



## REGLAMENTO MARCHA NÓRDICA

### I LIGA DEL NORTE

#### Art. 1 - Objetivos

Con el objetivo de fomentar la participación y la difusión de la Marcha Nórdica como actividad deportiva competitiva, surge la necesidad de conformar un calendario de pruebas abarcando diferentes Comunidades Autónomas próximas, de forma que esta proximidad facilite una mayor participación, dada la dificultad de acudir a pruebas FEDME por el coste en tiempo y dinero que ello supone.

Consideramos muy positivo el conformar este calendario común que facilite la mayor participación de marchadores populares y permita visibilizar la marcha nórdica como actividad deportiva.

Con este objetivo, la Comunidad Vasca y la Comunidad Navarra, llevan realizando, de forma conjunta, una Copa de la que en el año 2025 se celebrará la cuarta edición.

Comunidades cercanas se están iniciando también en la organización de carreras y se plantea que esta iniciativa pueda abarcar a otras comunidades que también estén interesadas en participar en este calendario "más asequible" de lo que actualmente supone participar en el calendario FEDME.

Este objetivo, que ya se planteó en 2024, se va concretando este año 2025 con la incorporación de la Comunidad de La Rioja y la Comunidad de Aragón, constituyendo así la primera edición de la Liga del Norte, de la que formará parte también la cuarta edición de la Copa Vasco Navarra y se crea el marco donde incluir otras posibles Copas de otras comunidades.

Esta liga nace con el objetivo de ser un torneo pluri autonómico diferente y compatible con cualquier copa autonómica, tratando siempre de llevar la participación de los marchadores y marchadoras a cada una de las comunidades autónomas que la formen.

Se crea así un reglamento propio de esta Liga, que será de obligado cumplimiento en todas las pruebas de Marcha Nórdica enmarcadas dentro de la I Liga del Norte, y cuyo objetivo será el de facilitar, a los/as marchadores/as y organizadores/as de pruebas, la regulación de las mismas de acuerdo con sus especificidades concretas y será revisado cada temporada.

También, en cada prueba, habrá que tener en cuenta lo recogido en el Boletín de Información que emitan los organizadores a tal efecto.

En cualquier caso, tanto este Reglamento como el Boletín de Información, deberán tener coherencia con lo recogido en el Reglamento FEDME 2025 y para todos aquellos aspectos en los que no se indique nada, regirá el Reglamento FEDME.

## Art. 2 - Calendario De Competiciones

Así y para 2025 se concreta un calendario con 6 pruebas. 4 de estas pruebas corresponden al calendario de la IV Copa Vasco Navarra, a las que se suman otras dos pruebas para completar el calendario de la I Liga del Norte.

**La I Liga del Norte de Marcha Nórdica 2025** estará constituida por seis pruebas, cada una de las cuales se desarrollará en un único día.

23/03/2025	Liga del NORTE/ Cpto Aragón	UTEBO (Aragón)
01/05/2025	Liga del NORTE	ARNEDO (La Rioja)
01/06/2025	Copa VascoNav. -/Liga del Norte/Cto. Navarra	ANSOAIN-ÁRTICA (Navarra)
20/09/2025	Copa VascoNav. -/Liga del Norte	PORTUGALETE (Euskadi)
04/10/2025	Copa VascoNav. -/Liga del Norte/ Cpto. Euskadi/ Cto Álava	EL BURGO-BURGUELU (Euskadi)
19/10/2025	Copa VascoNav. -/Liga del Norte	GORLIZ (Euskadi)

Para obtener la clasificación final, se sumarán los resultados de cuatro pruebas, y para todas las pruebas, el sistema de puntuación que se aplicará será el mismo.

En este año 2025 se plantea que, para obtener la clasificación final de la liga norte, se sumen los **resultados de cuatro de las seis pruebas** que tenemos, siendo necesario haber participado en **al menos cuatro pruebas y en 3 de las cuatro comunidades implicadas** en este torneo.

En el caso de que un marchador/a fuera descalificado o se retire en una prueba, **y sólo a efectos de ranking**, se le puntuará como 0 puntos. De esta forma, en el Ranking a tener en cuenta en la siguiente prueba, se le situará por delante de aquellos que no hayan participado en ninguna prueba y no tengan adjudicados puntos.

Si es descalificado, o situación de retirado en más de **dos pruebas**, esas pruebas **no computan** para el mínimo de cuatro pruebas en las que debe puntuar para optar a trofeos/premios, si solamente se le descalifica, o se retira, en **una prueba sí computará** para el mínimo de pruebas exigibles

Los participantes que quieran optar a los puntos y/o premios de la Liga del Norte de Marcha Nórdica deberán estar en posesión de la licencia federativa autonómica en montaña que le corresponda, con cobertura del seguro en el ámbito federativo de la prueba en cuestión y/o con licencia FEDME vigente en el año de la competición.

Los participantes menores de edad deberán presentar una autorización firmada por su padre, madre o tutor legal, además de la licencia federativa.

### Art. 3 - Categorías

La competición se dividirá, según el sexo, en dos grupos: masculino y femenino en las siguientes categorías y subcategorías por edades anualmente se revisará este cuadro atendiendo a necesidades percibidas:

CATEGORÍAS:	
ABSOLUTA	Todos los participantes mayores de 16 años.

SUBCATEGORÍAS	
JUNIOR	De 16 a 17 años
PROMESAS	De 18 a 23 años.
SENIOR	De 24 a 39 años.
VETERANA/O A	De 40 a 49 años.
VETERANA/O B	De 50 a 59 años.
VETERANA/O C	De 60 a 69 años.
VETERANA/O D	De 70 años en adelante.

La entidad organizadora podrá establecer un cupo de participación en su prueba.

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que el/la participante tendrá el día 31 de diciembre del año de la competición.

#### Art. 4.- Puntuación

Para la puntuación en la Liga Norte de Marcha Nórdica, se tendrá en cuenta la categoría absoluta y subcategorías.

##### Sistema de puntuación para cada categoría y subcategoría:

- Independientemente de la distancia y el desnivel de la prueba, cada una de las pruebas que conforman la Liga Norte de Marcha Nórdica asignará la puntuación siguiente a los marchadores participantes:  
100-88-78-72-68-66-64-62-60-58-56-54-52-50-48-46-44-42-40-38-36-34-32-30-28-26-24-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2-2-2, etc.

Siendo, por lo tanto, 100 para el primer clasificado, 88 para el segundo, 78 para el tercero 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 obtendrá 2 puntos.

Puesto	Puntos	Puesto	Puntos	Puesto	Puntos
1º	100	16º	46	31º	16
2º	88	17º	44	32º	14
3º	78	18º	42	33º	12
4º	72	19º	40	34º	10
5º	68	20º	38	35º	8
6º	66	21º	36	36º	6
7º	64	22º	34	37º	4
8º	62	23º	32	38º	2
9º	60	24º	30	39º	2
10º	58	25º	28	40º	2
11º	56	26º	26	41º	2
12º	54	27º	24	42º	2
13º	52	28º	22	43º	2
14º	50	29º	20	44º	2
15º	48	30º	18	sig.	2

En caso de empate de puntos al final de la copa entre dos o más marchadores se tendrá en cuenta el mejor resultado obtenido por los marchadores en la última prueba que hayan disputado

#### Art. 5.- Trofeos/Premios

Se entregarán trofeos/premios a los/as tres primeros/as integrantes en las categorías y al primero de las subcategorías recogidas en este Reglamento.

Los **trofeos/premios** no serán acumulables.

Sin embargo, en orden a no tergiversar la clasificación, si un marchador/a que sube al pódium en absolutos es primero en su subcategoría, aparecerá en la clasificación como primero, pero quien subirá al pódium será el segundo de dicha subcategoría.

Si el segundo de dicha subcategoría está también en el pódium de absolutos, tampoco subiría en esa subcategoría, sino que subiría el que haya quedado en tercer lugar. No se contemplarán más casuísticas. Es decir, si lo mismo ocurriera con el tercero, ya no se dará premio al que ha llegado cuarto. Si no hay suficientes marchadores en dicha subcategoría, ese pódium quedaría desierto.

Una vez entregados los trofeos de los/las tres primeros/as de las distintas categorías, la organización de la prueba podrá entregar otros trofeos no recogidos en el presente Reglamento, (local, open, por ejemplo.).

#### **Art. 6 - Pódiums Y Clasificación Carreras**

El tiempo final de cada competidor/a será el que haya invertido en realizar todo el recorrido correctamente más la suma del tiempo de las penalizaciones en las que haya podido incurrir.

Aplicadas las sanciones por tiempo, en caso de producirse empate entre un/a marchador/a sancionado/a y otro/a no sancionado/a, el/la no sancionado/a quedará por delante.

#### **Clasificación prueba Liga**

De acuerdo con el tiempo realizado por cada marchador federado, teniendo en cuenta las penalizaciones, en su caso.

Se establecerá un pódium con los tres primeros clasificados tanto en hombres como en mujeres

Se premiará también al primero de cada subcategoría y a este respecto, se seguirá lo indicado en el art. 5.

#### **Clasificación Campeonato Autonómico.**

En el caso de que alguna de las pruebas acoja el Campeonato de Comunidad Autónoma.

Para esta clasificación, únicamente se tendrá en cuenta a aquellos participantes con **licencia de dicha Comunidad en vigor y pertenecientes a un club de dicho territorio.**

Se realizará de acuerdo con el tiempo realizado por cada marchador que cumpla las condiciones establecidas anteriormente, teniendo en cuenta las penalizaciones, en su caso.

Se dejará libre la decisión de cada autonomía las premiaciones

### **Clasificación FINAL LIGA**

Las puntuaciones de aquellos participantes que opten a la Liga del Norte se irán acumulando y será en la última prueba cuando se premie a los deportistas de la categoría absoluta y los primeros de cada subcategoría con una mejor puntuación acumulada.

Para determinar los pódiums en subcategorías se tendrán en cuenta los criterios señalados en el art. 5 dado que los premios no serán acumulables.

### **Clasificación Popular**

Cuando también se realice una prueba Popular junto con la prueba de Liga, se realizará la clasificación de dicha carrera, teniendo en cuenta las penalizaciones de tiempo, en su caso.

Así y en relación con las pruebas de populares, **se recomienda** que no haya un pódium de populares, sino que se entregue una medalla Finisher a todos los participantes y se publique su clasificación, indicando también, las tarjetas que haya acumulado cada participante.

Para la emisión de clasificaciones, se tendrá en cuenta el tiempo de los marchadores desde la salida de los primeros marchadores en el primer cajón y el tiempo de entrada en meta por cada marchador.

### **Art. 7 - Protocolo Entrega Premios**

El protocolo descrito a continuación es **una propuesta para la organización** de la ceremonia de entrega de trofeos y premios en las carreras del calendario oficial.

Se resume en los siguientes puntos:

- Por defecto, y a fin de no discriminar la competición en categoría femenina y masculina, los/as encargados/as de distinguir a cada una de ellas serán los/as mismos/as en ambas categorías.
- El orden de entrega para entregar los primeros puestos del pódium en todas las pruebas, por parte de las autoridades deportivas o políticas, serán competencia de la organización.
- En pruebas de la Liga y Campeonato Autonómico, primero se entregarán los trofeos de la prueba y luego los del Campeonato a los/as campeones/as, subcampeones/as y terceros/as clasificados/as en las

categorías descritas en el Reglamento, tanto en hombres como en mujeres.

- En la última prueba del calendario, además de lo señalado en el punto anterior, se finalizará con la entrega de trofeos/premios a los los/as campeones/as, subcampeones/as y terceros/as clasificados/as en las categorías descritas en el Reglamento, tanto en hombres como en mujeres.
- En el caso en que la organización quiera dar otras distinciones., estas distinciones se realizarán después de la entrega de premios y trofeos señalados anteriormente. (primer local, Popular, ...).

### **Art. 8 - Árbitros**

Todas las pruebas contarán con la participación de **un mínimo de 4 árbitros**. Uno de los árbitros deberá de constituirse como árbitro principal.

El responsable de árbitros de la Liga Norte será el encargado de designar al equipo arbitral en función de las características de la prueba y de la disponibilidad mostrada por los árbitros homologados para arbitrar en la temporada en curso.

En el caso de que, por las características del circuito, el responsable de árbitros considerara la necesidad de aumentar el número de componentes del equipo arbitral, lo comunicará a los organizadores de la prueba, quienes serán los que tomen la decisión al respecto.

El arbitraje se realizará con los árbitros autonómicos y árbitros FEDME, **homologados a tal efecto**.

Los árbitros habilitados para arbitrar en la liga norte serán los que cumplan los siguientes requisitos:

- Árbitros Fedme que participen en las jornadas anuales de reciclaje y revisión del reglamento que organiza Fedme.
- Aquellos árbitros no Fedme (árbitros autonómicos) que no hayan Arbitrado, en al menos una carrera, en la temporada anterior, deberán realizar una práctica antes de poder ser designados.
- Árbitros Fedme como los no Fedme deberán además participar en la jornada organizada de “reciclaje” para aunar criterios y analizar el reglamento a aplicar.

### **Art. - 9 Salida y Ranking**

Normalmente se establecerán tres cajones de salida, aunque en función del número de competidores, será el Árbitro Principal quien determine el número definitivo de cajones.

En cualquier caso, todos los competidores se ordenarán de acuerdo al Ranking correspondiente y si no tienen Ranking, en base al orden de inscripción.

El Ranking que se tendrá en cuenta para establecer el orden de salida y adjudicar los dorsales en la primera carrera del calendario de la I Liga del Norte, será el Ranking de la Copa Vasco Navarra de 2024. (como Anexo se adjunta el Ranking 2024)

En el resto de carreras, el orden se determinará en función de las puntuaciones acumuladas por cada marchador.

Así, en la primera carrera, en el primer cajón se situarán los deportistas en función del Ranking de la Copa Vasco-Navarra del año 2024, y en el resto de las carreras, en función del ranking de la Liga del Norte del año en curso.

Como mínimo, en el primer cajón se situarán los 10 hombres y 10 mujeres mejor situados en el ranking.

En el segundo cajón, el resto de los deportistas federados.

El tercer cajón, lo ocuparan el resto de las deportistas. Es decir, los no federados, en el caso de que haya prueba popular.

En el caso de que los populares tengan un recorrido más corto, se recomienda que su salida se efectúe más tarde y calculando para que de esa forma el primer marchador que entre en meta, sea un deportista federado

#### **Art. 10 -. Cronometraje**

El cronometraje se realizará mediante chip, y el tiempo se medirá desde el paso del primer marchador por el punto de salida hasta el paso por la línea de meta de cada marchador.

#### **Art. 11 – Otras consideraciones para el correcto desarrollo de las pruebas**

##### **Conocimiento del Reglamento**

Es obligatorio que el/la marchador/a conozca el Reglamento de Marcha Nórdica de la Liga del Norte, así como el Reglamento FEDME que recoge aspectos de la técnica y las infracciones motivos de sanción.

Su desconocimiento no exime de su cumplimiento.

##### **Retirada**

Los/las marchadores/as que decidan retirarse de una prueba deberán comunicarlo a la organización a través del control más cercano al lugar de la retirada y despojarse de su dorsal.

##### **Licencia Federativa**

Todos/as los/las marchadores/as inscritos deben presentar la licencia federativa, del año en curso junto al DNI para poder recoger el dorsal y tomar la salida.

### **Dorsales**

Los dorsales irán colocados en la parte frontal y trasera de la camiseta y deben ser visibles durante toda la prueba.

### **Ajuste de bastones**

Si un/a marchador/a durante la competición tiene la necesidad de ajustar los bastones, sustituir los tacos de goma (o "pads") o tuviera la necesidad de hidratarse o tomar alimentos, necesariamente deberá hacerse a un lado del circuito sin obstaculizar a los demás marchadores y tener mucho cuidado con el movimiento de los bastones, manteniéndolos de forma vertical o en el suelo, siempre fuera del recorrido.

Siempre que se pare sin interrumpir la competición de otros/as marchadores/as no se aplicará sanción alguna por ello y podrá desengancharse las "dragoneras" si lo desea. Es recomendable avisar previamente a un/a árbitro/a si fuera posible.

### **Caminar en grupo**

Hay que evitar caminar en grupo o de forma que se impida o dificulte el normal progreso de los/as demás marchadores/as. Si un/a marchador/a desea ir más rápido, debe indicarlo para adelantar.

### **Bastón estropeado o sustitución de este**

Ante la situación de un bastón estropeado, la sustitución se podrá efectuar en las siguientes situaciones, y siempre tras detenerse de la forma señalada anteriormente

- En la zona de avituallamiento.
- En cualquier punto del recorrido, siempre y cuando sea efectuado por un miembro de su equipo de entre los/as siguientes: otro/a competidor/a o el delegado/a debidamente acreditado.

En este caso, el marchador deberá permanecer a un lado del recorrido, mientras realiza dicho cambio y sin entorpecer -en ningún momento- a ningún otro marchador

**El incumplimiento de cualquiera de estas estas obligaciones será objeto de sanción.**

**Comité Liga del Norte**

**Fecha 31-01-2025**