



 **fedme**

MARCHA NÓRDICA FEDME
CAMPEONATO DE ESPAÑA 2026

V CARRASCA NÓRDICA



Competición 15K
Open-Cadete 7,5k
Escolar 5-2,5k

INSCRIPCIONES:
<https://fedme.es/inscripciones/>



Lorca
25/10/26
Ciudad Deportiva La Torrecilla G. Antonio Vidal.



REGLAMENTO OFICIAL DE LA PRUEBA

V LA CARRASCA NÓRDICA LORCA.

CAMPEONATO DE ESPAÑA SSAA, CESA ESCOLAR 2026.

ÍNDICE

1) CATEGORÍAS, HORARIOS Y DISTANCIAS.	2
1.1) Prueba Competitiva (categoría absoluta: mayores de 16 años)	4
1.2) Prueba Campeonato de España SSAA-Prueba Competitiva absoluta.	4
1.3) Prueba Promo (Open). Absoluta. Campeonato de España SSAA-Indv. Cadete	7
1.4) Categorías en edad escolar (menores de 16 años)	8
1.5) Entrega de dorsales	9
1.6) Descripción de los recorridos	9
1.6.1) Modalidad competitiva	9
1.6.2) Modalidad promo y categoría cadete	10
1.6.3) Categorías de edad escolar inferiores a infantil	10
2) PRESENTACIÓN DE LA PRUEBA	11
3) UBICACIÓN	12
4) PREMIOS	13
5) MATERIAL OBLIGATORIO	14
6) CONSIDERACIONES PARA EL/LA DEPORTISTA	15
7) JURADO DE COMPETICIÓN, ORGANIZACIÓN Y SEGURIDAD	20
7.1) Jurado de competición	24
7.2) Personal de organización	25
7.3) Seguridad	26
8) RECLAMACIONES	27
9) REDES SOCIALES	27
10) CONSENTIMIENTO INFORMADO Y OTROS	27
11) ANEXOS	27

1) CATEGORÍAS, HORARIOS Y DISTANCIA.

Salida	Hora	Categorías / Subcategorías	Edad	Distancia
1ª Compt.	9:00	Junior Masc. y Fem.	16 Y 17 años	15k
		Promesa Masc. y Fem.	18 a 23 años	
		Senior Masc. y Fem.	24 a 39 años	
		Veteran@ A Mac. Y Fem.	40 a 49 años	
		Veteran@ B Mac. Y Fem.	50 a 59 años	
		Veteran@ C Mac. Y Fem.	60 años en adelante	
		Veteran@ D Mac. Y Fem.	70 años en adelante	
2ª Promo-Open	9:30	ABSOLUTA	16-70 años en adelante	7,5k
3ª CESA	9:30	Cadete Masc. y Fem.	14 y 15 años	7,5k
		Infantil Masc. y Fem.	12 y 13 años	5k
4ª E-Escolar	9:45	Prebenjamín Masc. y Fem.	6 y 7 años	1k
		Benjamín Masc. y Fem.	8 y 9 años	2,5k
		Alevín Masc. y Fem.	10 y 11 años	2,5k

1. La clasificación de categoría absoluta que se premia en la liga de Marcha Nórdica de la FMRM corresponde a la obtenida entre las sub-categorías junior con los 16 años cumplidos y Veteran@s.
2. La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que el participante tenga **el día 31 de diciembre del año de la competición.**
3. Podrán participar como categoría absoluta en distancia competitiva aquellos junior por edad federativa (16 años y mayores) teniendo los años cumplidos el día de la prueba .

Premios:

- Clasificación General: 3 primer@s de las distancias COMPETITIVA y PROMO.
- Tres primer@s de cada una de las categorías/subcategorías de distancia COMPETITIVA y Edad Escolar.
- Tres primeras selecciones autonómicas ; categoría absoluta y edad escolar.
- 3 primer@s Locales de las distancias COMPETITIVA y PROMO.

Inscripciones:

Podrán realizarse en [Inscripciones FEDME](#) hasta el **lunes 20 de octubre de 2026 a las 23:59 h.**

Durante los primeros 7 días desde la apertura de inscripciones únicamente será posible la misma para federad@s FEDME y/o federaciones de montaña territoriales.

Se entiende como participantes federad@s aquellos en posesión de licencias de la federación de montaña (no válidas otras federaciones) con cobertura para la prueba en la que se inscriban (competitiva, promo o edad escolar).

Se establece un máximo de 300 participantes a nivel de evento, guardando el organizador derecho de reserva o ampliación sobre este límite bajo su criterio, sin derecho a reclamación alguna sobre dichas modificaciones (si las hubiera).

La inscripción es personal y nominativa, por lo que NO ESTÁ PERMITIDA LA CESIÓN.

NO SE PROCEDERÁ A LA DEVOLUCIÓN del importe de la inscripción en caso de no participación, sea cual fuere el motivo.

Las cuotas de inscripción serán las siguientes:

- Prueba Campeonato de España SSAA: 26€ (Solo Federados)
- Prueba competitiva Murcia: 26€ Federados y 31€ No Federados para 15K.
- Prueba Open-Promo: 21€ Federados y 26€ No Federados para 7,5K.
- Prueba Open-Promo cadete: 18€ Federados y 23€ No Federados 7,5k.
- Prueba CESA escolar; Infantil, alevín, benjamín: 10€ Federados y 15€ No Federados para 5K y 2.5K.

Tanto la salida como la llegada de todas las pruebas serán en el circuito de tierra permanente de campo a través.

<https://maps.app.goo.gl/ALaCDuKuCDEPZeUp>

*Los recorridos y horarios estarán sujetos a posibles modificaciones que serán comunicadas por los canales oficiales, (Redes sociales de los organizadores de la prueba, FMRM y correo electrónico a los participantes)

1.1) Prueba Competitiva (categoría absoluta: mayores de 16 años)

- **Modalidad Open Absoluto.**

Podrán participar todos aquellos deportistas no incluidos en la selecciones autonómicas con licencia federativa FEDME o FMRM en vigor.

DISTANCIA: 15 KM. Recorrido circular (6 vueltas de 2,5km).

Desnivel positivo: 150 m.

La **entrada a corralito** será a las **8:30 h.**

Hora de inicio de la prueba será a las **9:00 h.**

Cierre de la prueba: **12:30 h.**

1.2) Campeonato de España y liga FMRM-Prueba Competitiva (categoría absoluta: mayores de 16 años).

- **Modalidad Campeonato de España SSAA Absoluto.**

El Campeonato de España de competiciones de Marcha Nórdica por Federaciones Autonómicas es una competición exclusiva para equipos formados por miembros de Clubes afiliados a la FEDME y por deportistas representantes de Federaciones Autonómicas, por tanto, para deportistas con licencia FEDME del año en curso, independientemente de su nacionalidad.

A) Equipos: Serán masculino y femenino (mayores de 16 años) y estarán formados por un mínimo de 4 y un máximo de 8 componentes cada uno, y serán inscritos oficialmente por el Club o Federación Autonómica con un mínimo de 7 días antes de la celebración de la prueba.

B) Sólo se podrá inscribir oficialmente un equipo masculino y un equipo femenino por cada Club o Federación Autonómica, y solo obtendrán puntos aquellos marchadores y marchadoras que formen parte de equipos oficiales.

C) Sistema de puntuación: A cada uno de las y los componentes se les otorgarán puntos de acuerdo a la posición de entrada a meta conseguida por cada uno de ellos o

de ellas en la categoría Absoluta masculina y Absoluta femenina. En dicha lista de puntuación sólo se tendrán en cuenta a deportistas con inscripción en el Campeonato de España de Federaciones Autonómicas, por lo que no figurarán el resto de participantes.

Ejemplo: a quien entra en meta en primera posición de la categoría masculina o femenina se le adjudica 1 punto, en segunda posición se le adjudica 2 puntos, en tercera posición se le adjudica 3 puntos y así, sucesivamente.

D) Clasificación: Del Campeonato de España de Federaciones Autonómicas se obtendrá de la suma de puntos de los y las cuatro mejores competidores/as. Por lo que la Federación Autonómica Campeona será la que MENOS puntos obtenga.

- NOTA: Un equipo con menos de 4 miembros clasificados/as no se tendrá en consideración en las clasificaciones.

E) En caso de empate, prevalecerá el equipo que tenga a el o la competidor/a con mejor clasificación, o las dos mejores clasificaciones o las tres mejores en caso de sucesivos empates.

F) Inscripciones: A la hora de efectuarlas, las Federaciones Autonómicas con participación en dicho Campeonato presentarán su lista de deportistas representantes a la organización y a la FEDME, detallando nombre, apellidos, DNI y fecha de nacimiento, utilizando para ello el formulario establecido por la FEDME. Cada deportista únicamente podrá representar a la Federación Autonómica con el que han tramitado la licencia federativa habilitada del año en curso y que aparece reflejada en ella. El Equipo Absoluto masculino y Absoluto femenino de la Federación Autonómica que obtenga menor puntuación será proclamado Campeón de España.

En estos Campeonatos **NO** se tendrá en consideración el Ranking nacional ni a la hora de asignar dorsales, ni en las líneas de salida.

- **Modalidad Liga FMRM.**

El sistema de puntuación y requisitos que se llevará para la clasificación asignando la puntuación establecida en el reglamento FMRM 2026, 100-88-78-72-68-66-64-62-60-58-56-54-5250-48-46-44-42-40-38-36-34-32-30-28-26-24-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-22-2-2, etc... Siendo 100 para la persona clasificada en primer lugar, 88 para la segunda, 78 para la tercera y así, sucesivamente, hasta llegar al valor de 2 puntos que se mantendrá estable hasta el final de la clasificación, es decir la persona que ostente la última posición obtendrá 2 puntos.

- **Modalidad Campeonato de España CESA en Edad Escolar (infantil y cadete).**

El sistema de puntuación y requisitos que se llevará para la clasificación y respectivos premios a las tres federaciones autonómicas que queden entre los 3 primeros puestos, será el siguiente:

La Clasificación se realizará de forma Individual y por Selecciones Autonómicas, según los siguientes criterios:

- Clasificación individual: Se realizará una clasificación individual de entre todos los/las participantes por edad y sexo, siendo convocadas la categoría Infantil (Masculina y femenina) y Cadete (Masculino y femenino), para decidir la posición final se aplicará el Reglamento de Marcha Nórdica FEDME en vigor.

- Clasificación por Selecciones autonómicas: Se sumará el número de puntos que le corresponde a cada deportista por su clasificación final individual de todos/as los/las componentes de la Selección Autonómica de cada categoría, independientemente de que esté completa o no. La Selección con más puntos en cada categoría será la Selección Autonómica Campeona de España Infantil y Campeona de España Cadete. En caso de empate, se valorará la que más primeros puestos haya obtenido, si sigue el empate, segundos puestos y sino terceros puestos.

Se premiará a los 3 federaciones autonómicas entradas en meta (después de penalizaciones) en orden de número de miembros, de mayor a menor.

En caso de que siga el empate, se procederá de la siguiente forma:

1º.- La Selección que esté más completa en el total de participantes.

2º.- La Selección cuya edad media sea más joven.

3º.- Ex aequo.

Se entregarán trofeos a las tres Selecciones autonómicas clasificadas en los tres primeros puestos, según la clasificación obtenida en cada prueba conseguirá los siguientes puntos

POSICIÓN	PUNTOS	POSICIÓN	PUNTOS	POSICIÓN	PUNTOS	POSICIÓN	PUNTOS
1º	100	11º	56	21º	36	31º	16
2º	88	12º	54	22º	34	32º	14
3º	78	13º	52	23º	32	33º	12
4º	72	14º	50	24º	30	34º	10
5º	68	15º	48	25º	28	35º	8
6º	66	16º	46	26º	26	36º	6
7º	64	17º	44	27º	24	37º	4
8º	62	18º	42	28º	22	38º	2
9º	60	19º	40	29º	20	39º	2
10º	58	20º	38	30º	18	40º	2

Y así sucesivamente, hasta llegar al valor de 2 puntos, que se mantendrá estable hasta el final de la clasificación, es decir, el último participante clasificado obtendrá dos puntos.

1.3) Prueba Promo-Open.

DISTANCIA: 7,5 KM. Recorrido circular (3 vueltas de 2,5km).

Desnivel positivo: 75m.

La **entrada a corralito** será a las **9:10 h.**

Hora de inicio de la prueba PROMO será a las **9:30 h.**

Cierre de la prueba: 12:30 h.

Ambas pruebas serán arbitradas y están sujetas al reglamento FEDME y FMRM.

Los marchadores que participen en la prueba de promoción realizarán el recorrido de competición, no serán arbitrados, aunque recibirán indicaciones orientativas de los árbitros referente a correcta ejecución de la técnica.

La **categoría Cadete** realizará el mismo recorrido que la prueba promo con sus mismas indicaciones.

Organización de la salida:

* Se establecerán salidas escalonadas, en función del número de dorsal, atendiendo al número de participantes inscritos.

1.4) Categorías en edad escolar (menores de 16 años)

Las distintas categorías para los menores de 16 años son las siguientes: prebenjamín, benjamín, alevín e infantil.

Para el resto de las categorías en edad escolar se realizará en el mismo circuito de la prueba, siendo las categorías y distancias establecidas las siguientes:

	Distancia	Desnivel +	Entrada a corralito	Salida	Cierre de prueba
Competitiva (absoluta: mayores de 16 años)	15 Km	150 m	8:30 h.	9:00 h.	12:30 h.
Promo y cadete	7,5 km	75 m	9:10 h.	9:30 h.	11:30 h.
INFANTIL	5,0 km	50m	9:30 h.	9:45 h.	11:20 h.
ALEVÍN	2,5 km	25m	9:30 h.	9:45 h.	11:20 h.
BENJAMÍN	2,5 km	25m	9:30 h.	9:45 h.	11:20 h.
PRE- BENJAMÍN	1 km	10m	9:30 h.	9:45 h.	10:50 h.

El reglamento de esta competición estará sujeto al Reglamento de la Federación de Montaña de la Región de Murcia, para esta modalidad competitiva, año 2026, (Prueba puntuable en Liga de Marcha Nórdica FMRM 2026).

Consultar reglamentos completos:

<https://www.fmrn.net/index.php/competiciones/competiciones-oficiales-marcha-nordica/reglamento>

INDEPENDIENTEMENTE DE LA MODALIDAD DE PARTICIPACIÓN, LOS MARCHADORES, DEBERÁN SEGUIR LAS INDICACIONES DEL EQUIPO ARBITRAL Y DE LA ORGANIZACIÓN EN TODO MOMENTO.

La vulneración de los principios básicos de seguridad puede conllevar la retirada de dorsal y la petición inmediata de abandono de la prueba.

Como viene siendo habitual en las pruebas celebradas en nuestra región y apostando por la conservación del medio ambiente, no se distribuirán vasos de plástico en el avituallamiento, por lo que los participantes deberán llevar sistema propio de hidratación o recipientes para avituallarse (agua). La Organización avituallará de agua los recipientes de los marchadores.

La Organización no se hace responsable de la pérdida de los objetos que los participantes dejen en guardarropas, avituallamientos o vestuarios.

1.5) Entrega de dorsales

Sábado 24 de octubre

De 11:00-13:00 h. y de 17:00-19:00 en el **MUBBLA, Capilla del Rosario, Lorca.**

 [MUBBLA-CAPILLA DEL ROSARIO](#)

 [Parking Convento La Merced](#) queda a unos 300m del MUBBLA.

Domingo 25 de octubre

Desde las 8:00 hasta 30 minutos antes de la salida de la prueba en la **CD Ginés Antonio Vidal, La Torrecilla.**

 [Ciudad Dptva Antonio Vidal, La Torrecilla.](#)

1.6) Descripción de los recorridos

1.6.1) Modalidad competitiva. “V CARRASCA NÓRDICA”.

La modalidad competitiva realizará un recorrido de aproximadamente 15 km con un desnivel positivo aproximado de 150 m por tierra y césped artificial en todo su recorrido.

En todo momento se mantendrá la técnica adecuada de Marcha Nórdica. Los competidores serán puntuados en función de puesto de entrada en meta y bajo los principios normativos recogidos en el reglamento de la FMRM.

Se establecerán dos zonas de avituallamiento. La gestión del avituallamiento se realizará conforme a la normativa establecida, espacio de avituallamiento.

Track del recorrido

<https://es.wikiloc.com/wikiloc/spatialArtifacts.do?event=setCurrentSpatialArtifact&id=187686301>



1.6.2) Modalidad OPEN-Promo y categoría cadete

La modalidad promocional, que coincide con la categoría competitiva de cadetes, recorrerá 7,5 km con un desnivel positivo aproximado de 75 m.

Se establecerá una zona de avituallamiento. La gestión del avituallamiento se realizará conforme a la normativa establecida, espacio de avituallamiento.

1.6.3) Categorías de edad escolar inferiores a cadetes

El resto de las categorías de edad escolar, realizarán el mismo recorrido. Será el siguiente recorrido:

- Categoría infantil. 5 km en el mismo circuito que el resto de las pruebas.
- Categorías Alevín, Benjamín. 2,5 km.
- Prebenjamín. 1 km. Igualmente, el recorrido transcurre en pista de tierra.

2) PRESENTACIÓN DE LA PRUEBA

EL CLUB SENDERISTA DE LORCA LA CARRASCA en colaboración con el AYUNTAMIENTO DE LORCA, FEDME Y LA FMRM, organizan la quinta edición de esta prueba que se desarrollará el domingo día 25 de octubre de 2026 en la ciudad deportiva municipal G. Antonio Vidal, La Torrecilla, de Lorca (Murcia).



El evento consta de varias pruebas, en categorías absolutas, y sub-categorías, además de las categorías de edad escolar, en un circuito de 2,5 km por vuelta.

La prueba se establece como campeonato de España de SSAA y CESA escolar 2026, además, de ser una prueba de la liga de Marcha Nórdica 2026 de la FMRM.

La prueba COMPETITIVA, OPEN-Promo y escolar, se desarrollarán en el circuito de tierra permanente de la CD municipal La Torrecilla.

3) UBICACIONES CLAVE

La salida y meta estarán ubicadas en la Ciudad Deportiva G. Antonio Vidal La Torrecilla, Lorca (Murcia).

<https://maps.app.goo.gl/ALaCDuKuCDEPZeUp7>



La entrega de premios, así como la post carrera estarán ubicadas en la misma instalación deportiva, Lorca (Murcia).

Notas sobre la inscripción:

*Con la inscripción de esta prueba, los participantes autorizan a la organización y a cualquier persona autorizada por esta, a la grabación de filmaciones y realización de fotografías antes, durante y después de su participación en la prueba y dan su consentimiento para la difusión de todas las imágenes y videos tomados, sin derecho alguno a compensación económica. La organización no se hace responsable de cualquier publicación ajena a ella, que pudiera hacerse por particulares, acompañantes, clubes etc...

Aquellas personas que acompañen a los equipos o participantes, representan a clubes etc... que tomen videos y fotografías, no estando autorizados por la organización e interfieran física o verbalmente en la ejecución de la prueba, molestando con su conducta a los participantes, se les pedirá que abandonen la zona de competición y la organización se reserva el derecho de comunicar dicha conducta al

equipo de árbitros y en su caso, si procede elevar una queja al comité de MN de la FMRM, para que tome las medidas que considere oportunas.

*Todos los participantes deberán presentar DNI (Documento nacional de Identidad) y tarjeta federativa 2026 (FMRM o FEDME) y entregar la carta de EXONERACIÓN DE RESPONSABILIDAD firmada, en el momento de retirar su dorsal.

*Se anexan a esta publicación los documentos de AUTORIZACIÓN DE MENORES Y LA CARTA DE EXONERACIÓN DE RESPONSABILIDAD (obligatoria para todos los participantes).

*Los participantes deben conocer y respetar el REGLAMENTO DE COMPETICIÓN FEDME y FMRM 2026, ANEXOS, por el que se rige esta prueba, aceptando las modificaciones que pueda adoptar el Comité de Marcha Nórdica por causas excepcionales o ajenas a la organización, antes y/o durante la competición. El incumplimiento de cualquier punto recogido en dicho reglamento puede conllevar la descalificación absoluta (tarjeta roja) de los participantes y la obligatoriedad de abandonar la competición.

*Los participantes respetarán en todo momento las indicaciones del equipo arbitral y de la organización de la prueba.

*La organización no se hace responsable de los accidentes que por negligencia o de forma involuntaria pudieran sufrir los participantes, estos deberán estar en posesión de la tarjeta federativa del año y aquellos marchadores que participen y no tengan licencia federativa, tendrán que suscribir un seguro deportivo que cubra su participación en la competición según el Real Decreto 489/1993 de 4 de junio. El coste del mismo será a su cargo y se abonará en la realización de la inscripción, quedando de esta forma cubiertos. Sólo se admitirán seguros validados por la FMRM, de conformidad con el artículo 56.2 e de los estatutos FMRM. 2.2.7.

4) PREMIOS

ENTREGA DE TROFEOS

Prevista tras la publicación de resultados y revisión arbitral sobre las 13:00 h. en la CD La Torrecilla.

La premiación de la prueba por lo tanto se realizará conforme a los siguientes epígrafes:

-V Carrasca Nórdica. Trofeo o reconocimiento a los tres primeros clasificados en las diferentes categorías y sub-categorías de la prueba competitiva.

-Para aquellos federados con licencia en vigor FEDME , a las tres primeras SSAA clasificadas en el Campeonato de España de SSAA y CESA.

-A los tres primeros clasificados en distancia OPEN-Promo, y categoría cadete del campeonato de España CESA, SSAA e individual.

- A los tres primeros clasificados del campeonato de España CESA, SSAA e individual de categoría infantil, y los tres primeros de edad escolar; alevín y benjamín.

-A los tres primeros clasificados Locales.

5) MATERIAL OBLIGATORIO

Material y Equipamiento de cada participante¹

Para la competición, cada deportista deberá llevar consigo el equipo deportivo necesario y adecuado para la prueba, y todo aquel que sea anunciado como tal por la organización de cada evento. Según la meteorología del día de la competición, el Jurado de competición podrá determinar si el uso del material “recomendable” pasa a ser sólo “obligatorio”.

1. Será obligatorio el uso de 2 bastones específicos de Marcha Nórdica. Es el material claramente diferenciador de la actividad, los bastones para la práctica de la Marcha Nórdica y deben permitir aplicar la técnica correcta.

¹ Reglamento FEDME

https://fedme.es/wp-content/uploads/2026/03/Reglamento_MN_Fedme_2026.pdf

2. Sus partes primordiales son: cuerpo o caña, empuñadura ergonómica, dragonera especial para la Marcha Nórdica que se ajusta a la muñeca, puntera rígida, y tacos de goma extraíble especiales para la Marcha Nórdica.

3. Será obligatorio el uso de calzado deportivo adecuado al itinerario.

4. La equipación y ropa deportiva debe ser acorde a la climatología reinante y al decoro propio de este tipo de competiciones.

5. Está permitido el uso de elementos de hidratación del tipo riñonera o mochila, sujeto a las normas de avituallamiento.

6. En el caso que la organización o el comité de prueba lo crean oportuno, las y los deportistas tendrán la obligación de llevar otro equipo y material que se especifique, en especial chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente a cada deportista.

Nota: En el momento de efectuar la retirada del dorsal, el o la deportista podrá consultar al equipo arbitral de inscripciones si el material que presenta se ajusta al reglamento.

6) CONSIDERACIONES PARA EL/LA DEPORTISTA.

El **reglamento** de esta competición estará sujeto al Reglamento de la Federación de Montaña de la Región de Murcia, para esta modalidad competitiva, año 2026.

- Prueba competitiva del campeonato de España de SSAA y CESA Marcha Nórdica 2026.
- Prueba puntuable en Liga de Marcha Nórdica FMRM 2026.

Consultar reglamentos completos:

<https://www.fmr.net/index.php/competiciones/competiciones-oficiales-marcha-nordica/reglamento>

Algunas consideraciones:

La Marcha Nórdica consiste en andar con unos bastones especialmente diseñados para el desarrollo de esta actividad física, con el objetivo de optimizar el esfuerzo físico realizado en el movimiento biomecánico de nuestro cuerpo al andar.

En la marcha nórdica no se puede correr, se debe mantener en todo momento al menos un pie y un bastón en contacto con el suelo utilizando los bastones activamente, sin arrastrarlos, efectuando la técnica diagonal que consiste en el apoyo en todo momento de cada bastón en acción con el pie contrario.

La Marcha Nórdica debe ser ejecutada de modo que²:

La Marcha Nórdica competitiva debe ser ejecutada de modo que se garanticen los principios biomecánicos fundamentales de la marcha humana con el uso funcional del bastón, actuando como elemento que contribuye al desplazamiento del cuerpo. Para ello:

- El gesto técnico de las extremidades superiores (EES), opuesto y coordinado con el de las extremidades inferiores (EEI), ha de ser un balanceo desde los hombros, amplio y alternado, manteniendo la flexo-extensión “natural” del codo a su paso por delante y por detrás de la línea axilar media del tronco. (línea imaginaria que desciende verticalmente desde el centro de la axila).
- El bastón ha de clavarse siempre por detrás del pie adelantado y en diagonal, manteniéndolo en todo momento en posición activa (diagonal) y de empuje hacia abajo y atrás.
- En las extremidades inferiores, no deberá existir fase aérea (ambos pies en el aire) y la rodilla de la pierna atrasada deberá ir en extensión completa antes de que el pie pierda el contacto con el suelo, es decir sin bajar el centro de gravedad que se evidencia cuando se mantiene la flexión de ambas rodillas durante todo el paso.
- En la fase de apoyo de talón, esa rodilla (anterior) entra en semiflexión y la rodilla contraria (posterior) ha de encontrarse en extensión completa.

² Reglamento FEDME

https://fedme.es/wp-content/uploads/2026/03/Reglamento_MN_Fedme_2026.pdf

ERRORES TÉCNICOS
1. Falta de balanceo alterno de las extremidades superiores desde los hombros.
2. Los codos o manos, no sobrepasan por delante o por detrás la línea axilar media, respectivamente.
3. El bastón entra en contacto con el suelo después del despegue del pie trasero.
4. Apoyo de bastón no diagonal o no mantiene bastón diagonal en todo momento.
5. No apoya bastón por detrás del pie adelantado.
6. Pérdida de contacto de los pies por fase aérea, o bajada del centro de gravedad.
7. No talona.
8. Entra de talón con rodilla en hiperextensión y la mantiene durante toda la fase de apoyo.

Utilización de la técnica de doble bastón.

En casos excepcionales, el Comité de la prueba podrá determinar y delimitar tramos en los que podrá dejarse de utilizar la técnica diagonal, bien sea aplicando la técnica del doble bastón o simplemente caminando sin utilizar los bastones. Esto puede suceder por condiciones de pendiente excesiva del terreno, cruce de un puente o vado de río, tramo estrecho o rocoso.

Técnica de doble bastón: En terrenos con fuerte inclinación de subida o bajada puede resultar conveniente apoyar la acción de una pierna con los dos bastones al mismo tiempo. Esta técnica de doble bastón requerirá la recuperación de los mismos para apoyar otro paso sin que se puedan arrastrar mientras tanto. En ningún caso los dos bastones permanecerán en el aire durante más de un paso para su recuperación.

En la modalidad competitiva, el equipo arbitral velará por la buena ejecución de la técnica de marcha nórdica pudiendo sancionar con tarjetas blanca (advertencia/falta leve), amarilla (falta grave), roja (falta muy grave).

Nota: Las tarjetas son acumulativas

- **Tarjeta BLANCA (Advertencia / Falta Leve):**

- Amonestación a participantes que incumplen alguna norma. El equipo arbitral enseñará la TARJETA BLANCA al o a la deportista objeto de sanción y, siempre que la situación lo permita, verbalmente le comunicará la sanción y el motivo.
- La persona miembro del equipo arbitral anotará el número del o de la deportista.
- No tiene sanción en tiempo.

Causas:

1. Errores técnicos 1,2,3,4 y 5.
2. Anticiparse a la señal de salida.
3. No llevar el dorsal visible.
4. Desenganchar las dragoneras fuera de las zonas delimitadas para ello.
5. No detenerse para efectuar alguna acción descrita en los puntos 8.5 - 8.6
6. Una **tercera** advertencia, sea cual sea el motivo, equivale a una TARJETA AMARILLA.

- **TARJETA AMARILLA (Falta Grave):**

- El equipo arbitral enseñará la TARJETA AMARILLA al o a la deportista objeto de sanción y, siempre que la situación lo permita, verbalmente le comunicará la sanción y el motivo.
- Anotará el número de la persona sancionada y lo comunicará a la Presidencia del Jurado.
- Primera TARJETA AMARILLA = +2 minutos de penalización
- Segunda TARJETA AMARILLA = +4 minutos de penalización (total +6 minutos)
- Una tercera TARJETA AMARILLA será equivalente a TARJETA ROJA

- **Causas:**

1. Errores técnicos 6,7 y 8.
2. Impedir ser adelantado/a o u obstaculizar el paso al resto de deportistas.
3. Rellenar los elementos de hidratación fuera de las zonas determinadas por la organización.
4. Protestar al equipo arbitral.
5. Incumplir la normativa en cuanto a la utilización obligatoria de tacos de goma (pads).

- **TARJETA ROJA (Falta Muy Grave):**
 - Descalificación
 - La Presidencia del Jurado o un o una miembro del equipo arbitral, con la información disponible y la inmediata recibida, enseñará la TARJETA ROJA a la persona participante sancionada, y verbalmente le comunicará la sanción y el motivo.
 - El o la deportista deberá abandonar la competición en ese momento.
- **Causas:**
 1. Tercera TARJETA AMARILLA
 2. Correr.
 3. Recortar itinerarios aunque sea de forma involuntaria.
 4. Llevar auriculares puestos durante la competición (impiden escuchar las indicaciones del equipo arbitral o personal de la organización).
 5. No llevar el material obligatorio por reglamento, o el requerido de forma expresa por la organización.
 6. No hacer caso a las indicaciones de la organización y equipo arbitral.
 7. Manipular o modificar las dimensiones del dorsal, o rehusar a llevarlo.
 8. No pasar el control de salida, por un control de paso o no entrar en la zona de penalización cuando se le indique.
 9. Retrasar voluntariamente la hora de salida de la competición.
 10. Utilizar cualquier medio de transporte en cualquier momento de la competición.
 11. Recibir cualquier tipo de ayuda externa fuera de las zonas determinadas por la organización.
 12. Quitar o cambiar las marcas del recorrido ubicadas por la organización
 13. No guardar respeto absoluto a las normas deportivas, ni respeto a la naturaleza.
 14. Cualquier desconsideración y violencia verbal o física contra cualquier persona, participantes, Organización, Equipo arbitral, Público, Autoridades etc.
 15. Provocar un accidente de forma voluntaria.
 16. Tomar alcohol o fumar durante la competición.
 17. Tirar basura, aun de forma involuntaria, fuera de los contenedores previstos por la organización.
 18. No prestar ayuda a alguna otra persona participante que esté accidentada.
 19. No detenerse si rompe un bastón.
 20. Subir al podio en la entrega de premios con cualquier bandera o símbolo.

6.1 Será responsabilidad del Comité de Prueba establecer las penalizaciones. Este las notificará a las personas afectadas antes del inicio de la entrega de trofeos mediante la publicación de los resultados en el espacio especialmente destinado a ello.

6.2 Incurrir en lo siguiente supondrá la descalificación inmediata de deportistas y podría suponer una sanción disciplinaria para la persona en cuestión:

- **No participar**, sin causa justificada, **en la ceremonia oficial de entrega de premios** de la prueba, habiendo estado presente en la prueba deportiva. En caso de justificar la ausencia por algún motivo importante, se deberá realizar delante de la/del árbitra/o principal o presidenta/e del jurado y/o la/el Delegada/o FEDME en la prueba.
- No participar, sin causa justificada, en la ceremonia oficial de entrega de premios de la final de Copa, teniendo que justificar la ausencia al acto.
- Exhibir en la misma banderas o símbolos de cualquier contenido, ajenos a la indumentaria del deportista.
- Provocar un incidente deportivo (agresión o insulto) a otra persona competidora, miembro de la organización, del equipo arbitral o del público, tanto si se produce antes, durante o después de la competición.
- Provocar un accidente de forma voluntaria.
- Participar bajo una identidad falsa o suplantando a otra persona.

6.3- Si fuera prácticamente imposible informar a la persona infractora de su penalización o descalificación durante la prueba, dicha amonestación se notificará tan pronto como sea posible después de que la misma haya finalizado la prueba.

6.4- Aun habiendo finalizado la prueba, y durante el tiempo establecido para las reclamaciones contra las clasificaciones provisionales, aquellos y aquellas deportistas de quienes se obtenga prueba gráfica evidente (vídeo o fotografía) de violación de alguna de las reglas no técnicas, valorada por el equipo arbitral, será objeto de amonestación/descalificación aunque no haya recibido advertencia previa alguna.

7) JURADO DE COMPETICIÓN, ORGANIZACIÓN Y SEGURIDAD

El Comité de Árbitros de la FMRM (vocalía de Árbitros de Marcha Nórdica) nombrará a las siguientes personas para controlar cualquier competición:

A – Árbitro principal/presidente del Jurado.

B – Árbitros de itinerario.

C – Árbitro de inscripciones, clasificaciones, zona de penalización, salida y llegada (árbitro de mesa).

A la FMRM le corresponderá nombrar:

D - Delegado de la FMRM.

Estas personas, delegado y árbitros, constituyen el Comité de Prueba.

A – Árbitro principal/presidente del Jurado:

- Es el máximo responsable de la carrera asignada, efectuando un seguimiento previo a todo lo relacionado con la misma, estando en contacto con los organizadores para ver que todo se está desarrollando con normalidad, que se cumple y se cumplirá el reglamento, solucionará sus dudas; procurando que llegado el día de la competición todo esté bajo control.

- Asignará al equipo arbitral las funciones a realizar, supervisará el desarrollo general de la competición y firmará el acta de competición.

- Supervisa la lista de participantes en la competición, situación de la zona de penalización (si la hubiera) y la zona de salida y de llegada. Asignará los responsables del control de material y de control de dopaje

- En el momento de la entrega de dorsales, se encarga de solucionar las posibles incidencias relacionadas con la inscripción y la licencia federativa.

- Durante la prueba se ubicará en una zona que le permita gestionar la competición recibiendo información constante del árbitro de mesa.

- Valida la situación y longitud de la zona de penalización.

- Comunicará por el medio más adecuado (emisora, teléfono, aplicación móvil) y de forma inmediata al árbitro de mesa la sanción determinada.

- Será el responsable de descalificar a todo marchador con "Tarjeta Roja" a su paso por la línea de meta.
- El presidente del Jurado informará al responsable del Comité de Marcha Nórdica, estando en contacto permanente para garantizar la buena marcha de cada una de las competiciones.
- El presidente del Jurado debe estar en posesión de la titulación expedida por la FMRM como árbitro de Competiciones de Marcha Nórdica, además de estar en posesión de la licencia de Árbitro del año en curso.
- Otros árbitros con titulación FMRM/FEDME podrán solicitar su inclusión en la designación en calidad de "árbitro FMRM en colaboración". Esta petición deberá ser aprobada por el Comité de Marcha Nórdica y el presidente del Jurado. En caso positivo, se pondrán a las órdenes del presidente del Jurado. En el caso de que estos árbitros estuvieran en fase de prácticas, no podrán sancionar.

B – Árbitro/s de Itinerario:

- Se designará como mínimo 3 árbitros de itinerario por cada competición. Por solicitud del Comité de Marcha Nórdica de la FMRM, en competiciones donde su dificultad o longitud hagan más difícil la supervisión del itinerario, esta función podrá ser asignada a un mayor número de supervisores de itinerario.
- Supervisan el trazado del itinerario especialmente en todo lo que hace referencia a la seguridad, marcaje, situación de los controles tanto de paso como los controles informativos. En el momento de la supervisión previa del itinerario serán acompañados por una persona de la organización responsable del itinerario.
- Durante la supervisión y el día de la carrera estos árbitros podrán desplazarse en bicicleta con el fin de garantizar la óptima supervisión del recorrido y control de los participantes.
- Son los responsables de velar por el cumplimiento de las normas de Marcha Nórdica por parte de los competidores. Procederán cuando sea el caso a: Advertencia mediante "Tarjeta Blanca" avisando de posible sanción. Enseñar "Tarjeta Amarilla" argumentando el motivo.

- En casos excepcionales podrán mostrar también "Tarjeta Roja" con la autorización del presidente del Jurado.

- Comunicará por el medio más adecuado y de forma inmediata al Árbitro de mesa la sanción determinada.

- Los árbitros de itinerario deben estar en posesión de la titulación expedida por la FMRM como árbitro de Competiciones de Marcha Nórdica, además de estar en posesión de la licencia de Árbitro del año en curso.

C - Árbitro de inscripciones, clasificaciones, zonas de penalización, salida y llegada:

- Se encarga de comunicarse con las personas encargadas de la zona de penalización para informar de aquellos competidores que han recibido una sanción y que deben entrar en la zona de penalización para cumplirla.

- Son responsables de velar por el cumplimiento de las normas de Marcha Nórdica por parte de competidoras y competidores. Procederán cuando sea el caso a: Advertencia mediante "Tarjeta Blanca" avisando de posible sanción. Enseñar "Tarjeta Amarilla" argumentando el motivo.

- En casos excepcionales podrán mostrar también "Tarjeta Roja" con la autorización de la Presidencia del Jurado.

- Valida la salida, supervisa y valida la toma de tiempos de llegada de los participantes realizada por la organización, debiendo ser ayudado por personal de organización para supervisar las penalizaciones y su control de tiempo.

- Anota en la hoja de registro todas las amonestaciones que le llegan del resto del equipo arbitral.

- Colabora con la organización en la elaboración final de la clasificación, procurando que la organización elabore una clasificación específica y por categorías, en la que solo aparezcan reflejados los competidores que cumplan con los requisitos establecidos para puntuar en la Liga o Campeonato Regional de Marcha Nórdica. Velará

por que en el tiempo justo la clasificación provisional esté expuesta al público (mínimo 20 minutos antes de la entrega de premios).

- Informa y asesora al Comité de Prueba.
- El Árbitro de inscripciones, zona de penalización, salida y llegada debe estar en posesión de la titulación expedida por la FMRM como Árbitro de Competición de Marcha Nórdica, además de estar en posesión de la licencia de Árbitro del año en curso.

D - El delegado de FEDME y la FMRM:

- Forma parte del Comité de Prueba, debe estar presente en todas las reuniones y sesiones de competición. Supervisará la entrega de trofeos y el cumplimiento del protocolo medioambiental FMRM. El delegado de la FMRM deberá ser nombrado por la FMRM.
- Supervisará la entrega de premios y en especial el protocolo con las autoridades presentes.
- Supervisará el cumplimiento del protocolo medioambiental.

DECISIONES ARBITRALES:

Las decisiones de los árbitros serán vinculantes e inapelables, no pudiéndose presentar reclamación alguna en los aspectos relacionados con las tarjetas mostradas a los participantes.

Un árbitro no podrá mostrar más de dos tarjetas blancas a un mismo marchador.

MATERIAL Y EQUIPAMIENTO ESPECIAL PARA ÁRBITROS

- La organización de la carrera tendrá previstas 2 bicicletas de montaña, en buen estado, para los árbitros de itinerario.
- En la línea de meta la organización tendrá prevista una carpa con mesa y sillas suficientes para los árbitros, y dotada de punto de toma eléctrica.

7.1) Jurado de competición

El Jurado de Competición es un órgano consultivo.

Composición:

- Los árbitros de la prueba.
- El director de la prueba (o director técnico).
- El delegado de la FMRM.
- El delegado FEDME.
- Un representante de los deportistas (elegido por sorteo de entre los 20 primeros clasificados de la última Liga / Campeonatos e inscritos en la prueba).

Funciones:

El jurado de competición es el responsable de atender y resolver las posibles reclamaciones derivadas del desarrollo de la competición durante el día de la prueba. Este se convocará en el momento que se produzca una reclamación.

El portavoz del Jurado de competición será el presidente del Jurado y comunicará la decisión tomada por mayoría por los componentes del jurado. Si hay empate, será el presidente del Jurado el que decida.

7.2) Personal de organización

La organización deberá cubrir las siguientes funciones (siempre que no existan modificaciones explícitas en el pliego de condiciones firmado entre ésta y la FMRM):

- Pedir los permisos oportunos para la correcta realización de la prueba (Medio Ambiente, control de tráfico, etc.). En particular, la organización se ceñirá al número de participantes máximo que Medio Ambiente autorice, no sobrepasando en ningún caso. De hacerlo, se podrá sancionar al organizador y se abrirá expediente por incumplimiento del reglamento.

- Organización pre-competición:

- Administración.
- Reunión informativa.
- Controles.

- Trazado del itinerario, marcado y equipamientos de este.
 - Información meteorológica.
 - Equipamientos de las zonas de salida y llegada.
 - Mapa con el itinerario trazado y perfil de este.
 - Garantizar una difusión de la prueba 30 días antes de la celebración de esta.
- Recibir y registrar a todo el personal acreditado para la competición (competidores, técnicos acompañantes, técnicos de la FMRM, prensa, etc.).
 - Registrar y controlar el acceso a las zonas de salida, llegada y zonas restringidas. acatando las indicaciones realizadas por los Árbitros.
 - Tomar tiempos en los controles de paso y los de llegada.
 - Velar por la seguridad en todo el itinerario de competición.
 - Asistir a los competidores que abandonen la competición.
 - Ofrecer servicios para los Jueces Árbitros, prensa y medios de comunicación.
 - Ofrecer servicios médicos, salvamento y otros equipamientos pactados.
 - Organizar las ceremonias de apertura, entrega de premios y clausura.
 - Colaborar con los Árbitros en todo lo necesario

7.3) Seguridad

En las zonas con peligros objetivos en que no se pueda evitar el riesgo residual se deberá destinar controles orientativos, de una/s persona/s para alertar del peligro. En las zonas con peligros objetivos en que no se pueda evitar el riesgo residual se deberá destinar controles orientativos, de una o más personas para alertar del peligro.

Los árbitros deberán inspeccionar el itinerario con el fin de asegurarse que se está cumpliendo con el reglamento y la normativa.

La organización deberá disponer de un médico con el equipo adecuado para garantizar la asistencia sanitaria necesaria. Se podrá contar con la colaboración de Cruz Roja, Protección Civil, etc.

En cualquier punto del recorrido, el médico de la prueba o los árbitros de la FMRM podrán determinar la retirada de competición de un marchador, si muestra síntomas evidentes de agotamiento u otro síntoma que aconseje la no continuidad de este en la competición.

La organización deberá disponer de un grupo de salvamento y material adecuado para ello, para actuar en el caso de producirse un accidente, asegurando la evacuación y traslado del herido a un hospital con la máxima rapidez. (Prever el supuesto que, por condiciones adversas, no se pueda realizar un salvamento aéreo).

Un sector del itinerario ya supervisado y aprobado la víspera de la competición que se vea afectado por un peligro objetivo (peligro de riada, desprendimientos de piedras, etc.), del cual no se pueda disminuir su riesgo hasta minimizarlo al residual, por motivos de seguridad, podrá ser anulado. La organización en este caso no está obligada

a sustituirlo con otro tramo de las mismas características, aunque esto afecte al desnivel y distancia total de la prueba.

8) RECLAMACIONES

En el anexo IV se recoge la hoja de reclamaciones.

9) REDES SOCIALES

Puedes seguir la información del club la Carrasca y de esta prueba en las siguientes redes sociales:

Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100078475172307>

Facebook evento: <https://fb.me/e/40lB6364R>

Instagram: <https://www.instagram.com/lacarrascamarchanordica/>

Web: <https://sites.google.com/view/lacarrascamn/inicio>

10) CONSENTIMIENTO INFORMADO Y OTROS

En el anexo I se recoge la autorización de participación de menor de edad

En el anexo II se recoge la carta de exoneración de responsabilidades.

En el anexo III se recoge la autorización a terceros para la recogida del dorsal y la bolsa del corredor.

11) ANEXOS

ANEXO I. AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN DE MENOR DE EDAD

Yo, D. /D^a _____, con
DNI _____ como padre, madre o tutor/a de
_____ con fecha de nacimiento
_____, le autorizo a participar en la V Carrasca Nórdica Lorca que se
celebrará el domingo 25 de Octubre de 2026.

Para lo cual, DECLARO:

1. Que conozco y acepto íntegramente el Reglamento de la prueba.
2. Que mi hijo/a se encuentra en condiciones físicas adecuadas y suficientemente entrenado/a para participar voluntariamente en la prueba.
3. Que mi hijo/a no padece, enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse y perjudicar gravemente la salud al participar en esta prueba.
4. Que si padeciera algún tipo de lesión, defecto físico o cualquier otra circunstancia que pudiera agravarse o perjudicar gravemente la salud, al participar en esta prueba, lo pondré en conocimiento de la Organización, aceptando las decisiones que al respecto se adopten por los/as responsables del evento.
5. Asumo los peligros y riesgos derivados de su participación en esta actividad deportiva
6. Acepto cualquier decisión que cualquier responsable de la prueba (árbitros, médicos, enfermeros, técnicos de la organización) adopte sobre la habilidad y capacidad de mi hijo/a para completar la prueba con seguridad y sin riesgo para la salud.
7. Autorizo a los Organizadores para usar cualquier fotografía, filmación, grabación o cualquier otra forma de archivo de mi participación o la de mi representado/a, en este evento, sin derecho a contraprestación económica.

En _____, a _____ de _____ de 2026.

Firmado:	Firmado:
Nombre del declarante:	Nombre del declarante:
DNI nº:	DNI nº:

Firma del menor:	Personas para contactar en caso de emergencia:
DNI del menor:	Teléfono de las personas a contactar en caso de emergencia:

- (1) Este consentimiento parental tendrá que venir acompañado por la fotocopia de los documentos de identidad de todos y cada uno de los firmantes, por la fotocopia del libro de familia, y en el caso de representante legal además deberá aportar documento acreditativo de tal condición.
- (2) Deberá ser firmado por ambos padres (padre y madre) o por el representante legal.

ANEXO II. CARTA DE EXONERACIÓN DE RESPONSABILIDADES

Admito que al firmar este documento conozco el Reglamento por el que se rige la prueba deportiva V Carrasca Nórdica Lorca. Asimismo, manifiesto que los datos personales que estoy proporcionando son verdaderos y si fueran falsos el Comité Organizador podrá descalificar del evento citado.

Manifiesto que cuento con una condición física adecuada para poder participar en la competición V Carrasca Nórdica Lorca, que soy el único responsable de mi salud y de cualquier afección, accidente, lesión enfermedad o deficiencia que pudiera causar alteración a mi salud física e incluso la muerte durante el evento deportivo, por esta razón libero al Comité Organizador, a los patrocinadores, a las autoridades deportivas y a los prestadores de servicios de cualquier daño que pueda llegar a sufrir.

Así mismo autorizo al Comité Organizador para utilizar mi imagen, voz y nombre, ya sea total o parcialmente en lo relacionado al trofeo mencionado. Soy consciente de que para participar tengo que estar físicamente preparado para el esfuerzo que voy a realizar.

Al inscribirse en la prueba, los participantes dan su consentimiento para que la Organización trate automáticamente y con finalidad únicamente deportiva o promocional sus datos de carácter personal. Conforme establece la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, el participante, tiene derecho a acceder a estos ficheros con el objetivo de rectificar o cancelar de forma total o parcial su contenido remitido al club organizador de la prueba.

Asimismo, los inscritos ceden de manera expresa a la organización el derecho de reproducir el nombre y apellidos, clasificación obtenida, la categoría, la marca deportiva realizada y su imagen.

Acepto que la Organización recabe mis datos personales y sea el responsable de estos. La Organización podrá ponerse en contacto conmigo por correo ordinario, correo electrónico, SMS, teléfono o por cualquier otro medio electrónico con fines informativos o estudios de opinión.

Nombre: _____

D.N.I.: _____ Fecha: _____

(Firma)

ANEXO III. AUTORIZACIÓN A TERCEROS PARA LA RECOGIDA DEL DORSAL Y LA BOLSA DEL CORREDOR

Este documento (debidamente rellenado y firmado por las partes), autoriza a una tercera persona a recoger el dorsal de cualquier participante que no pueda asistir a la recogida de dorsales de la V Carrasca Nórdica Lorca.

En ningún caso este documento servirá para autorizar un cambio de nombre de dorsal.

Esta autorización original (no fotocopia) debidamente rellena y firmada por el participante propietario del dorsal y por la persona autorizada, deberá ir acompañado obligatoriamente de la siguiente documentación, sin la cual la autorización no tendrá ningún valor:

- Original (no fotocopia) del descargo de responsabilidad firmado por el propietario del dorsal.

- Fotocopia del DNI, pasaporte o NIE del propietario del dorsal.

- DNI, PASAPORTE o NIE original de la persona que recoge el dorsal.

D./Dña. _____

con DNI, PASAPORTE o NIE: _____

AUTORIZA A (Nombre y apellidos de la persona autorizada):

D./Dña. _____

Con DNI, PASAPORTE o NIE: _____

A que recoja mi dorsal y/o bolsa de regalo durante la entrega de dorsales de la V Carrasca Nórdica Lorca

En....., a día.....dedel 2026

FIRMA PROPIETARIO DEL DORSAL

FIRMA PERSONA QUIEN LO RECOGE

ANEXO IV. HOJA DE RECLAMACIÓN.

Esta hoja deberá estar rellena en todos sus apartados y firmada por el reclamante y un miembro del Jurado de Competición. El recibo del depósito deberá ir firmado por el delegado de FEDME y FMRM, quien percibirá tal cantidad. Deberá entregarse una copia o fotocopia de la reclamación al reclamante.

HOJA DE RECLAMACIÓN de la competición celebrada el 25 de octubre de 2025 en CD La Torrecilla (Lorca), organizada por el Club Senderista de Lorca "La Carrasca", denominada IV La Carrasca Nórdica de Lorca.

RECLAMANTE: _____

Número de Reclamación: _____

Nombre: _____

Número de DNI: _____

Club o Federación a la que representa: _____

Dirección: _____

Teléfono: _____

DEPORTISTAS AFECTADOS

Nombre/s: _____

Dorsal/es: _____

Club o Federación: _____

Exposición de los hechos: _____

Solicitud del marchador: _____

El reclamante: _____

El miembro del Jurado de Competición FEDME y FMRM ha recibido la cantidad de 60 € del señor/a en concepto de depósito de Reclamación número.....

Esta cantidad será devuelta si la reclamación prospera.

Delegado FMRM Lorca ____ de ____ de 2026.