REGLAMENTO IV TREPACANTOS MOUNTAIN RACES: TRAIL

1. INFORMACIÓN GENERAL

La prueba está organizada por el Club de Montaña Trepacantos con la colaboración del Ayuntamiento de Castellote y de la Comarca del Maestrazgo.

Trata de un único recorrido circular de 35km con 3 distancias con salida y llegada a Castellote (Teruel) que transcurren por su entorno, así como el de los municipios turolenses de Abenfigo, Jaganta y Seno, y que discurren por caminos de montaña, senderos y pistas. La prueba tendrá lugar el día 20 abril de 2024, con salida desde la Plaza de la Virgen de Agua a las 9:00h.

2. MODALIDAD

La modalidad larga, es un recorrido que está a caballo entre la media maratón y el maratón, con una distancia de 29 kilómetros y con un desnivel de 1.323 metros positivos.

La modalidad media, es un recorrido de media maratón con una distancia de 20 kilómetros y con un desnivel de 859 metros positivos.

La modalidad corta, es un recorrido de promoción con una distancia de 10 kilómetros y con un desnivel de 446 metros positivos.

3. AVITUALLAMIENTOS

Durante la prueba, la organización proporcionará avituallamiento líquido a base de agua y bebida isotónica, así como también habrá alimento sólido. Está prohibido tener ayuda externa e ir acompañado de otras personas que no sean participantes inscritos en la prueba.

	LUGAR	KM	TIPO
MODALIDAD LARGA	Senda Valsecos	9	Sólido y líquido
	Abenfigo	16	Sólido y líquido
	Seno	25	Sólido y líquido
	Meta	29	Sólido y líquido

	LUGAR	KM	TIPO
MODALIDAD MEDIA	Senda Valsecos	6	Sólido y líquido
	Abenfigo	13’6	Sólido y líquido
	Meta	20	Sólido y líquido

	LUGAR	KM	TIPO
MODALIDAD CORTA	Seno	6,3	Sólido y líquido
	Meta	10	Sólido y líquido

Si la organización lo estima oportuno y las condiciones climatológicas lo exigen, se establecerá algún punto más de hidratación durante el recorrido.

4. MAPA Y TRACK

En la web de la prueba, www.trepacantosmountainraces.com, se publicará toda la información respecto al recorrido de la prueba y se pondrá a disposición de los corredores el track con el recorrido. La organización aconseja que los corredores se descarguen el track para llevarlo durante la carrera para facilitar el seguimiento del recorrido. Todo el recorrido transcurre por senderos y pistas claramente visibles y marcadas debidamente por la organización.

5. MARCAJE

El marcaje se hará con cintas y balizas. En los cruces donde la organización piense que puede haber confusión debido al cruce de varios caminos, sendas o varias pruebas se colocaran carteles indicando su dirección, así como personal de la organización y/o voluntarios, si es preciso. En la charla técnica de la prueba se comunicará de qué color son las cintas que los participantes han de seguir.

6. CONTROLES DE PASO (CP)

Los participantes deberán pasar obligatoriamente por los CP que estarán claramente visibles. En cada CP habrá personal de la organización y los participantes son los responsables de asegurarse de verificar su paso por cada CP.

En la modalidad larga, habrá un CP en el kilómetro 16 coincidiendo con el avituallamiento de Abenfigo, en el cual los corredores han de pasar en 2 horas y media desde la hora de salida de la prueba. Y otro CP en el kilómetro 25 coincidiendo con el avituallamiento de Seno, en el cual los corredores han de pasar en 4 horas desde la hora de salida de la prueba. En total disponen de 5 horas para completar el recorrido.

En la modalidad media, habrá un CP en el kilómetro 13 coincidiendo con el avituallamiento de Abenfigo, en el cual los corredores han de pasar en 2 horas y media desde la hora de salida de la prueba. En total disponen de 4 horas para completar el recorrido.

En la modalidad corta, no habrá un CP específico, pero se establece que los corredores deberán de llegar a meta antes de las 3 horas.

No se permitirá seguir a los que superen estas barreras horarias. Los que quieran seguir se les retirará el dorsal, y podrán continuar fuera de carrera y bajo su responsabilidad. En caso de malas condiciones meteorológicas o por razones de seguridad, la organización se reserva el derecho de parar la prueba, modificar el recorrido o de variar los límites horarios.

7. ABANDONOS Y RETORNO A CASTELLOTE

Los abandonos solo se podrán efectuar en cualquier Punto de Control. Todos los puntos de abandono dispondrán de vehículos para la evacuación. En caso de necesidad de evacuación por accidente o lesión que impida la aproximación a pie a uno de los puntos de retorno, se deberá intentar avisar a la organización por todos los

medios posibles contactando con alguna persona de control o de asistencia de seguridad para activar el operativo de rescate. Los que abandonen deberán avisar obligatoriamente a la Organización por medio de un control o poniéndose en contacto con el Centro de Organización a través del número de teléfono que será comunicado a los participantes. La organización dispondrá de vehículos de retorno a la llegada en los puntos de abandono. Solo habrá un viaje por lo que el retorno se efectuará al cierre del control. Existe cobertura telefónica en muchos puntos del recorrido.

8. SEGURIDAD

La organización situará en determinados puntos del recorrido y en los controles de paso, personal especializado encargado de velar por la seguridad de los participantes. Es obligatorio seguir las indicaciones de este personal, que estará convenientemente identificado. En caso de abandono hay que comunicarlo lo antes posible al personal de la organización. Se dispondrá de personal médico y ambulancias en puntos estratégicos del recorrido para intervenir en caso de necesidad. En caso que las condiciones climatológicas lo aconsejen, existirá un recorrido alternativo que se comunicará convenientemente en la charla técnica previa a la prueba. Si el cambio al recorrido alternativo se decidiese una vez efectuada la salida, este se comunicará a los participantes en el punto de control oportuno.

9. PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE

En el caso de encontrar un corredor accidentado o con problemas, se debe prestar ayuda inmediatamente. No hacerlo conlleva la descalificación inmediata de la prueba. En un primer momento hay que hacer una valoración inicial de la situación y/o las lesiones. En el caso de sospechar que puede haber un hueso fracturado, no mover al accidentado y buscar ayuda. Buscar la cobertura telefónica o el punto de control de la organización más cercano a la posición del accidentado. Avisar vía teléfono a la organización y dar parte de la situación. Si el problema es grave, avisar directamente al teléfono de emergencia 112. Usa las técnicas de primeros auxilios para tratar adecuadamente al accidentado o asistirle en lo posible hasta la llegada de la ayuda y evita dejar solo al accidentado.

10. CONDICIONES DE LOS PARTICIPANTES

La edad mínima para participar en la TREPACANTOS MOUNTAIN RACES se establece en los dieciocho años, cumplidos antes de la prueba. En el caso de la prueba de trail corta, se les permitirá participar a los que sean menores de edad, siempre y cuando, los padres o tutor legal adjunten una debida autorización de permiso (ADJUNTA AL FINAL) y vayan acompañados por un adulto responsable del menor durante todo el recorrido. Deberá de enviarse por email a la organización previo al evento o traer en papel el día del mismo.

Todos los participantes correrán bajo su propia responsabilidad, realizando la totalidad o parte de la prueba. La organización no se hace, por tanto, responsable de

los accidentes o daños que puedan recibir o producir los participantes; no obstante, la organización dispondrá de un seguro de responsabilidad civil y de accidentes para todos los participantes.

El circuito no estará cerrado al tráfico por lo que es responsabilidad de cada participante velar por su seguridad extremando las precauciones si bien en los puntos conflictivos, de manera particular en los cruces con carreteras, existirá personal de la organización velando por la seguridad de los participantes. Todo participante estará obligado a cumplir las normas de circulación vial, siendo responsable de cuantas infracciones pudiesen cometer.

Cualquier participante, con el hecho de inscribirse de manera libre y voluntaria, declara conocer y aceptar el presente Reglamento. Asimismo, declara conocer que se trata de una prueba deportiva de alta exigencia física y manifiesta encontrarse una adecuada forma, física y mental, que le permite afrontar dicho esfuerzo, asumiendo el riesgo de esta práctica deportiva.

En concreto, en el momento de la inscripción el participante declara que *"me encuentro en adecuado estado de salud para participar en la TREPACANTOS MOUNTAIN RACES, eximiendo de toda responsabilidad a la organización, patrocinadores u otras instituciones participantes en el evento ante cualquier accidente o lesión que pudiera sufrir antes, durante y/o después del evento deportivo, renunciando desde este momento a ejercer acción legal en contra de cualquiera de dichas entidades. Autorizo además a que la organización haga uso de fotos, vídeos y nombre en la clasificación de la prueba, en los medios de comunicación y/o Internet, sin esperar pago, compensación o retribución por este concepto".*

11. MATERIAL

Cada participante deberá disponer del material que considere para garantizar su propia seguridad. En función de las condiciones meteorológicas previstas para el día de la prueba, la organización propondrá unos días antes el material aconsejado, la organización recomienda lo siguiente:

MATERIAL OBLIGATORIO TRAIL LARGO Y MEDIO

- Manta de supervivencia.
- Mochila o equivalente.
- Silbato.
- Gorra de sol o Buff.
- Comida que cada uno considere necesaria (barritas, geles...).
- Sistema de hidratación (min. 1L).
- Teléfono móvil con batería y track.

MATERIAL RECOMENDABLE PARA EL TRAIL LARGO Y MEDIO: Bastones.

MATERIAL RECOMENDABLE TRAIL CORTO

- Manta de supervivencia.
- Sistema de hidratación.
- Bastones telescópicos.
- Gorra de sol / Buff.
- Teléfono móvil con batería y track.

Para tomar la salida cada corredor deberá tener material adecuado para soportar las condiciones propias de la prueba y el material obligatorio pedido por la organización. El corredor podrá ser revisado en cualquier punto del recorrido. Si es necesario u obligatorio algún tipo de material específico por cuestiones climatológicas, se comunicará en la medida de lo posible con anterioridad a la prueba.

12. DESCALIFICACIONES

Serán motivos de descalificación y por lo tanto el participante deberá de abandonar la prueba, por los siguientes motivos:

- No auxiliar y prestar ayuda a un corredor que lo necesite.
- No pasar por los puntos de paso (CP) obligatorios.
- Incorrecciones con relación al material obligatorio.
- Tirar basuras o desperdicios.
- Infracciones contra el medio ambiente.
- Desobedecer directrices de seguridad indicadas por la organización.
- Usar cualquier tipo de transporte.

13. PREMIOS

Los premios no serán monetarios ya que el objetivo principal de esta prueba es disfrutar de nuestro entorno y hacer una mención a aquellos participantes que hagan la prueba con un mejor tiempo que el resto de participantes. Por lo tanto, se otorgarán premios a las siguientes categorías (se podrán modificar si la organización lo cree oportuno):

- TRAIL CORTO
    - Absoluta hombres.
    - Absoluta mujeres.
- TRAIL MEDIO
    - Absoluta hombres.
    - Absoluta mujeres.
- TRAIL LARGO
    - Absoluta hombres.
    - Absoluta mujeres.

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que el participante tenga el día 31 de diciembre del año de la competición.

Además, se entregarán los siguientes premios:

- Club más numeroso.
- Participantes del Club de Montaña Trepacantos de Castellote.

14. INSCRIPCIONES

Las inscripciones exclusivas en Internet. En la página web del evento, www.trepacantosmountainraces.com, aparecerá el enlace para acceder a las mismas.

Plazas limitadas a un máximo de 250 participantes (Se limitará el número máximo de participantes a aquello que las autoridades permitan en el momento). Apertura de inscripciones el 6 de enero de 2024 a las 09:00h y se cerrará el 16 de abril de 2024 a las 23:59h. No habrá posibilidad de inscripción una vez cerrado el período de inscripción.

Los importes de inscripción serán:

MODALIDAD	1º TRAMO (Del 6 de enero al 15 de marzo)	2º TRAMO (Del 16 de marzo al 1 de abril)
Larga	**27€**	**30€**
Media	**21€**	**24€**
Corta	**15€**	**18€**

Las personas que no estén federadas en montaña deberán de pagar un importe de 3€ en concepto del seguro. Cuentan como federados aquellos participantes que tengan en vigor en el año de la prueba la federativa de montaña. Los dorsales se podrán recoger tanto la tarde de antes en el lugar que indique la organización, como la mañana antes de la prueba en la misma línea de salida, para lo cual es necesario el DNI y la Federativa.

La inscripción incluye:

- Seguro de accidentes y responsabilidad civil.
- Servicio de ambulancia medicalizada.
- Bolsa del corredor.
- Avituallamientos sólido y líquido durante la marcha y en meta.
- Gestión de la inscripción.
- Dorsal personalizado con chip.
- Servicio de duchas.
- Trofeos, premios y obsequios.

Devolución importe inscripción

Una vez formalizada la inscripción la organización no devolverá importe alguno de la misma a partir del 15 de marzo de 2024. La inscripción dará derecho, además, a

recibir la bolsa del corredor con Camiseta técnica y otros detalles que la organización pueda conseguir hasta una semana antes de la marcha o el día que la organización publique en las redes sociales de la marcha.

15. ECORESPONSABILIDAD

El itinerario de la TREPACANTOS MOUNTAIN RACES transcurre por parajes de alto valor ecológico. Por ello se deben respetar las pautas de comportamiento habituales en los espacios protegidos, esto es, no dejar residuos, ni encender fuego, no producir ruidos que molesten a la fauna, no salirse del recorrido señalizado…

Se trata de no dejar rastro de nuestra actividad por lo que además de estas pautas de comportamiento la organización reducirá al mínimo el uso de plásticos en el monte, tanto en los avituallamientos como en los elementos de señalización.

Asimismo, la organización utilizará en la medida de lo posible material reutilizable o reciclable. Por todo ello, tal y como se indica en apartados anteriores de este reglamento, no se servirá líquido en vasos y cada participante deberá llevar su propio recipiente.

Además, las barritas, geles o envoltorios de sistemas de alimentación y/o hidratación deberán de ir marcados con permanente con el número de dorsal y se deberán tiran en las papeleras de los avituallamientos o en las llegadas. Aquellos corredores que lo deseen pueden llegar a meta con todos los envoltorios y al llegar meterlos en una caja de la cual al finalizar la prueba se extraiga uno o varios y se entre en un sorteo de material o productos típicos de la zona.

16. INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

Habrá facilidades de vestuario y duchas para después de la prueba. La organización no se hace responsable de los accidentes o daños que puedan recibir o producir los participantes, si bien velará para evitarlos. La organización se reserva el derecho de modificar las bases de las pruebas o suspender estas, ante una eventualidad o causa de fuerza mayor (condiciones climatológicas extremas) o variar su recorrido. Los participantes seguirán las instrucciones que les sean dadas por la organización. Al inscribirse, todo participante acepta sin reservas el presente reglamento, la ética de la carrera y la normativa. En el caso de no poder participar, no se devolverá el dinero de la inscripción.

17. MODIFICACIONES

El presente reglamento puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la organización. El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con este reglamento. Para todo aquello no dispuesto en el presente reglamento regirá lo dispuesto en el reglamento FAM/FEDME de carreras por montaña.

AUTORIZACIÓN PARA LA

PARTICIPACIÓN DE MENORES DE EDAD EN LA IV TREPACANTOS MOUNTAIN RACES

D./Dña_____

titular del D.N.I. número_____como padre/madre/tutor

de_____con D.N.I número_____

le autorizo para que participe en la carrera:

- ☐ IV TREPACANTOS MOUNTAIN RACES – TRAIL CORTO/SENDERISTA
- ☐ IV TREPACANTOS MOUNTAIN RACES – BTT CORTA

El/la menor irá acompañado/a durante la prueba por una persona mayor de edad

D./Dña_____

titular del D.N.I. número_____ que se hará responsable del menor o la menor durante todo el recorrido.

Asimismo, declaro que el participante se encuentra en buen estado de forma y salud para su participación en la prueba, eximiendo de toda responsabilidad a la organización, conociendo todo el reglamento de la competición y aceptándolo íntegramente, siendo prueba de ello la inscripción en la prueba y la firma del presente documento.

En_____, a_____de_____de 2024.

Firmado:

SE DEBERÁ DE ADJUNTAR A ESTA AUTORIZACIÓN EL DNI DEL PADRE/MADRE/TUTOR QUE LO AUTORIZA, ASÍ COMO DE LA PERSONA ADULTA QUE LE ACOMPAÑE DURANTE LA PRUEBA EN EL CASO DE QUE SEA UNA PERSONA DIFERENTE.