REGLAMENTO

PEÑALARA VERTICAL TRAIL 2024

La inscripción en el Peñalara Vertical Trail 2024 implica la aceptación y el cumplimiento del presente reglamento, así como el de la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo de Castilla y León (FDMESCYL). En caso de duda o discrepancia, prevalecerá lo estipulado en este último.

1. CARACTERÍSTICAS DEL PEÑALARA VERTICAL TRAIL

1. Fecha y lugar: El Club DLC Trail Team, en colaboración con la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo de Castilla y León (FDMESCYL) y el Ilmo. Ayuntamiento de El Real Sitio de San Ildefonso (Segovia), organizan el XI Peñalara Vertical Trail 2024. Dicha prueba se celebrará el día 28 de septiembre de 2024 en dicha localidad, con salida a partir de las 9:00 horas de la Plaza de los Dolores.

2. Recorrido: Por limitaciones medioambientales el recorrido de ida y vuelta será el mismo. Asciende desde la localidad del Real Sitio de San Ildefonso hasta la cumbre de Peñalara (2.428m). Este recorrido tiene una longitud aproximada de 10 Km (20 Km ida y vuelta) y un desnivel positivo total de 1.250 m.

3. Modalidades y tramos cronometrados. Habrá dos tramos cronometrados y una única inscripción, con derecho a salir en los dos listados de clasificaciones: el Kilómetro Vertical y el trail.

El tramo cronometrado del kilómetro vertical será únicamente el comprendido entre el Km 2,1 (Rincón del Abuelo) y el Km 9,3 (cumbre de Peñalara), contando con 7,2 km de longitud y 1.150 m de desnivel positivo.

Tras llegar al punto de control de la cumbre los corredores iniciarán el camino de regreso a la meta por el mismo recorrido. El tramo desde la salida del Rincón del abuelo a meta, pasando por la cima del Pico Peñalara, será el tramo cronometrado del Trail con un total de 20 km y un desnivel positivo de 1250 y negativo de 1350.

La peculiaridad de ésta prueba es que todos los corredores, saldrán a las 9:00 horas de la Plaza de los Dolores de la Granja de San Ildefonso de manera neutralizada y calentando hasta el punto de inicio cronometrado, en el rincón del abuelo, punto en el que se tomará la salida en masa a las 9:30 y todos los corredores y corredoras participarán y recorrerán tanto en el Kilómetro Vetrical, campeonato de Castilla y León de Carreras Verticales, de manera individual y por equipos, como en el Trail, y aparecer en ambas clasificaciones. Cada uno elegirá su estrategia de carrera para el Kilómetro Vertical, para el trail o para ambos. Obligatoriamente todos los corredores deberán pasar por meta, para entregar el chip.

En la categoría Cadete el final del tramo cronometrado estará situado en el km 5,1 (Raso del Pino), de tal forma que para esta categoría el tramo cronometrado contará con 3 km de longitud y 460 m de desnivel positivo. Con salida en el Rincón del abuelo y meta en las antenas del Raso del pino.

En función de las limitaciones medioambientales que el gestor del Parque Nacional pueda establecer para el día de la carrera, o de otros motivos que puedan afectar a la seguridad de los participantes (p.ej. meteorología adversa), la organización podrá acortar o modificar el recorrido, neutralizar e incluso suspender la carrera. Estas modificaciones se comunicarían a la mayor brevedad posible en la página web de la carrera (www.peñalaraverticaltrail.com), en redes sociales, en la entrega de dorsales y a través de la megafonía en la zona de salida.

4. Dificultad técnica: El recorrido transcurre en un 30% por pistas forestales/arrastraderos, un 68% por senderos, y un 2% por roquedos (en la zona de cumbres). Es en esta última zona donde se encuentran los dos tramos de mayor dificultad técnica del recorrido, donde será necesario extremar la precaución, especialmente al adelantar o cruzarse con otros corredores:

- Tramo I, Risco de Los Pájaros: (Km 8,5) ascenso por roca de unos 200 metros de longitud, con unos 50º de inclinación máxima, que precisa del uso de las manos para la progresión (Grado I-II, buenos agarres, sin cadenas ni cuerdas fijas).
- Tramo II, Cresta de Claveles: (Km 8,9) zona horizontal de 200 metros de longitud entre grandes bloques de granito, que precisa el apoyo de las manos para guardar el equilibrio (Grado I-II).

Esta carrera se desarrolla por zonas abruptas de difícil acceso donde aumenta el riesgo de accidente y es más difícil el rescate. Con su inscripción cada participante asume y comprende estos riesgos y declara contar con la capacidad, la preparación y los conocimientos necesarios para hacer frente a los mismos, así como tener el nivel de entrenamiento, salud y condición física necesarios para afrontar el kilometraje, desnivel y dificultad técnica de la carrera. Formalizar la inscripción implica la declaración responsable por parte del corredor de contar con las capacidades mínimas requeridas para esta prueba.

5. Participación: La participación en esta prueba es libre y voluntaria. Podrán hacerlo atletas, montañeros o deportistas a partir de 15 años (cumplidos en 2024), federados o no, hasta un máximo de 400 corredores, siempre que estén correctamente inscritos en tiempo y forma, cumplan todo lo establecido en este reglamento y cuenten con la capacidad, preparación y conocimientos necesarios para hacer frente a una prueba de este tipo (ver punto anterior).

6. Campeonato FDMESCYL: La prueba será Campeonato de Castilla y León de carreras verticales por clubes (2024), organizado por la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo de Castilla y León (FDMESCYL). Por ello, la prueba estará sujeta al reglamento marcado por FDMESCYL para este tipo de competición, prevaleciendo lo que en él se establece.

7. Categorías:

En las pruebas de la FDMESCYL los participantes estarán divididos en las categorías y sub categorías siguientes:

- Categoría Cadete, Masculina y Femenina:

  La categoría cadete incluye a los participantes masculinos y femeninos de 15 y 16 años, es decir que no cumplan los 17 años el año de referencia.

- Categoría Juvenil, Masculina y Femenina:

  La categoría juvenil incluye a los participantes masculinos y femeninos de 17 y 18 años, es decir que no cumplan los 19 años el año de referencia.

- Categoría Júnior, Masculina y Femenina

  La categoría junior incluye a los participantes masculinos y femeninos de 19 y 20 años, es decir que no cumplan los 21 años el año de referencia.

- Categoría Promesa

  La categoría promesa incluye a los participantes masculinos y femeninos de 21, 22 y 23 años, es decir que no cumplan los 24 años el año de referencia.

- Categoría Absoluta, Masculina y Femenina:

  Incluye a los participantes masculinos y femeninos a partir de 24 años cumplidos el año de referencia.

  o Subcategorías Veterano A, B y C, Masculina y Femenina:

  - Sub categoría veterana A incluye a los participantes masculinos y femeninos de 40 a 49 años que no cumplan los 50 el año de referencia.
  - Sub categoría veterana B incluye a los participantes masculinos y femeninos de 50 a 59 años que no cumplan los 60 el año de referencia.
  - Sub categoría veterana C incluye a los participantes masculinos y femeninos a partir de los 60 años cumplidos el año de referencia.

Como novedad, y para los más pequeños, en esta edición del 2024 presentamos el “Vertical Kids Peñalara”

Es una carrera por montaña diseñada para los más pequeños de la casa. Está carrera para niños, es una prueba más dentro del evento Peñalara Vértical Trail y que nace con la ilusión de promociónar este deporte a los más pequeños.

Las edades comprendidas serán desde los 5 hasta los 12 años. (Es decir que se cumplan en el año en curso. Nacidos en 2019 al 2012)

A las 9:30h, se realizará una salida conjunta de todos los niños, desde la Plaza de los Dolores para recorrer un primer tramo neutralizado no competitivo, que será guiado por los monitores y padres que quieran acompañar a los más pequeños, de aproximadamente 1,4km .

Recorrido Neutralizado: Plaza de los Dolores, Calle Baños, Paseo del molinillo, Camino de la silla del rey, hasta llegar a la salida oficial, situada en la base de la subida al Esquinazo. En este último punto se juntarán todos los niños y se dará una Salida Oficial y cronometrada en conjunto a las 10:00h.

El recorrido cronometrado será para todos igual, de 1km de distancia y 130m+ de desnivel positivo, será un tramo únicamente de ascensión, equivalente a una Carrera Vertical por montaña adaptada a su edad. Que sale desde la pista de base del Esquinazo y sube por la pista de Fuente Infantes hasta la última curva por encima de la pared de Esquinazo donde estará ubicada la línea de meta. El recorrido estará balizado con cinta blanca y azul o blanca y roja.

No se hará ninguna clasificación por categorías de menores, y todos los niños recibirán por igual y de forma conmemorativa una medalla y un obsequio.

Una vez lleguen arriba todos los niños, bajaran por el mismo sitio acompañados por los monitores hasta la plaza de los Dolores , donde estará el avituallamiento de meta y podrán comer e hidratarse, y donde recibirán su merecido obsequio.

Las inscripciones para el Vertical Kids Peñalara, se realizarán únicamente desde la plataforma de la FDMESCYL https://www.fclm.com/carreras-por-montana-trail/ O desde el enlace de la web de la carrera a la misma a través del apartado inscripciones https://xn--pealaraverticaltrail-46b.es/ del 10 de septiembre al 23 de septiembre de 2024. No se realizarán ni se admitirán inscripciones el día de la carrera.

2. INSCRIPCIONES PEÑALARA VERTICAL TRAIL

1. Inscripciones: Desde el 3 de junio de 2024 hasta el 20 de septiembre a través de la plataforma y el enlace habilitado para ello en la página web de la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo de Castilla y León -FDMESCYL- (https://www.fclm.com/inscripciones). La aceptación de los participantes se realizará por orden de inscripción, cerrándose las mismas una vez completado el cupo de 400 participantes. No se aceptarán inscripciones fuera de plazo.

Menores de 18 años: Para validar su inscripción los menores de 18 años (a fecha del día de la carrera) deberán aportar un consentimiento paterno escrito (con autorización expresa, nº de DNI y firma del tutor o representante legal) en la entrega de dorsales. El modelo para otorgar dicho consentimiento paterno estará disponible en la página web de la carrera (www.peñalaraverticaltrail.com) o bien en la mesa de la entrega de dorsales.

2. Precio: La cuota de inscripción para los no federados será de 24 €, y para los federados FEDME/FDMESCYL de 18€. El importe de la inscripción da derecho a participar en la prueba, a hacer uso de todos los servicios establecidos por la Organización para los participantes, a recibir la bolsa del corredor, así como a optar a premios y trofeos. También incluye seguro de accidentes y de responsabilidad civil con vigencia durante el desarrollo de la prueba.

3. Devoluciones y cancelaciones: La no asistencia a la prueba no implicará la devolución de la cuota de inscripción. No se admiten cancelaciones. Tal y como establece el reglamento FDMESCYL, en el caso de interrupción o anulación de la prueba, porque las condiciones climatológicas así lo requieran, a la vez que haga impracticable todos los itinerarios alternativos, los derechos de inscripción no serán devueltos.

3. ENTREGA DE DORSALES Y CHIP DE CRONOMETRAJE

1. Documentación obligatoria: Para poder recoger el dorsal, será necesaria la presentación de la siguiente documentación:

- DNI (carnet de conducir, pasaporte)
- Tarjeta federativa (física o digital en el caso de estar federados)
- Consentimiento Paterno: únicamente en el caso de corredores menores de edad. Deberá estar firmado por el tutor legal del menor (ver punto 2.1 del reglamento).

2. Entrega de dorsales y chip de cronometraje: El dorsal únicamente podrá ser recogido por el titular del mismo, que deberá acceder sin acompañantes a la zona habilitada para ello. La entrega de dorsales se efectuará el mismo día

de la carrera, entre las 7:00 a.m. y las 8:30 a.m. en el puesto habilitado en la zona de salida, en la Plaza de los Dolores, en La Granja de San Ildefonso. Con los dorsales se hará la entrega del chip de cronometraje, que deberá ser devuelto a la Organización al finalizar la prueba.

3. Colocación de los dorsales y del chip: Los dorsales deberán llevarse visibles en la parte delantera durante todo el recorrido, incluyendo los tramos no cronometrados. El chip deberá llevarse en una zona accesible para poder ser leído en los puntos de control. No está permitido el intercambio de dorsales o chips entre participantes.

4. MATERIAL

1. Material Obligatorio:

a. Los participantes en las pruebas de las competiciones FDMESCYL deben usar zapatillas de trail running, estando prohibido el uso de zapatillas de clavos de atletismo para tartán, botas de fútbol o similares, crampones de montaña, raquetas de nieve o esquíes.

b. Para participar en las pruebas de las competiciones FDMESCYL los participantes deben llevar la vestimenta adecuada y con la parte superior del cuerpo cubierta con la camiseta correspondiente, además de portar chaqueta cortavientos de manga larga de la talla correspondiente al corredor. La exigencia de chaqueta cortavientos solo puede dispensarse si así se acuerda por parte de la organización y el equipo arbitral el mismo día de la prueba antes de su inicio.

c. Material suplementario que, en su caso, puede ser exigido en cualquier prueba:

- Guantes.
- Buff o gorro.
- Silbato.
- Vaso o bidón de agua con la capacidad mínima que se especifique. ▪ Manta térmica o de supervivencia (mínimo 1,20 X 2,10).
- Teléfono móvil con batería suficiente.
- GPS o Brújula.
- Camiseta de repuesto.

- Luz roja posición trasera.
- Chaqueta y/o pantalón impermeable.

2. Material prohibido

a. Se prohíbe el uso de cascos, auriculares o instrumentos similares de cualquier tipo durante la participación en todas las competiciones FDMESCYL.
b. Uso de bastones: NO está permitido el uso de bastones en esta prueba.

5. DESARROLLO DE LA CARRERA

1. Cronograma 28 de septiembre de 2024:

- 7:00 Comienzo entrega de dorsales.
- 8:30 Fin entrega de dorsales.
- 9:00 salida neutralizada desde la Plaza de los Dolores hasta el rincón del abuelo.
- 9:30 Salida cronometrada desde el rincón del abuelo..
- 10:30 Llegada 1º corredor KV a cumbre de Peñalara (estimado).
- 11:30 Llegada 1º corredor del Peñalara Vertical Trail a Meta, situada en la Plaza de los Doloros, en La Granja de San Ildefonso. (El tiempo es aproximado)
- 14:00 Horario límite para llegar a meta.

- Fin de la prueba. Entrega de premios.

2. Salida Neutralizada: Comenzará a las 9:00 horas del 28 de septiembre de 2024.

3. Salida Cronometrada: Comenzará a las 9:30 horas desde el rincón del abuelo

4. Señalización: El recorrido estará debidamente señalizado con cintas de balizamiento bien visibles. Es responsabilidad de cada participante localizar la señalización y seguirla. En los cruces de carretera y la zona urbana los participantes deberán transitar conforme a las normas de circulación y atendiendo a las indicaciones del personal de la Organización.

5. Controles: En el desarrollo de la prueba la Organización habilitará varios puntos de control, siendo obligatorio el paso por todos ellos: [1] el acceso a la zona de pre-salida, [2] el inicio del tramo cronometrado (Rincón del Abuelo, Km 2,1), [3] un control intermedio (Raso del Pino, Km 5,1, que será final

de carrera sólo para la categoría Cadete), [4] el del fin del tramo cronometrado del Kilometro Vertical (cumbre de Peñalara, Km 9,3). La vuelta del Trail pasará a la inversa por los mismos puntos de control, siendo obligatorio pasar por todos los puntos de control a la bajada si se disputa la modalidad trail.

6. Avituallamientos: Se dispondrán 2 puntos de avituallamiento (km 5,1 y 13,5, ambos en el Raso de El Pino), más el de meta. En los avituallamientos no habrá vasos de plástico.

No está permitido recibir ayuda por parte de colaboradores, familiares o amigos durante el desarrollo de la prueba, ni ser acompañado por otro corredor que no esté inscrito en la prueba. Tampoco está permitido ir acompañado por ningún tipo de animal.

7. Tiempo máximo: El tiempo máximo establecido para llegar a la cumbre de Peñalara es de 2,5 horas desde el momento de la salida. Para cruzar la línea de meta el tiempo máximo será de 4 horas. A estos efectos, la Organización dispondrá corredores escoba que actuarán como cierre de carrera.

8. Retiradas y abandonos: En caso de abandono, el corredor debe comunicarlo lo antes posible al personal de la Organización, continuando o retrocediendo por el recorrido pero nunca abandonando el itinerario oficial. Si lo hiciera, quedará fuera de la competición y asumirá cualquier responsabilidad derivada de su retirada. El chip deberá entregarse, en cualquier caso, en la zona de meta.

9. Obligaciones medioambientales: La carrera transcurre casi en su totalidad por el Parque Nacional Sierra de Guadarrama. Por ello los participantes deben acatar la normativa aplicable. El cumplimiento de las siguientes normas es obligatorio, y de excepcional importancia para su conservación. A tal efecto cada participante:

- Transitará exclusivamente por el itinerario marcado, y en ningún caso fuera de senda.
- No dañará la vegetación a su paso ni invadirá el cauce de los cursos de agua para refrescarse o beber agua, salvo en las fuentes.
- No gritará, silbará o emitirá cualquier sonido estridente que pueda causar molestias a la fauna.
- No arrojará ningún desecho (biodegradable o no) al medio natural, debiendo hacerlo en los puntos habilitados en el avituallamiento y en la salida/meta. Estos puntos contarán con contenedores/bolsas para la separación de residuos y su posterior reciclaje.
- Llevará un recipiente para el consumo de agua en el punto de avituallamiento.

- Marcará con su número de dorsal todos los envoltorios de las barritas/geles energéticos que porte.

El incumplimiento de alguna de estas normas podrá ser motivo de sanción o descalificación.

10. Asistencia sanitaria: La Organización dispondrá de servicios de atención sanitaria y ayuda al corredor en la zona de meta y en los avituallamientos de El Raso del Pino.

11. Seguridad: La Organización dispondrá a lo largo del recorrido, debidamente identificado, al personal que velará por la seguridad de los participantes y el adecuado desarrollo de la prueba. Es obligatorio cumplir con sus indicaciones con el fin de no entorpecer la labor del dispositivo de seguridad.

Se recuerda que algunas zonas del recorrido sólo tienen acceso a pie o por aire, y que pueden transcurrir varias horas hasta que los servicios de emergencia lleguen hasta el herido.

Para garantizar la seguridad de los participantes, la Organización podrá retirar de la carrera a un corredor cuando se considere que tiene mermadas sus capacidades físicas y que continuar en carrera podría suponer un riesgo para su salud o su integridad física.

12. Auxilio en accidentes: Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados que necesiten ayuda, así como a informar de cualquier percance al personal de la Organización, directamente o a través del teléfono de la Organización (disponible en página web: www.peñalaraverticaltrail.com). No auxiliar a un corredor que lo necesite será motivo de descalificación.

13. Descalificaciones, sanciones y penalizaciones: Se realizarán por el Comité de Carrera, por los motivos establecidos en el reglamento FDMESCYL. Las reclamaciones y el sistema de apelación se regirán por lo establecido en dicho reglamento.

6. PREMIOS

Todos los corredores optarán, según su categoría, a los premios descritos en dicha sección de la página web, aún por determinar (www.peñalaraverticaltrail.com).

7. OTROS

1. Seguros: La Organización cuenta con seguro de Responsabilidad Civil. No obstante, no se hará responsable de los perjuicios causados por un participante a sí mismo o a terceros por su actuación negligente y/o contraria al reglamento de la carrera. Tampoco se hará responsable de la rotura o la pérdida del material y objetos personales de cada participante.

Cada corredor será responsable de todo perjuicio o lesión que pueda causarse a sí mismo o a terceros, exonerando a la Organización y al Club Deportivo DLC Trail Team de cualquier responsabilidad en este sentido.

Los corredores federados estarán cubiertos por el seguro de accidentes que incluye su licencia federativa. Los no federados estarán cubiertos con un seguro de accidentes (Licencia Federativa de tipo F, válida para el día de la prueba), que está incluido en el precio de la inscripción.

2. Protección de datos: De acuerdo con lo dispuesto en el Reglamento (UE) 2016/679, de 27 de abril (GDPR), y la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre (LOPDGDD), el participante autoriza a que sus datos sean tratados bajo la responsabilidad del Club Deportivo DLC Trail Team para participar en este evento, enviarle información de próximos eventos similares y a que los conserve durante no más tiempo del necesario para mantener el fin del tratamiento o mientras existan prescripciones legales que dictaminen su custodia.

Con la inscripción en esta prueba los participantes autorizan a la Organización la publicación de su nombre, apellidos, clasificación, categoría y tiempo realizado en la clasificación final de la prueba, tanto en la web de la carrera (www.peñalaraverticaltrail.com) como en la de FDMESCYL (www.fclm.com).

Tiene derecho a revocar este consentimiento en cualquier momento y a ejercer los derechos de acceso, rectificación, portabilidad y supresión de mis datos, y los de limitación y oposición al tratamiento dirigiéndose al Club Deportivo DLC Trail Team (E-mail: clubdlctrailteam@gmail.com). También puede reclamar ante la autoridad de control en www.aepd.es.

3. Derechos de imagen: la participación en esta prueba implica la autorización de los participantes para ser fotografiados y/o filmados durante el transcurso de la prueba, así como la cesión de los derechos de imagen correspondientes a la Organización de la carrera. Las imágenes y videos tomados serán expuestos públicamente en la página web y redes sociales de la prueba, y podrán pasar a formar parte del contenido gráfico de las mismas.