

# REGLAMENTO



## 1.- LUGAR

El VIII Trail Sierra de M.<sup>a</sup> Andrés y VII Trail corto Sierra de María Andrés tendrán salida y llegada en la Plaza de Santiago de La Parra (Badajoz).



## 2.- FECHA

Ambas carreras se celebrarán el 21 de enero de 2023 desde las 9:30 h.



## 3.- RECORRIDO

DESCRIPCIÓN DEL RECORRIDO DE “El VIII Trail largo Sierra de M.<sup>a</sup> Andrés” y del VIII Trail corto Sierra de M.<sup>a</sup> Andrés: *+INFO EN BREVE*

- **Trail Largo:** 22 km +900 m.
- **Trail Corto:** 13 km +600 m.



## 4.- PARTICIPACIÓN

En el VIII Trail Sierra de M.<sup>a</sup> Andrés podrán participar personas mayores de 18 años que lo deseen hasta un máximo de 100 participantes en Trail largo y 150 Trail corto.

Prueba incluida en el calendario de carreras de la Federación Extremeña de Atletismo.



## 5.- CATEGORÍAS

Se establecen las siguientes categorías:

### **VIII Trail Sierra de M.<sup>a</sup> Andrés**

· Masculina y femenina:

- Senior :18 a 34 años
- Veteran@s A: 35 a 39 años
- Veteran@s B: 40 a 44 años
- Veteran@s C: 45 a 49 años
- Veteran@s D: + 50 años

### **VII Trail corto Sierra de M.<sup>a</sup> Andrés**

·Masculina y Femenina

- Senior: 18 a 34 años
- Veteran@s A: 35 a 39 años
- Veteran@s B: 40 a 44 años
- Veteran@s C: 45 a 49 años
- Veteran@s D: + 50 años

El día de referencia para la edad de cada categoría será el que tenga el atleta el 31 de diciembre de 2024.



## 6.- INSCRIPCIONES

Las inscripciones se formalizarán por en la página web [www.pulsaciones.net](http://www.pulsaciones.net) , como máximo hasta el jueves 18 de enero de 2024, a las 23:59 horas.



## 7.- CUOTAS

Se establecen las siguientes cuotas de inscripción:

### **VIII Trail Largo Sierra de María Andrés**

La cuota de inscripción será:

- Del 16 de octubre de 2023 al 16 de noviembre de 2023, la cuota será de 18 €

- Del 17 de noviembre de 2023 al 17 de diciembre de 2023, la cuota será de 20 €
- Del 18 de diciembre de 2023 al 14 de enero de 2024, la cuota será de 25 €
- Días restantes hasta cierre de inscripciones, la cuota será de 30 €

### **VII Trail Corto Sierra de María Andrés**

La cuota de inscripción será:

- Del 16 de octubre de 2023 al 16 de noviembre de 2023, la cuota será de 15 €
- Del 17 de noviembre de 2023 al 17 de diciembre de 2023, la cuota será de 17 €
- Del 18 de diciembre de 2023 al 14 de enero de 2024, la cuota será de 22 €
- Días restantes hasta cierre de inscripciones, la cuota será de 30 €

No se devolverá ninguna cuota de inscripción ni se realizarán cambios de titular después del cierre de inscripciones.



## **8.- RECOGIDA DE DORSALES**

El dorsal será facilitado por la organización, Uno por corredor, ningún corredor podrá realizar la prueba con el dorsal de otro.

Para la recogida de los dorsales, los organizadores exigirán a los participantes la presentación de los siguientes documentos de forma obligatoria:

- DOI (Documento Oficial de Identidad: pasaporte, DNI, carnet de conducir...) o documento equivalente para extranjeros. Edad mínima 18 años.



## **9.- CONTROL DE LA COMPETICIÓN**

El control de la competición se hará por parte de:

Comité de jueces de la federación extremeña de atletismo.

Estas personas, delegado y jueces árbitros, constituyen el Comité de Carrera.



## **10.- MATERIAL Y EQUIPAMIENTO**

Para participar en la prueba cada deportista deberá llevar consigo el material siguiente:

- Zapatillas de Trail running con buen agarre, suela con dibujo y parte superior con elementos de fijación que mantengan la zapatilla bien sujeta al pie y que lo proteja enteramente hasta debajo del tobillo.
- Chaqueta cortavientos y manga larga de la talla correspondiente al corredor/a, en caso de condiciones meteorológicas desfavorables y siempre que así lo decida el comité de carrera, anunciándolo previamente en la página de la carrera y esa misma mañana antes de la salida.



## **11.- SUPERVISIÓN Y CONTROL DE DORSALES, MATERIAL Y AVITUALLAMIENTO**

Antes de entrar en el recinto de salida se procederá al control del dorsal y del material. A todos los participantes que no cumplan con los requisitos referidos al material y expuestos en el apartado anterior se le impedirá la participación en la prueba. En todos los controles podrá ser supervisado el material autorizado por la organización, será motivo de descalificación inmediata la manipulación o cesión del dorsal.

Está terminantemente prohibido recibir ayuda o avituallamiento durante el desarrollo de la prueba (exceptuando los puntos dispuestos por la organización), de cualquier persona sea competidor o no.

Podrá ser recibida ayuda, según el punto anterior y en un radio de más o menos 100 metros antes y después del punto dispuesto por la organización. No pasar por el control de dorsales será descalificación del corredor, recordar llevar siempre el dorsal visible en el pecho.



## **12.- SEÑALIZACIÓN**

El recorrido estará debidamente señalizado con marcas blancas de yeso y/o pintura en el suelo y cinta de balizamiento bien visibles y con referencias kilométricas cada 2 kilómetros.

**Importante:** No hacer caso a otro tipo de señales que puedan observarse especialmente en algunos tramos pintura de color rojo o cinta de color rojo y blanco, o naranja.



## **13.- CONTROLES**

En la prueba existirán 4 controles de paso obligatorios para todos los participantes.

Éstos serán secretos y consensuados entre el organizador y el delegado.



## **14.- AVITUALLAMIENTOS**

Está prohibido el avituallamiento y la ayuda durante el desarrollo de la competición de cualquier persona sea competidor o no, exceptuando los servidos por la organización y/o los autorizados por el Comité de Carrera en las zonas previstas.

La prueba larga contará con 6 avituallamientos repartidos por todo el recorrido:

- Avituallamiento 1.- km 4 SÓLIDO LIQUIDO
- Avituallamiento 2.- km 7 SÓLIDO LÍQUIDO
- Avituallamiento 3.- km 10 SÓLIDO LÍQUIDO
- Avituallamiento 4.- km 14 SÓLIDO LÍQUIDO
- Avituallamiento 5.- km 18 SÓLIDO LIQUIDO
- Avituallamiento 6.- Post-Meta

El VIII Trail corto Sierra de M.<sup>a</sup> Andrés hará uso del avituallamiento 1, 2 y 3. Además tendrá avituallamiento final.



## **15.- TIEMPO LÍMITE**

El tiempo límite de realización del recorrido será de 5 Horas para la VIII Trail Sierra de María Andrés y de 3h00min para VII Trail corto Sierra de M.<sup>a</sup> Andrés.

El Comité Organizador podrá retirar previamente de la prueba a los corredores que hayan infringido este reglamento, no haya completado el recorrido marcado, no lleve el dorsal reglamentario de forma bien visible, desatienda las indicaciones de los organizadores o mantenga una actitud poco deportiva hacia los demás corredores.

Para ello, existirán corredores escobas que actuarán como cierre de carrera. Todos aquellos participantes que se vean afectados por una decisión de descalificación deberán hacer entrega del dorsal en el puesto de control más cercano y abandonar la prueba atendiendo a las indicaciones de los miembros de la organización.

Asimismo, los corredores que deseen retirarse de la competición, podrán realizarlo en cualquier punto de control o avituallamiento entregando el dorsal. En caso de urgencia podrán retirarse en cualquiera de los avituallamientos.

En caso contrario salvo por fuerza mayor, la organización no se hace responsable de la evacuación del atleta hasta la meta.



## **16.- PREMIOS**

Todos los participantes tendrán de regalo la bolsa del corredor.

Las personas que no recojan su premio en la entrega de trofeos perderán el derecho al mismo.

Se establecen los siguientes premios:

**VIII Trail Sierra de María Andrés**, tanto para la categoría femenina como masculina:

- Premios para los tres primeros clasificados de cada categoría.
- Premios para los tres primeros clasificados locales (se entiende local todo aquel, natural y/o empadronado en La Parra).
- Trofeo para los tres primeros clasificados de la general.
- Obsequio para el primer corredor de la categoría inclusiva.

**VII Trail Corto Sierra de María Andrés**, tanto para la categoría femenina como masculina:

- Premios para los tres primeros clasificados de cada categoría.
- Premios para los tres primeros clasificados locales (se entiende local todo aquel, natural y/o empadronado en La Parra).
- Trofeo para los tres primeros clasificados de la general. Los premios no serán acumulativos.



## **17.- TEMPORALIZACIÓN DE LA PRUEBA**

Domingo 21 de Enero 2024.

07:30-9:00 h.: Entrega de dorsales en la Plaza de Santiago.

09:20 h.: Llamada a los corredores al recinto de salida (Plaza de Santiago) y últimas instrucciones

9:30 h.: Salida del VIII Trail largo y corto Sierra de M.<sup>a</sup> Andrés.

14:00 h.: Entrega de premios en la Plaza de Santiago



## **18.- SERVICIOS A LOS PARTICIPANTES**

Además de la contratación de los seguros de Responsabilidad Civil y Accidentes, la organización dispondrá de los siguientes servicios:

- Asistencia Sanitaria: La organización contará con una ambulancia y un médico, además de dos vehículos de evacuación y de apoyo. El participante autoriza a los servicios sanitarios de la prueba, a que le practiquen cualquier cura que pudiera necesitar, estando o no en condiciones de solicitarla; ante sus requerimientos, se compromete a abandonar la prueba en la que participa si ellos lo estiman

necesario para su salud. Estos servicios permanecerán en la zona de meta, hasta la finalización de todos los actos.

- Avituallamientos (5) durante la prueba.
- Avituallamiento final: Todos los atletas que hayan finalizado la prueba tendrán un avituallamiento final.



## **19.- MEDIO AMBIENTE**

La carrera transcurre por un entorno natural de gran belleza, por lo que será obligación de todos conservar el entorno estando terminantemente prohibido arrojar desperdicios fuera de las áreas de control.

Para ello se colocarán contenedores de basura hasta una distancia máxima de 100 metros desde el puesto de avituallamiento.

Será motivo de descalificación el incumplimiento de esta norma por parte de los corredores.



## **20.- SEGURIDAD**

La organización se reserva el derecho de desviar la carrera por un recorrido alternativo y realizar las modificaciones necesarias que considere en función de los diferentes condicionantes, así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas lo obligan o por fuerza mayor. Siempre previo acuerdo del Comité de Carrera.



## **21.- AUXILIO EN ACCIDENTES**

Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados que necesiten ayuda, así como a informar de cualquier percance en los controles de paso.



## **22.- DERECHOS DE IMAGEN**

La aceptación del presente reglamento implica obligatoriamente que el participante autoriza a la organización, a la grabación total o parcial de su participación en la misma, presta su consentimiento para que pueda ser utilizada su imagen en la promoción y difusión del evento, de todas las formas posibles (vídeo, foto, DVD, internet, carteles, medios de comunicación, etc...).



## **23.- COMPORTAMIENTO GENERAL DE LOS COMPETIDORES**

Todo corredor solicitado tiene que prestar socorro a otro participante que esté en peligro o accidentado, estando obligado a comunicarlo al control más cercano inmediatamente. La privación de auxilio será penalizada con la descalificación inmediata.

Es obligación de cada competidor llevar sus desperdicios, latas, papeles, etc. hasta la llegada o lugares señalados por la organización. Un bastón roto durante la competición podrá ser entregado en un control. El corredor que no los deposite o los tire en una zona no preparada, será descalificado. La organización establecerá medidas para que se cumpla el reglamento en este punto actuando de forma rígida e inflexible con aquellos que no cumplan dicha circunstancia.

Todo corredor deberá realizar el recorrido marcado por la organización, no respetarlo o no pasar por alguno de los controles establecidos, será causa de penalización o descalificación.

Los participantes, durante el recorrido, deberán seguir en todo momento las instrucciones de los miembros de los controles.

Los participantes deberán someterse a los controles del dopaje que se les solicite.

Los competidores deben comportarse deportivamente en todo momento y mostrarse respetuosos con los demás deportistas, jueces, supervisores, controles y miembros de la organización, recordar también que no será posible la entrada en meta con niños, animales..etc.

Todo participante debe ser conocedor y respetar el presente REGLAMENTO DE COMPETICIÓN aceptando las modificaciones que pueda adoptar el Comité de Carrera por causas ajenas a la organización, antes y/o durante la competición.

Un corredor podrá retirarse de la prueba siempre que él lo desee, pero lo deberá realizar de acuerdo con los puntos siguientes:

Se retirará en un control de paso o en un avituallamiento y entregará el dorsal.

El competidor asume toda su responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado (Revisar apartado 28 de este reglamento).



## **24.- PENALIZACIÓN O DESCALIFICACIÓN DE UN CORREDOR**

Se producirá la penalización o descalificación de un corredor o un equipo cuando incurra en cualquiera de los puntos indicados a continuación:



- No respetar el itinerario balizado o señalización de recorrido para atajar = De 1' a descalificación.
- Recibir ayuda o avituallamiento fuera de las zonas permitidas (excepto auxilio) de cualquier persona sea competidor o no = 3 minutos a descalificación.
- Rehusar a llevar puesto el dorsal o recortarlo = descalificación
- Rehusar, quitar o cambiar las marcas del material puestas por la organización = descalificación.
- Reincidir dos veces el mismo corredor en una salida falsa = descalificación.
- Tirar desperdicios durante el recorrido = 3 minutos a descalificación.
- Sustituir algún material obligado por la organización = descalificación.
- Impedir ser adelantado u obstaculizar voluntariamente a otro corredor = 3 minutos a descalificación.
- No llevar el material requerido por la organización en cada control = 3 minutos a descalificación.
- No hacer caso a las indicaciones de la organización y árbitros = 3 minutos a descalificación.



## **25.- DESCALIFICACIÓN CON POSIBLE SANCIÓN**

Incurrir en lo siguiente supondrá la descalificación inmediata del corredor y podría suponer una sanción disciplinaria para el competidor:

- No participar, sin causa justificada, en la ceremonia oficial de entrega de premios.
- Provocar un incidente deportivo (agresión o insulto) a un competidor, miembro de la organización, del equipo arbitral o espectador.
- Provocar un accidente de forma voluntaria.
- Dar positivo en el control de dopaje



## **26.- ABANDONOS Y LESIONES**

Los corredores están obligados a informar a la organización o delegados de su abandono o lesión, por ello deben entregar su dorsal en los controles o avituallamientos y en última instancia en la mesa de control de cronometraje, informando al delegado principal de la circunstancia por la cual abandonan.

Es de vital importancia este hecho, en primer lugar, para no buscar por la montaña a una persona que no está perdida y, en segundo lugar, para que la organización tenga constancia de su lesión y pueda ser tratado debidamente.

La organización no se hará cargo de la atención médica de los participantes que no informen al delegado principal de una lesión ocasionada en la prueba. Por ello deben acudir a la mesa de crono a informar al delegado de manera obligatoria, en caso contrario la organización no podrá facilitar dicha atención posterior.

## **27.- ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO**

Todos los participantes por el hecho de formar parte en esta prueba, aceptan el presente reglamento, el desconocimiento de los mismos, no exime al competidor de su cumplimiento.