REGLAMENTO 35k 2024

VII Nafarroa Xtrem

1. FECHA Y LUGAR

La carrera por montaña NAFARROA XTREM 35K, en adelante **NX35**, con un recorrido de 35km y 1800 metros de desnivel +, se celebrará el **sábado 27 de abril de 2024, a las 9h (a las 9:30h la modalidad parejas)**, con salida y llegada en el polideportivo de **Zubiri** (Esteribar, Navarra).

2. RECORRIDO

NX35K se dirige hacia el ADI por el cordal que incluye las cimas de Azegi y Zotalar, y tras rodearlo y hacer cima se regresa por la otra vertiente hasta Zubiri.

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.

Material obligatorio:

4.2.1 Vaso o recipiente reutilizable para beber en los avituallamientos

4.2.2. En caso de llevar geles o barritas, deben ir marcadas con el número de dorsal.

4.2.3. En caso de mal tiempo, la organización anunciará la obligación de llevar una chaqueta cortavientos o chubasquero de manga larga y un buff o visera.

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

Material recomendable:

4.2.5 Teléfono móvil con el número de la Organización (686882089) guardado y batería cargada

5. DESCALIFICACIONES

FALTA COMETIDA	**PENALIZACIÓN – DESCALIFICACION**
Atajar el recorrido	A juicio de la dirección de carrera
No disponer de material obligatorio de seguridad: (chaqueta impermeable en el caso de mal tiempo)	Descalificación inmediata

Otra ausencia de material obligatorio:	Penalización 7 min
Negarse a un control del material obligatorio	Descalificación
Tirar voluntariamente desperdicios (el corredor o alguno de su entorno)	Penalización 10 min
No respetar a las personas (organización o corredores)	Penalización 20 min
No asistencia a una persona en dificultad (que necesite ayuda)	Penalización 30 min
Recibir asistencia fuera de las zonas autorizadas	Penalización 10min
Ser acompañado por algún no participante en el recorrido fuera de las zonas indicadas en los avituallamientos.	Penalización 5 min
Hacer trampas (ej.: Utilización de un medio de transporte, pasar el dorsal a otro corredor,…)	Descalificación inmediata y para siempre
No llevar marcados geles o barritas.	Penalización 20 min
Actitud peligrosa (ej.: bastones con las puntas no protegidas orientadas hacia los otros corredores o los	Penalización 7 min

espectadores)	
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. CATEGORIAS

6.1 INDIVIDUAL

6.1.1 INDIVIDUAL MASCULINA.

Absoluta, mayores de 18 años.

6.1.2. INDIVIDUAL FEMENINA

Absoluta, mayores de 18 años

6.2 MODALIDAD POR PAREJAS

6.2.1. PAREJA MASCULINA

6.2.2. PAREJA FEMENINA

6.2.3. PAREJA MIXTA

7. PREMIOS

Los premios serán acumulables en categoria individual.

7.1 CAMPEONATO INDIVIDUAL DE CADA PRUEBA FEMENINA Y MASCULINA.

1º. Txapela y jamón.

2º. Trofeo.

3º. Trofeo.

8. MODALIDAD POR PAREJAS

Se establecen 200 dorsales para 100 parejas en total, sumando mixtas, femeninas o masculinas. Se inscribirán como pareja en la tarifa habilitada para ello.

Se saldrá a las 9:30 desde el polideportivo de Zubiri.

Para clasificarse como pareja, deben completar **toda la carrera juntos**, pasando los controles a la par y entrando juntos a meta. En caso contrario, se les descalificará.

La participación en la modalidad por parejas, les **excluye de la clasificación individual.**

8. INSCRIPCIONES

Hasta un máximo de 500 dorsales para inscripciones individuales y otros 200 dorsales más, para la modalidad por parejas (100 parejas).

Las inscripciones se realizarán por escrupuloso orden de inscripción en la web www.nafarroaxtrem.com

- Del **11/11/2023 hasta el 11/12/2023: 35€ federados** no federados en la Federación de Montaña +5€. Cada persona.
- Del el **11/12/2023 hasta el 11/02/2024: 38€ federados**, no federados en la Federación de Montaña +5€. Cada persona.
- Del el **11/02/2024 hasta el 11/04/2024: 42€ federados**, no federados en la Federación de Montaña +5€. Cada persona.
- La modalidad de pareja abonará la cuota de inscripción en su totalidad.
- 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 si lo considera oportuno.
- 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, así como a hacer uso de las instalaciones habilitadas por la Organización para los participantes, bolsa del corredor, y comida popular al finalizar la prueba.**

8.1 ANULACIÓN DE UNA 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 devoluciones:

-Hasta el 11 de diciembre del 2023, se devuelven 30 euros

-Hasta el 11 de febrero del 2024, se devuelven 21 euros

-Hasta el 11 de abril del 2024, se devuelven 17 euros

Superada la fecha del **11 de abril del 2024**, **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 **11/04/2024 siempre y cuando las inscripciones estén abiertas**

8.3. CAMBIO DE TITULARIDAD O TRASPASO DE DORSAL

Los cambios de titularidad se podrán realizar hasta el 11 de abril del 2024 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.

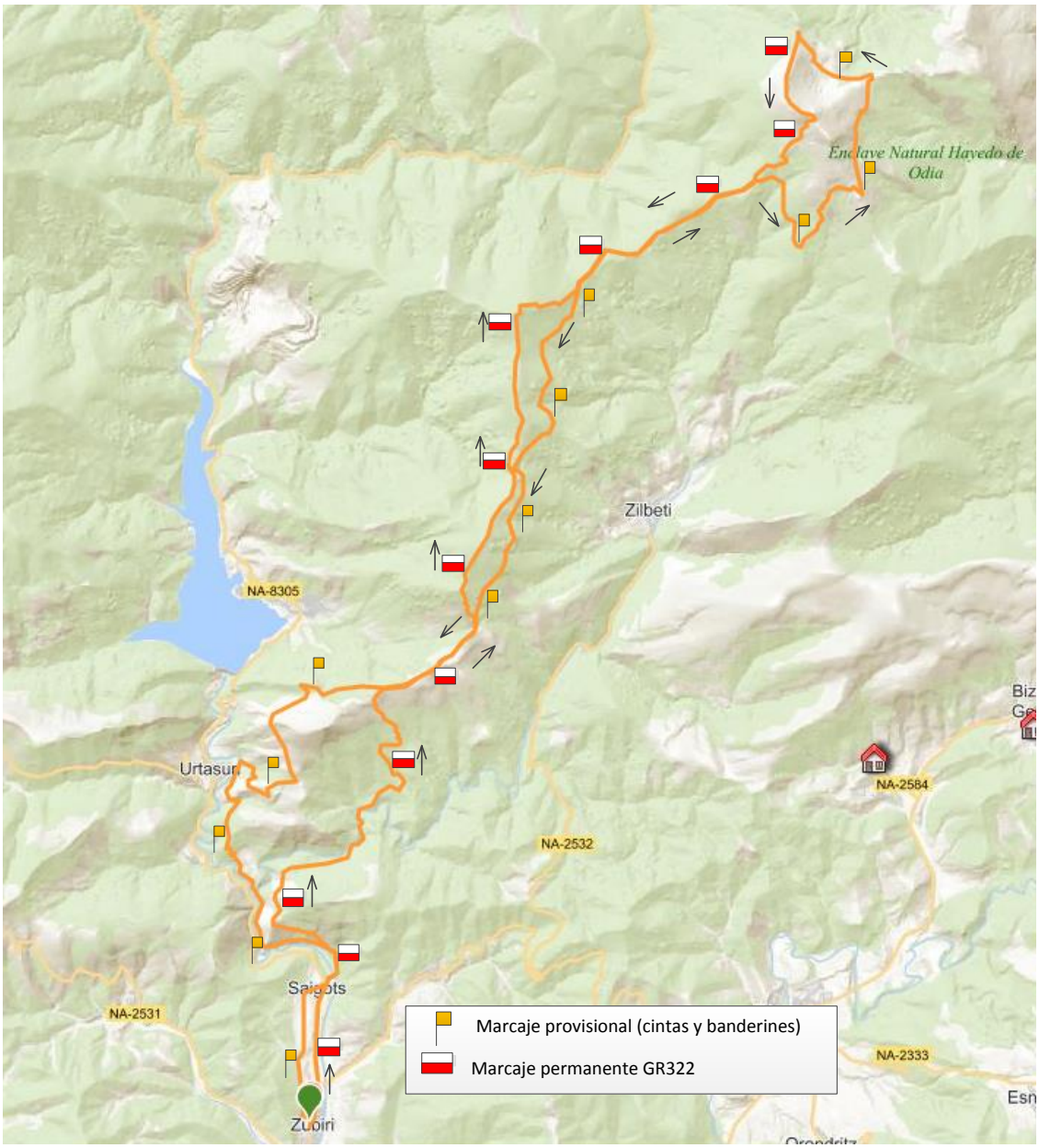
8.4 CAMBIO DE TALLA EN LA PRENDA DE LA BOLSA

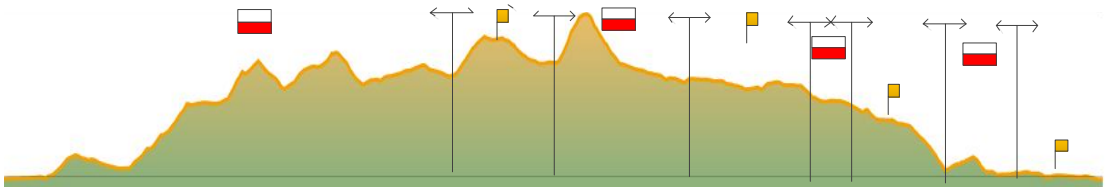
Se podrán realizar cambios de talla de la prenda regalo antes de 11/04/2024 editándolo desde la plataforma de inscripción.

9. SEÑALIZACIÓN

El **recorrido** de NX35 alterna tramos coincidentes con GR322 de señalización permanente y otros tramos no coincidentes con GR322 que serán señalizados para la ocasión con carteles indicadores, banderines y cintas de plástico.

En el siguiente plano se describe que tipo de marcaje se utiliza en cada tramo, es decir, marcaje provisional o marcaje permanente GR.


Enclave Natural Hayedo de Odia
Zilbeti
NA-8305
Urtasun
NA-2584
NA-2532
NA-2531
NA-2333
Zubiri
Marcaje provisional (cintas y banderines)
Marcaje permanente GR322



Las señalización permanente de la **GR 322 (Nafarroa xtrem)**, ha sido revisada y homologada por la Federación Navarra de Montaña y Escalada.

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

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.

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

13. CONTROLES

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 7 horas para los 35 km del recorrido

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 corte NX35K

	KM	DESNIVEL	TPO. CORTE	HORA CORTE
ZUBIRI	**0**			
GURUTXAGA	**7,5**	**500**	**/**	
LEÑADI	**13,5**	**1020**	**3h**	**12h**
ADI	**18,9**	**1600**	**/**	
LEÑADI	**20,5**	**1600**	**5h**	**14h**
GURUTXAGA	**26**	**1700**	**/**	
ZUBIRI		**1800**	**7h**	**16h**

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 **visibles 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.

15. CONSIGNA

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

16. 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 plástico 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.

17. 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.

18. 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**.

19. 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.

20. 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.

21. 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.