REGLAMENTO

V TRAIL VALLE DE TENA

31 de Agosto y 1 de Septiembre de 2019

www.trailvalledetena.com

La participación en el Trail ***VΔLLE DE TEηΔ®*** *conlleva la aceptación sin reserva del presente reglamento y de la ética de la carrera.*

1. CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN _____ 2

2. SEMI – AUTONOMÍA _____ 2

3. CONDICIONES DE INSCRIPCIÓN _____ 3

3.1 INSCRIPCIÓN. _____ 3

3.2 ANULACIÓN DE UNA INSCRIPCIÓN. _____ 3

4. MATERIAL OBLIGATORIO _____ 4

4.1 MATERIAL OBLIGATORIO. _____ 4

4.2 MATERIAL RECOMENDADO: _____ 4

5. DORSALES _____ 5

5.1 BOLSAS DE VIDA. _____ 5

6. SEGURIDAD Y ASISTENCIA MÉDICA _____ 5

7. PUESTOS DE CONTROL (PC) Y AVITUALLAMIENTOS (AV) _____ 6

7.1 TIEMPO MÁXIMO AUTORIZADO Y BARRERAS DE CIERRE. _____ 6

7.2 ABANDONO Y RETORNO A LA SALIDA. _____ 6

8. BALIZAJE _____ 7

9. JURADO DE LA PRUEBA _____ 7

9.1 PENALIZACIÓN – DESCALIFICACIÓN. _____ 7

9.2 RECLAMACIONES. _____ 8

10. MODIFICACIONES DEL RECORRIDO, DE LAS BARRERAS HORARIAS; ANULACIÓN DE LAS PRUEBAS. _____ 8

11. CLASIFICACIONES Y RECOMPENSAS. _____ 9

12. DERECHOS DE IMAGEN. _____ 9

1. CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

Para participar es indispensable:

- Ser plenamente consciente de la longitud, del desnivel y del tipo de terreno por el cual se desarrolla la prueba. Consecuentemente, estar preparado física y psíquicamente para afrontarla.
- Tener experiencia real en montaña que nos permita administrar los problemas inducidos por este tipo de pruebas.
- Saber afrontar sin ayuda exterior condiciones climáticas adversas debido a la altitud, noche, viento, frío, niebla, lluvia o nieve.
- Saber gestionar, aunque se esté aislado, los problemas físicos o mentales que se desprenden de un gran cansancio, los problemas digestivos, los dolores musculares o articulares, las pequeñas heridas, etcétera.
- Ser plenamente consciente que el papel de la organización no es el de ayudar a un participante para administrar sus problemas, y por tanto, se desprende que de tal actividad en montaña la seguridad depende de la capacidad del participante a adaptarse a los problemas encontrados o previsibles.

Estas pruebas están abiertas a toda persona, hombre o mujer, mayor de **18 años**

2. SEMI – AUTONOMÍA

La semi-autonomía en esta prueba, la hemos definido como la capacidad para ser autónomo entre dos puntos de avituallamiento, tanto en el aspecto alimentario, indumentario y de seguridad, permitiendo sobre todo ***adaptarse*** a los problemas encontrados o imprevisibles (mal tiempo, problemas físicos, etcétera).
Este principio implica en particular las siguientes reglas:

- Cada participante debe tener con él y transportar durante la totalidad de la prueba su material obligatorio (ver MATERIAL OBLIGATORIO). Durante la prueba se podrá comprobar dicho material. El participante tiene la obligación de someterse a este control o controles con cordialidad, so pena de exclusión de la prueba.

- Los Avituallamientos **(AV)** están aprovisionados de bebidas y alimentos a consumir in situ. El participante procurará disponer, a la salida de cada punto de avituallamiento, la cantidad de líquido y de alimentos necesarios para llegar al puesto siguiente.
- La asistencia personal está permitida exclusivamente en los AV, en las zonas específicamente reservadas a este uso o bajo la apreciación del jefe de un AV. Esta asistencia está permitida a **una sola persona**.

- Está prohibido ser acompañado o asistido por una persona sin dorsal, fuera de las zonas de tolerancia claramente señaladas en los AV **(100 metros).**

3. CONDICIONES DE INSCRIPCIÓN

Un certificado médico específico o el que disponga un organismo oficial es requisito indispensable para validar la inscripción (8k /4k). En él deberá figurar claramente:

“ ninguna contraindicación médica para la práctica de una actividad física de larga distancia como es un carrera a pie por montaña y a su participación en dicha prueba que date de menos de un año”

A falta de recepción del certificado médico 30 días naturales antes del comienzo de la prueba, la inscripción será anulada con un reembolso del 50% del precio de la inscripción (aparte de gastos anexos).

3.1 INSCRIPCIÓN

Inscripciones exclusivamente sobre internet y pago formalizado por plataforma electrónica.

Los derechos de inscripción comprenden todos los servicios descritos en el presente reglamento.
Los corredores deberán estar en posesión de la licencia federativa FEDME u otra federacion adscrita a la UIAA, en vigor y con la modalidad que incluya este tipo de competición y que cubra la zona donde se disputa la prueba. En caso de no disponer de licencia federativa.
Los participantes que no dispongan de la tarjeta federativa de montaña en vigor estarán obligados a tramitar el seguro que la organización pone a disposición de los participantes para este caso y que se abonará en el momento de la inscripción, junto al importe de ésta, no siendo reembolsable por ningún concepto.

Todos los participantes deberán presentar el original de la licencia federativa y DNI en el momento de recoger el dorsal. En caso de no presentarla, el corredor no podrá tomar la salida.
En ningún caso se podrá retirar un dorsal sin tarjeta federativa o sin haber contratado el seguro en el momento de hacer la inscripción

Desde la organización se recomienda a todos los participantes estar en posesión de la licencia federativa que incluya este tipo de pruebas.

3.2 ANULACIÓN DE UNA INSCRIPCIÓN

3.2.1 En el momento de formalizar la inscripción se podrá contratar un seguro de anulación de inscripción por importe de 10€

3.2.2 Toda anulación de inscripción debe ser hecha por e-mail. Se puede anular la inscripción y recobrar el 100% del importe siempre y cuando se haya contratado el

seguro de anulación y se justifique hasta 20 días antes de la prueba, debido a uno de los acontecimientos siguientes:

- Un accidente, una enfermedad grave o el fallecimiento del participante mismo.
- Una enfermedad grave requiriendo una hospitalización o el fallecimiento de su cónyuge, sus ascendientes o descendientes de primer grado, en los treinta días que precedan a la carrera.

En caso de accidente o de enfermedad grave del participante, es necesario suministrar un certificado médico firmado y sellado por el médico que testifique la contra-indicación a participar en la prueba. Toda otra causa de anulación debe ser justificada por un certificado firmado, sellado y concedido por la autoridad competente. Toda solicitud de anulación debe enviarse, a no más tardar 10 días naturales de su causa.

3.2.3 En los demás casos el seguro contratado dará derecho al siguiente criterio de devolución.

FECHA DE ENVIO	DEVOLUCIÓN
Hasta el 15 de Abril	100%
Antes del 1 Junio	70%
Después 1 de Junio	50%
30 días naturales antes inicio prueba no habrá devolución	0%

IMPORTANTE: No se admiten intercambios o cesiones de dorsal sin la autorización de la organización.

No habrá derecho a devolución en caso de no haber pagado el seguro de anulación correspondiente.

4. MATERIAL OBLIGATORIO

Para participar en las pruebas, hay un material **MÍNIMO** y **OBLIGATORIO**

Es importante saber que se trata de un mínimo vital que cada participante debe adaptar en función de sus propias capacidades. No elegir la ropa *"a la ligera"* con el fin de ganar algunos gramos, sino tratar de elegir ropa que permita realmente una buena protección en montaña contra el frío, el viento y la nieve, y por tanto una seguridad mayor y de mejores prestaciones.

4.1 MATERIAL OBLIGATORIO

MATERIAL OBLIGATORIO	8K	4K	2K
** El MATERIAL señalado en esta lista es OBLIGATORIO llevarlo puesto o transportarlo en la mochila DURANTE TODA LA CARRERA* **Segun condiciones metereologicas la organización podrá prescindir de algun elemento del material obligatorio notificandolo previamente, tanto en redes sociales como en el briefing previo a la carrera*			
Teléfono Movil	x	x	x
Frontal	2 Frontales	1 Frontal	NO
Chaqueta de membrana impermeable y transpirable (Gore-Tex o similar) con capucha de la talla del corredor	x	x	x
Pantalon largo, malla larga o combinacion de prendas que cubran totalmente la pierna (de la talla del corredor)	x	x	NO
Segunda capa de manga larga y de la talla del corredor	x	x	NO
Gorra, bandana o similar	x	x	x
Guantes calientes	x	x	x
Cubrepantalon y guantes impermeables	x	x	NO
Reserva alimentaria	x	x	x
Recipiente(s) para mínimo 1,5 litros	x	x	0,5L
Vaso o recipiente 15cl. mínimo (No hay vasos en los avituallamientos)	x	x	x
Manta de supervivencia (mínimo 140x200)	x	x	NO
Silbato	x	x	x
Venda elastica adhesiva (mínimo 100x6)	x	x	NO

NO ESTÁ PERMITIDO EL CALZADO MINIMALISTA

4.2 MATERIAL RECOMENDADO

- Bastones.
- Ropa caliente de recambio indispensable en caso de tiempo frío y lluvioso o en caso de ritmo lento.
- Crema solar, vaselina, baterías recambio frontal, GPS o brújula.
- Mapa recorrido (entregado en bolsa del corredor)

5. DORSALES

Para recoger el dorsal y la bolsa del corredor:

- D.N.I
- Mochila con todo el material obligatorio **(únicamente para asesoramiento)**
- Tarjeta federativa en caso de no haber contratado el seguro
- **No se aceptarán certificados médicos en la recogida de dorsales**

El dorsal debe llevarse visible permanentemente y en su totalidad durante toda la prueba. Debe ser posicionado por tanto siempre encima de toda ropa o mochila. En ningún caso el nombre y el logotipo de los patrocinadores deben ser modificados ni escondidos.

El dorsal es personal e intransferible y es el pase necesario para acceder a los servicios ofrecidos por la organización.
En caso de retirada de la prueba el dorsal será retirado por un miembro de la organización y devuelto en la base de acogida (línea de meta)

5.1 BOLSAS DE VIDA (8K)

Cada participante recibe con su dorsal una bolsa de vida. Después de haberla llenado con los enseres de su elección y haberla cerrado, la pueden depositar en la base de acogida y entrega de dorsales. La bolsa estará a disposición en la Base de VIDA situada en La Sarra (Km 56±).
Recuperación de las bolsas: Las bolsas serán entregadas o bien al participante o bien a cualquier allegado, exclusivamente con la presentación del D.N.I. Las bolsas deberán recuperarse no más tarde de 4h horas después del cierre de la prueba.

El uso de los bastones, se impone para toda la carrera y no se aceptarán bastones en las bolsas de vida.

Es recomendable no dejar objetos de valor.

6. SEGURIDAD Y ASISTENCIA MÉDICA

Habrá Puestos de Control **(PC)** en diversos puntos del recorrido.

Es obligación por parte de todo participante comunicar toda situación de peligro. Igualmente auxiliar a cualquier herido serio:

- presentándose en un (PC) o Avituallamiento (AV)
- llamando a los teléfonos facilitados por la organización.
- solicitando a otro participante que prevenga el socorro.

No hay que olvidar que circunstancias de toda clase, vinculadas al medio ambiente y a la propia carrera, pueden hacer esperar el socorro mucho más tiempo de lo previsto.

"La seguridad dependerá entonces de lo que hayamos puesto en la mochila."

Todo participante examinado por un médico o socorrista está sometido a su autoridad y se compromete a aceptar sus decisiones.

Los socorristas y médicos oficiales tienes estas capacidades:

- poner fuera de carrera todo participante sin capacidades para continuar la prueba
- prestar ayuda a su conveniencia a los participantes que juzguen en peligro.
- hospitalizar a los participantes cuyo estado de salud lo requiera.

En caso de ser imposible contactar con los medios facilitados por la organización, se puede llamar directamente a los siguientes organismos de socorro:

- 112 Protección Civil
- 062 Guardia Civil

Una enfermería y posible atención de fisioterapia estará abierta en Panticosa durante la duración de las pruebas. Los participantes que tengan un problema médico severo podrán dirigirse allí.

7. PUESTOS DE CONTROL (PC)-AVITUALLAMIENTOS (AV)

Cada participante estará provisto de microchip electrónico fijado en el dorsal. Los participantes que no tengan permanentemente el microchip serán penalizados. Un control de paso será realizado al llegar a todo puesto de control o de avituallamiento. Se colocarán puestos de control **que no serán comunicados** al participante. Sólo los participantes con un dorsal visible y debidamente controlado tienen acceso a los puestos de avituallamiento.

Habrá cuatro tipos de avituallamientos. Su composición estará descrita en un apartado específico dentro de la web: Ligeros, Medios, Sólidos y la Base de Vida.

Todo participante que sea visto dejando desperdicios sobre el recorrido será penalizado con la descalificación directa de la prueba.

7.1 TIEMPO MÁXIMO AUTORIZADO Y BARRERAS DE CIERRE

El tiempo máximo de las pruebas y las barreras de cierre estarán descritos y actualizados en una ficha específica en la web, anulando cualquier otra publicación. Todo participante puesto fuera de la prueba y que quiera continuar lo hará bajo su propia responsabilidad y en autonomía completa.

En caso de malas condiciones meteorológicas y/o por razones de seguridad, la organización se reserva el derecho para detener la prueba en curso, modificar las barreras horarias, o activar cualquiera de los recorridos alternativos.

7.2 ABANDONO Y RETORNO A LA SALIDA

Salvo herida grave, un participante no puede abandonar en otro sitio que no sea alguno de los siguientes previstos por la organización:

Puntos de Evacuación:

- ***Refugio Casa de Piedra / Balneario***
- ***Aparcamiento de La Sarra***
- ***Población de Sallent de Gállego.***

Entonces, deberá comunicarlo inmediatamente a la organización. El dorsal será retirado por un miembro de la organización para ser devuelto en la línea de meta poder acceder a los servicios prestados por la organización para los corredores..

El regreso a la línea de salida estará en función y condicionado por los vehículos disponibles en los diferentes puntos de evacuación.

Los participantes que abandonan en un PC pero cuyo estado de salud no requiera ser evacuado deberán llegar por sus propios medios al punto indicado por la organización.

En lo que concierne a los PC o socorro accesibles en coche o 4x4:

- en el momento del cierre del puesto, a más tardar, la organización recogerá en la medida de los medios disponibles, a los participantes que han abandonado.

- en caso de condiciones meteorológicas desfavorables justificando la interrupción parcial o total de la carrera, la organización asegura la vuelta de los participantes detenidos en el menor plazo posible.

En caso de abandonar antes de un PC, es imperativo volver al punto de control anterior e indicar su abandono. Una vez allí, esperará las indicaciones del responsable de puesto. En el momento de esta vuelta hacia atrás, si el participante encuentra a los “escoba”, estos últimos invalidarán su dorsal y el participante ya no estará bajo el control de la organización, SI DECIDE continuar el camino en sentido inverso a estos últimos.

8. BALIZAJE

Habrá diferentes medios de señalización:

Cintas de marcaje, banderines y postes indicativos, todos ellos reutilizables y/o biodegradables.
En la medida de lo posible, las marcas estarán distribuidas a una distancia regular. Es obligatorio seguir los recorridos balizados, sin acortar. El efecto *“atajar o alcorzar”* un sendero provoca una erosión perjudicial del paraje y está penalizado. Cada participante deberá seguir el recorrido balizado. Todo participante que se aleje voluntariamente del balizado no estará bajo la responsabilidad de la organización.

9. JURADO DE LA PRUEBA

Se compone: Director de carrera + responsable de seguridad + 1 corredor (elegido al azar entre los diez primeros clasificados)

Los jueces de carrera estarán presentes en el recorrido; los jefes de los diferentes puntos de control y de socorro están habilitados para hacer respetar el reglamento y poder aplicar inmediatamente una penalización, según el cuadro siguiente:

9.1 PENALIZACIÓN – DESCALIFICACIÓN

FALTAS DE REGLAMENTO	PENALIZACIÓN/DESCALIFICACIÓN
Tomar un atajo importante	Decisión jurado
Ausencia de material obligatorio de seguridad	Descalificación inmediata
Rechazar un control del material obligatorio	Descalificación inmediata
No respetar a las personas (organización o participantes)	Descalificación inmediata
No asistir a una persona en dificultades serias	Descalificación inmediata
Asistencia fuera de las zonas autorizadas	1hora+decisión jurado
Acompañamiento sobre el recorrido fuera de las zonas de tolerancia claramente señaladas cerca de los puestos de avituallamiento	1hora+decisión jurado
No depositar los desperdicios propios (envoltorios, papeles…) en los lugares señalados por la organización. *Un bastón roto tiene esta consideración*	Descalificación inmediata
Ausencia de paso en un punto de control	Decisión jurado
Rechazo a obedecer una orden de la dirección de la carrera, de un árbitro de carrera, de un médico, socorrista o voluntario.	Descalificación inmediata
Salida de un puesto de control más allá de la hora límite	Descalificación inmediata

Toda otra falta al reglamento será objeto de una sanción decidida por el Jurado de Carrera.

9.2 RECLAMACIONES

Toda reclamación debe ser formulada por escrito, y depositada en el PC de Panticosa como máximo 2 horas después de la llegada del participante afectado o de la penalización aplicada.

10. MODIFICACIONES DEL RECORRIDO, DE LAS BARRERAS HORARIAS; ANULACIÓN DE LAS PRUEBAS.

La organización se reserva el derecho de aplazar la salida unas horas, modificar el recorrido, los emplazamientos de los puestos de socorro y de avituallamiento, sin previo aviso, en caso de condiciones meteorológicas desfavorables.

Existirá un recorrido alternativo, menos expuesto, que la organización pondrá en activo -24h antes del inicio de la prueba en caso de condiciones meteorológicas muy desfavorables.

En caso de fuerza mayor (en particular en caso de malas condiciones meteorológicas y por razones de seguridad), la organización se reserva el derecho de detener la prueba en curso o modificar las barreras horarias y ejecutar o no el recorrido alternativo.

Si fuera necesario interrumpir y suspender la prueba en un punto del recorrido, la clasificación se determinará según el orden y tiempo de llegada en el punto de interrupción o, en su defecto, en el último control realizado.

Antes de formalizar la inscripción se habrá valorado la ficha técnica de los Recorridos Alternativos.

11. CLASIFICACIONES Y RECOMPENSAS.

- Categoría absoluta masculina y femenina: a partir de 18 años cumplidos el año de referencia.
- Sub-categoría veterana: a partir de los 40 años cumplidos el año de referencia.
- **Ningún premio en metálico.**
- Trofeo recordatorio a los 3 primeros clasificados categorías y sub-categorías (ACUMULATIVOS).

12. DERECHOS DE IMAGEN.

Todo participante renuncia expresamente a prevalecerse del derecho de su imagen durante la prueba, renunciando a todo recurso en contra del organizador por la utilización de su imagen. Sólo la organización puede transmitir este derecho a todos los medios de comunicación, vía una acreditación o un permiso adaptado.

Cualquier procedimiento omitido en este reglamento quedará sujeto al reglamento de carreras de montaña Ultra distancia de la FAM

TRAIL
Valle de tena