



III COLOUR RUN MOTRIL

28 DE FEBRERO DEL 2019 (10:00 horas)

NORMATIVA DE LA PRUEBA.

El Área de Deportes del Excmo. Ayuntamiento de Motril organiza la III Colour Run Motril 2019 que se celebrará el **28 de febrero 2019 a las 10:00 hrs.** Esta actividad está incluida dentro de las actividades deportivas que se llevarán a cabo con motivo del Día del Deporte.

La distancia a recorrer será de tres kilómetros aproximadamente. Es una carrera abierta a todo el público, de carácter solidario, lúdico y no competitivo.

INSCRIPCIONES

Desde el **LUNES 11 de febrero** se podrán realizar las inscripciones online en www.colourrunmotril.es hasta el 27 de febrero a las 23:59 hrs.

En el Pabellón Municipal de Deportes, el día 27 de febrero de 9:00 a 13:00 h y de 17:00 a 20:00 h.

El mismo día de la prueba (jueves 28 de febrero), en la secretaría situada en el Paseo de las Explanadas, desde las 8:00 y hasta quince minutos antes del comienzo de esta.

El precio de la inscripción, será de **3 €**. Este precio incluye una bolsa de 100 g de polvo de colores y gafas de sol protectoras.

La organización destinará el 20 % de las inscripciones a una causa solidaria.



RECOGIDA DE DORSALES

Los dorsales se podrán retirar el día 27 en el Pabellón Municipal de Deportes o bien en la Secretaría de la prueba Deportes el mismo día (jueves 28 de febrero) desde las 08:00 hasta las 09:45 hrs.

Durante la carrera, será **obligatorio** llevar el dorsal bien visible y sujeto en el pecho del corredor/a.

SALIDA, RECORRIDO Y META

La salida será a las 10:00 h y estará ubicada en el Recinto de la Alcoholera, la meta en esta ocasión será también en el mismo Recinto de la Alcoholera.

NORMATIVA TÉCNICA

Todos/as los/as participantes oficialmente inscritos estarán cubiertos por una Póliza de Seguros, concertada por la organización, que cubrirá los accidentes que se produzcan como consecuencia directa del desarrollo y nunca como causa de un padecimiento, tara latente, imprudencia, negligencia, inobservancia de las leyes y del articulado del presente reglamento, etc., ni los producidos en los desplazamientos al y desde el lugar en que se desarrolle la prueba.

La organización no se hace responsable de los daños que pudieran causar o causarse los/as atletas participantes por imprudencias o negligencias de los mismos. Igualmente, el atleta declara estar en condiciones físicas óptimas para realizar esta prueba y lo hace bajo su entera responsabilidad, eximiendo de toda a la organización de la prueba. El inscribirse en esta prueba supone la aceptación plena de estas normas. Los únicos vehículos autorizados a seguir la prueba serán designados por la organización. La Policía Local sancionará a aquellos conductores que incumplan estas normas.



PREGUNTAS FRECUENTES

1. Los polvos de color, ¿afectan a la visión? ¿Y a la respiración?

Los polvos de colores que se van a utilizar, están totalmente certificados, no son tóxicos. Su composición es, básicamente, almidón de maíz de calidad alimentaria y colorantes. Como cualquier otra sustancia, hay que evitar que entre de manera directa en los ojos por eso nuestros lanzadores de colores, no apuntan directamente a la cara. De todas formas, recomendamos a nuestros Colour Runners que lleven **gafas y un pañuelo en la cara/boca contra el polvo.**

2. ¿Hay límite de edad para los corredores más jóvenes? ¿Puedo correr con un carrito de bebé y mis hijos?

No hay límite de edad, se puede recorrer los 3 km de cualquier forma corriendo, andando, trotando... El carrito por supuesto, se puede introducir en la carrera. La única condición es que los niños menores de 6 años deben de ir acompañados en todo momento por un adulto.

3. ¿Qué tipo de vestimenta es recomendable para la realización de la prueba?

Se recomienda que todos los corredores porten una CAMISETA BLANCA, para que puedan tener un recuerdo de la carrera. No es necesario, llevar pantalones blancos.

4. ¿Cómo se suministra el color a lo largo del recorrido?

A lo largo del recorrido, encontrarás voluntarios que te lanzarán los polvos de colores. Cuánto más te aproximes a ellos, el resultado final será más espectacular.

5. ¿Estropeará el color nuestra ropa o zapatillas de correr?

El color en su mayoría desaparece después del lavado, es conveniente que se lave lo antes posible. Pero, sugerimos que utilices ropa que no te importe mucho para poder mancharla bien.



6. ¿Habrá un punto para limpiarse en la zona de llegada, después de la carrera?

Tendremos aire a presión en la línea de llegada. Con una pasada de aire no te quedas limpio al 100%. Aunque, después del evento es divertido, encontrarse a la gente manchada de colores en el resto de actividades del día del deporte.

7. ¿Cómo afecta el color al interior de los coches?

La pintura puede afectar a la tapicería de los coches, por los que es conveniente llevar una toalla si inmediatamente después de la carrera optas por volver a casa en coche.

8. ¿Es difícil quitar la pintura de la piel/pelo?

En circunstancias normales la pintura se va con un par de lavados después de la carrera. En el caso de que hayan manchas más resistentes lo mejor es usar agua micelar o desmaquillantes waterproof de carácter oleoso. Otro método es usar aceite mineral (aceite para bebés), hay aplicarlo en la zona y esperar 15 min, después limpiarlo con jabón. Las personas que tengan el pelo decolorado (teñido) tiene que tener en cuenta que estos tratamientos abren los poros en el cabello lo cual afecta a la facilidad/dificultad de quitar el color en la cabeza y cuero cabelludo. Muchos corredores optan por llevar gorros para proteger su pelo.

9. ¿Es seguro llevar teléfono o cámara de fotos durante el recorrido?

Es conveniente que no se utilice ni el teléfono o cámara de fotos durante el recorrido. Pero no te preocupes, durante el recorrido habrá fotógrafos y después serán colgadas en el Facebook del Área de Deportes.

10. ¿Qué pasa al final de la carrera?

Continúa la gran fiesta del deporte con actividades en el RECINTO DE LA ALCOHOLERA y en la PISCINA MUNICIPAL.

Para cualquier consulta, por favor, mándenos un email a: deportes@motril.es e intentaremos contestar a su pregunta.

