

REGLAMENT



El diumenge 8 de novembre de 2026 es durà a terme a Rajadell l'esdeveniment esportiu "Carenes del Cogulló".

Les bases generals del reglament són les següents:

1. Les curses són obertes a tothom que accepti i respecti el recorregut i el present reglament, sense distinció de categoria, edat, sexe o nacionalitat.

2. L'esdeveniment consta de 6 modalitats: dues curses d'adults (o joves prou valents), caminada i tres curses infantils:

- Carenes del Cogulló 18 km, 750m+
- Carenes del Cogulló 11 km, 250m+
- Caminada Carenes del Cogulló 11 km, 250m+ (mateix recorregut que la cursa)
- Carenetes del Cogulló 0.5km, 1km i 2km (*per més informació sobre les curses infantils veure el punt 21 d'aquest reglament*)

3. Horari:

7:30 - 8:30 Recollida de dorsals i inscripcions d'última hora

9:00 Sortida conjunta curses 11k i 18k

9:05 Sortida Caminada

9:10 - 12:00 recollida de dorsals i inscripcions d'última hora de la cursa infantil

11:30 Lliurament de premis curses 11k i 18k

12:15 Sortida Carenetes Grans

12:35 Sortida Carenetes Mitjans

12:45 Sortida Carenetes Xics

13:00 Podis cursa infantil Carenetes

4. Per poder participar i optar a classificar-se s'ha de participar amb el dorsal, el qual s'haurà de portar en un lloc ben visible. Els dorsals de cada prova es diferenciarien pel color.

4.1. Els caminants no tindran dorsal ni apareixeran en cap classificació

5. El preu d'inscripció de la cursa de 11kms i caminada és de 15€ i el preu d'inscripció de la cursa de 18kms és de 20€. I, de forma opcional, qui vulgui tenir la samarreta de la cursa haurà d'afegir 3€ més a la inscripció.
- 5.1 A partir del 19 d'octubre el preu s'incrementarà en 5€ cada modalitat
- 5.2 Amb el motiu de voler donar suport a persones amb discapacitat, oferim un descompte del 50% per a persones amb un grau de discapacitat superior al 33%. Contacta amb la organització per demanar el codi de descompte abans de fer la inscripció.
- 5.3 Les curses infantils són gratuïtes. No hi haurà samarreta.
6. El límit de corredors és de 300 participants, incloent les 2 modalitats de cursa. Els caminants van a part. El límit d'inscrits totals a l'esdeveniment és 400.
7. Les inscripcions de les dues curses es poden formalitzar a través d'Internet a <https://carenesdelcogullo.cronosports.com/> o el mateix dia de la cursa (amb un increment de preu de 5€). Les inscripcions per Internet es tancaran el dijous 5 de novembre a la nit. En cas de no poder assistir no es retornaran els diners.
8. La classificació i cronometratge s'efectuarà amb sistema de xip.
9. La inscripció a les "Carenes del Cogulló" inclou cronometratge amb xip, assegurança de dia, un avituallament a la cursa de 11kms i tres avituallaments a la cursa de 18kms, un avituallament final, fotografies, servei de guardaroba, servei de dutxa (a la pista poliesportiva), servei de massatge i servei d'ambulància (si precisa). Els caminants tenen dret als mateixos serveis excepte el cronometratge.
10. Les persones menors d'edat han d'anar acompanyades per un adult, així com aportar signat el següent [document](#) justificant que té l'autorització dels seus pares o tutors.
11. La sortida i l'arribada serà a la plaça de l'Església de Rajadell.
12. Hi haurà servei de dutxes a la pista poliesportiva.
13. Hi haurà servei de massatges a la plaça de l'església.
14. Hi haurà servei de guardaroba a la taula de les inscripcions.
15. Cal ser respectuós amb l'entorn i amb les propietats privades. Només es podran llençar deixalles a les zones delimitades d'avituallament. Les conductes incíviques o antiesportives cap als altres participants, organitzadors, públic.... així com el no compliment d'aquest reglament pot suposar l'exclusió de la prova.

16. Per tal d'intentar ser una cursa més sostenible als avituallaments no disposaran de gots d'un sol ús. Per tant es recomana als corredors i caminants portar el seu recipient per beure als avituallaments.

17. Hi hauran premis per les següents categories femenines i masculines de les dues curses:

- general: Les tres primeres corredores i corredors.
- sub 23: Primera i primer corredors fins a 22 anys.
- veteranes/veterans +40: Primera i primer corredors de 40 a 49 anys.
- veteranes/veterans +50: Primera i primer corredors a partir de 50 anys.
- Local: primera i primer corredors local
- el millor equip. Regles per puntuar com a equip: els equips hauran de tenir un mínim de 4 membres. Com a mínim hi ha d'haver una dona. Puntuaran els quatre primers classificats de cada equip, que com a mínim un sigui una dona.
- A més hi haurà un sorteig de productes gràcies als col·laboradors.

17.1. Per definir l'edat es prendrà com l'edat a data de 31 de desembre de 2026.

18. El fet d'inscriure's per participar en aquesta activitat implica l'acceptació d'aquest reglament.

19. Els abandonaments només es podran realitzar en els punts de control/avituallament.

20. Autoritzo a l'organització de "Carenes del Cogulló" per tal que el dia 8 de novembre de 2026 es puguin recollir imatges durant el transcurs de les dues proves i que aquestes puguin ser utilitzades per a la difusió de l'activitat tant als diferents mitjans de comunicació com a les xarxes socials.

21. Cursa infantil Carenetes del Cogulló:

21.1 La inscripció és gratuïta i es farà a través del mateix formulari que les curses d'adults: www.carenesdelcogullo.cronosports.com

21.2 La Cursa infantil té tres modalitats segons edat:

- Carenetes Xics 0.5 km (Nascuts al 2019 o més tard). *Els infants podran ser acompanyats per un adult sempre i quan es posin al darrere.*
- Carenetes Mitjans 1km (Nascuts entre 2016 i 2018)
- Carenetes Grans 2km (Nascuts entre 2013 i 2015)

21.3 El principal caire de la cursa no és competitiu. Tots els participants rebran una medalla al acabar. A més els tres primers i primeres rebran un petit obsequi.

22. Tot allò no previst en aquest reglament serà resolt per l'organització.

23. talls horaris.

- Circuit llarg:
 - 2h (Cim del Cogulló, 2n avituallament)
 - 3h 15 Plaça de l'església, arribada)

Circuit curt:

- 3h 15 cicuit curt