



Reglamento

Entre los días 19 y 28 de febrero se celebrará de manera virtual la VI 10K y II 5K Virtual Frio Extremo de Monreal del Campo. El [Excmo. Ayuntamiento de Monreal del Campo](#) promueve y organiza este evento deportivo junto con la colaboración de [Fartleek Sport](#). La prueba se realiza con autorización de la Federación Aragonesa de Atletismo.

Artículo 1.- OPCIONES DE PARTICIPACIÓN

Modalidad POPULAR

- Realiza la inscripción.
- Recoge la camiseta de la prueba o solicita el envío a casa.
- Elige tú deporte favorito.
- Cubre la distancia que quieras por el lugar que quieras.
- Fechas para completar la prueba: entre el 19 y el 28 de febrero de 2021.
- Recuerda el obligado cumplimiento de las normas y recomendaciones que realizan las autoridades sanitarias.

Modalidad COMPETICIÓN 5K /10K (CORRIENDO O ANDANDO)

- Realiza la inscripción.
- Recoge la camiseta de la prueba o solicita el envío a casa.
- Deberás realizar la prueba con las condiciones marcadas posteriormente en el apartado Aspectos Técnicos Modalidad COMPETITIVA (ver artículo 4).
- Habrá clasificación con varias categorías (individual y por equipos).
- Fechas para completar la prueba: entre el 19 y el 28 de febrero de 2021.
- El recorrido es libre y puedes realizarlo corriendo o andando, de la forma que prefieras.
- Recuerda el obligado cumplimiento de las normas y recomendaciones que realizan las autoridades sanitarias.



Categorías de la Participación Competitiva

Categoría	Año Nacimiento	Distancia	Premios
General Fem y Mas	2009 años y +	5K	Trofeo 1º
Sénior Fem y Mas	2009-34 años	5K	Trofeo 1º
Máster A Fem y Mas	35-44 años	5K	Trofeo 1º
Máster B Fem y Mas	45-54 años	5K	Trofeo 1º
Máster C Fem y Mas	55 y + años	5K	Trofeo 1º
Local Fem y Mas	2009 años y +	5K	Trofeo 1º
Equipos 2 personas mixto (Chico y Chica)*	2009 años y +	5K	Trofeo 1º
General Fem y Mas	2009 años y +	10K	Trofeo 1º
Sénior Fem y Mas	2009-34 años	10K	Trofeo 1º
Máster A Fem y Mas	35-44 años	10K	Trofeo 1º
Máster B Fem y Mas	45-54 años	10K	Trofeo 1º
Máster C Fem y Mas	55 y + años	10K	Trofeo 1º
Local Fem y Mas	2009 años y +	10K	Trofeo 1º
Equipos 2 personas mixto (Chico y Chica)*	2009 años y +	10K	Trofeo 1º
Equipos 2 personas mixto (Chico y Chica)*	2009 años y +	5K y 10K	Trofeo 1º
* Ver funcionamiento trofeo por equipos en el artículo Aspectos Técnicos (Art. 3)			
Trofeos NO acumulables (excepto local)			

Artículo 2.- Inscripciones.

ON LINE: www.10kfrioextremo.com

PRESENCIALES: [Fartleck Sport](#) (Zaragoza) y [Ayuntamiento de Monreal del Campo](#) (horario att público)

FECHA	MODALIDAD POPULAR (LIBRE)	MODALIDAD COMPETICIÓN 5K y 10K
Hasta el 28 febrero	3€	3€
Camiseta Técnica: se entregará a toda persona que realice la inscripción. La camiseta técnica de la prueba se podrá recoger en Monreal del Campo, en Fartleck Sport (Bretón 46, Zaragoza) o recibirla en domicilio por mensajero por 6€.		



La recogida de la camiseta técnica de la prueba tendrá lugar en Monreal del Campo o en [Fartleck Sport](#) (Tomás Bretón 46, Zaragoza) de la siguiente manera:

- Quien realice la inscripción hasta el 21 de febrero: recogida desde el viernes 26 de febrero.
- Quien realice la inscripción entre el 22 de febrero y el 28 de febrero: recogida desde el lunes 8 de marzo.

Si se desea también existirá la posibilidad escoger recibir la camiseta de la prueba en el propio domicilio durante el proceso de inscripción.

Artículo 3.- Aspectos Técnicos Modalidad COMPETITIVA

Inscripción: Para participar será necesaria una inscripción previa a cualquiera de las modalidades indicadas en el apartado de competición, 10K corriendo o andando y 5K corriendo o andando. Al realizar la inscripción se recibirá por email un dorsal virtual.

Distancias: Se deberá elegir la distancia en la que se va a participar en el momento de realizar la inscripción (en el caso de realizar menor distancia de la indicada se computará el registro en la distancia correspondiente).

Realización de la prueba: Para que la carrera se contabilice, deberá realizarse la distancia elegida entre el viernes 19 de febrero y el domingo 28 de febrero, teniendo en cuenta las normas y recomendaciones de las autoridades sanitarias, en el momento de su realización, y de seguridad vial. El lugar, la hora y el recorrido será a libre elección por cada persona inscrita, pero siempre respetando las distancias indicadas.

Trofeo por equipos: Habrá clasificación por equipos en las distancias **5K, 10K y 5K + 10K**. Los equipos estarán formados por **2 personas, un chico y una chica**, y la clasificación se realizará teniendo en cuenta la **suma de tiempos** de ambos. La pareja cuya **suma de tiempos sea inferior será la ganadora** de cada categoría. Los dos miembros de la pareja tienen que realizar todas las distancias en las que van a participar para poder ser incluidos en la clasificación (ejemplo: si participan en la 5K + 10K ambos tienen que correr las dos distancias para poder hacer la suma de tiempos).

Para aparecer en la clasificación: deberás demostrar que has realizado la distancia que figura en la inscripción y deberás enviar el tiempo realizado. La decisión del terreno o lugar donde vayas a realizar la distancia será tuya. NO se tendrá en cuenta el desnivel de la prueba (ni negativo ni positivo) a la hora de modificar las clasificaciones.



La acreditación de marcas se realizará de las siguientes maneras:

- Se permitirá enviar al mail administracion@fartlecksport.com por medio de cualquier APP o Reloj con GPS el comprobante de DISTANCIA y TIEMPO (Foto o pantallazo). Deberás indicar el número de dorsal.
- La distancia deberá ser recorrida corriendo o andando para la 5K o para la 10K. Será responsabilidad de cada participante no falsear los datos. Si se detectara cualquier marca que pudiera ser “sospechosa” se podrán requerir más datos con objeto de comprobar su veracidad.
- Solo se aceptará el envío de una marca por parte de cada atleta.
- En ambos casos la fecha límite para enviar los tiempos será el DOMINGO 28 DE FEBRERO a las 23.59h, aceptando exclusivamente los tiempos con distancias **iguales o superiores** a las seleccionadas en la inscripción (por ejemplo si estás inscrito en la 10K tu actividad habrá tenido que registrar esos 10K, si tu pantallazo marca 9.97km no aparecerás en la clasificación de la 10K sino en la de 5K).

Los resultados de la VI 10K y II 5K Virtual Frio Extremo de Monreal del Campo se publicarán mediante una clasificación PROVISIONAL la semana siguiente a la finalización de la prueba, dando un plazo de 48 horas para resolver incidencias y publicar la clasificación definitiva, pudiendo verse en la página www.10kfrioextremo.com.

Adicionalmente se publicarán clasificaciones provisionales el miércoles 24 de febrero mientras el período para realizar la prueba sigue abierto y que podrán verse en la página www.10kfrioextremo.com.

Artículo 4.- Imágenes

Envía tus fotos de antes, durante o después de realizar el recorrido al siguiente mail: administracion@fartlecksport.com para que podamos subirlas a la web. Puedes utilizar el dorsal virtual que se te asignará una vez te hayas inscrito a la prueba y que puedes descargar e imprimir.

Se creará un álbum con todas las fotos y se publicarán en la web www.10kfrioextremo.com y en las redes sociales. Recuerda que NO se subirán fotos de menores en las que se vea la cara, para preservar su intimidad.

No te cortes, queremos el mayor número de fotos posibles, ¡cuántas más nos mandes mucho mejor!