

## **LAS 11 CLAVES PARA PARTICIPANTES CURSA INDIOT 2025**

1. Los dorsales se recogen obligatoriamente el sábado día 13 de diciembre entre las 10.00 y las 13.00 en la Piscina Raspallar de Blancadona. Puedes recoger el de un compañero siempre que firmes el documento de recogida que tendremos a tu disposición en la misma zona de entrega de dorsales. Trae tu DNI o documento oficial para recoger tu dorsal.
2. La carrera se iniciará a las 9:30 para la carrera ciclodeportiva 42k por lo que tendrás que estar en el lugar de la salida con un mínimo de 30 minutos de anticipación y a las 11:10 para las carreras mini. Para evitar muchas aglomeraciones de vehículos dejad los coches en los parkings públicos del exterior de la ciudad y acercaros a la salida en bici.
3. La competición se disputa con un sistema a vueltas que se controlan mediante el chip. En total son 9 vueltas con paso cada vez por meta. El corredor es el responsable de detenerse en meta cuando concluya las 9 vueltas y luego la organización verificará mediante el chip que así sea una vez que finalice. La organización no es responsable de avisar de las vueltas que lleva un corredor. Aconsejamos el uso de elementos de medición en las bicicletas o mediante reloj gps para que el deportista tenga la certeza de llevar las vueltas correctas. El recorrido es de 4,7k por vuelta y el total es de 42km.
4. En la prueba ciclodeportiva se circulará siempre que sea posible por el carril derecho para mejorar la seguridad de todos y todas.
5. La carrera ciclodeportiva tendrá una única salida de chicos y chicas juntos con una zona neutralizada de una vuelta completa al circuito de la prueba.
6. Tendrás dos dorsales. El dorsal de material plástico se sitúa en el manillar ajustado con las bridas que entrega la organización y segundo dorsal irá situado a la espalda de forma visible.
7. Se entrega un chip el mismo día de la prueba entre las 8.30 y las 9:15 que va con una cinta de neopreno colocado en el tobillo del ciclista y con la pastilla

del chip situada en el exterior del tobillo para mejorar las lecturas. No ocultar el chip debajo del calcetín.

8. **Tiempo límite en meta de 1h 40 min. Tiempo límite en paso última vuelta 1h 30 min.**
9. **Es obligatorio el uso del casco homologado en todas las carreras y el uso de bicicletas de carretera en la carrera ciclodeportiva 42k. Para las carreras de niños se permiten bicicletas de carretera o mountain bike. No se permite el uso de bicicletas eléctricas y no van a llevar chip.**
- 10. Todos los participantes se someten a las decisiones de seguridad que pueda tomar la organización durante la prueba.**
- 11. La organización quiere remarcar que se extreme la precaución en todos los giros que existen en el recorrido por tratarse de un circuito urbano. También es importante que conozcáis que una vez pasada la línea de meta y justo al final de la zona de vallados se habilitará un carril para sacar inmediatamente a los ciclistas de la zona de llegada pasando al avituallamiento dónde ya no habrá ningún peligro. Nunca debéis salir hacia atrás una vez que paséis la meta.**
- 12. Al terminar las entregas de trofeos se iniciará la tradicional rifa de regalos para participantes en las carreras mini y ciclodeportiva. Se va a dar un regalo especial al ciclista tanto masculino como femenino que de la vuelta más rápida. Conserva tu dorsal. Si no se estás presente no se podrá retirar ningún regalo.**

**¡NOS VEMOS EL DÍA 14 EN LA SALIDA CURSA INDIOT 2025!**