y en especial el protocolo con las autoridades presentes, ordenándolas por razón de rango.



- Coordinará con la organización y el resto de agentes implicados/as, como la dirección de la competición, el árbitro/a principal y la gestión general del evento, antes, durante y a la finalización del evento.
- Hacer el seguimiento de las inscripciones a través de la plataforma, coordinar con el servicio de cronometraje, supervisar entrega de dorsales y chips.
- Garantizar, en la medida de lo posible, la disponibilidad de clasificaciones provisionales, de las clasificaciones definitivas y que su destino puntual sea el reparto de premios.

### **3.2. Decisiones arbitrales.**

Las sanciones del equipo arbitral serán vinculantes e inapelables, no pudiéndose presentar reclamación alguna en los aspectos relacionados con las tarjetas mostradas a las/los participantes.

### **3.3. Material y equipamiento especial para el equipo arbitral:**

La organización de la prueba tendrá previstas 2 bicicletas de montaña y 2 cascos homologados, en buen estado, para el equipo arbitral de itinerario.

En pruebas que coincidan con el calendario FEDME la organización tendrá previsto otro tipo de vehículo para desplazamiento del árbitro principal.

En la línea de meta la organización tendrá prevista una carpa con mesa y sillas suficientes dotada de punto de toma eléctrica para el equipo arbitral.

### **3.4. Jurado de Competición**

El Jurado de Competición es un órgano consultivo. Composición:

- El equipo arbitral de la prueba.
- El director/ra de la prueba (o director técnico).
- El delegado/a de la FMM.
- Una persona representante de los/las deportistas elegida por sorteo de entre las personas primeras clasificadas (10 H y 10 M) de la propia prueba, excepto si está implicada en la reclamación.

Funciones:

El jurado de competición es el responsable de atender las posibles reclamaciones derivadas del desarrollo de la competición durante y dentro de la fecha de la prueba. Este se convocará en el momento que se produzca una reclamación.

## **Artículo 4.- PERSONAL DE ORGANIZACIÓN**

La organización deberá cubrir las siguientes funciones (siempre que no existan modificaciones explícitas en el contrato firmado entre ésta y la FMM:

Organización pre-competición



- Administración.
- Controles.
- Trazado del itinerario y de la zona de penalización (si la hubiera), marcaje y equipamientos del mismo.
- Información meteorológica.
- Equipamientos de las zonas de salida y llegada.
- Mapa con el itinerario trazado y perfil del mismo.
- Garantizar una difusión de la prueba 30 días antes de la celebración de la misma.
- Recibir y registrar a todas las personas acreditadas para la competición (deportistas, técnicos/as, personas acompañantes, personal técnico de la FMM, prensa, etc.).
- Registrar y controlar el acceso a las zonas de salida, llegada y zonas restringidas acatando las indicaciones realizadas por las personas encargadas de la supervisión.
- Tomar tiempos en los controles de paso y los de llegada.
- Velar por la seguridad en todo el itinerario de competición.
- Disponer de dos personas voluntarias que se encarguen de gestionar la zona de penalización, si fuera necesario.
- Asistir a los/las deportistas que abandonen la competición.
- Ofrecer servicios para los equipos de supervisión, prensa y medios de comunicación.
- Ofrecer servicios médicos, salvamento y otros equipamientos pactados.
- Organizar las ceremonias de apertura, entrega de premios y clausura.
- Organizar la reunión técnica pre-competición (Briefing)
- Colaborar con el equipo de supervisión en todo lo necesario.
- Cumplimiento de las directrices del Anexo 4

#### **Artículo 5.- NORMAS TÉCNICAS PARA DEPORTISTAS**

La Marcha Nórdica debe ser realizada de modo que:

- 5.1. Tras el impacto simultáneo del talón de un pie y el bastón de la mano contraria con el suelo, ambos deberán mantener en todo momento su contacto con el.
- 5.2. El movimiento de los brazos ha de ser pendular y alternado manteniendo la extensión del codo.
- 5.3. El bastón agarrado por su empuñadura con toda la mano cerrada y la dragonera debidamente colocada, se apoyará diagonalmente en el espacio comprendido entre los 2 pies cuando el codo se encuentre por delante del torso y alargará su movimiento hacia atrás más allá de la cadera dejando un espacio entre la mano abierta y el cuerpo.



- 5.4. El bastón no debe arrastrarse en ningún momento, su empuje debe ser evidentemente potente y paralelo a la dirección de la marcha (sin desvíos laterales).
- 5.5. La rodilla de la pierna atrasada deberá extenderse completamente antes de que el pie pierda el contacto con el suelo (no bajar centro de gravedad) y se pueden mover cadera y hombros en la dirección de la marcha, pero no subir y bajarlos excesivamente.

#### **Utilización de la técnica de doble bastón**

En casos excepcionales, el Comité de la Prueba podrá determinar y delimitar tramos en los que podrá dejarse de utilizar la técnica diagonal, bien sea aplicando la técnica del doble bastón o simplemente caminando sin utilizar los bastones. Esto puede suceder por condiciones de pendiente excesiva del terreno, cruce de un puente o vado de río, tramo estrecho o rocoso.

**Técnica de doble bastón:** En terrenos con fuerte inclinación de subida o bajada puede resultar conveniente apoyar la acción de una pierna con los dos bastones al mismo tiempo. Esta técnica de doble bastón requerirá la recuperación de los mismos para apoyar otro paso sin que se puedan arrastrar mientras tanto. En ningún caso los dos bastones permanecerán en el aire durante más de un paso para su recuperación.

#### **Artículo 6.- INSCRIPCIÓN A LA COMPETICIÓN**

- 6.1. Para participar en una prueba es necesario realizar una inscripción previa que quedará abierta y cerrada cuando la organización lo determine. La organización podrá poner una cuota de inscripción para la participación en la prueba. En ese caso los/las deportistas con licencia FMM tendrán un precio inferior como mínimo de un 20% al de las personas no federadas.
- 6.2. Para formalizar las preinscripciones y/o inscripciones, los organizadores deberán exigir a los participantes la presentación de los siguientes documentos:
  - DOI (Documento Oficial de Identidad = pasaporte, DNI, carnet de conducir o documento equivalente para extranjeros).
  - Licencia Federativa con cobertura en competición de la disciplina y en vigor.
- 6.3. La Organización no autorizará la participación a deportistas que no cumplan estos requisitos a excepción de deportistas de pruebas OPEN que tendrán que contar con un seguro acorde al Real Decreto vigente.
- 6.4. La organización podrá solicitar un Informe Médico de aptitud para el deporte de competición, expedido como máximo tres meses antes del inicio de la prueba.
- 6.5. Sin contenido
- 6.6. En el caso de competiciones OPEN, la organización establecerá un período especial en el que solo se podrán inscribir deportistas con licencia FMM, garantizando de esta manera que quienes tengan interés no se queden sin posibilidad de participación. Este periodo especial corresponderá a los primeros 15 días de la apertura de la inscripción. Al finalizar este periodo especial se podrán inscribir el resto de participantes.



## **Artículo 7.- MATERIAL Y EQUIPAMIENTO DE UN MARCHADOR**

Para la competición, cada deportista deberá llevar consigo el equipo deportivo necesario y adecuado para la prueba, y todo aquél que sea anunciado como tal por los organizadores de cada evento. Según la meteorología del día de la competición, el Jurado de competición podrá determinar si el uso del material “recomendable” pasa a ser “obligatorio”.

- 7.1. Será obligatorio el uso de 2 bastones específicos para la práctica de la Marcha Nórdica. Sus partes primordiales son: empuñadura, fiador/dragonera ajustable a la muñeca, cuerpo o caña, punta rígida y en su caso tacos de goma extraíbles para protección de puntas.
- 7.2. Será obligatorio la equipación, ropa y calzado deportivo adecuados a la climatología reinante el día de la prueba y al decoro propio de este tipo de competiciones.
- 7.5. Está permitido el uso de elementos de hidratación del tipo riñonera o mochila, sujeto a las normas de avituallamiento.
- 7.5. En el caso que la organización o el Comité de de la Prueba lo crean oportuno, los/las deportistas tendrán la obligación de llevar otro equipo y material que se especifique, en especial chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de una talla que permita observar perfectamente la técnica del marchador/a.

**Nota:** En el momento de efectuar la retirada del dorsal, el competidor podrá consultar al Equipo arbitral si el material que presenta se ajusta al reglamento y condiciones de la prueba.

## **Artículo 8.- SUPERVISIÓN, CONTROL DE MATERIAL Y AYUDAS**

**Nota inicial:** las instrucciones verbales o escritas están autorizadas, no se considerarán ayudas anti reglamentarias.

- 8.1. Antes de entrar en el recinto de salida se procederá al control del dorsal y del material. Se les impedirá la participación en la competición a quienes no cumplan con los requisitos referidos al material (Ver artículo 7).
- 8.2. En cualquier lugar del recorrido podrá ser supervisado el material autorizado por la organización. Será motivo de descalificación inmediata no llevar el material obligatorio o no autorizado y la manipulación o cesión del dorsal.
- 8.3. Está prohibido el avituallamiento durante el desarrollo de la competición por cualquier persona, sea marchadora o no, exceptuando los servicios por la organización y/o los autorizados por el Comité de la Prueba en las zonas previstas.
- 8.4. Podrá ser recibida ayuda, según el punto anterior y en un radio de 50 metros antes y después de los puntos dispuestos por la organización.
- 8.5. Ante cualquier eventualidad fuera del punto de avituallamiento oficial, las/los deportistas deberán detenerse hasta que el problema haya sido solventado
- 8.6. Si un/una deportista durante la competición quiere ajustar sus bastones, sustituir los tacos de goma (pads), hidratarse, tomar alimentos o por cualquier otra eventualidad, necesariamente



deberá detenerse colocándose a un lado del recorrido sin obstaculizar al resto, teniendo especial cuidado en el manejo y posición de sus bastones sin dejarlos en el suelo dentro del trazado de la prueba.

- 8.7. Sustitución de Bastones Rotos. El cambio de bastones rotos se podrá efectuar en las siguientes situaciones y siempre respetando el punto 8.5 (detenerse):

- En la zona de avituallamiento.
- En un punto del recorrido abierto a la totalidad de participantes que se determine previamente.
- En cualquier punto del recorrido, siempre y cuando sea efectuado por un miembro de su equipo (deportista, delegado o delegada, o entrenador o entrenadora).

#### **Artículo 9.- COMPORTAMIENTO GENERAL DE LOS MARCHADORES/AS**

- 9.1. Cualquier deportista a quien se haya solicitado ayuda tiene que prestar socorro a otra persona participante en peligro o accidentada, debiendo además comunicarlo al control más cercano inmediatamente de forma obligatoria.

La privación de auxilio será penalizada con la descalificación inmediata.

**Nota:** Caso de que un/una deportista se detenga a prestar ayuda a otra persona accidentada, el equipo arbitral podrá rebajar el tiempo empleado en la ayuda de quien la presta siempre y cuando sea posible medirlo.

- 9.2. Es obligación de cada deportista respetar escrupulosamente el medio ambiente donde transcurre la prueba y deberá transportar sus desperdicios hasta poder depositarlos en los lugares habilitados por la organización.
- 9.3. La totalidad de deportistas deberá realizar íntegramente el recorrido marcado por la organización, no respetarlo, no pasar por alguno de los controles establecidos, o no pasar por la zona de penalización cuando así le fuese indicado, serán causa de descalificación.
- 9.4. La totalidad de participantes, durante el recorrido, deberán seguir en todo momento las instrucciones de los miembros de los controles.
- 9.5. Los/las participantes deberán someterse obligatoriamente a los controles de dopaje que se les solicite.
- 9.6. Los/las participantes deben comportarse deportivamente en todo momento y mostrar respeto para con todas las personas. Cualquier desconsideración y/o violencia verbal o física contra cualquier persona: Participantes, Organización, Equipo Arbitral, Público, Autoridades, Etc.... será motivo de descalificación, tanto si se produce antes, durante o después de la competición.
- 9.7. La totalidad de participantes debe conocer y respetar el REGLAMENTO DE COMPETICIÓN aceptando las modificaciones que pueda adoptar el Comité de la Prueba por causas excepcionales, o ajenas a la organización, antes y/o durante la competición.
- 9.8. Cualquier competidor podrá retirarse de la prueba siempre que lo desee, pero lo deberá





realizar de acuerdo con los siguientes puntos:

- Se retirará en un control y entregará el dorsal.
- Asume toda la responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es objeto de descalificación.

9.9. Durante el transcurso de la prueba quien quiera adelantar a otro/a participante, deberá alertar pidiendo paso. El alertado deberá facilitar el paso.

## **Artículo 10.- PENALIZACIÓN O DESCALIFICACIÓN**

Las penalizaciones por las infracciones de los/as deportistas podrán ser de 2 tipos:

- 1 – **Por tiempo**: sumándole al tiempo realizado por cada marchador, el tiempo establecido por la clase de tarjeta/s con que haya sido penalizado.
- 2 – **Por Stop&Go**: Zona de penalización donde los competidores sancionados con tarjeta amarilla deberán esperar hasta cumplir el tiempo determinado antes de entrar en meta.

**Nota:** Todas las tarjetas son acumulativas. Información gráfica en el anexo 1

### **10.1. TARJETA BLANCA (Advertencia/Falta Leve):**

El Equipo arbitral mostrará la **Tarjeta blanca** al participante objeto de la sanción y, siempre que la situación lo permita, le comunicará verbalmente la sanción y el motivo.

Causas:

- 1) No ejecutar correctamente la técnica mencionada en el artículo 5.
- 2) No llevar el dorsal visible.
- 3) Desenganchar los fiadores/dragoneras fuera de las zonas delimitadas para ello.
- 4) Desenganchar los fiadores/dragoneras fuera de las zonas delimitadas para ello.
- 5) No detenerse para efectuar alguna acción descrita en el punto 8.5 y 8.6.

Sanción:

Por tiempo: No tiene sanción

Por Stop&Go: No tiene sanción

Nota: 3 tarjetas blancas, sea cual sea el motivo equivalen a una tarjeta amarilla.

Descripción de errores:

- 1) Postura biomecánica incorrecta.

Flexiones u oscilaciones de hombros, caderas o rodillas.

No llevar el dorsal visible.



2) Tren Superior:

Falta de movimiento pendular y paralelo a la dirección de la marcha.

Sin espacio entre cadera y mano atrás de recorrido.

No clava bastón con agarre de la mano al completo.

En el momento del impacto el codo no se encuentra por delante del torso.

3) Tren inferior:

No clava bastón simultáneamente al apoyo del pie.

No cae con el talón.

No clava bastón entre los 2 pies.

**10.2. TARJETA AMARILLA (Falta Grave):**

El Equipo arbitral mostrará la **Tarjeta amarilla** al participante objeto de la sanción y, siempre que la situación lo permita, le comunicará verbalmente la sanción y el motivo.

Causas:

- 1) Anticiparse a la señal de salida.
- 2) Saltar, deslizarse, bajar el centro de gravedad flexionando las piernas, arrastrar los bastones.
- 3) Impedir ser adelantado/a u obstaculizar el paso a otros deportistas.
- 4) Recortar itinerario, aunque sea de forma involuntaria.
- 5) Rellenar los elementos de hidratación fuera de las zonas determinadas por la organización.
- 6) Protestar al equipo arbitral.
- 7) Cualquier falta efectuada en el último kilómetro que afecte directa y evidentemente a la disputa de la posición entre 2 o más participantes.
- 8) Incumplir la normativa en cuanto a la utilización obligatoria de tacos de goma (pads).

Sanción:

Por tiempo:

- 10.8.1. Primera TARJETA AMARILLA = + 2 minutos de penalización
- 10.8.2. Segunda TARJETA AMARILLA = + 4 minutos penalización (total +6 minutos)

Por Stop&Go:

- 10.8.3. Primera TARJETA AMARILLA = 2 minutos
- 10.8.4. Segunda TARJETA AMARILLA = 4 minutos



Nota: - Tras cualquier tarjeta amarilla cualquier otra blanca será tarjeta amarilla.

- 3 tarjetas amarillas, sea cual sea el motivo equivalen a una tarjeta roja.

### 10.3. TARJETA ROJA (Falta Muy Grave):

El Equipo arbitral mostrará la **Tarjeta roja** al participante objeto de la sanción y, siempre que la situación lo permita, le comunicará verbalmente la sanción y el motivo.

El participante deberá abandonar la competición en ese momento.

Causas:

- 9) Tercera tarjeta Amarilla.
- 10) Correr.
- 11) No llevar material obligatorio por reglamento, o el requerido de forma expresa por la organización.
- 12) Llevar auriculares puestos durante la competición (impiden escuchar las indicaciones de los árbitros o personal de la organización).
- 13) No hacer caso a las indicaciones de la organización y/o. del equipo arbitral.
- 14) Manipular, cambiar el dorsal con otro competidor, rehusar a llevarlo o modificar sus características.
- 15) No pasar el control de salida, de paso o no entrar en la zona de Stop & Go cuando se le indique.
- 16) Efectuar voluntariamente cualquier acción que modifique el horario de la competición.
- 17) Utilizar cualquier medio de transporte en cualquier momento de la competición.
- 18) Recibir cualquier tipo de ayuda externa fuera de las zonas habilitadas por la organización.
- 19) Quitar o cambiar las marcas del recorrido ubicadas por la organización.
- 20) No guardar respeto absoluto a las normas deportivas, o respeto a la naturaleza.
- 21) Cualquier desconsideración y/o violencia verbal o física contra cualquier persona: Otros participantes, Organización, Árbitros, Público, Autoridades, Etc....
- 22) Provocar un accidente de forma voluntaria.
- 23) Tomar alcohol o fumar durante la competición.
- 24) Tirar basura, aun de forma involuntaria, fuera de los contenedores de la zona de avituallamiento siempre que no vuelva a recogerla y la deposite dentro de los citados contenedores antes de salir de la zona.
- 25) No prestar ayuda a una persona accidentada.



- 26) No detenerse si rompe un bastón.
- 27) Subir al podio en la entrega de premios con cualquier bandera o símbolo.

Sanción:

Descalificación.

- 10.9.1. Será responsabilidad del Comité de la prueba establecer las penalizaciones. Este las notificará a las personas afectadas antes del inicio de la entrega de trofeos mediante la publicación de los resultados en el espacio especialmente destinado a ello.
- 10.9.2. Incurrir en lo siguiente supondrá la descalificación inmediata del deportista y podría suponer también una sanción disciplinaria para la persona en cuestión:
- No participar sin causa justificada, en la ceremonia oficial de entrega de premios o/y exhibir en la misma banderas o símbolos de cualquier contenido, ajenos a la indumentaria del deportista.
  - Provocar un incidente deportivo (agresión o insulto) a otra persona competidora, miembro de la organización, del equipo arbitral o del público, tanto si se produce antes, durante o después de la competición.
  - Provocar un accidente de forma voluntaria.
  - Participar bajo una identidad falsa o suplantando a otra persona.
  - Negarse a entregar el dorsal cuando se ha sido descalificado o antes de la salida del bucle si se ha sido descalificado durante su recorrido.
- 10.9.3. Todas las tarjetas que se muestren deben de ser informadas en el momento de efectuarse la infracción o tan pronto como la situación lo permita y serán anotadas por los árbitros y comunicadas al árbitro de mesa y no hubiera sido posible informar al competidor de su penalización o descalificación durante la prueba, se le notificará después de que se pase por meta o se haya finalizado.
- 10.9.4. Aun habiendo finalizado la prueba, y durante el periodo anterior a la entrega de trofeos, aquellos/as deportistas de quienes se obtenga prueba gráfica (vídeo o fotografía) de violación de alguna de las normas reglamentarias por parte de algún miembro del equipo arbitral, será objeto de amonestación/descalificación, aunque no haya recibido advertencia previa alguna.

#### **Artículo 11.- DOPAJE**

Los marchadores participantes en pruebas competitivas deberán someterse obligatoriamente a los controles de dopaje que se les solicite.

Está rigurosamente prohibido el uso de sustancias, grupos farmacológicos y métodos destinados a aumentar artificialmente las capacidades físicas de los deportistas, siendo de aplicación la Ley Orgánica 3/2013, de 20 de junio de protección de la salud del deportista y de lucha contra el dopaje en la actividad deportiva, el Reglamento y demás disposiciones de la FMM.

En materia de dopaje el Comité Anti-Dopaje de la FMM sigue lo establecido en la Ley Orgánica 3/2013, de 20 de junio de protección de la salud del deportista y de lucha contra el dopaje en la actividad deportiva. Dicho Comité sigue las directrices de la Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD), y será el encargado de relacionarse con la AEPSAD, a los efectos procedentes.

La competencia sancionadora en materia de dopaje a partir de la Ley Orgánica 3/2013, de 20 de junio de protección de la salud del deportista y de lucha contra el dopaje en la actividad deportiva, corresponde a la AEPSAD y sólo cuando se trate de deportistas calificados oficialmente de nivel internacional o que participen en competiciones internacionales, la competencia corresponderá a la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada. En este caso y delante de una muestra con resultado adverso, el Comité Anti-Dopaje de la FEDME informará de su resolución al Comité de Disciplina de la FEDME para que tome la decisión definitiva y establezca las sanciones pertinentes.

#### **Artículo 12.- NORMAS PARA LA CONFECCIÓN DE TRÍPTICOS Y CARTELES**

Los programas (dípticos, trípticos, posters, página web, etc.) que elaboran las distintas organizaciones de Competiciones de Marcha Nórdica deberán de presentar sus proyectos al Departamento de Comunicación de la FMM para recibir su visto bueno.

#### **Artículo 13.- RECLAMACIONES Y SISTEMA DE APELACIÓN**

##### **13.1. Reclamaciones contra las clasificaciones provisionales.**

Se efectuarán por escrito y se presentarán al Jurado de Competición, que entregará una copia al reclamante acusando recibo de las mismas. A estos efectos deberá tenerse en cuenta que, conforme a lo establecido en el apartado 3.2, no se podrá presentar reclamación en los aspectos relacionados con las tarjetas mostradas a los participantes.

La reclamación debe presentarse según modelo anexo al reglamento o, en todo caso, concretando los siguientes aspectos:

- Nombre de la persona que la realiza.
- Número de DNI.
- Club o Federación Autonómica que representa.
- Nombre de deportistas afectados o afectadas.
- Número de dorsal.
- Hechos que se alegan.
- Solicitud.

Dichas reclamaciones únicamente pueden presentarse hasta 10 minutos después de la publicación de las clasificaciones provisionales.

La decisión del Jurado de Competición en relación con las reclamaciones formuladas se trasladará directamente a las clasificaciones definitivas, que serán publicadas con carácter previo a la entrega de premios.

##### **13.2. Reclamaciones contra las clasificaciones definitivas.**



Las reclamaciones contra las decisiones del Comité de Competición se deberán presentar mediante escrito dirigido al Área de Competición de Marcha Nórdica de la FMM en un plazo máximo de 7 días naturales desde el día siguiente de la publicación de las clasificaciones.

No serán admisibles las reclamaciones frente a las clasificaciones definitivas en relación con aquellas cuestiones que ya resultaban de las clasificaciones provisionales, si previamente no se interpuso, por parte de quien ahora pretende acudir ante el Área de Marcha Nórdica de la FMM, reclamación por tal motivo en los 10 minutos siguientes a la publicación de dichas clasificaciones provisionales ante el Jurado de Competición.

El Área de Competición de Marcha Nórdica de la FMM resolverá en el plazo de 30 días naturales, sabiendo que si el último día de plazo es un día festivo quedará el plazo ampliado al primer día siguiente hábil.

### 13.3. Recurso frente a la resolución del Área de Marcha Nórdica FMM

Contra la resolución del Área de Marcha Nórdica de la FMM se interpondrán los recursos que establezca en cada momento la norma deportiva en vigor.

## **Artículo 14.- HOMOLOGACIÓN DE LAS COMPETICIONES**

Preámbulo:

- La organización de una prueba oficial debe observar las reglas que se describen a continuación:
- Un itinerario, para ser homologado, deberá cumplir una serie de requisitos que garanticen la seguridad de los/as competidores en todo momento.

### 14.1. El itinerario

El único medio de locomoción será a pie, con el uso de bastones específicos de Marcha Nórdica aplicando su técnica.

La revisión del itinerario se realizará con suficiente antelación para garantizar su calidad y se efectuará una última revisión anterior al comienzo de la prueba para completar el balizaje.

Los itinerarios deberán ser aptos para recorrerse en bicicleta, facilitando así el seguimiento y control de la prueba por parte del Equipo arbitral.

Distancias y tipos de terreno para las pruebas de Competiciones de Marcha Nórdica FMM:

Copa Madrileña y Ranking FMM: más de 10 km.

Campeonato Madrileño FMM: más de 13 km.

En categoría Junior: El itinerario no excederá de 18 km.

- Para facilitar su control, los circuitos no excederán de 3 km, pudiéndose efectuar el número de vueltas necesario para completar la distancia establecida.
- Esta distancia de 3 km puede variar siempre y cuando sea autorizado por el Área de Marcha Nórdica de la FMM.



- La organización, con la autorización del Área de Marcha Nórdica de la FMM, podrá disminuir el número de vueltas o la distancia del recorrido a los/las deportistas que forman parte de la categoría Veterano/a D.
- El tipo de terreno, anchura, desnivel, etc. será en todo momento el adecuado para la práctica de la Marcha Nórdica con la técnica correcta.

Señalización del itinerario a cargo de la organización:

- El itinerario deberá señalizarse con banderas, cintas, flechas de un color que contraste claramente con el entorno, no debiendo ser necesarias técnicas de orientación para seguirlo.
- Se recomienda que los elementos de marcaje estén fabricados preferentemente con materiales naturales y biodegradables.
- En condiciones de visibilidad normales, desde una marca se verá la siguiente. En el caso de condiciones meteorológicas adversas, éstas deberán ser reforzadas con el doble de ellas o más, garantizando siempre la máxima seguridad de los competidores.
- Los lugares que pudiesen conducir a confusión tendrán una señalización particularmente destacada.
- Se podrán usar señales de pintura fácilmente biodegradables únicamente en asfalto y cerca de poblaciones. No está permitida en árboles, piedras, etc., ni tampoco en el interior de poblaciones o sobre monumentos históricos.
- Al término de la competición los organizadores están obligados a retirar en un plazo máximo de 3 días, todos los materiales (incluso pinturas en el asfalto) utilizados para la señalización, control de la prueba y puestos de avituallamiento. De no cumplir este punto se les podrá abrir expediente disciplinario por contaminar el Medio Natural.

#### 14.2. Controles de salida y de llegada

La prueba contará con un control de salida y otro de llegada, pudiendo estar situados o no en el mismo lugar. Existirá un control de cronometraje en las líneas de salida y llegada.

#### 14.3. Controles de paso

Se situarán controles de paso, como mínimo, en aquellos puntos más conflictivos, como por ejemplo cruces o cambios de dirección.

- Estos deberán estar bien balizados formando un recinto que obligue a los marchadores a pasar por su interior.
- En los controles de paso se podrán tomar tiempos intermedios en previsión de interrupción de la prueba.
- En cada control deberá haber tantos miembros de la organización como sean necesarios.
- Estos Controles de paso podrán ser también punto de avituallamiento.



- 14.4. Controles orientativos
- Si las condiciones del terreno lo exigen, en las zonas que puedan conducir a confusión (cambios de dirección, bosques, cruces de pistas, etc.) además de estar debidamente señalizados y balizados, la organización deberá situar un control orientativo.
- 14.5. El itinerario estará marcado y balizado 8 horas antes del inicio de la competición, con el fin de que el equipo supervisor pueda recorrerlo para su homologación. En el caso de realizarse un itinerario alternativo por condiciones meteorológicas adversas, este deberá estar marcado y balizado 2 horas antes del inicio de la prueba.
- 14.6 Características del itinerario en el Medio Natural:  
El recorrido de las competiciones será siempre por Senderos, Pistas y Caminos no asfaltados, etc., a pesar de todo se considerará el circuito valido si un máximo del 15% del total del recorrido transcurre sobre asfalto, cemento, o cualquier tipo de pavimento.
- 14.7 Características del itinerario en el Medio Urbano:  
El recorrido de las competiciones podrá desarrollarse sobre cualquier tipo de terreno urbano: Parques, Asfalto o Pavimento, a pesar de todo se considerará el circuito valido si un máximo del 15% del total del recorrido transcurre por camino de tierra.
- 14.8 Cuando la competición pasa por rutas con asfalto u otros suelos duros, se recomienda cubrir las puntas de los bastones con tacos de goma (pads), evitando así lesiones, obteniendo mayor agarre y reduciendo el ruido que generan.
- 14.9 La organización del evento, de común acuerdo con el equipo arbitral, podrá determinar el uso obligatorio de tacos de goma durante todo el recorrido, o en un tramo, para lo que se señalará una zona especial de no más de 50 metros al inicio y al final del tramo, donde marchadoras y marchadores podrán soltarse las dragoneras para colocar o quitar los tacos. En ningún caso se podrá correr en dicho tramo.
- 14.10 La organización de la prueba preverá un Control de Cierre de Prueba (Equipo escoba). Dada la importancia de este equipo, NO será responsable de retirar la señalización.

#### **Artículo 15.- SEGURIDAD**

- 15.1. En las zonas con peligros objetivos en que no se pueda evitar el riesgo residual se deberá destinar controles orientativos, de una/s persona/s para alertar del peligro.
- 15.2. El equipo arbitral deberá inspeccionar el itinerario con el fin de asegurarse que se está cumpliendo con el reglamento y la normativa.
- 15.3. La organización deberá disponer de un médico con el equipo adecuado para garantizar la asistencia sanitaria necesaria. Se podrá contar con la colaboración de Cruz Roja, Protección Civil, etc.
- 15.4. En cualquier punto del recorrido, el médico de prueba o los árbitros de la FMM podrán determinar la retirada de competición de deportistas que muestren síntomas evidentes de agotamiento u otro síntoma que aconseje su no continuidad en la competición.
- 15.5. La organización deberá disponer de un grupo de salvamento, vehículos adaptados, ambulancia y material adecuado para ello, para actuar en el caso de producirse un accidente, asegurando la





evacuación y traslado del herido a un hospital con la máxima rapidez. (Prever el supuesto que, por condiciones adversas, no se pueda realizar un salvamento aéreo).

- 15.6. Un sector del itinerario ya supervisado y aprobado la víspera de la competición que se vea afectado por un peligro objetivo (peligro de riada, desprendimientos de piedras, etc.), del cual no se pueda disminuir su riesgo hasta minimizarlo al residual, por motivos de seguridad, podrá ser anulado. La organización en este caso no está obligada a sustituirlo con otro tramo de las mismas características, aunque esto afecte al desnivel y distancia total de la prueba.

#### **Artículo 16.- ZONAS DE SALIDA, LLEGADA y ZONA DE PENALIZACIÓN**

##### 16.1. Zona de salida:

- La zona de salida tendrá en lo posible un frente de 10 m. y estará debidamente balizada formando un recinto cerrado, con un paso obligado de acceso para poder realizar las verificaciones oportunas.

En caso de necesidad y estimándose conveniente el Equipo arbitral de la prueba, podrá delimitar un tramo neutralizado en el que los marchadores podrán caminar hasta el punto determinado, por ejemplo, salida por las calles de una población. En ese tramo los marchadores no deben utilizar los bastones, manteniéndolos verticales, elevados, paralelos y delante del cuerpo.

- La zona de salida estará equipada con un cronómetro conectado a la llegada que se pondrá en funcionamiento en el momento de dar la salida y permanecerá en funcionamiento hasta la llegada del último participante.

##### 16.2. Zona de llegada:

- El punto de llegada cronometrado estará situado donde lo establezca la organización, pudiendo ser el mismo que el de salida.
- La entrada en meta de los marchadores se determinará por la parte anterior del tórax.
- Como mínimo los últimos 50 m. deberán de estar balizados de forma fácilmente identificable, con el fin de evitar el cruce de personas por esta zona.
- La zona de llegada deberá estar debidamente balizada formando un recinto cerrado al público en general, solo podrá acceder al interior el personal acreditado.
- En el interior del recinto de llegada se encontrará un sistema de cronometraje, una zona equipada debidamente con una o varias mesas para realizar el control de material y una zona reservada para avituallamiento.

- 16.3. La organización deberá prever un servicio de guardarropía, recogida y guarda de material de deportistas, para que pueda ser recuperado en la llegada.

##### 16.4. Zona de Penalización Stop&Go:

- Si se da el caso, en el trazado de la prueba, lo más cercano posible a la línea de meta, la organización dispondrá de una zona de penalización de Stop&Go para que las personas con tarjetas amarillas puedan cumplir su sanción.



- La entrada y salida de dicha zona deberá anunciarse con una antelación de 25 metros donde se mostrará un cartel informativo. En el lugar exacto de entrada y salida habrá otro cartel indicativo.
- Las personas en dicha zona deberán tener opción a mantenerse activas, no pudiendo alejarse más de 50 metros de dicha zona.
- Será el o la componente del equipo arbitral responsable de dicha zona o una persona voluntaria de la organización con este menester quien anuncie que se debe entrar en ella, y quienes deberán autorizar la salida una vez cumplido el tiempo estipulado para la sanción.
- La organización deberá proveer de los elementos necesarios para señalar y balizar dicha zona, y tendrá prevista una pizarra para la anotación de los dorsales que deben entrar en ella.

#### **Artículo 17.- CONTROLES: LABORES Y RESPONSABILIDADES QUE SE LES ATRIBUYE**

- 17.1. La organización designará un responsable en cada punto de control, el cual debe ser fácilmente identificable.
- 17.2. Cada punto de control de paso estará equipado con un sistema de comunicación conectado con el director de la prueba, una libreta de control, lápiz o cualquier sistema electrónico que permita toma de datos y, en la medida de lo posible, un botiquín de primeros auxilios.
- 17.3. Los/as componentes de un control de paso anotarán: El número de dorsal, pudiendo anotar la hora de paso de cada deportista, a quienes se retiren y las irregularidades que se puedan producir por incumplimiento del reglamento, debiendo comunicarlo al Comité de la Prueba lo antes posible.
- 17.4. Los/as componentes del control NO están facultados para sancionar a los/as deportistas en el caso que éstos infrinjan el reglamento de competición, pero informarán lo antes posible de tales infracciones al Comité de la Prueba. En ningún caso el control podrá sancionar o retener a un marchador.
- 17.5. Los/as componentes de los controles deberán tener buenos conocimientos de la zona que se les ha asignado.
- 17.6. Los/as componentes de un control son responsables de velar por la seguridad de los/as deportistas en la zona que se les ha asignado.
- 17.7. Los controles están facultados para efectuar labores de organización, y para indicar la conducta a seguir en todo momento a los participantes, como:
  - En caso de peligros objetivos: como debe actuar el deportista.
  - Cruces: orientar para evitar confusiones.
  - Cambio de itinerario: mal tiempo, imprevistos, etc.
  - Accidente: socorrer.



- Neutralización: anotar hora de neutralización de cada participante.
- En caso de abandonar: itinerario a seguir.
- Suspensión de la prueba: itinerario a seguir.
- Uso del material concreto: quitar o poner.

17.8. Todos los controles, deberán estar situados en el sitio indicado para realizar el control 30 minutos antes de la hora de la salida de la prueba.

#### **Artículo 18. AVITUALLAMIENTO**

- 18.1. Durante el recorrido se situarán puntos de avituallamiento en una distancia aproximada a cada 5 kilómetros. Estos controles estarán provistos, como mínimo, de agua o refrescos.
- 18.2. El punto se inicia 50 metros antes y finaliza 50 metros después de la mesa de avituallamiento. Toda la zona estará debidamente señalizada y ser de fácil identificación y acceso por parte de competidores/as.
- 18.3. En cada competición existirá como mínimo un avituallamiento líquido a mitad del recorrido.
- 18.4. La organización dotará de un avituallamiento sólido y líquido al finalizar la prueba en el recinto de llegada.
- 18.5. En el punto de avituallamiento habrá, al menos, un contenedor adecuado para depositar desperdicios, colocado a 10 m antes de la finalización del mismo.
- 18.6. Está prohibido la ayuda en el avituallamiento durante el desarrollo de la competición por cualquier persona, sea o no competidor, exceptuando los autorizados por la organización y/o por el Comité de la Prueba fuera de las zonas previstas. Ejemplo: dentro de la zona de avituallamiento en los que sí podrá ser recibida ayuda externa.
- 18.7. Los/as deportistas al llegar a una zona habilitada por la organización para el avituallamiento, podrán optar por avituallarse o seguir avanzando. En caso de optar por avituallarse deberán desengancharse como mínimo un/a fiador/dragonera del bastón que vaya a emplear para coger el avituallamiento, y llevará ambos bastones juntos, con las puntas hacia abajo y pegados a su propio cuerpo. Está prohibido correr en la zona de avituallamiento.
- 18.8. Solamente las personas acreditadas (punto 29 del reglamento) podrán tener acceso al interior de la zona de avituallamiento, y en ningún caso deberán obstaculizar la marcha de los/as deportistas.

#### **Artículo 19.- TIEMPO DE PASO POR LOS CONTROLES**

- 19.1. La organización podrá marcar unos tiempos de paso por los controles según los criterios que crea convenientes. Los marchadores que no puedan superar el control dentro del tiempo establecido, serán dirigidos a la llegada por un itinerario alternativo.
- 19.2. Se establecerá un tiempo límite de finalización para la prueba, este tiempo variará dependiendo de la distancia, dureza y características del terreno, y será establecido por el Equipo arbitral supervisor del itinerario en conjunto con la organización.



- 19.3. La organización deberá facilitar los itinerarios alternativos o medios de evacuación a competidores/as que no superen los controles con el tiempo de paso previsto.

#### **Artículo 20.- MAPAS**

- 20.1. La organización facilitará un mapa o croquis de la zona a cada participante, que podrá ser en formato digital y deberá especificar la situación de:
- Salida, Llegada y Zona de penalización (si la hubiera).
  - El itinerario previsto y el alternativo.
  - Los controles de paso.
  - Los controles orientativos.
  - Puntos de servicio médico y de socorro.
  - Puntos conflictivos.
  - Avituallamientos.
  - Puntos de corte y horarios.
  - Zonas de aparcamiento.
  - Otras informaciones de interés.
- 20.2. La organización facilitará por participante un perfil a escala de los itinerarios con cotas y Km derecorrido.

#### **Artículo 21.- EL DORSAL**

- 21.1. Los dorsales (2 por deportista) serán proporcionados por la organización.
- 21.2. Serán de tela o material resistente al agua, siempre que sea posible, y de unas medidas de 20 x20 cm. como mínimo.
- 21.3. Los/as deportistas están obligados a llevar el dorsal facilitado por la organización. Se llevarán en un lugar visible, uno en la parte delantera y otro en la trasera, durante toda la prueba y no podrá ser manipulado, doblado ni recortado.
- 21.4. El dorsal deberá guardarse hasta la clasificación definitiva y entregarse, en su caso, antes de la ceremonia de entrega de premios.

#### **Artículo 22.- SUPERVISIÓN Y CONTROL DEL MATERIAL**

- 22.1. Antes de comenzar la prueba, la organización y el Equipo arbitral supervisarán a la totalidad de participantes siguiente material:
- Bastones de Marcha Nórdica.
  - Calzado.



- Dorsales.
- Vestimenta y Material exigido por la organización.
- No llevar auriculares.

22.2. Todo el material que no cumpla los requisitos especificados en el apartado 7 y 21 de este reglamento de competición será rechazado.

22.3. El control del material requerido por la organización podrá ser efectuado de nuevo a la llegada, penalizando las infracciones, si este fuera el caso.

### **Artículo 23.- ITINERARIOS ALTERNATIVOS**

23.1. Cuando la prueba discurra por terreno de montaña y conocedores que éste está muy influido por las condiciones meteorológicas, la organización deberá disponer de uno o más itinerarios alternativos. Éstos deberán poder ser recorridos en el caso de que las condiciones meteorológicas sean adversas.

23.2. La organización deberá prever las peores condiciones meteorológicas con la finalidad de estudiar un itinerario alternativo para estas circunstancias.

23.3. Estos itinerarios están sujetos a todos los apartados de este reglamento.

### **Artículo 24.- REUNIÓN INFORMATIVA**

24.1. Antes del inicio de la prueba la organización deberá realizar una reunión informativa en la que se informará a los participantes de:

- Itinerario previsto, características: longitud y desnivel.
- Hora de salida.
- Tipo de sanción (por tiempo o por Stop&Go)
- Tiempo estimado para la primera persona clasificada.
- Ubicación de los controles y tiempos de paso máximos.
- Avituallamientos.
- Tiempo máximo de finalización de la prueba.
- Situación de lugares conflictivos.
- Material obligatorio para la prueba.
- Material complementario aconsejado.
- Meteorología prevista.
- Respeto al medio ambiente
- Derechos y obligaciones de los/las participantes.



- Presentación del Equipo arbitral y responsable FMM.
- Informar, si se da el caso, de la participación de deportistas con deficiencia visual o con deficiencia auditiva.
- Si existe inscripción de deportistas con deficiencia visual, el organizador o el equipo arbitral informará de las zonas que puedan considerarse conflictivas para ellos/as.
- Tipo de sanción (por Stop&Go o por tiempo).

**NOTAS:**

- Se recomienda: Preparar la reunión informativa entre la organización, el Equipo arbitral y Equipo supervisor.
- Se recomienda: Documentar la descripción del itinerario con proyección informática de esta.

24.2. Toda esta información deberá ser expuesta en un tablón de anuncios en el lugar que se realice dicha reunión y en la entrega de dorsales.

24.3. Momentos antes del inicio de la prueba, la organización deberá realizar un recordatorio de:

- Recordar los puntos importantes expuestos anteriormente.
- Modificaciones de última hora.

**Artículo 25.- CLASIFICACIONES**

25.1. Se establecerá una clasificación por cada categoría de acuerdo con el tiempo necesitado para recorrerlo. Si es necesario, a este tiempo se le añadirá las posibles penalizaciones que pueda haber tenido el competidor.

25.2. El marchador que haya contabilizado el menor tiempo en su categoría, una vez aplicadas las posibles penalizaciones, será el ganador de la prueba en su categoría.

25.3. La clasificación provisional se expondrá 20 minutos antes de la entrega de trofeos.

25.4. Se podrán presentar reclamaciones referentes a las clasificaciones provisionales hasta 10 minutos después de su publicación (Punto 13).

25.5. Al finalizar la prueba, la organización debe facilitar las clasificaciones por categorías al delegado/a de la FMM en papel y formato informático, y hacerlas públicas a la totalidad de deportistas participantes.

**Artículo 26.- APLAZAMIENTO, INTERRUPCIÓN Y ANULACIÓN DE LA PRUEBA**

26.1. Las pruebas no podrán ser aplazadas ni anuladas, excepto en condiciones extremadamente desfavorables. Por tal motivo las organizaciones están obligadas a dotarse y prever itinerarios alternativos diseñados para recorrer en las diferentes anomalías climatológicas (nieblas, nieve, etc.), con el fin de evitar la suspensión o aplazamiento.

- Si las circunstancias lo requieren, se podrá interrumpir la prueba en un punto del recorrido. En este caso, se tomarán las posiciones y tiempo de llegada en el punto de interrupción o



en su defecto, en el último control realizado.

- Si en el momento de la neutralización existen deportistas que han pasado del control y tienen condiciones suficientemente buenas para seguir compitiendo:
  - Se neutralizarán en el siguiente control dando por finalizada la prueba por el orden de llegada a este último control, los siguientes serían los marchadores del control anterior o del punto de neutralización.
  - No existe ningún control hasta la meta, se toman los tiempos de llegada a meta y los demás en el punto de neutralización.
  - En el caso que las condiciones no permitan seguir compitiendo, se tomarán los tiempos de punto de neutralización anterior.

26.2. En el caso de interrupción o anulación de la prueba, porque las condiciones climatológicas así lo requieran, a la vez que haga impracticable todos los itinerarios alternativos los derechos de inscripción no serán devueltos. De producirse estas circunstancias y cuando la organización no tenga previstos unos itinerarios alternativos, ésta deberá devolver los derechos de inscripción, y se podrá abrir a la organización un expediente sancionador por incumplimiento del reglamento.

## **Artículo 27.- RANKING MADRILEÑO DE MARCHA NÓRDICA**

### Definición

El Ranking Madrileño de Marcha Nórdica es una valoración de los mejores resultados conseguidos por los/las deportistas del año en curso en las pruebas oficiales que estime el ACMNM dentro de su calendario.

Se denominan Pruebas de Ranking de Marcha Nórdica aquellas competiciones que servirán como test y promoción de la Marcha Nórdica al tiempo que otorgan puntos a la clasificación del Ranking Madrileño de Marcha Nórdica. Estas pruebas deberán regirse por el reglamento de la FMM. En estas pruebas solamente se tendrá en consideración la clasificación Absoluta masculina y femenina a la hora de otorgar puntos de Ranking, no tendrá en consideración las categorías.

Cada temporada el ACMNM, establecerá un máximo de 6 pruebas de Ranking + el Campeonato Madrileño de Marcha Nórdica Individual + las pruebas de Copa Madrileña de Marcha Nórdica, repartidas por el territorio autonómico y validadas por la FMM, que otorgarán puntos a los marchadores mediante los cuales se establecerá el Ranking. Estas pruebas conformarán el Calendario de Ranking FMM.

Los puntos a otorgar serán los mismos de la tabla de Copa Madrileña de Marcha Nórdica. El ACMNM otorgará estos puntos una vez reciba la clasificación "Absoluta" definitiva y validada por parte de los árbitros de la competición, actualizará y publicará el Ranking.

Las pruebas puntuables para el Ranking serán supervisadas por árbitros titulados en Competiciones de Marcha Nórdica designados por el Área de Marcha Nórdica del Comité de Árbitros de Competición FMM.

Obtener una buena clasificación en el Ranking es un título de prestigio, NO da derecho a trofeo



ni premio en metálico, pero otorga puestos de privilegio en las salidas del resto de las competiciones.

Se asignarán los primeros números de dorsales y posiciones en las líneas de salida a las 10 primeras posiciones masculinas y las 10 primeras posiciones femeninas entrelazadas del Ranking FMM en vigor.

La primera competición de la temporada tendrá en consideración el Ranking de la temporada anterior a la hora de facilitar el acceso a la primera línea de salida de, como mínimo, las 10 primeras posiciones de hombres y mujeres.

En pruebas que coincidan con el calendario FEDME, además se tendrán en cuenta y del mismo modo las 10 primeras posiciones masculinas y las 10 femeninas del Ranking FEDME en vigor.

Los Clubes de Montaña FMM que deseen incorporar una prueba de Ranking FMM deberán solicitarlo cada año respondiendo a la convocatoria de pruebas oficiales en el plazo se determine. Las solicitudes recibidas serán estudiadas por la Dirección Técnica de la FMM que dictaminará las que formarán parte del calendario FMM que será publicado por los medios FMM.

Se considerarán siempre los puestos obtenidos en la clasificación Absoluta de cada competición, tanto masculina como femenina y de esta manera se establecerá un Ranking masculino y un Ranking femenino.

En caso de empate, se procederá al desempate de la siguiente manera: Valorar primero la mejor puntuación del Campeonato Madrileño de Marcha Nórdica y finalmente Copa Madrileña de Marcha Nórdica si fuera el caso. Si aplicado este cálculo se sigue manteniendo el empate, se considerará el puesto obtenido como ex aequo.

## **Artículo 28.- ACREDITACIONES PERSONALES Y DE VEHÍCULOS**

La organización tendrá previstas tarjetas de acreditación para que las personas y vehículos autorizados puedan acceder a las zonas restringidas que se determinen, caminos particulares, zonas de aparcamiento, zonas de montaje, sala de prensa, avituallamientos u otras zonas que se estime oportunas.

En cada competición, los equipos participantes podrán designar, y por escrito a la organización, el nombre de las personas que actúan como delegados o delegadas con el fin de obtener estas acreditaciones. El número de ellas será determinado por la organización en función de sus capacidades organizativas y de espacio, pudiendo otorgarles o no acreditación para vehículo.

La organización tendrá previstas credenciales personales y de vehículo para el equipo arbitral, personas delegadas federativas, prensa FEDME, personal cronometrador/a, personal montador/a de estructuras, personal de filmación, personal médico, etc.... en función de sus capacidades organizativas y de espacio.

Asimismo, la organización cuidará que solamente las personas y vehículos con acreditación puedan acceder a las zonas expresamente delimitadas.





 Sin penalización	 2 minutos	 Descalificación
	=	Sin penalización
	=	 2 minutos + desaparecen las blancas
	=	 2 minutos + desaparece la blanca
	=	 2 minutos + desaparecen las blancas
	=	 6 minutos + desaparece la blanca
	=	 6 minutos
	=	 Descalificación
	=	 Descalificación

