



Expedient: 2025/6633G
UO Responsable: D. Actes i Campanyes Esportives
Assumpte: Contractació dels serveis per l'organització i execució tècnica de la Cursa Popular Ciutat de Badalona «Cursa del Dimoni» per l'annualitat 2025, organitzada pel Servei d'Esports de Badalona
Procediment: Incoació Expedient de Contractació (P1)

PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈNIQUES PARTICULARS QUE ES PROPOSA PER REGIR EL CONTRACTE DE SERVEIS

PRIMER. OBJECTE DEL CONTRACTE

Objecte del contracte	Divisió en Lots (SI/NO)	Lots	Justificació en cas de NO divisió en lots
Contractació dels serveis per l'organització i execució tècnica de la Cursa Popular Ciutat de Badalona «Cursa del Dimoni» per l'annualitat 2025, organitzada pel Servei d'Esports de Badalona	NO		Per prestar el servei de manera eficient, no és aconsellable la divisió en lots, ja que totes les obligacions que se'n deriven estan molt relacionades entre sí, sent necessari una bona coordinació per assegurar-ne la qualitat i un major aprofitament i menys costos dels mitjans humans i materials de l'empresa. Una divisió en lots perjudicaria l'execució del contracte des del punt de vista tècnic i podria afectar la qualitat del servei, ja que tots els requisits i les obligacions del contracte estan molt relacionats entre aquests.

SEGON. ESPECIFICACIONS TÈNIQUES

La prestació d'aquests serveis s' haurà de fer de la següent manera:

1. CURSA POPULAR CIUTAT DE BADALONA «LA CURSA DEL DIMONI».

Dades generals de la cursa:

- **Dates de la cursa:** un dissabte o diumenge entre el 20/06 i el 20/07
- **Circuits:** 10 km, 5 km, 1,7 km i 1 km i 500 m.
- **Horaris de sortida dels circuits:** a determinar
- **Lloc de sortida i arribada:** la Rambla davant de Roca i Pi i al passeig Marítim de Badalona
- **Total participants:** 3.250 màxim aproximadament

Concreció necessitats i tasques detallades de la Cursa Popular de Ciutat de Badalona.

1.1. Servei d'organització i gestió tècnica de la cursa.

a) **Coordinació amb l'Ajuntament de Badalona:** L'adjudicatari designarà a una persona encarregada de la coordinació dels serveis per a la cursa.



Per a una bona realització de l'esdeveniment, el contractista designarà a una persona que durà a terme les tasques de coordinació amb l'ajuntament, per tal de desenvolupar totes les necessitats de la cursa.

Aquesta persona, haurà de tenir un coneixement general de tots els àmbits a executar de la cursa, i haurà d'assistir a com a mínim a una reunió prèvia a la cursa, que es durà a terme a partir de l'adjudicació del contracte, i servirà per desenvolupar la fase de preparatius, d'execució d'accions i de valoració de la cursa.

Aquestes tasques de coordinació amb l'ajuntament, suposarà per al contractista una càrrega horària segons l'estimació que s'ha fet en aquest plec tècnic, i això implicarà:

- L'assistència com a mínim a una reunió prèvia a la cursa, i un cop adjudicat el contracte.
- El seguiment i control de totes les tasques relacionades amb la cursa, tant si es desenvolupen des de l'empresa com des de l'ajuntament.
- Redactar i presentar la memòria final de la cursa, que ha d'incloure una avaluació esportiva i tècnica.

b) Direcció esportiva: El director/a esportiva, serà la persona responsable de la prova esportiva per part de l'empresa. L'adjudicatari proposarà una persona que haurà de ser acceptada per l'Ajuntament, en funció de la seva experiència i formació. Les funcions de la direcció esportiva seran:

- Dirigir i coordinar tots els equips implicats en el desenvolupament de la cursa.
- Reunir-se com amb el Servei d'Esports, d'acord amb el total d'hores establertes en aquest plec, per a coordinar totes les accions necessàries, per al desenvolupament de la cursa.

c) Senyalització i organització del circuit el dia de la cursa:

I. L'Ajuntament de Badalona elaborarà i decidirà el circuit prenent com a referència l'última edició de la cursa, que es relaciona a l'annex 2.

En aquest sentit, un cop confeccionada la proposta del circuit, aquest s'haurà de confirmar amb el Servei de Guàrdia Urbana, que valorarà l'afectació a la ciutat, i en confirmarà la seva viabilitat.

II. El contractista s'ha de fer càrrec tant de la senyalització del circuit com de la retirada d'aquesta senyalització, que es farà immediatament després de la cursa. El circuit s'ha de senyalitzar com a mínim:

- Cartells indicatius amb fletxes esquerra, dreta, recte i prohibit el pas, quilometratge, avituallament, tanques, cons, etc; amb el nom de la cursa i la imatge d'aquesta, el dia de la cursa.
- En cas que no es pugui col·locar cartells es pot fer servir pintura. Aquesta s'ha de poder netejar i ha de ser biodegradable.
- Senyalització del carril de corredors i corredores, en espais de vianants, com per exemple el passeig Marítim, la Rambla, etc. Per tal de separar els esportistes amb els vianants.

III. Aportació d'un vehicle d'obertura del circuit i de tancament del circuit (moto o cotxe), per a cadascun dels recorreguts de 5 km i 10 km, i per a cadascuna de les curses. Ambdós han d'incloure la persona conductora.

IV. Aportació del servei de seguiment del primer corredor i de la primera corredora, del recorregut de 5 km i 10 km, per a la cursa.

Una persona amb bicicleta, haurà d'anar seguint en el circuit al primer i primera classificada, per tal que a l'arribada, es posi la cinta de guanyador i guanyadora, i se li lliuri el distintiu.

La bicicleta haurà de portar una vela amb la imatge de la cursa, el recorregut i el distintiu de primer o



primera classificada.

e) Informació i atenció al corredor/a: L'adjudicatari aportarà tot el personal necessari per a desenvolupar el servei d'atenció i informació al participant, el dia del lliurament de dorsals i bossa del corredor/a, i el dia de la cursa.

I. Dia de lliurament de dorsals, bossa del corredor, inscripcions presencials i atenció d'incidències: El contractista, aportarà el personal fixat en aquest plec, per a la repartició de dorsals, inscripcions, entrega de la bossa del corredor/a, lliurament d'obsequis, atenció incidències, etc.

L'entrega dels dorsals i bossa del corredor es farà:

El dia abans de la cursa a un lloc a determinar per l'ajuntament, en un horari aproximat de les 10 a les 20 hores; i el mateix dia de la cursa.

II. Dia de la cursa, atenció al corredor/a: Atenció als participants, per incidències i lliurament de dorsals. El contractista, haurà d'aportar el personal necessari especificat en aquest plec, i organitzar tot aquest espai d'atenció a l'esportista.

III. Dia de la cursa, gestió del guarda-roba: Aportació del personal establert en aquest plec, per a l'organització del guarda-roba, que estarà ubicat a prop de la zona de sortida i arribada de la cursa. El contractista, s'encarregarà del muntatge i desmuntatge d'aquest espai.

IV. Espai de col·laboradors, patrocinadors i activitats complementàries: Organització i aportació del material necessari i del personal establert en aquest plec, per a coordinar l'atenció de l'espai on s'ubicaran patrocinadors i col·laboradors de la cursa; i dels espais on es duran a terme activitats complementàries.

V. Avituallaments: Tots els avituallaments, en cursa o final de cursa, es donarà beguda per hidratar-se en envasos reciclables, reutilitzables o compostables, aquesta beguda, la proporcionarà l'empresa adjudicatària, tal i com s'estableix en aquest plec de prescripcions tècniques.

Per altra banda, en l'avituallament final, també hi podran haver altres productes com ara alguna fruita, beguda isotònica o fruits secs; aquests productes els podrà aportar l'Ajuntament de Badalona, fruit d'acords amb empreses; o en el cas que l'empresa adjudicatària, presenti en la seva oferta alguna millora qualitativa pel contracte, establerta per a la bossa del corredor o corredora, i fixat en aquest plec de prescripcions tècniques.

El contractista s'encarregarà d'aportar el personal establert en aquest plec prescripcions tècniques per a la gestió dels avituallament, així com, organitzarà tot el muntatge i desmuntatge.

VI. Zona de sortida i arribada: La zona de sortida i arribada ha de comptar amb una sèrie de serveis, espais específics i senyalitzacions, que haurà de muntar i desmuntar l'empresa adjudicatària. Espais/serveis: lliurament de dorsals i bossa del corredor/a, control i custòdia dels calaixos de sortida, zona d'escalfament, lliurament de trofeus, punt de mostra de l'accés web a les classificacions, guarda-roba, zones de sortida de la cursa inclusiva, zona d'atenció mèdica, punt d'atenció al/la corredor/a.

Tot amb cartellera que ha de senyalar les diferents zones.

VIII. Entrega de trofeus i obsequis: Els trofeus aniran a càrrec de l'Ajuntament. L'empresa s'encarregarà de dinamitzar i preparar tot l'acte d'entrega dels trofeus, tenint en compte les particularitats institucionals i protocol·làries que es marquin des de l'Ajuntament.

TAULES DE SERVEIS A PRESTAR:

Document signat electrònicament (Llei 39/2015). L'autenticitat d'aquest document es pot comprovar mitjançant el CSV: 15721110726172346231 en <https://seu.badalona.cat/validacio>

Ajuntament de Badalona - NIF P0801500J - Plaça La Vila, 1 - 08911



Taula 1: Conveni d'aplicació pel personal de la cursa

Conveni laboral d'aplicació: Empreses d'hostes/esses i promotors/res de venda de Catalunya

Conveni núm.: 79001965012003

Àmbit funcional: El present Conveni col·lectiu serà aplicable a les relacions entre les empreses, independentment de la forma jurídica que adoptin, que prestin els serveis d'hostesses, relacions públiques, acolliment, punt d'informació i suport, promoció de productes i serveis, i acompanyament, entenent-se com a acompanyament les activitats de transfers, personal shopper, hospitalitydesk i megafonia, entre d'altres.

També s'inclouran en aquest àmbit funcional totes aquelles activitats relacionades amb el suport en el marc de fires i congressos, esdeveniments esportius, culturals o socials, així com qualsevol mena d'acte promocional.

Queda exclòs expressament el personal de terra o vol de companyies aèries.

Enllaç conveni: https://cido.diba.cat/convenis_collectius/9428/hostesses-i-promotors-de-venda-de-catalunya

Taula 2: Un/a director/a de cursa

El director/a esportiva, serà la persona responsable de la prova esportiva per part de l'empresa. L'adjudicatari proposarà una persona que haurà de ser acceptada per l'Ajuntament, en funció de la seva experiència i formació. Les funcions de la direcció esportiva seran:

- Dirigir i coordinar tots els equips implicats en el desenvolupament de les curses.
- Reunir-se amb el Servei d'Esports, d'acord amb el total d'hores establertes en aquest plec, per a coordinar totes les accions necessàries, per al desenvolupament de les curses.

Conveni laboral d'aplicació: Empreses d'hostes/esses i promotors/res de venda de Catalunya

Categoria professional:

- Nivell grup 4

- Nivell 1, coordinador/a

Enllaç conveni: https://cido.diba.cat/convenis_collectius/9428/hostesses-i-promotors-de-venda-de-catalunya

Nombre de persones	Tasques a realitzar	Horaris	Dedicació horària	Hores totals dia
1 persona	Reunió o reunions prèvies a la cursa	Matí i/o tarda	4	4
	Dia de lliurament de dorsals i bossa del corredor/a	Matí i/o tarda	13	13
	Dia de la cursa	Matí i/o tarda	15	15
				Total hores 32

Taula 3: Personal d'atenció al corredor i corredora. Lliurament de dorsals i d'altre material.

Data: dia previ a la cursa – **Horari del personal:** de 7.30 a 21.30 hores – **Horari participants:** de 9 a 20 hores

Conveni laboral d'aplicació: Empreses d'hostes/esses i promotors/res de venda de Catalunya

Categoria professional:

- Nivell grup 5

- Nivell 2, personal d'acollida



Enllaç conveni: https://cido.diba.cat/convenis_collectius/9428/hostesses-i-promotors-de-venda-de-catalunya

Nombre de persones	Horari	Dedicació horària	Hores totals dia
5 persones	De 7.30 a 14.30 h	7	35
5 persones	De 14.30 a 21.30 h	7	35
Total hores			70

Taula 4: Personal d'atenció al corredor i corredora. Guarda-roba

Data: dia de la cursa – Horari del personal: de matí o tarda – Horari guarda-roba: de matí o tarda

Conveni laboral d'aplicació: Empreses d'hostes/esses i promotors/res de venda de Catalunya

Categoria professional:

- Nivell grup 5
- Nivell 2, personal d'acollida

Enllaç conveni: https://cido.diba.cat/convenis_collectius/9428/hostesses-i-promotors-de-venda-de-catalunya

Nombre de persones	Horari	Dedicació horària	Hores totals dia
6 persones	De matí o tarda	6,50	39
Total hores			39

Taula 5: Personal d'atenció al corredor i corredora. Carpa atenció corredor/a.

Data: dia de la cursa – Horari del personal: de matí o tarda – Horari carpa: de matí o tarda

Conveni laboral d'aplicació: Empreses d'hostes/esses i promotors/res de venda de Catalunya

Categoria professional:

- Nivell grup 5
- Nivell 2, personal d'acollida

Enllaç conveni: https://cido.diba.cat/convenis_collectius/9428/hostesses-i-promotors-de-venda-de-catalunya

Nombre de persones	Horari	Dedicació horària	Hores totals dia
2 persones	De matí o tarda	6,50	13
Total hores			13

Taula 6: Personal d'atenció a les empreses i entitats col·laboradores. Espai de col·laboradors o patrocinadors.

Data: dia de la cursa – Horari del personal: de matí o tarda – Horari espai: de matí o tarda

Conveni laboral d'aplicació: Empreses d'hostes/esses i promotors/res de venda de Catalunya

Categoria professional:

- Nivell grup 5
- Nivell 2, personal d'acollida

Enllaç conveni: https://cido.diba.cat/convenis_collectius/9428/hostesses-i-promotors-de-venda-de-catalunya



Nombre de persones	Horari	Dedicació horària	Hores totals dia
2 persones	De matí o tarda	6,50	13
			Total hores 13

Taula 7: Personal d'atenció al corredor i corredora. Zona avituallaments.

Data: dia de la cursa – **Horari del personal:** de matí o tarda – **Horari avituallament:** de matí o tarda

Conveni laboral d'aplicació: Empreses d'hostes/esses i promotors/res de venda de Catalunya

Categoria professional:

- Nivell grup 5

- Nivell 2, personal d'acollida

Enllaç conveni: https://cido.diba.cat/convenis_collectius/9428/hostesses-i-promotors-de-venda-de-catalunya

Nombre de persones	Horari	Dedicació horària	Hores totals dia
8 persones avituallament final (arribada)	De matí o tarda	6,50	52
8 persones avituallament intermedi	De matí o tarda	6,50	52
			Total hores 104

Taula 8: Personal d'organització de l'espai. Zona de sortida i arribada.

Data: dia de la cursa – **Horari del personal:** de matí o tarda – **Horari de:** de matí o tarda

Conveni laboral d'aplicació: Empreses d'hostes/esses i promotors/res de venda de Catalunya

Categoria professional:

- Nivell grup 5

- Nivell 2, personal d'acollida

Enllaç conveni: https://cido.diba.cat/convenis_collectius/9428/hostesses-i-promotors-de-venda-de-catalunya

Nombre de persones	Horari	Dedicació horària	Hores totals dia
4 persones	De matí o tarda	6,50	26
			Total hores 26

1.2. Servei de lloguer muntatge i desmuntatge de totes les infraestructures necessàries, pel desenvolupament de la cursa i senyalització del circuit.

Lloguer, muntatge, desmuntatge i transport de les infraestructures (tanques, cons, carpes, cartellera de senyalització, cadires, escenari, etc.) necessàries per al desenvolupament de la cursa, i aportació de tot el material complementari i personal necessari per al desenvolupament d'aquest servei i pel bon transcurs de l'activitat. Segons el que s'estableix en aquest plec tècnic.



TAULA DE SERVEIS A PRESTAR:

Taula 9: Tanques. Muntatge, desmuntatge, transport i distribució d'aquestes

MATERIAL	QUANTITAT
Tanques altes rectes (per als punts de referència quilomètric)	20 unitats
Tanques baixes rectes	330 unitats
Total unitats	350
La distribució de les tanques es farà en funció al que es determini amb la Guàrdia Urbana, Protecció Civil i el Servei d'Esports, però generalment serà per: • Arribada i sortida i en el circuit • Servei de guarda-roba i avituallaments del circuit i a l'arribada • Punts quilomètrics i senyalitzacions amb les tanques altes	

Taula 10: Cons. Muntatge, desmuntatge, transport i distribució d'aquestes

MATERIAL	QUANTITAT
Cons	400 unitats
Total unitats	400
Observacions: Per senyalitzar carrils addicionals per als vehicles i/o tallar carreteres, i per establir el carril de corredors/es en zones de vianants. La distribució dels quals es comunicarà amb antelació a la cursa i un cop s'hagi acordat la seva distribució amb la Guàrdia Urbana.	

Taula 11: Carpes. Muntatge, desmuntatge, transport i distribució d'aquestes en els punts designats

MATERIAL	QUANTITAT
Carpes de 3x3 m	18 unitats
Total unitats	18
La distribució aproximada serà: • Avituallament Km 5 cursa (davant piscina Mireia Belmonte , c/ Eduard Maristany, 9): 4 unitats • Punt de sortida i arribada (Rambla): 10 unitats • Zona guarda-roba: 4 unitats	
Observacions: Aquesta seria previsió inicial de la distribució de les carpes, però aquesta es pot veurà alterada segons necessitats de l'organització. En cap cas però, es veurà alterat el nombre d'unitats de carpes sol·licitades.	
Horari de muntatge i desmuntatge aproximat: Quant a horaris aproximats es començarà muntar a les 6.00 hores i cap a les 10.30 hores ja es podrà començar a desmuntar la zona del circuit, la zona de sortida i arribada es començarà desmuntar a partir de les 13 hores aproximadament, però mai abans de que hagi finalitzat la cursa i el lliurament de premis.	

Taula 12: Taules. Muntatge, desmuntatge, transport i distribució d'aquestes

MATERIAL	QUANTITAT
----------	-----------



Taules	50
Total unitats	50
El repartiment aproximat serà: - A l'arribada i sortida (Rambla – Roca i pi): 40 unitats - A la Piscina Municipal Mireia Belmonte: 10 unitats	
Observacions: Aquesta seria previsió inicial de la distribució de les taules, però aquesta es pot veurà alterada segons necessitats de l'organització. En cap cas però, es veurà alterat el nombre d'unitats de taules sol·licitades.	

Taula 13: Cadires. Muntatge, desmuntatge, transport i distribució d'aquestes	
MATERIAL	QUANTITAT
Cadires	50
Total unitats	50
El repartiment aproximat serà: A l'arribada i sortida (Rambla – Roca i pi): 50 unitats	
Observacions: Aquesta seria previsió inicial de la distribució de les cadires, però aquesta es pot veurà alterada segons necessitats de l'organització. En cap cas però, es veurà alterat el nombre d'unitats de cadires sol·licitades.	

Taula 14: Escenari. Muntatge, desmuntatge, transport i distribució d'aquestes en els punts designats.	
MATERIAL	QUANTITAT
Escenari 5x5 (25m)	2
Total unitats	2
El repartiment aproximat serà: - A l'arribada i sortida (Rambla – Roca i pi): 1 unitat - Passeig Marítim (Davant de la Donzella de la Costa): 1 unitat	

Taula 15: Trusst a la sortida, i a l'escenari (photocall). Muntatge, desmuntatge, transport i distribució d'aquets en els punts designats	
MATERIAL	QUANTITAT
Trusst sortida	1
Trusst photocall	1
Total unitats	2
El repartiment aproximat serà: - Pont d'arribada i sortida (Rambla): 1 unitat - Escenari lliurament de premis (Rambla – Roca i pi): 1 unitat	

Taula 16: Generador. Muntatge, desmuntatge, transport i distribució d'aquest	
MATERIAL	QUANTITAT



Generador	1 unitat
Total unitats	1
Observacions: Per tal d'alimentar els arcs inflables situats a la sortida	

Taula 17: Relotge pont de meta. Muntatge, desmuntatge, transport i distribució d'aquest

MATERIAL	QUANTITAT
Relotge de meta	1 unitat
Total unitats	1
Observacions: Per tal de mostrar la temporalitat de la cursa i els temps de carrera.	

Taula 18: Personal muntatge i desmuntatge infraestructures

Data: dia de la cursa

Personal necessari:

Horari: de matí o tarda per a realitzar el muntatge i en finalitzar la cursa fer el desmuntatge

Nombre de persones	Horari	Dedicació horària	Hores totals
Reunió prèvia 1 encarregat	Matí o tarda	5	5
Senyalística 2 persones	Matí o tarda	10	20
Avituallaments 2 persones	Matí o tarda	10	20
Zona de sortida i arribada 1 encarregat i 3 persones	Matí o tarda	10	40
Total hores			85

1.3. Servei de lloguer i aportació de tot el material complementari per a desenvolupar la cursa.

Lloguer, muntatge, desmuntatge i transport de tot el material complementari (serveis higiènics, aigües pels participants, bosses pel guarda-roba, imperdibles pels dorsals, brides, etc.), necessari per a l'organització i desenvolupament de la cursa.

TAULA DE SERVEIS A PRESTAR:

Taula 19: Lavabos portàtils

MATERIAL	QUANTITAT
Lavabos portàtils amb rentamans autònom	6 unitats
Lavabos portàtils autònoms adaptats per a persones amb mobilitat reduïda	2 unitats
Total unitats	8
Característiques i prestacions:	
Instal·lació el dia de la cursa de lavabos portàtils, amb el servei d'instal·lació, retirada i neteja de les cabines un cop finalitzada l'activitat.	
• Transport, instal·lació i retirada de totes les cabines sanitàries, un cop finalitzada l'activitat. • Transport i correcta gestió dels residus. • Mecanismes de tancament interior de la cabina.	



- Dipòsit de restes fecals no serà visible per reduir olors.
- Rotllo industrial de paper higiènic.
- Mecanisme dosificador d'aigua.
- Barreres de seguretat adaptades per a persones amb mobilitat reduïda.
- Buidat i neteja un cop finalitzada l'activitat.

Ubicació:

Els lavabos portàtils s'hauran d'ubicar al passeig de la Rambla, en l'horari que s'acordi amb el Servei d'Esports.

Taula 20: Material complementari

MATERIAL	QUANTITAT
Imperdibles de 25 mm. Per penjar-se el dorsal a la samarreta	6.500 unitats
Aigües per als participants. Amb un envàs reutilitzable, reciclable o compostable de 250 ml (500 ml per participant, a raó de 3.250 corredors/es)	6.500 unitats

1.5. Serveis mèdics necessaris de la cursa.

El contractista s'encarregarà de contractar el servei mèdic mínim i obligatori segons normativa vigent. Així mateix haurà de planificar amb els serveis mèdics un pla d'actuació, un espai d'ubicació i un pla d'evacuació en cas d'accident.

El servei mèdic haurà de tenir una ubicació òptima a la zona d'arribada amb el muntatge d'una base d'actuació ràpida. Els mínims a contractar seran els que s'especifiquin en aquest plec tècnic.

TAULA DE SERVEIS A PRESTAR:**Taula 21: Serveis mèdics****Data:** dia de la cursa**Horari del servei:** de 8.30 a 13 hores

Recurs	Quantitat
Metge/essa	1
Infermer/a	1
Tècnic/a d'emergències sanitàries	3
Socorristes unitat ciclista	4
Recursos materials	
Recurs	Quantitat
SVB: suport vital bàsic	1
SVA: suport vital avançat	1
PMA: punt mèdic avançat	1

1.6. Servei de controladors (auxiliars de servei) amb tasques de control, seguretat i vigilància, de la cursa.

Document signat electrònicament (Llei 39/2015). L'autenticitat d'aquest document es pot comprovar mitjançant el CSV: 15721110726172346231 en <https://seu.badalona.cat/validacio>

Ajuntament de Badalona - NIF P0801500J - Plaça La Vila, 1 - 08911



I. Disseny del pla de seguretat i controladors de circuit: El responsable de seguretat serà una persona de l'organització. Aquesta és coordinarà amb el Servei d'Esports, la Guàrdia Urbana i Protecció Civil per dissenyar el pla de seguretat i el personal de control del recorregut mínim a contractar, que es detalla en aquest plec tècnic, i que s'ha establert prenen de referència les edicions anteriors de la cursa.

Seràn tasques de l'Ajuntament de Badalona:

- Senyalització viària, d'estacionament i talls de carrers.
- Informació als veïns afectats

II. Equipament i uniformitat: Els controladors de circuit i els voluntaris, han de dur una vestimenta que es puguin identificar amb claredat com pot ser uns petos reflectants, roba que els distingeixi com a staff de la cursa, etc.

TAULA DE SERVEIS A PRESTAR:

Taula 22: Controladors o auxiliars de servei			
Data: dia de la cursa			
Hores de reunions prèvies:			
- 10 hores amb el coordinador/a			
- 5 hores per cada cap d'equip			
Horari del servei: de 8.30 a 13 hores			
Nombre de persones	Horari	Dedicació horària	Hores totals dia
68 Auxiliars	De matí o tarda	4,50 (servei)	306
2 Caps d'Equip		4,50 (servei)	9
		5 (reunions)	10
1 coordinador		4,50 (servei)	4,50
		10 (reunions)	10
			Total hores 339,50

1.7. Servei de subministrament de samarretes i la bossa de l'esportista, com a obsequi per la participació en la cursa.

I. Samarretes tècniques pels participants: La samarreta l'haurà d'aportar l'empresa adjudicatària, i es lliurarà com a reconeixement a la participació el dia de la recollida de dorsals. El número de samarretes, serà com a mínim l'equivalent al nombre total d'inscripcions. Les característiques i disseny d'aquestes, seran les que es determinen en aquest plec tècnic.

II. Bossa de l'esportista: La bossa del corredor o corredora l'haurà d'aportar l'empresa adjudicatària, i es lliurarà com a reconeixement a la participació el dia de la recollida de dorsals.

L'empresa adjudicatària posarà a la bossa del corredor o corredora, els obsequis, la publicitat, o els productes de regal, que l'Ajuntament li lliuri o no; fruit d'acords que hagi pogut arribar amb empreses. A part, d'aquells productes que l'empresa adjudicatària porti, en el cas que aquesta hagi presentat alguna millora qualitativa en el contracte, de les establertes per a la bossa del corredor o corredora, i regulades en aquest plec de prescripcions tècniques.



Aquestes bosses hauran d'estar preparades per ser entregades el dia de lliurament de dorsals, que serà el dia abans de la cursa. El número de bosses, serà com a mínim l'equivalent al nombre total d'inscripcions. Les característiques i disseny d'aquestes, seran les que es determinen en aquest plec tècnic.

TAULA DE SERVEIS A PRESTAR:

Taula 23: Samarretes	
MATERIAL	QUANTITAT
Samarretes	3.500 unitats
Total unitats	3.500
Distribució de talles: - 1.200 samarretes de talles compreses entre els 3 i 14 anys - 2.300 samarretes de talles compreses entre la S i XXL Material i disseny: - Samarreta tècnica de màniga curta combinada a dos colors i dos teixits. - Serigrafia a una tinta a la part frontal, amb la imatge representativa de la cursa, el text de l'activitat i el logotip de l'ajuntament	

Taula 24: Bossa de l'esportista	
MATERIAL	QUANTITAT
Bossa de l'esportista	3.500 unitats
Total unitats	3.500
Descripció: Motxilla amb cordes de polièster, amb una butxaca frontal amb cremallera i sortida d'auriculars. Cordes amb auto-tancament i cantonades amb argolles metàl·liques amb un reforç de pell sintètica. Dimensions: 34,5x45 cm Marcatge: Marcatge a una tinta, per la part davantera de la motxilla.	

1.8. Aportació de tot el material de brànding de la cursa.

El contractista haurà d'aplicar la imatge oficial de l'esdeveniment, facilitada per l'Ajuntament de Badalona, a tots els elements promocionals i elements gràfics produïts pel dia del lliurament de dorsals i pel dia de la cursa, que com a mínim seran:

- Dorsals
- Acreditacions organització i identificacions pels guanyadors i guanyadores
- Trust de sortida i d'escenari
- Cinta de meta
- Retolacions i senyalístiques viàries (punts quilomètrics, cartellera, etc.).

TAULA DE SERVEIS A PRESTAR:

Taula 25: Brànding	
MATERIAL	QUANTITAT
Acreditacions de 1r, 2n i 3r classificat	18 unitats
Acreditacions organització	30 unitats

Document signat electrònicament (Llei 39/2015). L'autenticitat d'aquest document es pot comprovar mitjançant el CSV: 15721110726172346231 en <https://seu.badalona.cat/validacio>

Ajuntament de Badalona - NIF P0801500J - Plaça La Vila, 1 - 08911



Trust de sortida	Totes les lones necessàries per a vestir el pont de meta
Trust de l'escenari	1 lona
Cartellera suport (espai de recollida de dorsals, carpa d'atenció, etc.)	Tota la cartellera necessària per a la cursa
Cinta de meta	1 unitat
Observacions: Tots els elements que es dissenyin, hauran de portar la imatge de la cursa i els logotips que estableixi el Servei d'Esports.	

1.9. Servei especial de lloguer, muntatge i desmuntatge d'equip de sonorització amb presentador/a i/o dinamitzador/a, de la cursa.

Servei especial de lloguer, muntatge i desmuntatge d'equip de so amb locutor/a/dinamitzador/a de l'esdeveniment, durant la durada de tota la cursa i el lliurament de premis.

Els serveis mínims a prestar i l'horari del dinamitzador/a de l'esdeveniment, serà els que es determini en aquest plec tècnic.

TAULA DE SERVEIS A PRESTAR:

Taula 26: Equip de sonorització i dinamitzador	
MATERIAL	QUANTITAT
Equip de sonorització	1 unitat amb tots els seus elements
Dinamitzador/a	1 persona
Escenari de la cursa: Equip de so de 3000w amb 2 altaveus, un SUB per a l'escenari Control de tot l'equip de so: 1 cabina amb 2 CD'S, 2 entrades de pendrive i 3 entrades de micro Equip de so ubicat a la Rambla: per donar so al punt de sortida i el d'arribada. Equip de so de 2800w amb 2 altaveus penjats amb estructura de TRUSS i 2 altaveus al punt de sortida Personal: 1 tècnic de so pel muntatge i desmuntatge i control de tot l'equip. Un dinamitzador/a de l'esdeveniment. Altres materials: Micros sense cables i tot el cablejat necessari pel muntatge dels equips.	

1.10. Reportatge fotogràfic de la cursa, captació d'imatges amb dron i edició dels recorregut de la cursa en vídeo, per a la seva presentació i difusió.

I. Reportatge fotogràfic de la cursa, de com a mínim 500 imatges ubicades al web de la cursa, de consulta i descàrrega gratuïta.

II. Captació d'imatges de vídeo aèries, fetes amb dron durant la cursa, amb un pilot de dron certificat, i amb la gestió de tots els permisos necessaris per part del contractista.

III. Elaboració d'un vídeo per a cadascun dels circuits de la cursa. Un vídeo del recorregut de la cursa de 10 km, 5 km i 1,7 km, amb l'aparició dels punts més emblemàtics de la ciutat, per on passarà la cursa, amb una breu descripció.



TAULA DE SERVEIS A PRESTAR:

Taula 27: Equip de gravació DRON i Reportatge fotogràfic

MATERIAL	QUANTITAT
Dron i pilot	1 persona i 1 dron
Un fotògraf pel reportatge fotogràfic	1 persona
Vídeo dels tres circuits	3 vídeos
Servei de dron: gravació de tot l'espai de sortida i arribada de la cursa; i gravació de totes les sortides dels diferents circuits. Edició d'un vídeo final en format vertical per a les xarxes socials amb una durada inferior a 1' minut. I edició d'un altre vídeo en format horitzontal, amb una durada no superior a 3 minuts. Servei de fotografia: un fotògraf per captar imatges de tota la zona de sortida i arribada, i de la cursa. Publicació a la web d'un mínim de 500 imatges per ser descarregades de forma gratuïta. Vídeo dels circuits: elaborar un vídeo pel circuit de 10 km, 5 km i 1,7 km, amb el recorregut que tindrà cada cursa; marcant els punts emblemàtics de la ciutat i una petita descripció.	

1.11. Servei de càterring per a l'espai d'empreses patrocinadores i col·laboradores.

Aportació d'un càterring d'esmorzar amb productes dolços i salats, cafè, llet i suc (dues varietats), per a la carpa de patrocinadors i col·laboradors, i del personal necessari pel control i atenció a les empreses. El contractista haurà d'aportar tot el material i productes necessaris per aquest servei, tenint en compte el que s'estableix com a mínim en aquest plec tècnic.

TAULA DE SERVEIS A PRESTAR:

Taula 28: Càterring per l'espai d'empreses i patrocinadors

MATERIAL	QUANTITAT
Esmorzar dolç i salat	15 persones
Observacions: - Variat de pa de cereals, integrals i xapata amb embotit i formatge - Peces de brioxeria dolça - Suc de fruita (2 varietats) - Cafè i llet - Aigües individuals	

1.12. Serveis necessaris per a l'organització de la festa final un cop acabada la Cursa Popular Ciutat de Badalona: fideuada popular i animació musical.

La cursa Popular Ciutat de Badalona, la cursa del Dimoni, és una activitat esportiva que a part de promoure la pràctica de l'activitat física, també és una festa familiar que promou el lleure i les relacions socials entre els ciutadans.

Per aquest motiu s'organitzarà una fideuada popular pels participants a la cursa, amb una animació musical amb un «Dj.», un cop finalitzat l'esdeveniment, per tal de promoure que els corredors i corredores es quedin un cop acabada la cursa, amb l'objectiu de fomentar les relacions i el sentiment de pertinença a l'activitat.



El contractista per a la fideuada popular haurà d'aportar tot el producte sòlid (fideuada) i líquid (refrescos i aigua), per a unes 800 persones, així com el personal i material necessari per a l'organització de l'espai (taules, cadires, para-sols, etc.). Aquest servei, haurà de complir amb la normativa reguladora de seguretat alimentària.

Per altra banda, el contractista per a l'animació musical, aportarà un «Dj.», amb tot l'equip de so i tècnic necessari per a desenvolupar el servei, i dinamitzar el post cursa durant un màxim de tres hores, en horari a determinar.

TAULA DE SERVEIS A PRESTAR:

Taula 29: Animació musical	
MATERIAL	QUANTITAT
Animació musical: «Dj.» amb equip de so i tècnic necessari	Màxim de 3 h
Observacions: Aportar tot el material necessari per a l'actuació, equip de so, altaveus, micròfons, etc.	

Taula 30: Càtering fideuada	
MATERIAL	QUANTITAT
Fideuada	800 persones
Refrescs	800 unitats
Taules, cadires i para-sols	A determinar segons l'espai que es disposi
Observacions: Aportar tots els productes alimentaris i de beguda per a desenvolupar el servei, així com tot el material necessari.	

TERCER. RESPONSABLE DEL CONTRACTE I UNITAT DE SEGUIMENT

Es designa els següents responsables del contracte:

Noms i Cognoms	Rol	Càrrec
Josep Maria Perera Marcos	responsable del contracte	Cap del Servei d'Esports
Juli Hortet Piera	responsable de la unitat de seguiment	Cap del Departament de Planificació Esportiva

QUART. DURADA DEL CONTRACTE

El contracte tindrà una vigència a comptar de l'endemà de la recepció, per part de l'Ajuntament de Badalona, de l'acceptació de l'adjudicació (Annex 6 del PCAP) per part de qui n'hagi resultat escollit adjudicatari, fins com a data límit el 31 de juliol de 2025, tenint en compte que la cursa es durà a terme entre el 20 de juny i el 20 de juliol d'enguany.

Tot i que l'execució del servei serà del període comprès entre la formalització del contracte i:

- Cursa Popular Ciutat de Badalona «la Cursa del Dimoni»; entre el 20 de juny i el 20 de juliol de l'any en curs del contracte; i pel que fa a les tasques pròpies de la programació i contractació dels serveis de l'activitat, que s'iniciaran un cop formalitzat el contracte.



No es preveu una possible pròrroga en aquest contracte.

CINQUÈ. CONDICIÓN ESPECIAL D'EXECUCIÓ

De conformitat amb l'article 202.1 de la LCSP són condicions especials d'execució d'aquest contracte de caràcter mediambiental, la correcta gestió dels residus.

Per acreditar el compliment d'aquestes condicions especials el contractista haurà de lliurar la documentació següent:

Referent als materials aportats per a la cursa (aigües), haurà de presentar la documentació que acrediti que els envasos d'aquest producte, són envasos reciclables, reutilitzables o compostables. Per altra banda, i per a la correcta gestió dels residus, el contractista, durant el dia de la cursa, haurà d'aportar imatges que mostrin com s'han gestionat aquestes tasques. En aquest sentit, l'Ajuntament, facilitarà al contractista, el material necessari per a la recollida selectiva (contenidors de diferents tipologies).

Com a mitjans de verificació del compliment de la CEE, l'adjudicatari haurà de lliurar un informe acreditatiu un cop finalitzada l'execució del servei, que inclogui:

- a) Relació i evidència documental dels materials sostenibles emprats;
- b) Imatges que mostrin la gestió selectiva dels residus durant l'esdeveniment;

Aquest informe serà validat per la direcció del contracte, que podrà requerir informació addicional o efectuar inspeccions.

Aquesta condició serà exigida igualment a tots els subcontractistes que participin en la seva execució.

L'incompliment de l'esmentada condició, l'Ajuntament imposarà una penalitat d'un 1% sobre el preu del contracte IVA inclòs.

SISÈ. OBLIGACIONS DEL CONTRACTISTA

- Dissenyar, gestionar i executar totes les accions incloses en aquest plec tècnic, d'acord amb les directrius del Departament de Planificació Esportiva de l'Ajuntament, fent-se càrrec de totes les despeses necessàries pel seu desenvolupament.
- Adoptar les disposicions necessàries per efectuar una autoavaluació de les accions que formen part d'aquest servei.
- Participar en les reunions de coordinació i seguiment que estableixi el Departament de Planificació Esportiva de l'Ajuntament.
- Aportar el personal necessari per atendre les obligacions demanades en la present contractació. Personal que dependrà de l'adjudicatari.
- L'adjudicatari serà responsable de la qualitat tècnica dels treballs que desenvolupi i de les prestacions a realitzar.
- L'adjudicatari no podrà utilitzar la imatge interna o externa del servei amb motius publicitaris o qualsevol altres interès exclusiu de l'adjudicatari, sense que ho autoritzi prèviament i de forma expressa l'Ajuntament de Badalona.

Document signat electrònicament (Llei 39/2015). L'autenticitat d'aquest document es pot comprovar mitjançant el CSV: 15721110726172346231 en <https://seu.badalona.cat/validacio>

Ajuntament de Badalona - NIF P0801500J - Plaça La Vila, 1 - 08911



- Presentar a la fi de l'esdeveniment un informe final o memòria de les actuacions dutes a terme abans, durant i després de la cursa, no més tard d'un mes després de l'esdeveniment.

SETÈ. FORMA DE PAGAMENT

El contractista presentarà una única factura.

Les factures s'han de presentar en el registre de Factures de l'Ajuntament de Badalona depenent de la Intervenció General, que és l'òrgan que té les competències en matèria de comptabilitat.

Les factures s'hauran de presentar per part del contractista de forma electrònica d'acord amb les previsions de la Llei estatal 25/2013, de 27 de desembre, d'impuls de la factura electrònica i creació del registre comptable de factures en el sector públic.

El contractista ha d'incloure, en la/es factura/es que presenti, les següents dades especificades en la capçalera del present plec:

- Codi de contracte.
- Òrgan de contractació.
- Departament econòmic.
- Departament destinatari.
- Codi DIR3.

En el cas que s'hagi previst la subcontractació, abans de procedir al pagament, caldrà donar compliment a allò a l'article 217 LCSP sobre obligació de comprovació de pagament a a subcontractistes.

El pagament del preu es realitzarà per la presentació de la factura global que presentarà el contractista a la Intervenció Municipal. Aquestes factura haurà de contenir el detall dels serveis prestats en els períodes a què es refereixi i s'haurà de conformar pel tècnic competent del Servei d'Esports qui haurà d'acreditar que el servei s'ha prestat de forma efectiva i adequada d'acord amb les condicions contractuals establertes.

La factura es podrà presentar un cop finalitzats els serveis desenvolupats per a la Cursa Popular Ciutat de Badalona, la cursa del Dimoni, i prèvia presentació de la memòria de la prova, que haurà de ser no més tard d'un mes, després de l'esdeveniment. Haurà de contenir el detall dels serveis prestats en els períodes a què es refereixi i s'haurà de conformar pel tècnic competent del Servei d'Esports qui haurà d'acreditar que el servei s'ha prestat de forma efectiva i adequada d'acord amb les condicions contractuals establertes.

VUITÈ. FINANÇAMENT

L'aplicació pressupostària per a fer front a la despesa és: 11121058/3412/22609 Organització d'actes esportius.

Signatures requerides:

Perfil Signatari-Data de signatura

Document signat electrònicament (Llei 39/2015). L'autenticitat d'aquest document es pot comprovar mitjançant el CSV: 15721110726172346231 en <https://seu.badalona.cat/validacio>

Ajuntament de Badalona - NIF P0801500J - Plaça La Vila, 1 - 08911



ANNEX 1. Reglament Cursa popular Ciutat de Badalona, la cursa del Dimoni.

Document signat electrònicament (Llei 39/2015). L'autenticitat d'aquest document es pot comprovar mitjançant el CSV: 15721110726172346231 en <https://seu.badalona.cat/validacio>

Ajuntament de Badalona - NIF P0801500J - Plaça La Vila, 1 - 08911



INFORMACIÓ GENERAL, CATEGORIES, EDATS, CIRCUITS I REGLAMENT

A la Rambla de Badalona, a l'alçada de l'Escola del Mar i el monument de Roca i Pi, és situarà la sortida, arribada i serveis de la cursa.

1. Descripció. CURSA INCLUSIVA I FAMILIAR

En tots els circuits, hi podran participar persones que tinguin una diversitat funcional, tant física com psíquica, i aquests, podran anar acompanyats si ho necessiten.

En funció a la seva edat, s'hauran d'inscriure al circuit que els correspongui, i en cas que la distància no s'adapti a les seves capacitats podran inscriure's al circuit que millor es puguin adaptar.

2. CIRCUIT VERMELL - CURSA GRAN – Sortida a les 10.00 h – 10 k aproxim. – A partir de 15 anys

Recorregut provisional: Sortida Rambla (Sant Pau) – Santa Madrona – Riera de Canyadó – Pomar de Baix – ctra. de Mataró – ctra. de Mataró alçada del c/ Murillo (gir) – ctra. de Mataró – c/ del Torrent Vallmajor – c/ de l'Orient – Riera Canyadó (pas soterrani Riera Canyadó) – Passeig Marítim – entrada al Port – Eduard Maristany – Mar Jònica – Mare Nostrum – Pont de Sant Lluç – Eduard Maristany – Monturiol – Indústria – Mossèn Anton – Martí i Pujol – Sant Joaquim – Mar – Rambla (Roca i Pi) **arribada.**

Avituallament: Eduard Maristany (Piscina Municipal Mireia Belmonte) i a l'arribada.

3. CIRCUIT BLAU - CURSA MITJANA – Sortida a les 10.00 h – 5 km aproxim. – D'11 a 14 anys i adults a partir de 15 anys

Recorregut provisional: Sortida Rambla (Sant Pau) – Santa Madrona – Iris – Sant Bru – Pomar de Baix – ctra. de Mataró – ctra. de Mataró alçada del c/ Murillo (gir) – ctra. de Mataró – c/ del Torrent Vallmajor – c/ de l'Orient – Riera Canyadó (Pas soterrani Riera Canyadó) – Passeig Marítim – Eduard Maristany – (pas soterrani) Martí i Pujol – Sant Joaquim – Mar – Rambla (Roca i Pi) **arribada.**

Avituallament: Eduard Maristany (Piscina Municipal Mireia Belmonte) i a l'arribada.

4. CIRCUIT VERD - CURSA MINI – Sortida a les 11.30 h – 1,7 km aproxim. – Fins a 10 anys

Recorregut provisional: Sortida Rambla (Sant Pau) – Santa Madrona – Joan Peiró – Santa Maria – Prim – Sant Pere – Mar – Rambla (Roca i Pi) **arribada.**

Avituallament: a la Rambla (arribada de la cursa)

5. CIRCUIT TARONJA - CURSA INCLUSIVA – Sortida a les 11.30 h – 50-100-500 m i 1 km – persones amb diversitat funcional o amb capacitats reduïdes, tant físiques com psíquiques.

Recorregut provisional: (sortida) Rambla (Escola del Mar) – Rambla (monument a Roca i Pi) **(arribada).**

Avituallament: a la Rambla (arribada de la cursa)



6. Drets d'inscripció: mitjançant abonament del preu públic corresponent a la inscripció, tal i com estableix l'Ordenança General Reguladora de Preus Públics vigent a l'Ajuntament de Badalona:

Tarifa 16.3: Inscripció a curses organitzades directament per l'Ajuntament:

16.3.1. Inscripció a curses amb un circuit igual o major a 5000 m..... 5,00 €/inscripció.

16.3.2. Inscripció a curses amb un circuit menor a 5000 m..... 2,00 €/inscripció.

Com es pot fer?

>En línia: web de l'Ajuntament (www.badalona.cat).

En els tràmits en línia dels participants menors d'edat, les inscripcions hauran d'estar autoritzades, obligatòriament, pel pare/mare o tutor legal.

7. Dates límits d'inscripció:

- Data a determinar segons la data de la cursa.
- Sols es tancaran les inscripcions abans si s'exhaureixen els dorsals.

8. Recollida de dorsals i xips: el dorsal és obligatori per participar en qualsevol dels circuits de la Cursa i s'ha de portar al pit, de manera que sigui visible. El fet de no portar el dorsal corresponent, dóna lloc a l'exclusió de la Cursa per part de l'organització.

- Recollida de dorsals, i bossa del corredor, es farà presencialment a la data i lloc indicat anualment pel Servei d'Esports.

- Excepcionalment, es podran recollir el mateix dia de la cursa de 8.30 a 9.15 hores i de 10.30 a 11.30 hores, a la Secretaria de la Cursa ubicada a la Rambla.

En els tràmits en línia serà obligatori presentar el resguard per recollir el dorsal i/o el xip.

Els xips són els oficials de la Cursa Popular (d'un sol ús) i es lliuren conjuntament amb el dorsal (amb excepció dels participants de la cursa mini i si el xip està integrat en el mateix dorsal). És obligatori retornar els xips blancs en finalitzar la cursa, en el cas que no estiguin integrats en el dorsal.

Els corredors i les corredores que portin xip propi hauran de fer-ho constar al full d'inscripció.

9. Comprovants: l'organització pot demanar documents acreditatius de l'edat i de la identitat de les persones que hi participen.

10. Tancament de la cursa: l'arribada dels corredors participants al circuit mini es tancarà 40 minuts després de la sortida. L'arribada dels corredors participants de la cursa mitjana i la cursa gran es tancarà una hora i una hora i 15 minuts després de la sortida, respectivament.

11. Classificacions: a la cursa mini no hi haurà classificacions finals; només es facilitaran les classificacions de les curses mitjana i gran. S'hi inclouran els/les corredors/res que comencin i acabin el recorregut amb el dorsal i el xip corresponents. L'organització situarà, al llarg del circuit, el nombre suficient de controls per assegurar que la prova sigui del tot correcta i esportiva.

12. Devolució del xip: un cop el/la corredor/a hagi passat per la línia d'arribada, en els punts de recollida establerts. En el cas de no poder participar el dia de la cursa, és obligatori fer arribar el xip blanc, al més aviat possible, a les dependències de l'Ajuntament, al Servei d'Esports.

Excepcionalment i si el xip està integrat en el dorsal, no caldrà retornar-lo.



13. Responsabilitats: cada corredor/a participa en aquesta Cursa sota la seva responsabilitat. En el cas dels corredors/es menors d'edat, sota la responsabilitat del pare, mare o tutor legal. L'organització no es fa responsable dels danys materials i immaterials que es puguin patir o originar per la participació a la Cursa. D'acord amb la normativa vigent, es preveu l'assistència de serveis de primers auxilis.

14. Reclamacions: aquelles reclamacions que l'organització no pugui atendre directament el dia de la Cursa, s'hauran de fer per escrit, mitjançant instància, al Registre General de l'Ajuntament de Badalona, adreçada al Servei d'Esports.

15. Modificacions: l'organització es reserva el dret de fer qualsevol variació. En tot cas, se n'informarà adequadament.

16. Trofeus: els/les participants a la Cursa rebran una samarreta commemorativa. Tindran trofeu els tres primers classificats i classificades de cada categoria de les curses mitjana i gran (d'acord amb el quadre de categories). Si l'Organització ho permet, el lliurament de trofeus es farà en finalitzar les curses mitjana i gran, a partir de les 11.00 hores aproximadament; optativament es realitzarà després de finalitzar la cursa mini. En tot cas, se n'informarà oportunament el mateix dia de la Cursa.

17. Vehicles: es prohibeix la circulació de vehicles motoritzats o bicicletes que no pertanyin a l'organització. Els vehicles motoritzats o bicicletes oficials que facin el seguiment de la Cursa portaran una identificació visible en tot moment.

18. Dades Personals: en compliment de l'art. 5 de la Llei orgànica 15/1999, de 13 de desembre, de protecció de dades de caràcter personal. Els/les participants hauran de proporcionar tota aquella informació que s'assenyala com a obligatòria en el formulari d'inscripció, la qual s'incorporarà al fitxer identificat. També tindran dret a accedir, rectificar, cancel·lar les dades i oposar-se al seu tractament en les condicions previstes en la legislació vigent.

Responsable del fitxer: Ajuntament de Badalona.

Adreça: Pl. Assemblea de Catalunya, 9-12.

Identificació del fitxer: ESPORTS.

Finalitat del fitxer: Promoure l'activitat física i l'esport, organitzar activitats esportives i gestionar les instal·lacions esportives municipals.

Cessions previstes: No n'hi ha.

Exercici de drets: Servei d' Atenció al Ciutadà / Registre General / Pl. Assemblea de Catalunya, 9-12.

19. Dret d'imatge: atès que el dret a la pròpia imatge és reconegut en l'article 18.1 de la Constitució espanyola i està regulat per la Llei Orgànica 1/1982, de 5 de maig, sobre el dret a l'honor, a la intimitat personal i familiar i a la pròpia imatge, l'Ajuntament de Badalona posa en coneixement dels participants i/o dels pares/mares o tutors legals dels nens/es que prenen part en la 39a Cursa Popular Ciutat de Badalona, que l'Ajuntament de Badalona pot utilitzar les imatges en les quals apareguin, individualment o en grup, participants de la Cursa Popular, amb la finalitat de difondre les activitats esportives del Servei d'Esports mitjançant els diferents canals de comunicació de què disposa l'Ajuntament. En cap cas, utilitzarà aquestes imatges amb finalitats econòmiques o que no respectin els drets dels participants i/o dels nens/es reconeguts a la legislació vigent.

20. Acceptació d'aquestes Normes: La inscripció a la Cursa comporta l'acceptació total d'aquestes normes. La seva interpretació i tot allò que no quedi expressament reflectit i/o regulat serà decidit en darrera instància per l'Organització.



21. Recomanacions pràctiques.

Al marge de la preparació individual i prèvia de la prova, que molts haureu realitzat durant mesos i d'altres haureu deixat per a última hora, hi ha diversos consells que cal tenir en compte abans, durant i després de la cursa. Aquestes recomanacions permetran gaudir-ne i obtenir un rendiment més alt de les vostres qualitats físiques.

ABANS DE LA CURSA

Descans previ. És important arribar a la cursa amb un mínim de vuit hores de descans prèvies. Es recomana que els entrenaments dels dos o tres dies anteriors a la cursa siguin suaus, amb uns trenta minuts de cursa contínua i estiraments.

L'àpat d'abans de la cursa. Ha d'aportar l'energia suficient per ajudar a cobrir la despesa energètica que comporta la prova. No ha de ser gaire diferent del que es fa habitualment (per exemple: un suc, torrades amb mantega i melmelada, un iogurt i una peça de fruita). És important que l'últim àpat es faci dues hores abans de la prova.

Equipament. Es recomana no estrenar calçat el dia de la prova i que la roba resulti còmoda.

Escalfament. Abans de la prova és important preparar la musculatura, per tal de no començar a córrer en fred. N'hi haurà prou amb una cursa suau d'uns deu minuts i uns estiraments.

Posició a la sortida. És important començar al més endavant possible, però sempre tenint en compte el nostre nivell i les nostres possibilitats per evitar haver d'avançar molta gent o ser avançats pels atletes de més nivell.

DURANT LA CURSA

Ritme. És molt important intentar mantenir un ritme uniforme durant tota la cursa, ja que els canvis de ritme produiran una baixada posterior en el rendiment. Ens hem de marcar un ritme de treball adaptat al nostre estat de forma i a la nostra preparació.

Si tenim flat. Si durant la prova es nota fatiga intensa o bé dolors musculars o articularis, és preferible parar i reposar. És possible, també, que en un principi aparegui el que tots coneixem com a flat. No per això cal interrompre la cursa. El flat és natural en una persona que no corre habitualment: la causa fonamental n'és l'estimulació del metabolisme per sobre de la seva capacitat. El flat tendeix a desaparèixer lentament. Una respiració ben coordinada afavoreix en gran mesura un millor rendiment.

Reposició de líquids. És molt important tenir el cos hidratat durant la cursa, cosa que evitarà un descens anormal del rendiment. És recomanable beure regularment i en petites quantitats, aprofitant els avituallaments.

DESPRÉS DE LA CURSA

- **Arribada.** Una vegada travessem la meta és important no frenar bruscament i caminar o córrer suaument durant uns minuts i, posteriorment, fer exercicis d'estirament.
- **Àpat posterior.** Durant les hores posteriors a la cursa hem de recuperar la despesa energètica que hem realitzat. Per això els aliments han de ser rics en hidrats de carboni i sals minerals; no poden ser gaire pesants, ja que el cos necessita assimilar-los ràpidament. El millor és fer un àpat a base de verdura, amanida, pasta o arròs, peix i una peça de fruita.



Tot això només són recomanacions generals; cal que, durant les hores prèvies i posteriors a la cursa, cadascú les adequi al seu organisme.

Com a recomanació final de salut, recordem els beneficis de l'activitat física i la pràctica de l'esport de forma moderada i també la importància dels controls mèdics previs, i periòdics, a l'esforç físic. Les revisions mèdiques oficials, a càrrec dels esportistes, garanteixen la idoneïtat de la pràctica esportiva.

Ànims i bona sort a tothom!



ANNEX 2. Circuit cursa Popular Ciutat de Badalona, la cursa del Dimoni.

1. Circuits

CIRCUIT VERMELL - CURSA GRAN – Sortida a les 10.00 h – 10 k aproxim. – A partir de 15 anys

Recorregut provisional: Sortida Rambla (Sant Pau) – Santa Madrona – Riera de Canyadó – Pomar de Baix – ctra. de Mataró – ctra. de Mataró alçada del c/ Murillo (gir) – ctra. de Mataró – c/ del Torrent Vallmajor – c/ de l'Orient – Riera Canyadó (pas soterrani Riera Canyadó) – Passeig Marítim – entrada al Port – Eduard Maristany – Mar Jònica – Mare Nostrum – Pont de Sant Lluc – Eduard Maristany – Monturiol – Industria – Mossèn Anton – Martí i Pujol – Sant Joaquim – Mar – Rambla (Roca i Pi) **arribada**.

Avituallament: Eduard Maristany (Piscina Municipal Mireia Belmonte) i a l'arribada.

CIRCUIT BLAU - CURSA MITJANA – Sortida a les 10.00 h – 5 km aproxim. – D'11 a 14 anys i adults a partir de 15 anys

Recorregut provisional: Sortida Rambla (Sant Pau) – Santa Madrona – Iris – Sant Bru – Pomar de Baix – ctra. de Mataró – ctra. de Mataró alçada del c/ Murillo (gir) – ctra. de Mataró – c/ del Torrent Vallmajor – c/ de l'Orient – Riera Canyadó (Pas soterrani Riera Canyadó) – Passeig Marítim – Eduard Maristany – (pas soterrani) Martí i Pujol – Sant Joaquim – Mar – Rambla (Roca i Pi) **arribada**.

Avituallament: Eduard Maristany (Piscina Municipal Mireia Belmonte) i a l'arribada.

CIRCUIT VERD - CURSA MINI – Sortida a les 11.30 h – 1,7 km aproxim. – Fins a 10 anys

Recorregut provisional: Sortida Rambla (Sant Pau) – Santa Madrona – Joan Peiró – Santa Maria – Prim – Sant Pere – Mar – Rambla (Roca i Pi) **arribada**.

Avituallament: a la Rambla (arribada de la cursa)

CIRCUIT TARONJA - CURSA INCLUSIVA – Sortida a les 11.30 h – 50-100-500 m i 1 km – persones amb diversitat funcional o amb capacitats reduïdes, tant físiques com psíquiques.

Recorregut provisional: Sortida Rambla (Escola del Mar) – Rambla **arribada**.

Observacions generals: posar la imatge del circuit en tots els recorreguts i mirar que hem canviat algun nom de carrers, com per exemple: carretera Nacional II...

2. Observacions generals de tots els circuits

- Per motius organitzatius, els circuits poden patir alguna modificació en el seu recorregut, i aquesta serà publicada a la web de la cursa.
- Tots els circuits són inclusius i familiars.

