

# REGLAMENTO



## LA CARRERA

El **sábado 15 de abril de 2023**, a partir de las 11:00 horas, se celebra en la localidad de **Plasencia** la **CARRERA POPULAR "MENOS PASTILLAS, MÁS ZAPATILLAS"** con salida y meta situada en el **Parque de la Isla (Plasencia)**.

La prueba contará con circuitos de terreno mixto de 10 km., 5 km., Carrera Infantiles y Ruta Senderista con la colaboración de la **Asoc. Deportiva "El Bordón"**.

Orden de salidas:

- Ruta Senderista: 10:30 h.
- Carrera de 10 km: 11:00 h.
- Carrera de 5 km: 11:00 h.
- Carreras Infantiles: Al finalizar Carreras de 10K y 5K.



## ORGANIZACIÓN Y DIRECCIÓN TÉCNICA

La carrera está organizada por el **Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Cáceres** y tiene como fines divulgar los beneficios del deporte y del ejercicio físico moderado en la salud, tanto de niños como de adultos.

En la prueba colabora el **Excmo. Ayuntamiento de Plasencia** la **Asoc. Deportiva "El Bordón"**, y los patrocinadores principales del evento son **ASISA** y **Halcón Viajes**.

La dirección técnica y el montaje de infraestructura del evento deportivo se llevarán a cabo por la empresa de organización de eventos deportivos **PULSACIONES.NET**.



ILUSTRE  
COLEGIO OFICIAL DE  
MÉDICOS DE CÁCERES



Ayuntamiento  
de Plasencia

asisa+

Halcón  
viajes.com



Pulsaciones.net  
organización de eventos deportivos



## ***DISTANCIAS***

Las distancias de la prueba serán las siguientes:

- **Carrera de 10 km:** Edad mínima permitida de 16 años cumplidos el día de la carrera, y tiempo máximo para completar la distancia de 90 minutos.
- **Carrera de 5 km:** Edad mínima permitida de 16 años cumplidos el día de la carrera, con un tiempo máximo para completar la distancia de 60 minutos.
- **Carreras Infantiles:**
  - Chupetines – 100 metros (hasta los 5 años de edad).
  - Infantil – 500 metros (de 6 a 8 años de edad).
  - Juvenil – 1.000 metros (de 9 a 12 años de edad).
  - Junior – 1.500 metros (de 13 a 15 años de edad).



## ***RECORRIDOS***

Los recorridos de todas las distancias tendrán la **SALIDA** y la **LLEGADA** en el mismo punto: **Parque de la Isla** (Plasencia), y se desarrollarán por trazado mixto. Además, la distancia de 10 km. contará con avituallamiento intermedio en el km. 5.

El track de los los recorridos se podrá descargar desde la página web [www.pulsaciones.net](http://www.pulsaciones.net)



## ***INSCRIPCIONES***

Las inscripciones tienen las siguientes tarifas:

- **Carrera de 10km:** La cuota de inscripción será de 3 €
- **Carrera de 5 km:** La cuota de inscripción será de 3 €
- **Carreras Infantiles (menores de 16 años):** La inscripción será GRATUITA.
- **Ruta Senderista:** La inscripción será GRATUITA.

A todos los corredores inscritos en las distancias de 10 km. y 5 km. se les obsequiará con una **camiseta conmemorativa de la prueba.**

La forma de inscripción será **ONLINE**, a través de la plataforma establecida para ello en la web de [www.pulsaciones.net](http://www.pulsaciones.net) , y el límite para realizar las inscripciones será hasta el viernes 14 de abril de 2023 a las 14:00 horas o, en su defecto, cuando se llegue al límite establecido de inscritos.



ILUSTRE  
COLEGIO OFICIAL DE  
MÉDICOS DE CÁCERES



Ayuntamiento  
de Plasencia

asisa

Halcónviajes.com



Pulsaciones.net  
organización de eventos deportivos

## Política de cancelación

- Las inscripciones no son transferibles a futuras ediciones de la *Carrera Popular "Menos pastillas, más zapatillas"* ni a otros eventos organizados por PULSACIONES.NET o por el Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Cáceres.
- Cualquier cambio, por motivos de fuerza mayor, tanto en los procedimientos, como en el recorrido, como en la fecha y/o horarios de la carrera, o la cancelación total o parcial del evento y/o los eventos complementarios no implica, en ningún caso, el derecho a la devolución del importe de la inscripción.
- En caso de cambio de fecha del evento, la organización guardará la inscripción para la nueva fecha a todos los participantes inscritos.
- En caso de cancelación total del evento, la organización guardará la inscripción para la próxima edición a todos los participantes inscritos.



## **DORSALES Y CAMISETAS**

Todos los participantes podrán recoger su dorsal y camiseta, el mismo día del evento (15 de abril de 2023), de 09:45 h. a 10:45 h. en la Carpa de Oficina Técnica, situada en la zona de Salida/Meta del evento.

Para poder recoger el dorsal, todos los participantes deberán presentar el justificante de inscripción online, recibido por correo electrónico al realizar la inscripción, además del DNI del titular.

Todos los participantes llevarán obligatoriamente en el pecho, de manera visible, durante toda la carrera, el dorsal original de la edición 2023.



## **AVITUALLAMIENTO**

Habrà un punto de avituallamiento líquido intermedio para todos los participantes en la carrera de 10 km., y en la zona de meta, uno común a todas las distancias.



## **TROFEOS Y OBSEQUIOS**

Se entregaran trofeos a los tres primeros y tres primeras de la clasificación general de las distancia de 10 km y 5 km.

Además, se premiará también al primer corredor y primera corredora médico en ambas distancias (10 km. y 5 km.).

**NOTA:** *Los médicos premiados deberán acreditarse mediante el carné de colegiado.*

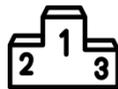


ILUSTRE  
COLEGIO OFICIAL DE  
MÉDICOS DE CÁCERES



Ayuntamiento  
de Plasencia





## CLASIFICACIONES Y CATEGORÍAS

Las clasificaciones oficiales de las carreras de 10 km y 5 km. se establecerán en función de las siguientes categorías: General Masculina 10K y General Femenina 10K; General Masculina 5K y General Femenina 5K.

La organización sacará unas clasificaciones provisionales el mismo día 15 de abril, una vez finalizada la prueba, momento a partir del cual podrán presentarse las reclamaciones que se estimen oportunas.

Las reclamaciones sobre clasificaciones deberán enviarse a la dirección de e-mail indicada en la página web del evento, antes de las 00:00 horas del día 16 de abril de 2023. Una vez superado este periodo no se podrán efectuar reclamaciones sobre clasificaciones.

Las Carreras Infantiles no contarán con clasificaciones.



## VEHÍCULOS

El recorrido estará completamente cerrado al tráfico y los únicos vehículos que podrán seguir la prueba serán los designados por la Organización, estando estos debidamente acreditados. La Policía Municipal sancionará expresamente a los vehículos y bicicletas no autorizados.



## DESCALIFICACIONES

Todos los participantes llevarán obligatoriamente en el pecho, de manera visible, durante toda la carrera, su dorsal original. Se descalificará a todo aquel corredor que:

- No pase por los puntos de control establecidos.
- No realice el recorrido completo.
- Altere u oculte la publicidad del dorsal.
- Lleve el Dorsal adjudicado a otro corredor.
- No lleve el dorsal original asignado para esta edición.
- Entre en META sin dorsal.
- No atienda a las instrucciones de los técnicos y/o personal de la organización.

**\*Los corredores descalificados perderán automáticamente toda opción a los premios.**



## RESPONSABILIDAD

Todos los participantes en la carrera que se hubieran inscrito según algunas de las modalidades previstas en este reglamento estarán cubiertos por un Seguro de Responsabilidad Civil y un seguro de accidentes deportivo.

\*Según el Artículo de la Ley sobre Tráfico, circulación de vehículos a motor y seguridad vial, aprobado por el Real Decreto Legislativo 339/1990, 2 de marzo que establece:

*"Todos los participantes de la prueba deben estar cubiertos por un seguro de responsabilidad civil que cubra los posibles daños a terceros hasta los mismos límites que para daños personales y materiales establece el Real Decreto 7/2001, de 12 de enero, para el seguro de responsabilidad civil de vehículos a motor de suscripción obligatoria, y un seguro de accidentes que tenga como mínimo las coberturas del seguro obligatorio deportivo regulado en el Real Decreto 849/1993, de 4 de junio.*



ILUSTRE  
COLEGIO OFICIAL DE  
MÉDICOS DE CÁCERES



Ayuntamiento  
de Plasencia

asisa+

Halcónviajes.com



Pulsaciones.net  
organización de eventos deportivos

No obstante, la inscripción de cualquier persona supone que admite y reconoce entrarse físicamente apto para participar en la carrera elegida correspondiente a su edad, lo que le permitiría realizar el recorrido sin riesgo para su integridad o la de terceros.

Por ello, la organización declina toda responsabilidad de los daños que puedan derivarse del incumplimiento de lo anterior por parte de los inscritos que participen en la carrera. La organización dispondrá en el circuito de los medios que permitan la rápida atención sanitaria a los participantes que lo requieran, existiendo médico y ambulancia medicalizada.

El tiempo máximo para realizar los 10 km. será de 90 minutos y para los 5 km. será de 60 minutos. Se retirará de la vía a los corredores que superen el tiempo máximo establecido, debiendo abandonar la calzada y, en caso de que deseen acabar la carrera deberán hacerlo por las aceras, respetando las normas de circulación para peatones.



## **INFORMACIÓN GENERAL**

Para cualquier información sobre la carrera (reglamento, circuitos, contacto con la organización técnica, etc.) visitar alguna de las siguientes webs: <https://comeca.org/> o [www.pulsaciones.net](http://www.pulsaciones.net)



## **REDES SOCIALES**

Los momentos más importantes en el evento deportivo serán retransmitidos a través de las redes sociales de PULSACIONES.NET:

- Facebook: <https://www.facebook.com/Pulsaciones.Net>
- Instagram: [https://www.instagram.com/pulsaciones\\_net/](https://www.instagram.com/pulsaciones_net/)
- LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/pulsaciones-net/>
- Twitter: [https://twitter.com/PULSACIONES\\_NET](https://twitter.com/PULSACIONES_NET)



## **DERECHOS DE IMAGEN**

Salvo manifestación expresa en sentido contrario, hecha con una antelación no inferior a las 48 horas previas a la celebración de la carrera, los organizadores de la prueba podrán difundir imágenes de cualquier participante durante la celebración de la misma y entrega de trofeos en los medios de comunicación habituales.

## **ACEPTACIÓN**

Todos los participantes por el hecho de formalizar su inscripción, aceptan el presente reglamento y, de conformidad con lo dispuesto en el Reglamento (UE) 2016/679 relativo a la protección de los datos personales de las personas físicas (RGPD), dan su consentimiento para el tratamiento de los datos personales aportados a través de su inscripción así como de su imagen dentro de la prueba para los fines propios de la organización, desarrollo y promoción de la misma, y con finalidad deportiva, promocional o comercial de la Carrera Popular "Menos pastillas, más zapatillas". Estos datos serán incorporados a un fichero titularidad de la empresa de organización de eventos deportivos PULSACIONES.NET S.L., con domicilio social en Cáceres, Calle Hojalateros nº19, Pol. Ind. Las Capellanías, código postal 10005, provincia de Cáceres, y CIF: B10377430, cuya finalidad es el tratamiento de datos para la prestación de los servicios contratados. PULSACIONES.NET S.L. Se compromete a la utilización de los datos incluidos en el fichero mediante correctas medidas técnicas y legales, a respetar su confidencialidad y a utilizarlos de acuerdo con la finalidad de este.



ILUSTRE  
COLEGIO OFICIAL DE  
MÉDICOS DE CÁCERES



Ayuntamiento  
de Plasencia

asisa+

Halconviajes.com



Pulsaciones.net  
organización de eventos deportivos

ANEXO 1

## AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN EN CARRERA NO PREVISTA PARA MENORES DE EDAD

**Prueba:**

**Día:**

**Lugar:**

**Hora:**

Yo, D./Dña.....,  
con DNI nº ..... , actuando como padre, madre o tutor,  
autorizo a .....  
con DNI nº ..... y con fecha de nacimiento .....  
a participar en la prueba de ..... Kilómetros.

Para que así conste, y asumiendo toda la responsabilidad por la participación de un  
menor, en una carrera no adecuada para su edad, firmo la presente

en ..... a ..... de ..... de 2023

En cumplimiento de lo establecido en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, le informamos que, al rellenar este formulario, todos sus datos pasarán a formar parte de un fichero automatizado cuyo propietario y responsable es PULSACIONES.NET S.L., con domicilio social en Cáceres, Calle Hojalateros nº19, Pol. Ind. Las Capellanías, código postal 10005, provincia de Cáceres, y CIF: B10377430, cuya finalidad es el tratamiento de datos para la prestación de los servicios contratados. PULSACIONES.NET S.L. Se compromete a la utilización de los datos incluidos en el fichero mediante correctas medidas técnicas y legales, a respetar su confidencialidad y a utilizarlos de acuerdo con la finalidad de este. Usted nos autoriza a comunicar dichos datos, a nuestras entidades colaboradoras, como puedan ser asesorías fiscales y contables, con la misma finalidad anterior. Usted nos da su consentimiento para realizarle encuestas de satisfacción, así como para enviarle información y ofertas de nuestros productos y servicios que puedan ser de su interés. En caso de no estar de acuerdo con este párrafo marque la siguiente casilla.  Le rogamos que nos comunique cualquier modificación de sus datos personales a fin de que la información contenida en nuestros ficheros esté en todo momento actualizada y no contenga errores. Asimismo, le informamos que puede ejercitar sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición en el domicilio social de PULSACIONES.NET S.L. Se considera necesario rellenar todos los campos del presente formulario. El usuario será el único responsable de cualquier daño o perjuicio, directo e indirecto, que ocasione a PULSACIONES.NET S.L. o a cualquier tercero a causa de rellenar este formulario con datos falsos, inexactos, incompletos o no actualizados o con datos de terceros. La cumplimentación del presente formulario conlleva la aceptación del REGLAMENTO DE LA PRUEBA. Puede consultar el mismo en <http://www.pulsaciones.net>



ILUSTRE  
COLEGIO OFICIAL DE  
MÉDICOS DE CÁCERES



Ayuntamiento  
de Plasencia

asisa+

Halconviajes.com



Pulsaciones.net  
organización de eventos deportivos



Instituto de Consumo  
de Extremadura

N.º 495381

ANEXO 2

JUNTA DE EXTREMADURA  
Consejería de Sanidad y Servicios Sociales

Denuncia/Accusation/Denúncia

Queja/Complaint/Queixa

Reclamación/Claim/Reclamação

(A rellenar por la Administración/To be filled in by the Administration/A preencher pela Administração)

HOJA DE RECLAMACIÓN / CLAIM FORM / FOLHA DE RECLAMAÇÃO

DATOS DEL RECLAMADO/DETAILS OF THE COMPANY BEING CLAIMED AGAINST/DADOS DO RECLAMADO

|   |  |
|---|--|
| Nombre Comercial/Trading Name/Nome Comercial:   |  |
| Nombre o Razón Social/Personal or Business Name/Nome ou Razão Social:                             |  |
| C.I.F./N.I.F./VAT Reg. Number/C.I.F./N.I.F.   | Servicio o Actividad/Service or Activity/Serviço ou Actividade |
| Dirección del Establecimiento/Business Address/Direção do Estabelecimento                         |  |
| C. Postal, localidad y Provincia/Postal Code, Town and Province/C. Postal, localidade e provincia | Teléfono/Telephone/Telefone                                    |
| En/In/En _____, a/on/ a, _____, de/on/de _____, de/of/de _____                                    |  |
| Entregado por/Completed by/Entregado por _____  |  |
| En calidad de/Job Title/Na qualidade de _____   |  |
| Firma/Signature/Assinatura  |  |

DATOS DEL RECLAMANTE/CLAIMANT DETAILS/DADOS DO RECLAMANTE

|   |  |
|---|--|
| Nombre y Apellidos/Full Name/Nome e Apelidos:   |  |
| Domicilio/Address/Domicilio:  |  |
| C. Postal, localidad y Provincia/Postal Code, Town and Province/C. Postal, localidade e provincia | Teléfono/Telephone/Telefone  |
| Nacionalidad/Nationality/Nacionalidade  | D.N.I. o Pasaporte/Identity Card Number or Passport/B.I. ou passaporte |
| Hechos que motiven la reclamación/Reason for the claim/Factos que motivem a reclamação _____      |  |
|   |  |
|   |  |
| Y por ello solicito/Accordingly I request/E por isso solicito _____                               |  |
|   |  |
|   |  |
| Documentos que se adjuntan/Supporting Documents/Documentos que se adjuntam _____                  |  |
| En/In/En _____, a/on/ a, _____, de/on/de _____, de/of/de _____                                    |  |
| Fdo./Signed/Ass:  |  |

DATOS A CUMPLIMENTAR POR EL RECLAMADO/TO BE FILLED THE COMPANY BEING CLAIMED AGAINST/DADOS A PREENCHER PELO RECLAMADO

|  |  |
|--|--|
| Alegaciones del reclamado/Allegations/Alegações do reclamado _____ |  |
|  |  |
| En/In/En _____, a/on/ a, _____, de/on/de _____, de/of/de _____     |  |
| Fdo./Signed/Ass:   |  |
| En calidad de/Job Title/Na qualidade de _____                      |  |

\* INSTRUCCIONES AL DORSO

BLANCA: Ejemplar para la Administración - VERDE: Ejemplar para el Reclamado - ROSA: Ejemplar para el Reclamante



## ORGANIZA:



ILUSTRE  
COLEGIO OFICIAL DE  
MÉDICOS DE CÁCERES

## COLABORA:



Ayuntamiento  
de Plasencia



## PATROCINA:

asisa+

Halcónviajes.com

## DIRECCIÓN TÉCNICA Y MONTAJE:



[www.pulsaciones.net](http://www.pulsaciones.net)