

Competiciones regidas por el [REGLAMENTO OFICIAL de MARCHA NÓRDICA](#) de la [FMM](#) en vigor

<https://fmm.es/Files%20PDF/Reglamentos/reglamento-de-marcha-nordica-fmm.pdf>

Reunión Técnica: [Sábado 21 de octubre de 2023 17:30 h](#)

En el 1er piso del Centro Deportivo Gabriel Parellada (parte posterior del Polideportivo de La Luz) Avenida de La Luz s/n, Tres Cantos.

Salida: [Domingo 22 de octubre de 2023 10:30 h](#)

Pista de Atletismo del Centro Deportivo Gabriel Parellada.

Entrega de dorsales: Tras la finalización de la reunión técnica y el [Domingo 22 de octubre de 2023](#) en las carpas próximas a la salida de [09.00 a 10.00 h](#)

PARTICIPANTES Máximo 200 participantes entre las 2 Pruebas.

INSCRIPCIONES **Inscripción imprescindible** a través de la página de inscripciones de YouEvent.

https://youevent.es/sport/Tabla_FichaEventoDeportivo.asp?id_competicion=6909

PERIODO DE INSCRIPCIONES

- FEDERADOS:

Desde las 14:00 h del 18/09 hasta las 23:45 h del 19/10/2023

- NO FEDERADOS:

Desde las 10:00 h del 25/09 hasta las 23:45 h del 19/10/2023

CATEGORÍAS

- Categoría Absoluta: Mayores de 16 años.
- Sub categoría Junior: 16 a 17 años, que no cumplan los 18 años
- Sub categoría promesa: 18 a 23 años, que no cumplan los 24 años

- Sub categoría Sénior: 24 a 39 años, que no cumplan los 40 años
- Sub categoría veterana A: 40 a 49 años, que no cumplan los 50 años
- Sub categoría veterana B: 50 a 59 años, que no cumplan los 60 años
- Sub categoría veterana C: 60 a 69 años, no cumplan los 70 años
- Sub categoría veterana D: A partir de 70 años cumplidos.

Categorías en **edad escolar**

- Categoría Infantil: 12 a 13 años, no cumplan los 14 años.
- Categoría Cadete: 14 a 15 años, no cumplan los 16 años.

La edad es la que los y las deportistas tengan el día 31 de diciembre del año de la competición.

PRECIOS: 11,6 KM - **FEDERADOS: 12 € (Copa FMM)**
 - **NO FEDERADOS: 15 € (No Copa FMM)**
 5,8 KM - **FEDERADOS 10 € (No Copa FMM)**
 - **NO FEDERADOS: 12 € (No Copa FMM)**
 - **EDAD ESCOLAR (Hasta 15 Años): 5 €**

RECORRIDO Circuito de 2,9 Km de tierra natural compactada y asfalto con un desnivel de 24 m. en un entorno de bosque mediterráneo ajardinado con bellos estanques de agua. No es necesario uso de tacos.

DISTANCIAS

3ra PRUEBA COPA MADRILEÑA	11,6 Km	- 4 Vueltas al circuito
VI OPEN TRES CANTOS-23	11,6 Km	- 4 Vueltas al circuito
VI OPEN TRES CANTOS-23	5,8 Km	- 2 Vueltas al circuito
CATEGORIA ESCOLAR	5,8 Km	- 2 Vueltas al circuito

HORARIO PREVISTO

09:00 a 10:00 h.	Entrega de dorsales
10:15 h	Entrada en cajones
10:25 h	Reunión Técnica pre-salida
10:30 h	Salida de las Pruebas
12:30 h	Cierre de Meta
12:55 h	Sorteo de regalos
13:00 h	Publicación clasificaciones provisionales
13:30 h	Ceremonia de entrega de trofeos
14:30 h	Clausura y Fin del Evento

MATERIAL OBLIGATORIO

- Bastones específicos de Marcha Nórdica.
- Calzado y ropa deportiva adecuada a la actividad, al decoro de

TROFEOS - PARA TOD@S: Medalla "Finiser" y Sorteo de regalos.

- PRUEBA COPA MADRILEÑA: Trofeos para los 3 primeros absolutos y medalla para cada categoría y subcategoría reglamentaria de hombres y mujeres por parte del club organizador.

- VI OPEN TRES CANTOS-23: Trofeos para los 3 primeros absolutos y medalla para cada categoría y subcategoría reglamentaria de hombres y mujeres.

Las Medallas y trofeos de la Copa Madrileña de Marcha Nórdica 2023 se harán entrega en la Gala del Deporte de la Federación Madrileña de Montañismo que se celebrará el día 30 de Noviembre de 2023.

SERVICIOS COMPLEMENTARIOS

Aparcamiento gratuito en el los alrededores.

Guardarropa (Necesaria moneda de 1 € retornable), Vestuario y Duchas.

Tiendas especializadas y exposición de material deportivo de Marcha Nórdica.