# REGLAMENTO

# VI. GR 322 Nafarroa Xtrem 68K 2023

## 1. FECHA Y LUGAR

La carrera por montaña GR 322 NAFARROA XTREM, en adelante **NX68**, con un recorrido de 68 km y 4000 metros de desnivel positivo, se celebrará el **sábado 29 de abril de 2023, a las 7:30h**, con salida y llegada en el polideportivo de Zubiri (Esteribar, Navarra).

## 2. RECORRIDO

**NX68** discurre por GURRUTXAGA - ZOTARAL -LIZARTXIPI- ADI- URKIAGA-ARTESIAGA-SAIOA-ZURIAIN-ARITZU-ARTZEKI-GOITEAN-IRAGI-BARATXUETA Y USETXI.

## 3. PARTICIPACION

Podrán participar todos los atletas, montañeros o deportistas, federados o no federados, mayores de 18 años que lo deseen, siempre que se atengan a lo indicado en este reglamento. La Organización recomienda a los participantes someterse a un reconocimiento médico previo a la prueba, aceptando todo participante el riesgo derivado de la actividad deportiva.

## 4. MATERIAL OBLIGATORIO

El material obligatorio podrá ser requerido por la Organización en el control de dorsales y en cualquier otra parte del recorrido. Todos los corredores estarán obligados a someterse a dicho control bajo pena de sanción o descalificación de la carrera.

En caso de no llevar todo el material obligatorio, la Organización podrá no permitir la salida a los corredores u obligar a la retirada durante la carrera.

## 4.1 MATERIAL OBLIGATORIO NX68K

4.1.1 Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga

4.1.2. Gorra o buff

4.1.3. Frontal o linterna con pilas de repuesto

4.1.4. Manta térmica o de supervivencia, mínimo 1,20 X 2,10

4.1.5. Mochila con contenedor para reserva de agua, mínimo 1 litro

4.1.6. Teléfono móvil con el número de la Organización (que se facilitará por mail la semana previa) guardado y batería cargada.

4.1.7. Comida con nº de dorsal marcado en los envoltorios

4.1.8. Vaso o recipiente reutilizable de 15 cl mínimo para los avituallamientos

4.1.9. Dispositivo GPS con el track oficial de la última versión del recorrido

**EN CASO DE MALA METEOROLOGÍA**

4.1.9. Chaqueta con capucha de membrana impermeable y transpirable

4.1.10. Pantalones o mallas, mínimo por debajo de las rodillas

4.1.11. Segunda capa térmica

4.1.12. Guantes

**Material recomendable NX68K:**

4.1.13. Luz roja posición trasera

4.1.14. Silbato

4.1.15. Brújula

4.1.16. Gafas y crema solar

4.1.17. Bastones

## 5. DESCALIFICACIONES

| **FALTA COMETIDA** | **PENALIZACIÓN – DESCALIFICACION** |
|---|---|
| Atajar el recorrido | A juicio de la dirección de carrera |
| No disponer de material obligatorio de seguridad: (ninguna reserva de agua de una capacidad mínima de 1 litro, Sin chaqueta cortavientos con capucha o inpermeable si la organización lo exige, Sin ninguna linterna, Sin la manta de supervivencia, Sin teléfono móvil) | Descalificación inmediata |
| Otra ausencia de material obligatorio: | Penalización 15 min |
| Negarse a un control del material obligatorio | Descalificación |
| Tirar voluntariamente desperdicios (el corredor o alguno de su entorno) | Penalización 15 min |
| No respetar a las personas (organización o corredores) | Penalización 30 min |
| No asistencia a una persona en dificultad (que necesite ayuda) | Penalizacion 1 hora , e imposibilidad de inscribirse otra edición. |
| Recibir asistencia fuera de las zonas autorizadas | Penalización 30min |

| FALTA COMETIDA | PENALIZACIÓN – DESCALIFICACION |
|---|---|
| Ser acompañado por algún no participante en el recorrido fuera de las zonas indicadas en los avituallamientos. | Penalización 10 min |
| Hacer trampas (ej.: Utilización de un medio de transporte, pasar el dorsal a otro corredor,…) | Descalificación inmediata y para siempre |
| No llevar la comida o los geles marcados con el número de dorsal | Penalización de 1 hora |
| Actitud peligrosa (ej.: bastones con las puntas no protegidas orientadas hacia los otros corredores o los espectadores) | Penalizacion 15 min |
| Falta del chip de control | Según decisión de la dirección de carrera |
| Falta de paso por un punto de control | Según decisión de la dirección de carrera |
| No obedecer una orden de la dirección de la carrera, de un jefe de puesto de control, de un médico o de un enfermero. | Descalificación |
| Salida de un puesto de control después de la hora limite | Descalificación |

## 6. CATEGORÍAS

Cumplidos en el año de referencia.

### 6.1. MASCULINA

6.1.1. Absoluta, mayores de 18 años.

### 6.2. FEMENINA

6.2.1. Absoluta, mayores de 18 años

## 7. PREMIOS

Los premios serán acumulables.

### 7.1 CAMPEONATO INDIVIDUAL DE CADA PRUEBA FEMENINA Y MASCULINA.

1º. Txapela y jamón.

2º. Trofeo.

3º. Trofeo.

## 8- INSCRIPCIONES

Hasta un máximo de 600 corredores, se realizarán a través de Internet en la web www.nafarroaxtrem.com

- Del **11/11/2022 hasta el 11/12/2022: 70€ federados**, no federados en la Federación de Montaña +5€
- Del el **11/12/2022 hasta el 11/02/2023: 75€ federados**, no federados en la Federación de Montaña +5€.
- Del el **11/02/2023 hasta el 11/04/2023: 80€ federados**, no federados en la Federación de Montaña +5€.
- Superada esta fecha o agotados dorsales, se abrirá lista de espera.
- La organización podrá cambiar el tope de dorsales disponibles en función de la demanda o si lo considera oportuno por algún otro motivo.
- A la hora de retirar el dorsal, se debe **acreditar la licencia de la Federación de Montaña**, y en caso de no poder acreditarse, se abonarán 5 euros para poder retirar el dorsal.

El importe de la inscripción da derecho a:

-Participar en la prueba.

-Seguro de responsabilidad civil y de accidentes.

-Hacer uso de las instalaciones habilitadas por la Organización para los participantes,

-Bolsa del corredor.

-Comida popular al finalizar la prueba.

## 8.1. ANULACIÓN DE INSCRIPCIÓN

Las solicitudes de anulación de inscripción y devoluciones, se realizarán por mail a nafarroaxtrem@gmail.com indicando el nombre, apellidos y la prueba de la que quiere darse de baja.

Se establecen tres plazos de devolución:

**-Hasta el 11 de diciembre del 2021, se devuelven 50 euros**

**-Hasta el 11 de febrero del 2023, se devuelven 45 euros**

**-Hasta el 11 de abril del 2023, se devuelven 40 euros**

Superada la fecha del **11 de abril del 2023**, **no se efectuarán anulaciones de inscripciones**, salvo suspensión de la prueba, en cuyo caso se devolverá en **función de los gastos ya generados** hasta el momento de la suspensión.

## 8.2. CAMBIO DE MODALIDAD

Se podrá solicitar el cambio de modalidad **siempre y cuando las inscripciones estén abiertas y queden plazas libres en la prueba en la que se quiere participar**.

El cambio deberá solicitarse enviando un correo a www.nafarroaxtrem.com indicando nombre, apellidos, la modalidad a la que está inscrit@ y la modalidad a la que se quiere cambiar.

El corredor/a que solicite el cambio deberá tener en cuenta los siguientes requisitos.

-La fecha límite para solicitar el cambio de modalidad será el **11/04/2023 siempre y cuando las inscripciones estén abiertas**

-En caso de que el cambio sea a una prueba “mayor”, se completará la diferencia de precio.

-Los cambios realizados a una prueba “menor” no supondrán abono económico para el/la corredor/a.

### 8.3. CAMBIO DE TITULARIDAD O TRASPASO DE DORSAL

Los cambios de titularidad se podrán realizar hasta el 11 de abril del 2023 siempre y cuando las inscripciones estén abiertas y no se haya cubierto el cupo de inscritos.

Las solicitudes se realizarán por mail a www.nafarroaxtrem.com

Los cambios de titularidad no darán opción de modificar el talaje en la prenda regalo, ya que el pedido estará hecho para entonces.

.

## 8.4 CAMBIO DE TALLA EN LA PRENDA DE LA BOLSA

Se podrán realizar cambios de talla de la prenda regalo antes del 11/04/2023. Tendrá que ser el participante interesado quien edite el cambio desde la plataforma de inscripciones RTS.

## 9. SEÑALIZACIÓN

El **recorrido** en su totalidad, está señalizado con marcas permanentes de la **GR 322 (Nafarroa xtrem)**, que ha sido revisado y homologado por la Federación Navarra de Montaña y Escalada.

Con la señalización permanente se pretende eliminar los elementos de marcaje habituales como son cintas o banderines, evitando así el plástico y la sobre señalización.

En la web de la federación navarra de montaña podréis encontrar una guía del tipo de balizamiento utilizada en todos los GRs del estado, incluido el GR322.

### 9.1 TIPOLOGÍA DE SEÑALES

A continuación, se describe el tipo de marca que se utiliza para señalizar la GR 322, manteniendo el formato marcaje del resto de Grandes Recorridos (GR) del estado con la que la mayoría de los montañer@s y corredor@s de montaña están familiarizados.

**9.1.1-Señales en elementos del recorrido**:

Principalmente serán pinturas en rocas, árboles, paredes y mobiliario urbano.

**-Marca de Continuidad:** dos trazos paralelos, blanco el superior y del color de la categoría del sendero al que corresponda el inferior. Se utiliza para indicar cuál es el camino correcto.

**-Marca de Dirección equivocada:** composición en aspa con un trazo en blanco, superpuesto a otro del color de la categoría del sendero al que corresponda el inferior. Se utiliza para indicar cuál es el camino incorrecto.

**-Marca de Cambio de dirección:** dos trazos paralelos verticales en ángulo simulando el giro del sendero; el trazo en blanco ha de envolver al del color que corresponda por categoría de senderos. Se utiliza para avisar de manera extraordinaria de la cercanía de un cruce donde hay que hacer un giro destacado.

### 9.1.2-Otros elementos de señalización:

Además de la simbología ya descrita, pintada en elementos del entorno existe señalización en **otros soportes como estacas, postes, flechas, balizas, paneles etc**…con la simbología característica de la GR.

Estas señales sirven de refuerzo en cruces de caminos, cruces con otras GRs o en los lugares de mayor complejidad.

## 10. DISPOSITIVO DE NAVEGACIÓN

La señalización GR será **revisada, reforzada y repintada** en fechas previas a la carrera, aun así, como elemento de apoyo será obligatorio que todos l@s participantes **lleven y sepan manejar un dispositivo gps** (sea reloj, móvil o aparato gps) con el track oficial del recorrido, que será facilitado (en formato gpx y también en su última versión de wikiloc) desde la web

*nafarroaxtrem.com.* (*Evitar descargar versiones de otros años y de otros autores, ya que pueden suponer modificaciones en el trazado)

## 11. AVITUALLAMIENTOS

Se dispondrán de puntos de avituallamiento **sólidos y líquidos,** en estos puntos se ofrecerán a los participantes productos energéticos e hidratantes.

Habrá un punto de **avituallamiento más en meta** y debe tenerse en cuenta que el número de avituallamientos podrá ser modificado.

La ubicación exacta de los puntos estará a disposición de los corredores en la web de la carrera.

## 12. AYUDA EXTERNA

Está terminantemente prohibido recibir ayuda, material o avituallamiento durante el desarrollo de la prueba **excepto en los puntos de avituallamiento establecidos por la Organización**, de cualquier persona sea competidor o no.

E l **Comité de Carrera** podrá descalificar, obligar a retirarse de la carrera o sancionar con dos horas de tiempo en la clasificación a todo participante reciba ayuda, material o avituallamiento.

## 13. CONTROLES Y TIEMPOS DE PASO

La Organización situará controles de paso de corredores, a su criterio, según la seguridad, estrategia y accesos. También podrá poner controles secretos, a criterio de la Organización, siendo obligatorio el paso por los mismos.

La Organización podrá marcar un tiempo máximo de paso para los controles, según los criterios que crean convenientes, teniendo como referencia una velocidad mínima de entre, 4 a 5 kilómetros por hora. Estos tiempos máximos deberán de ser calculados, para permitir a los participantes completar la carrera

dentro del tiempo máximo, incluyendo eventuales paradas de descanso y comidas.

El **tiempo máximo** de entrada en meta será de 14 horas para el recorrido de 68km

En cualquier caso, los responsables de la Organización tendrán la potestad para retirar de la prueba a los corredores que no cumplan con las expectativas de los tiempos establecidos para los controles de cronometraje, así como a cualquiera que haya infringido las normas de la prueba, 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.

**Tiempos de corte NX68K**

| | km | Desnivel+ | Desnivel- | Tiempo corte | Hora real |
|---|---|---|---|---|---|
| **Zubiri** | 0,00 | 0,00 | 0,00 | / | 7:30 |
| **Urkiaga** | 18,54 | 1199 | 795 | **3:35** | 11:05 |
| **Artesiaga** | 27,60 | 1656 | 1207 | **5:05** | 12:35 |
| **Aritzu** | 46,00 | 2736 | 2630 | **9:00** | 16:30 |
| **Iragi** | 58,05 | 3589 | 3331 | **11:30** | 19:00 |
| **Zubiri** | 68,29 | 4071 | 4062 | **14:00** | 21:30 |

## 14. CRONOMETRAJE

El cronometraje de la carrera se llevará a cabo mediante chip, los participantes dispondrán de 30 minutos desde la publicación de las clasificaciones para cualquier tipo de reclamación, a partir de la cual se harán oficiales los resultados.

## 15. DORSALES

Los participantes deberán llevar en todo momento los dorsales facilitados por la Organización y enseñarlos en los controles a los voluntarios de Organización allí presentes. Los dorsales no se pueden recortar, doblar ni modificar.

## 16. CONSIGNA

La Organización ofrecerá servicio de consigna a todos los participantes en la zona de salida/meta.

## 17. MEDIO AMBIENTE

La carrera se desarrolla en su mayor parte por parajes de excepcional belleza natural, por lo que será **obligación de todos** preservar el entorno estando totalmente prohibido arrojar desperdicios al suelo.

A tal efecto se colocaran contenedores de basura al final de cada punto de avituallamiento. Será obligatorio el uso del sistema de reciclaje ofrecido por la Organización. Será motivo de descalificación el incumplimiento de esta norma elemental por parte de los corredores.

Todos los participantes tienen la obligación de poner su **número de dorsal** en cada recipiente o envoltorio que vayan a utilizar, tales como barritas energéticas, bebidas, geles, etc. La Organización se reserva el derecho de poder revisar en puntos de control tal medida.

En el caso de que la Organización encuentre algún envoltorio en el recorrido podrá sancionar al corredor.

## 18. ASISTENCIA SANITARIA

La Organización dispondrá de servicios de socorro y salvamento en los puntos más estratégicos del recorrido. Asimismo, ofrecerá en meta servicios de duchas, aseo y atención médica de primeros auxilios para los deportistas que tuvieran alguna necesidad excepcional.

## 19. SEGURIDAD

La Organización se reserva el derecho a **desviar la carrera por un recorrido alternativo** y realizar las modificaciones que considere necesarias 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**.

## 20. AUXILIO EN ACCIDENTES

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

## 21. RESPONSABILIDAD

La Organización se hará responsable de aquel accidente que se registre dentro del circuito, pero declina toda responsabilidad en caso de accidente y negligencia del corredor. Los participantes serán responsables de todo perjuicio que puedan causarse a sí mismos y a terceros.

## 22. DERECHOS DE IMAGEN

Todo participante autoriza a la Organización y a sus patrocinadores a utilizar y publicar libremente toda fotografía o vídeo grabado en el contexto de la carrera ilimitadamente.