TRAIL A 2 LUCES
"III VAÉLICA"

ARTÍCULO 1: DESCRIPCIÓN.

El evento tendrá lugar en la localidad de El Raso, provincia de Ávila, el día 22 de Junio de 2018 a las 19:00 horas, con salida en la Plaza Juan XXIII. El evento se divide en 3 pruebas, todas ellas con salida simultánea a excepción de las carreras infantiles:

- **Carreras infantiles:**

  Comenzarán a las 11:30, obviamente dividido en categorías con un recorrido en su totalidad por calles de la localidad. Y en el orden establecido a continuación:
  Carreras infantiles:(nacidos en X):
  - De 2015 a 2013: 200 metros aprox.
  - De 2012 a 2010: 400 metros aprox.
  - De 2009 a 2007: 700 metros aprox.
  - De 2006 a 2004: 1200 metros aprox

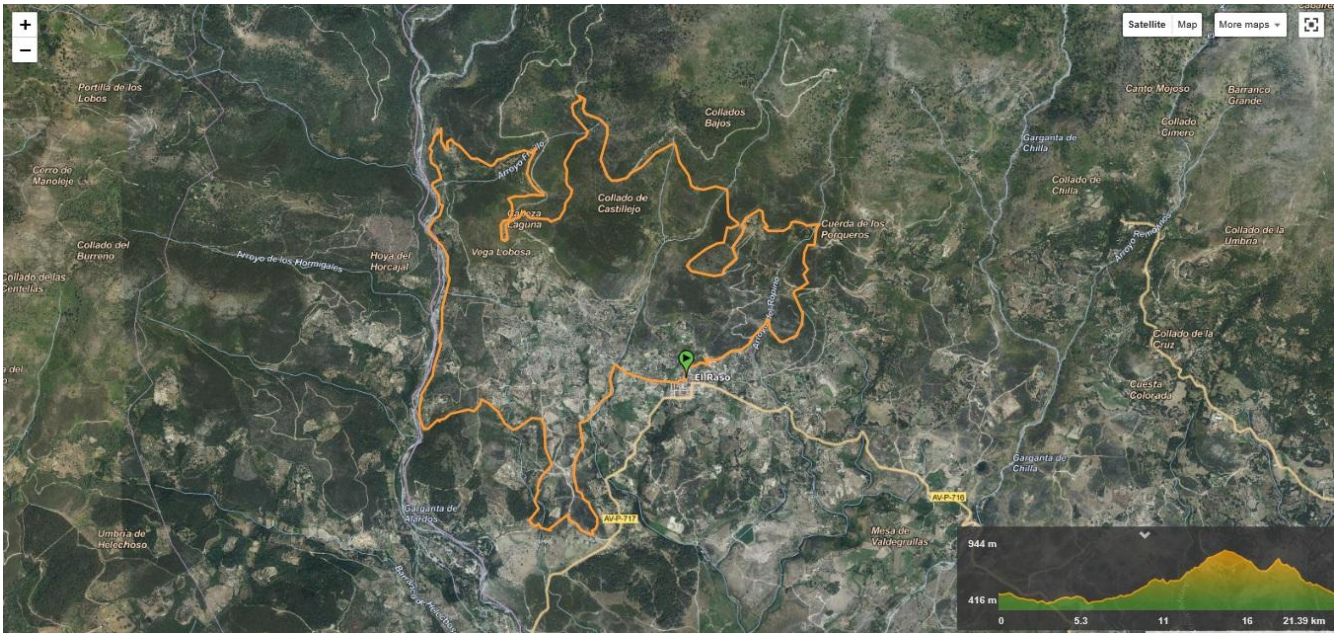
  Trail 7 kilómetros y marcha senderista: 7 kilómetros de distancia y un desnivel acumulado de 280 metros. En su mayoría la carrera discurre por sendero, combinada con algo más de 1 kilómetro de pista forestal, y 1 kilómetro de pavimento asfaltado. La mayoría del trayecto al discurrir por sendero y pista forestal estará exenta del tráfico de vehículos, a excepción del primer tramo pavimentado más cercano a la población. Existen un par de tramos de descenso con una complejidad técnica un poco superior al del resto de la prueba que será baja, pero dichos tramos estarán correctamente señalizados. En cuanto al nivel físico, a pesar de ser tan solo 7 kilómetros pueden resultar algo duros aunque llevaderos, como se puede interpreter del gráfico altitudinal a continuación:

A continuación se puede observar la imagen del track de la ruta y el gráfico de desnivel, además dejamos a vuestra disposición el enlace a la página para que lo podáis consultar de una manera más detallada.

https://www.wikiloc.com/outdoor-trails/ciclismo-a-la-hora-del-almuerzo-35095530

Trail 21 kilómetros y marcha senderista: 21,2 kilómetros de distancia y un desnivel acumulado de 850 metros. En su mayoría la carrera discurre por sendero, combinada con algo más de 2 kilómetro de pista forestal, y 1 kilómetro de pavimento asfaltado. La mayoría del trayecto al discurrir por sendero y pista forestal estará exenta del tráfico de vehículos, a excepción del primer tramo pavimentado más cercano a la población. Existen un par de tramos de descenso con una complejidad técnica un poco superior al del resto de la prueba que sera media, pero dichos tramos estarán correctamente señalizados. En cuanto al nivel físico, requieren de una buena preparación física puesto que el ascenso más pronunciado es a partir del kilómetro 10, como se puede interpreter del gráfico altitudinal a continuación. Además de la complejidad que implica el terreno por el que discurre la prueba:

https://www.wikiloc.com/outdoor-trails/trail-35095393



ARTÍCULO 2: CATEGORÍAS.

Tanto femenina como masculina.

- Carreras infantiles:(nacidos en X)
  - De 2015 a 2013: 200 metros aprox.
  - De 2012 a 2010: 400 metros aprox.
  - De 2009 a 2007: 700 metros aprox.
  - De 2006 a 2004: 1200 metros aprox.

- Carrera popular: en ambas distancias (7 y 21 Km).

  - JUVENIL: de 15 a 19 años incluidos.
  - SENIOR: de 20 a 40 años.
  - VETERAN@S: + de 40 años

ARTÍCULO 3: PREMIOS.

- TROFEOS:

  - Carreras infantiles: 1º, 2º y 3º en todas las categorías, tanto masculino como femenino.
  - Trail: 1º, 2º y 3º en todas las categorías (tanto femeninas como masculinas)

ARTÍCULO 4: INSCRIPCIONES.

✓ El importe par alas carreras infantiles sera de 2 €.

- El importe para las categorías de adultos sera de:
  - Del 3/05/2019 a 1/06/2019:
    - 7 Km y Ruta senderista: 10 €.
    - 21 Km: 15 €.
  - Del 1/06/2019 a 17/06/2019
    - 7 Km y Ruta senderista: 12 €.
    - 21 Km: 18 €.
  - Del 17/06/2019 a 20/06/2019
    - 7 Km y Ruta senderista: 15 €.
    - 21 Km: 20 €.

- Las inscripciones se pueden hacer por dos medios:

  ON- LINE: en www.evedeport.es
  FÍSICAMENTE: Aún por determiner, informaremos en las redes sociales.

- Solo será posible la anulación de la inscripción hasta 5 días antes de comenzar la prueba, y en ningún caso después de esa fecha. Para poder llevar a cabo la anulación el interesado deberá ponerse en contacto con el club a través de sus redes sociales.

- Las inscripciones on-line se cerrarán 2 días antes de la prueba. Las inscripciones en los puntos físicos se cerrarán un día antes de la prueba. No obstante, en caso de que se complete el aforo de la prueba se cerrará la inscripción en todos sus puntos.

- La inscripción conlleva: obsequio textil, seguro de responsabilidad civil y de accidentes, y avituallamientos durante la prueba y final.

- La inscripción de TODOS los MENOSRES DE EDAD debe ir cumplimentada por los padres en el apartado específico que habilitaremos en ellas.

ARTÍCULO 5: HORARIOS.

Sábado 22 de Junio de 2019:

Los horarios son APROXIMADOS, no podrán ser fijados exactamente hasta 2 semanas antes de la prueba con el objetivo de favorecer al máximo la estética de la prueba junto con la seguridad de los participantes, teniendo en cuenta la época en la que estamos.

El objetivo óptimo es que la mayoría de los corredores (a excepción de los más rápidos, terminen la carrera en fase nocturna)

- 17:00- 18:55: Recogida de dorsales e inscripciones (si están disponibles).
- 19:00 Carreras infantiles.
- 19:30: Salida III VAÉLICA: Trail a 2 luces.
- 21:30: Entrega de trofeos Trail 7 Km (Es posible que se adelante si han llegado todos los corredores).
- 23:30: Entrega de trofeos Trail 21 Km (Es posible que se adelante si han llegado todos los participantes)

ARTÍCULO 6: EQUIPAMIENTO.

- ✓ Se exige un equipamiento acorde con la práctica deportiva, de este modo evitaremos lesiones innecesarias.

- ✓ Es OBLIGATORIO el uso de FRONTAL o cualquier otro foco de luz para todos los corredores de la distancia de 21 kilómetros.

- ✓ Es OBLIGATORIO el uso de depósitos de agua, ya sean bidones mochilas u otros sistemas. No obstante la organización procurará los avituallamientos necesarios para el correcto desarrollo de la prueba. Esta condición es applicable a todos los corredores tanto de la ruta larga como de la corta.

ARTÍCULO 7: EMERGENCIAS.

- En caso de que se produzca una desorientación por parte del corredor, dispondrá de dos números de teléfono para comunicarse con ellos y poder ayudarlo en el menor tiempo possible, al dorso del dorsal.

- Se dispondrá de un(aunque probablemente 2) soporte vital avanzado y un médico en meta además de varios voluntarios con conocimientos en primeros auxilios. Además se dispondrá de varios vehículos de emergencia en el caso de que haya que hacer una evacuación rápida.

- Los servicios médicos pueden retirar de la prueba en cualquier momento a cualquiera de los corredores, si a su juicio no reúne las capacidades para comenzar la carrera, o manifiesta un estado perjudicial para su propia salud o para el resto de corredores, de no hacerlo será descalificado y se tomarán las medidas oportunas para que abandone la carrera.

- Por supuesto todos los corredores están cubiertos por un seguro de responsabilidad civil y accidentes.

ARTÍCULO 8: CORREDORES.

- La carrera se desarrolla en un enclave espectacular y es necesario que todos lo respetemos, por ello se dispondrá de papeleras al lado de los avituallamientos. Es necesario recoger todos los restos de geles o suplementos que utilicéis durante la carrera, de no hacerlo se llevará a cabo la sanción oportuna, además de la descalificación de la prueba.

- Cualquier tipo de adelantamiento ilegal, ya sea fuera o dentro del recorrido (empujones, obstaculizar, etc.) también estará castigado y el corredor que lo lleve a cabo será descalificado. Por tanto todo corredor que no realice el recorrido al 100%, será descalificado.

- Todo corredor que corra sin dorsal o con el dorsal de otro corredor (incluso que manipule el dorsal) será descalificado.

- Dado que la carrera discurre en parte por un camino agrícola, cabe la posibilidad de encontrarnos con tráfico rodado, durante este tramo, y por lo tanto los corredores están obligados a respetar las normas de circulación. No obstante se llevarán a cabo las medidas oportunas para regular el tráfico y reducir el riesgo lo máximo posible.

- Ningún vehículo que no esté autorizado e identificado por la organización podrá seguir la prueba.

- En orden con este último punto, es necesario que los corredores sigan todas las indicaciones de voluntarios y agentes de movilidad para que pueda facilitarse el desarrollo de la prueba.

- Todo corredor declara estar en perfectas condiciones físicas para realizar dicho evento, y no padecer ninguna enfermedad o impedimento que le imposibilite realizar actividad deportiva, de lo contrario la organización no se hará responsable de su persona durante la celebración de la actividad.

- Aquel corredor que quiera abandonar la prueba, deberá notificarlo obligatoriamente a la organización a través de los números que aparezcan en su dorsal, acercarse al voluntario más cercano y esperar a que todos los corredores pasen por este punto para que puedan ser trasladados a meta. En caso de que el corredor vuelva a meta desobedeciendo las indicaciones de la organización y/ o por un recorrido diferente al de la prueba, lo hará bajo su propia responsabilidad.

ARTÍCULO 9: META.

- La meta permanecerá montada hasta que llegue el último corredor.

- Dispondréis de avituallamiento líquido y sólido en meta, así como durante el recorrido.

ARTÍCULO 10: CAMBIOS.

- La organización se reserva la capacidad de modificar cualquiera de los anteriores artículos con el objetivo final de favorecer el desarrollo de la prueba y el bienestar de los corredores.

ARTÍCULO 11: CONSENTIMIENTO.

- Todos los corredores al formalizar la inscripción del evento están aceptando el reglamento de la misma y dan su consentimiento para que la organización utilice sus datos internamente con meros fines informativos y organizativos, así como su imagen en videos y fotografías del evento con propósito divulgativo y de promoción. Del mismo modo ocurrirá con los niños cuyos progenitores hayan firmado el consentimiento.