



5º DÍA DE LA BICICLETA DE SEGOVIA 2018

NORMATIVA Y CONSEJOS DE REALIZACIÓN DE LA PRUEBA

- Recuerda, el recorrido está diseñado para personas a partir de 10 años, puesto que el recorrido tiene una exigencia media. Si eres menor de edad, es requisito imprescindible que una persona adulta se encargue de ti, preferiblemente tus padres.
- En el avituallamiento en las piscinas de Hontanares está permitido abandonar la prueba y regresar por sus propios medios.
- Si echas de menos a alguien o no le localizas, por favor, ponte rápido en contacto con los organizadores para solucionar el problema. Del mismo modo, procura que las pertenencias que o vayas a utilizar estén bien guardadas, no haciéndose responsable la Organización de las pérdidas o extravíos de objetos.
- Es obligatorio el uso de casco protector para la cabeza, no admitiendo salida a ningún participante sin él.
- Pese a que habrá puestos de avituallamiento, es recomendable que cada corredor disponga de bebida propia en caso de necesidad urgente, y evitar deshidrataciones.
- Se ruega encarecidamente la disciplina de los participantes, sobre todo a la hora de respetar indicaciones que realice la Organización y Fuerzas de Seguridad de la Prueba.
- En caso de cruzarse participantes en sentidos contrarios, por favor, circule por el lado derecho de la vía.
- No pares sin causa justificada. Si te ha ocurrido alguna avería, o has sufrido una caída, tranquilo, acudiremos a auxiliarte lo antes posible.
- Mantén tu dorsal siempre perfectamente visible, de forma que eso ayude a reconocerte en todo momento.
- Antes de la carrera, asegúrate de que tu bicicleta se encuentra en perfectas condiciones de uso, con especial atención a los frenos y el estado de las ruedas. No olvides en tal caso que la prueba se realiza predominantemente por camino, por lo que te aconsejamos que utilices una Bicicleta de Montaña.
- Procura tener el mayor espacio disponible para circular, de forma que no molestes ni te molesten en el trayecto. Además, sigue el recorrido dispuesto por la organización, puesto que en caso de que varíes el trazado, no nos haremos responsables de lo que te pueda suceder.
- Está terminantemente prohibido tirar la basura al suelo. Recuerda, todo debe quedarse tan limpio como te lo encontraste.
- El inicio de la prueba será el domingo 30 de septiembre de 2018 a las 10 horas en el aparcamiento del Centro Comercial Luz de Castilla. Desde las 08:30 hasta las 09:45 podrás recoger tu dorsal y la bolsa del participante en la zona de salida, siendo imprescindible presentar esta hoja de inscripción.