



# CURSA DE MUNTANYA

## 4 TERMES 2025

### REGLAMENT I CONDICIONS PARTICULARS

La prova esportiva, denominada **Cursa de Muntanya 4 Termes**, està organitzada pel **Club Esportiu L'Areny (CE L'Areny)** i se celebrarà a Mont-roig del Camp el diumenge dia **9 de febrer de 2025**. El present Reglament fa referència, a les curses i caminada i complementa el reglament de la FEEC sobre les competicions de Curses de Muntanya.

#### 1. OBJECTIU

1.1. La **Cursa 4 Termes**, en totes les seves modalitats, té com a objectiu fomentar l'esport i donar a conèixer les muntanyes i l'entorn natural del nostre municipi i dels pobles veïns.

1.3. L'àmbit d'actuació que delimita la Cursa 4 Termes és el circuit, degudament senyalitzat, proposat pel Club Esportiu L'Areny com a entitat organitzadora. Passa per pistes, camins, senders o corriols dels termes municipals de Mont-roig del Camp, Pratedip, Coldejou, l'Argentera, Riudecanyes, Vilanova d'Escornalbou i Tivissa.

#### 2. RECORREGUT

2.1. Les diferents modalitats tenen el recorregut i el desnivell que tot seguit es detalla:



MODALITAT	RECORREGUT	DESNIVELL POSITIU ACUMULAT	EDAT MÍNIMA	OBSERVACIONS
<b>CURSA MARATÓ</b>	Entorn a 47 Km	2.400 m.	21 anys (a 31 de desembre 2025)	
<b>CURSA TRAIL</b>	Entorn a 25 Km	1.200 m.	19 anys a (31 de desembre 2025)	La cursa Trail sortirà de Pratdip. Com especifica el reglament, es disposarà de transport des de Mont-roig del Camp fins al punt de sortida
<b>CURSA EXPRESS</b>	14 Km	460 m.	17 anys (a 31 de desembre 2025)	
<b>CURSA CADETS</b>	10 Km	360 m.	<b>Exclusivament</b> 15 a 16 anys (a 31 de desembre de 2025)	
<b>CAMINADA</b>	16 km	380 m.	Més de 10 anys	La Caminada sortirà de Coldejou. Com especifica el reglament, es disposarà de transport des de Mont-roig del Camp fins al punt de sortida



2.2. Gairebé la totalitat del recorregut passarà per senders, corriols i camins de terra, tots degudament senyalitzats amb cintes i marques a terra. S'ha de tenir en compte que estaran oberts al trànsit de qualsevol vehicle, per tant, caldrà prendre precaucions i respectar als altres.

2.3. El control de la prova recau en els agents de l'autoritat o personal habilitat de l'organització, el qual actuarà seguint les directrius dels agents o del responsable de seguretat vial.

2.4. És obligatori seguir l'itinerari marcat, així com passar per tots els controls de pas establerts.

2.5. Pel que fa a la responsabilitat de l'organitzador de la prova, així com la modificació de l'itinerari o la decisió d'anul·lar la prova, s'aplicarà allò que disposa expressament la normativa de l'Annex II del RGC.

2.6. No està permès fer aquesta activitat amb animals.

2.7. El Circuit de la Cursa Marató i Trail tindran punts amb temps de tall i hora límit, que es publicaran en la pàgina web [www.cursa4termes.com](http://www.cursa4termes.com). En cas de superar el temps quedarà fora de la cursa i serà retornat al punt de sortida. En cas de voler continuar el recorregut correrà sota la seva responsabilitat i el circuit ja s'estarà desmarcant.

### **3. CONDICIONS DE PARTICIPACIÓ**

3.1. L'edat mínima per participar a la prova és troba a l'apartat 2.1 en funció del circuit. No s'acceptarà cap inscripció que no compleixi el límit d'edat.

3.2. Donat que es tracta d'una activitat amb desnivell, serà imprescindible estar ben preparat físicament i portar l'equipament adequat per a aquest tipus d'activitats. Es requerirà un material obligatori i recomanable per a cada modalitat.



3.3. Tots els participants tenen l'obligació de seguir les indicacions de qualsevol membre de l'organització de la prova. En cas de desobeir directrius de seguretat indicades, el corredor pot ser desqualificat de la prova.

3.4. Tots els participants tenen l'obligació d'assistir i de comunicar al control més proper qualsevol accident que hagin observat. En cas de no fer-ho, podran ser desqualificats.

3.5. Els participants que decideixin abandonar l'activitat hauran de comunicar-ho a l'organització a través del control més proper al lloc de la retirada.

3.6. Tots els participants hauran de portar el material obligatori durant tota l'activitat, en cas que l'organitzador de la prova ho sol·liciti específicament.

3.7. El participant és el responsable de validar els temps de pas i de meta fent visible el seu dorsal o utilitzant el sistema de cronometratge que l'organitzador estableixi.

3.8. L'organització recomana als participants que es facin una prova d'esforç que acrediti l'aptitud i manca d'impediments per participar en activitats de característiques semblants.

3.9. Pel que fa als accidents que es puguin produir, l'organització disposa de l'assegurança d'accidents i de responsabilitat civil corresponent (assegurança esportiva obligatòria d'acord amb el RD 849/1993, de 4 de juny).

3.11. La Cursa Marató està limitada a 200 dorsals. L'organització es reserva el dret d'ampliar o reduir el nombre de places i ho ha de comunicar als participants.

3.12. Qualsevol cas que es presenti no previst en aquest reglament serà resolt pel comitè organitzador.



#### 4. INSCRIPCIONS I PREUS

4.1. Les inscripcions estaran obertes fins al dia 26 de gener de 2025 sempre que l'organització no les hagi tancat prèviament per haver arribat al màxim de participants. La data límit de garantia del tallatge és el 8 de desembre de 2025. Es realitzaran només a través de l'apartat de les inscripcions de la pàgina web de la **Cursa 4 Termes**: [www.cursa4termes.com](http://www.cursa4termes.com)

4.2. A l'hora de realitzar la inscripció, el sol·licitant ha d'estar en possessió d'una llicència federativa. Si no és el cas, l'organització li farà una assegurança temporal per al dia de la cursa, amb la despesa que comporti.

4.3. El preu de les inscripcions així com els horaris de sortida previstes es poden veure en la pàgina web de la **Cursa 4 Termes**:

[www.cursa4termes.com](http://www.cursa4termes.com)

La cursa TRAIL **començarà al municipi de Pratedip i acabarà al de Mont-roig del Camp**. Els/els corredors/es que desitgin un transport d'autobús des de Mont-roig del Camp fins a Pratedip, hauran d'abonar un suplement que s'informarà a la web.

La CAMINADA **començarà al municipi de Colldejou i acabarà al de Mont-roig del Camp**. Els/les caminadors/es que desitgin un transport d'autobús des de Mont-roig del Camp fins a Colldejou, hauran d'abonar un suplement que s'informarà a la web.

4.4. Degut al volum de participants, no es preveu inscripcions el mateix dia de la cursa.

4.5 La inscripció NO CONFIRMA la plaça si no s'ha realitzat el pagament corresponent. L'assignació de places es regirà per estricte ordre de recepció del pagament.

4.6. Només es retornarà l'import de la inscripció en cas que l'activitat no es realitzi per causes imputables a l'organització.

4.7 No està permès que els participants es canviïn els dorsals. En cas de necessitat d'un canvi de nom de dorsal i assegurança, es podrà sol·licitar



fins el 26 de gener de 2025 enviant un correu electrònic amb les dades del participant apuntat i del nou participant, al correu: [cursa4termes@celareny.cat](mailto:cursa4termes@celareny.cat) , i tindrà una despesa de 5 € per la gestió (realitzada per una empresa externa).

## 5. DORSALS

5.1. La recollida de dorsals es realitzarà em els següents llocs i horaris:

- **Divendres 07/02/2025 de 17:00 h. a 20:00 h.** a l'establiment ESPORTS ARMOBAL al C/ Cambrils, 4 de Reus, i al Pavelló Poliesportiu al C/ Aureli Maria Escarré, s/n de Mont-roig del Camp.
- **Dissabte 08/02/2025 de 11:00 h. a 13:00 h. i de 17:00 h. a 20:00 h.** al Pavelló Poliesportiu, C/ Aureli Maria Escarré, s/n de Mont-roig del Camp.
- **Diumenge 09/02/2025** al Pavelló Poliesportiu al C/ Aureli Maria Escarré, s/n de Mont-roig del Camp: *C. Marató*: De 6:00 h. a 6:30 h., *Caminada*: De 6:00 h. a 7:00 h., *C. Trail*: De 7:00 h. a 8:15 h., *C. Cadets*: De 9:00 h. a 9:30 h. i *C. Express*: De 9:20 h. a 9:50 h.

Si no es recull el dorsal en l'horari establert significarà que es renuncia a participar en la prova.

5.2. Per la recollida del dorsal és necessari identificar-se amb el DNI del/la persona inscrita, i els menors d'edat hauran de presentar una autorització signada pels pares o tutors, i la llicència federativa de la FEEC o de la FEDME si se'n posseeix. Per a la Caminada es requereix la categoria A o superior, i per la Cursa Marató / Cursa Trail / Cursa Express la categoria C o superior, i per la Cursa Cadets la seva corresponent llicència federativa.

En cas que es vulgui recollir el dorsal d'una altra persona inscrita, s'haurà de presentar el DNI, i si és el cas, també la llicència federativa de la persona a qui se li vol recollir el dorsal. S'acceptaran fotografies dels documents oficials quan el titular les hagi enviades per algun sistema de missatgeria (WhatsApp, e-mail, etc.) a la persona autoritzada per la recollir del dorsal.



5.3. És obligatori recollir el dorsal per prendre la sortida. Tots els participants tenen l'obligació de portar el dorsal íntegre, a la part davantera, en una zona ben visible, sense doblegar ni retallar. Si després de l'advertiment d'un membre de l'organització, el corredor no esmena el defecte, se sancionarà al participant.

5.4. Una vegada finalitzada l'activitat, no caldrà retornar el dorsal, però caldrà conservar-lo per accedir als serveis que s'ofereixen als participants.

## 6. HORARIS i AVITUALLAMENTS

6.1. Totes les sortides i arribades tindran lloc al Pavelló Poliesportiu de Mont-roig del Camp (C/ Aureli Maria Escarré, 3 de Mont-roig del Camp), excepte la cursa TRAIL que començarà al Castell de Pratdip (C/ Del Castell, 23), i la Caminada que començarà a la Plaça del Sitjar (zona Ajuntament) de Coldejou. Es disposarà servei de transport d'autobús per als participants d'aquestes proves que ho desitgin, realitzant un pagament suplementari a l'hora de realitzar la inscripció, que serà informat a la pàgina web.

Les hores de sortida son:

**Cursa Marató:** 7:00 h.

**Caminada:** 8:00 h. a Coldejou.

Degut a la gran nombre de participants, la sortida es realitzarà agrupada en 5 calaixos de 100 participants cada 5 minuts.

**Cursa Trail:** 9:00 h. a Pratdip.

**Cursa Cadets:** 10:00 hores.

**Cursa Express:** 10:20 hores.

6.2. El temps màxim per completar els recorregut de la Cursa Marató es de **9 hores**, tenint en compte que hi haurà uns talls de pas que estan definits a la web [www.cursa4termes.com](http://www.cursa4termes.com)

La resta de curses, s'aniran tancant a mesura que arriba als punt d'avituallament l'escombra de la Cursa Marató.

La caminada tindrà un temps màxim de realització de **5 hores**.



## 7. AVITUALLAMENTS I CONTROLS

7.1. Hi haurà diversos punts d'avituellament en què s'oferirà als participants aliments sòlids i líquids (dolços, fruita, aigua, etc.).

Com a mesura de reducció del consum de plàstic i evitar residus, NO es donaran gots pel subministrament de líquid. Per tant és normatiu que tots els participants es portin el seu propi estri d'hidratació (got, bidó, bossa d'hidratació, etc.).

Aquests avituallaments o controls estaran situats ens els punts quilomètrics següents Tots oferiran líquids i sòlids:

**Cursa Marató:** Es disposaran de 10 avituallaments i 1 a la meta.

**Cursa Trail:** Es disposaran de 5 avituallaments i 1 a la meta.

**Cursa Express:** Es disposaran de 3 avituallaments i 1 a la meta.

**Cursa Cadets:** Es disposaran de 2 avituallaments i 1 a la meta.

**Caminada:** Es disposaran de 3 avituallaments i 1 a la meta.

7.2. A l'arribada hi haurà esmorzar per a tots els participants.

## 8. CLASSIFICACIÓ

8.1. La classificació es determinarà d'acord amb el cronometratge de la cursa i tenint en compte les diferents categories.

## 9. CATEGORIES

9.1. Les categories dels participants a la Cursa seran les establertes per la FEEC en cada cursa:





## CURSA MARATÓ

### Categories

- **Absoluta O21:** Més de 21 anys

### Subcategories

- **Promesa:** 21, 22 i 23 anys
- **Sènior:** 21 a 39 anys
- **Veterà:** 40 a 49 anys
- **Màster 50:** 50 a 59 anys
- **Màster 60:** Més de 60 anys

## CURSA TRAIL

### Categories

- **Júnior:** 19 i 20 anys
- **Absoluta O21:** Més de 21 anys

### Subcategories

- **Promesa:** 21, 22 i 23 anys
- **Sènior:** 21 a 39 anys
- **Veterà:** 40 a 49 anys
- **Màster 50:** 50 a 59 anys
- **Màster 60:** Més de 60 anys

## CURSA EXPRESS

### Categories

- **Juvenil:** 17 i 18 anys
- **Júnior:** 19 i 20 anys
- **Absoluta O21:** Més de 21 anys

### Subcategories

- **Promesa:** 21, 22 i 23 anys
- **Sènior:** 21 a 39 anys
- **Veterà:** 40 a 49 anys
- **Màster 50:** 50 a 59 anys
- **Màster 60:** Més de 60 anys



## CURSA CADETS

### Categories

- **Cadets:** 15 i 16 anys

9.2. A aquest efecte es tindrà en compte l'edat del participant a 31 de desembre de l'any en curs.

9.3. L'entitat pot afegir més categories a les seves proves (exemple: corredor soci i inscrit com a **CE L'Areny**).

## **10. TROFEUS PER CURSA**

10.1. A tots el participants de la cursa se'ls hi lliurarà la bossa del corredor amb diferents obsequis.

10.2. Tindran premi els 5 primers classificats absoluts masculins i femenins, el primer classificat de cada categoria, excepte la cursa Cadets, i el primer soci i primera sòcia inscrits com a **CE L'Areny**.

En la Cursa Cadets tindrà premi els 3 primeres classificats absoluts masculins i femenins, i el primer soci i la primera sòcia inscrits com a **CE L'Areny**.

En la Caminada no es donarà cap premi per no ser competitiva.

10.3. Els premis NO seran acumulables.

10.4. L'organització de la cursa pot lliurar tots els trofeus i premis addicionals que cregui convenient.

## **11. PUNTS ITRA**

La finalització de la Marató atorgarà 2 punts ITRA i la finalització de la cursa TRAIL 1 punt ITRA. <https://itra.run/>



## 12. INFRACCIONS

12.1. Existiran dos tipus d'infraccions, lleus i greus. Les infraccions lleus es penalitzaran en temps des de 3 minuts fins a la desqualificació, aquesta penalització la determinarà el jurat de la prova. Les infraccions molt greus, significaran la desqualificació immediata del corredor.

12.2. Sancions lleus:

- a) No dur el dorsal al davant en lloc visible.
- b) Modificar la forma o composició del dorsal.
- c) Anticipar-se al senyal de sortida.

12.3. Sancions greus:

- a) Llençar deixalles fora dels llocs designats.
- b) No portar algun element del material obligatori marcat per l'organització.
- c) Utilitzar qualsevol mitjà de transport o locomoció durant tot o part del recorregut.
- d) No guardar respecte absolut a les més essencials normes esportives de companyia o de respecte a la natura.
- e) Qualsevol desconsideració amb els membres de l'organització o altres participants de la prova.
- f) Finalitzar la prova després de l'hora de tancament del control d'arribada, fixada per l'organització.
- g) Serà motiu de desqualificació, passar pels controls de pas després de l'hora de tancament del mateix.



h) Serà motiu de desqualificació no passar per tots els controls de pas que s'hagin fixat per l'organització de la prova.

i) No auxiliar a un corredor accidentat.

j) Alterar la senyalització del recorregut.

k) Participar amb el dorsal d'un altre corredor.

l) Tallar o escurçar el recorregut sortint de l'itinerari marcat quan aquest comporti un avantatge de temps per al corredor.

k) Córrer amb animals.

### **13. RETIRADES I EMERGÈNCIES**

13.1. Els participants hauran d'avisar sobre qualsevol accident al punt de control o avituallament més pròxim.

13.2. Si un participant pateix una lesió o una indisposició, els altres participants estan obligats a parar-se per ajudar-lo.

13.3. En cas d'emergència en una zona sense cobertura de telefonia mòbil, els participants estan obligats a trucar al **112**.

13.4. L'organització disposarà d'un servei motoritzat per prestar ajuda als participants que ho requereixin.

### **14. ASSEGURANÇA**

14.1. Durant el transcurs de la prova esportiva, l'organització té la responsabilitat civil i d'accidents coberta amb les corresponents assegurances que estableix l'art. 14 de l'Annex II del Reglament General de Circulació.

14.2. L'organització té contractat, segons preveu la legislació vigent, una pòlissa d'assegurança d'accidents i de responsabilitat civil que disposa dels serveis d'urgència adients.



## 15. SERVEIS ALS PARTICIPANTS

15.1. Tots els participants disposaran de servei de WC i dutxes a les instal·lacions del Pavelló Poliesportiu de Mont-roig del Camp.

15.2. S'entregarà a tots els participants un obsequi.

15.3. A l'arribada s'entregarà beguda i l'esmorzar per a tots els participants amb dorsal.

## 16. SERVEI D'AUTOBÚS

16.1. Es disposarà d'un servei de transport en autobús per als participants que participin en la **Cursa Trail**, on la sortida estarà ubicada al nucli urbà de **Pratdip**, i també pels participants de la **Caminada**, on la sortida estarà ubicada al nucli urbà de **Colldejou**.

Aquest servei serà optatiu, i que es podrà contractar en el moment de realitzar la inscripció corresponent.

16.2. El punt de sortida de l'autobús estarà ubicat al Centre de Dia, al C/ de l'1 d'octubre de **Mont-roig del Camp**, proper al Pavelló Poliesportiu.

Per poder accedir a l'autobús, prèviament s'haurà d'haver recollit el dorsal i un braçalet exclusiu per aquest servei, i mostrar-lo en el moment d'accedir a l'autobús corresponent.

16.3. Horaris de sortida de l'autobús

### **Caminada**

- Primera sortida a les 6:15: Els 125 primers dorsals que tinguin contractat el servei d'autobús.

- Segona sortida a les 7:00: La resta de participants que tinguin contractat el servei d'autobús.



## Cursa Trail

- Sortida a les 7:30: Totes participants que tinguin contractat el servei d'autobús.

### 17. LLISTA D'ESPERA DE LES INSCRIPCIONS

Una vegada s'hagin exhaurit les inscripcions, s'obrirà una llista d'espera, i aquestes s'assignaran quan es produeixin baixes d'inscripcions del mateix recorregut.

Per a l'assignació de les noves inscripcions, es contactarà via correu electrònic als membres de la llista d'espera, començant pel primer i seguint l'ordre de l'alta. Es disposarà de 24 hores per fer efectiva la inscripció. En cas que no s'hagi realitzat en aquest termini, el membre es donarà de baixa de la llista d'espera i s'oferirà la inscripció al següent membre de la llista.

Les inscripcions realitzades a través de la llista d'espera tindran un preu en funció de la data en què es realitzi, i **es rebrà com a obsequi una camiseta tècnica commemorativa enlloc de la jaqueta lleugera tèrmica BigK**, amb el mateix disseny, atès que les jaquetes lleugeres tèrmiques es van exhaurir el 08/12/2024, segons està informat en la web [www.cursa4termes.com](http://www.cursa4termes.com).

### 18. GESTIÓ DE CANVIS EN LES INSCRIPCIONS

#### 18.1. Baixes de les inscripcions

Es podran sol·licitar baixes de les inscripcions fins el **27/01/2025**.

La sol·licitud de baixes de les inscripcions s'hauran de presentar a través d'un formulari habilitat en la web [www.cursa4termes.com](http://www.cursa4termes.com) i serà necessari adjuntar un justificant de la causa de la baixa. La organització es reserva el dret d'acceptar la baixa.

Per concedir una baixa, serà necessari que en la llista d'espera hi hagi alguna sol·licitud d'alta d'inscripció, i aquesta haurà de ser del mateix circuit que la que es pretén sol·licitar la baixa.

Es retornarà l'import de la inscripció donada de baixa excepte la quantitat de 5€ en concepte de despeses de gestió.



## 18.2. Modificacions d'inscripcions

Es podran realitzar modificacions de les inscripcions fins el **27/01/2025**.

Per sol·licitar una modificació de la inscripció serà necessari presentar la renúncia voluntària, i aportar totes les dades personals necessàries de la nova persona a la que se li assignarà la inscripció.

Si aquest tràmit no comporta una gestió de la devolució de l'import de la inscripció, serà gratuït, en cas contrari, es tractarà com una baixa i tindrà un cost de 5€ en concepte de despeses de gestió.

## 19. PROTECCIÓ DEL MEDI AMBIENT

19.1. Tots els participants es comprometen a dipositar totes les deixalles a les bosses situades als diferents punts de control i a no malmetre l'entorn.

19.2. Es tracta d'una activitat que té un recorregut per paratges naturals. Demanem que sigueu respectuosos amb l'entorn i el medi ambient.

## 20. DRETS D'IMATGE

L'Organització es reserva els drets d'imatge, la realització de fotografies i vídeos de les diferents proves. Així mateix, podrà utilitzar aquest material per la realització d'anuncis, relacions públiques o per qualsevol altra finalitat periodística o de promoció de la prova o altres activitats dels organitzadors de la **Cursa 4 Termes**.

En finalitzar la inscripció, s'entén que el/la participant es considera suficientment informat/da d'aquest tractament i que accepta aquestes condicions. En qualsevol moment es pot exercir els seus drets d'accés, rectificació, oposició i cancel·lació, tot adreçant-vos a l'organització de la prova mitjançant el correu electrònic a: [cursa4termes@celareny.cat](mailto:cursa4termes@celareny.cat)

## 21. RGPD

Els participants de la cursa hauran d'acceptar tot el text contingut en l'apartat anomenat "Avis legal", referent al "Reglament General de Protecció de Dades" o "RGPD" (Reglament UE 2016/679 del Parlament Europeu i del Consell, de 27 d'abril de 2016, relatiu a la protecció de les



persones físiques, pel que fa al tractament de les seves dades personals), on dona el seu consentiment perquè l'entitat Club Esportiu L'Areny, per si mateix o mitjançant terceres entitats, tracti automàticament i amb finalitat esportiva, promocional etc., les seves dades de caràcter personal.

Els participants tenen el dret d'accés, rectificació, supressió, limitació del tractament, portabilitat i oposició de dades personals, conforme allò disposat en la Llei Orgànica 3/2018, de 5 de desembre, de Protecció de Dades Personals i garantia dels drets digitals i en el Reglament (UE) 2016/679 del Parlament Europeu i del Consell de 27 d'abril de 2016, de protecció de dades de caràcter personal (RGPD). En cas que desitgi realitzar alguna de les accions anomenades anteriorment, haurà de sol·licitar-ho per e-mail a: [cursa4termes@celareny.cat](mailto:cursa4termes@celareny.cat).

Així mateix, i d'acord amb els interessos esportius, de promoció, distribució i explotació de la CURSA 4 TERMES DE MONT-ROIG DEL CAMP per a tothom (Internet, publicitat etc..), les persones inscrites cedeixen de manera expressa, i sense límit temporal, el dret a reproduir el seu nom i cognoms, categoria, temps invertit en la realització de la cursa, categoria i la seva imatge.

## **22. POLÍTICA DE DEVOLUCIÓ**

En cas que, per inclemències del temps i/o per qüestions alienes a l'organització s'hagués d'anul·lar la cursa, els participants no tindran dret a la devolució de l'import econòmic corresponent a la inscripció. No obstant, donada aquesta circumstància, els inscrits tindran dret a rebre els premis i regals anunciats en el present reglament. S'anunciarà oportunament en la web oficial de la cursa, el termini i procediment de retirada dels premis.

Una vegada s'hagi realitzat la inscripció a la cursa, no es tindrà el dret a la devolució de l'import de la inscripció.

## **23. POLÍTICA DE DEVOLUCIÓ**

Amb la inscripció, s'accepta aquest reglament, i en cas que sorgeixi algun tipus de dubte, prevaldrà el criteri que imposi l'organització.