REGLAMENTO XVII SUBIDA AL SAN MILLÁN

La carrera se regirá por el **Reglamento de Competiciones de Carreras por Montaña de la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo de Castilla y León (FDMESCYL) (enlace)** en su modalidad de "Campeonato de Castilla y León de Carreras en línea por Montaña FDMESCYL", que establece las pautas a seguir, y en particular por las siguientes reglas:

1.- FECHA Y LUGAR: La carrera por montaña SUBIDA AL SAN MILLÁN se celebrará el domingo 30 de junio de 2019, en la localidad de **Pradoluengo (Burgos)**. La **salida** se efectuará desde la Plaza Mayor de Pradoluengo, a las **9 horas** para la **SSM 29K** y a las **9:30** horas para la **SSM 18K y SSM 10K**.

En función de las condiciones meteorológicas u otros condicionantes imprevistos, la organización se reserva el derecho a modificar el horario de salida, retrasándola en todo caso, sobre el horario previsto.

2.- RECORRIDOS:

2.1.- SUBIDA AL SAN MILLÁN 29K (SSM 29K): La prueba discurre por la sierra de la Demanda, desde la localidad de Pradoluengo hasta la cima del pico San Millán 2.131 m y regreso de nuevo a Pradoluengo. Tiene un recorrido de 29 Km aproximadamente, con un desnivel positivo de 2.000 m y un desnivel negativo de 2.000 m, aproximadamente.

COEFICIENTE DE DIFICULTAD FEDME: 63.

RECORRIDO ALTERNATIVO: En caso de no poder realizar el recorrido por completo la organización podrá reducir el mismo, estando previstos dos puntos donde los recorridos de subida y bajada se cruzan.

- En caso de no poder hacer cima en la cumbre del San Millán, se subiría hasta el kilómetro 13,5 aproximadamente (collado de Cabeza Aguilez), iniciando en ese punto el recorrido de bajada. En total 24,5 Km. y 1.700 m. de desnivel positivo, aproximadamente, con un coeficiente de dificultad de 46.

- En el caso, bastante improbable, que no se pueda recorrer la arista hasta el pico Cabeza Aguilez, se subiría hasta el kilómetro 10 aproximadamente (Remendía), iniciando en este punto el recorrido de bajada. En total 16,6 Km. y 1.350 m. de desnivel positivo, aproximadamente, con un coeficiente de dificultad de 26.

2.2.- SUBIDA AL SAN MILLÁN 18K (SSM 18K): La prueba discurre casi en su totalidad por el recorrido de la "SUBIDA AL SAN MILLÁN", excepto la bajada del cortafuegos que llega al término de La Pasada, kilómetro 3,5, que en este caso se realiza por una serie de pistas que serpentean el cortafuegos. Posteriormente, a la altura del kilómetro 11,4 se desvía de nuevo, para enlazar con la bajada de la "SUBIDA AL SAN MILLÁN" de nuevo, a la altura del kilómetro 12,7.

Tiene un recorrido de 18,9 Km aproximadamente, con un desnivel positivo de 1.050 m y un desnivel negativo de 1.050 m, aproximadamente.

2.2- SUBIDA AL SAN MILLAN 10K (SSM 10K): Esta distancia es también para corredores cadetes es decir que tengan 15, 16 y 17 años el 31 de diciembre del año que se disputa la carrera. La prueba discurre en su inicio por el recorrido de la SSM 18K, desviándose a la altura del kilómetro 7,4 para ir a buscar el recorrido de bajada de las otras 2 pruebas, kilómetro 9, y proseguir hasta el pueblo donde está la meta.

Tiene un recorrido de 10,9 Km aproximadamente, con un desnivel positivo y negativo de 550 m aproximadamente.

3.- PUNTUABLE: La XVII Subida al San Millán será puntuable para la "Copa de Castilla y León de Carreras en línea por Montaña FDMESCyL 2019".

Esta prueba se encuadra también dentro del Circuito Provincial de Marchas de Montaña del Instituto Provincial para el Deporte y la Juventud (IDJ) de la Diputación de Burgos.

4.- PARTICIPACIÓN: Todos los participantes tendrán como mínimo 18 años de edad el año que se disputa la carrera, como indica el Reglamento de Carreras en línea por Montaña de la FDMESCyL, excepto en la carrera SSMC 10K en la que pueden participar corredores cadetes es decir que tengan 15, 16 y 17 años el 31 de diciembre del año que se disputa la carrera. Los participantes menores de edad deberán presentar la correspondiente autorización tutorial por escrito en el momento de recoger el dorsal.

5.- CATEGORÍAS:

MASCULINA	**AÑOS**	**FEMENINA**	**AÑOS**
CADETE	De 15 a 17	CADETE	De 15 a 17
JUNIOR	De 18 a 20	JUNIOR	De 18 a 20
ABSOLUTA	A partir de 18	ABSOLUTA	A partir de 18
VETERANO	A partir de 40	VETERANO	A partir de 40

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.

Los cadetes solo participarán en la carrera SSM 10K.

Para poder tener derecho a premio y realizarse el protocolo de entrega de premios en las diferentes categorías, quien opte a ello deberá haber realizado el recorrido en un tiempo no superior al 85% sobre el tiempo máximo de control.

6.- INSCRIPCIONES: Hasta un máximo previsto de 225 corredores por riguroso orden de inscripción.

Las inscripciones se abrirán el 29 de abril de 2019 a las 00:00 horas.

Las inscripciones se cerrarán el miércoles 26 de junio de 2019 a las 23:59 horas.

Pasada la fecha límite de inscripción la organización no aceptará nuevas inscripciones.

La organización establecerá un período especial en el que tendrán preferencia para inscribirse los deportistas federados FDMESCYL y la selección autonómica, en su caso, garantizando de esta manera que los interesados no se queden sin posibilidad de participación. Este periodo especial corresponderá a los primeros 30 días de la apertura de la inscripción.

- Los socios del Club Montañeros de Pradoluengo tendrán un descuento del 50% en la inscripción, que se les devolverá posteriormente a la carrera, previa solicitud por correo electrónico.

- Se podrá anular la inscripción antes del jueves 20 de junio de 2019 poniéndose en contacto con info@cmpradoluengo.org.

7.- PRECIO:

	SSM 29K	**SSM 18K**	**SSMC 10K**
Federados	18 €	14 €	12 €
No federados	24 €	17 €	15 €

El importe de la inscripción da derecho a participar en la prueba, seguro de accidentes y RC proporcionado por la FDMESCyL para los no federados, hacer uso de todos los servicios establecidos por la Organización para los participantes, lunch tras finalizar la prueba, bolsa del participante y sorteo de regalos.

8.- SEÑALIZACIÓN: El recorrido estará debidamente señalizado con carteles indicadores y cintas de balizamiento bien visibles. Existirán referencias kilométricas en todo el recorrido.

9.- CONTROLES: En el desarrollo de la prueba la Organización tendrá dispuestos 7, 3 y 1 puntos de control, para SSM 29K, SSM 18K y SSM 10K, respectivamente, siendo obligatorio el paso por los mismos. En la cumbre del San Millán se establecerá la Meta Volante de la SSM 29K.

10.- AVITUALLAMIENTOS: Se dispondrán 10, 3 y 1 avituallamientos, más el de meta, para SSM 29K, SSM 18K y SSM 10K, respectivamente. En estos puntos se ofrecerán a los participantes productos energéticos y refrescantes (agua, fruta, barritas y bebidas energéticas, etc.). Según vaya finalizando la prueba, cada participante podrá acceder al avituallamiento que se ofrecerá en la línea de meta y tras la entrega de premios se ofrecerá un lunch también para todos los participantes.

NOTA IMPORTANTE: Este año seguimos con nuestro compromiso con el medio ambiente e intentaremos minimizar en lo posible la generación de residuos para poner nuestro granito de arena con la sostenibilidad del planeta, con lo que al igual que en ediciones anteriores **NO se proporcionarán vasos desechables en los**

avituallamientos y cada corredor deberá llevar su propio recipiente para poder beber y aprovisionarse de agua.

11.- TIEMPOS DE PASO: El tiempo máximo de entrada en meta será de 5 horas para la SSM 29K y 3 horas para la SSM 18K por lo que quienes excedan el tope de tiempo establecido perderán toda opción a figurar en la clasificación final.

Asimismo para la SSM 29K existirá un control de tiempos en el collado de cabeza Aguílez, kilómetro 13,2 aproximadamente, y aquellos corredores que pasen por ese punto con un tiempo superior a 2 horas y 45 minutos no harán cima en el San Millán debiendo iniciar el recorrido de vuelta.

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 o el reglamento de la FDMESCYL, 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.

Todos aquellos participantes que se vean afectados por una decisión de descalificación deberán hacer entrega del dorsal en el puesto de control más cercano y abandonar la prueba atendiendo a las indicaciones de los miembros de la Organización.

12.- PREMIOS:

PREMIOS SSM 29K			
ABSOLUTA MASCULINA (a partir de 18 años)		**ABSOLUTA FEMENINA (a partir de 18 años)**	
1º	Diploma + premio + inscripción año siguiente	1º	Diploma + premio + inscripción año siguiente
2º	Diploma + premio	2º	Diploma + premio
3º	Diploma + premio	3º	Diploma + premio
VETERANOS MASCULINA(a partir de 40 años)		**VETERANOS FEMENINA (a partir de 40 años)**	
1º	Diploma + premio	1º	Diploma + premio
2º	Diploma + premio	2º	Diploma + premio
3º	Diploma + premio	3º	Diploma + premio
MAYOR DE 65 AÑOS MASCULINA		**MAYOR DE 65 AÑOS FEMENINA**	
1º	Diploma + premio	1º	Diploma + premio

PREMIOS SSM 18K			
JUNIOR (de 18 a 20 años)		**JUNIOR (de 18 a 20 años)**	
1º	Diploma + premio	1º	Diploma + premio
2º	Diploma + premio	2º	Diploma + premio
3º	Diploma + premio	3º	Diploma + premio
ABSOLUTA MASCULINA (a partir de 18 años)		**ABSOLUTA FEMENINA (a partir de 18 años)**	
1º	Diploma + premio	1º	Diploma + premio
2º	Diploma + premio	2º	Diploma + premio
3º	Diploma + premio	3º	Diploma + premio
VETERANOS MASCULINA (a partir de 40 años)		**VETERANOS FEMENINA (a partir de 40 años)**	
1º	Diploma + premio	1º	Diploma + premio
2º	Diploma + premio	2º	Diploma + premio
3º	Diploma + premio	3º	Diploma + premio

PREMIOS SSM 10K			
CADETE (de 15 a 17 años)		**CADETE (de 15 a 17 años)**	
1º	Diploma + premio	1º	Diploma + premio
2º	Diploma + premio	2º	Diploma + premio
3º	Diploma + premio	3º	Diploma + premio
ABSOLUTA MASCULINA (a partir de 18 años)		**ABSOLUTA FEMENINA (a partir de 18 años)**	
1º	Diploma + premio	1º	Diploma + premio
2º	Diploma + premio	2º	Diploma + premio
3º	Diploma + premio	3º	Diploma + premio

Habrá bolsa de corredor, para cada participante, así como sorteo de regalos entre todos los participantes.

PREMIO AL RÉCORD DE LA "SUBIDA AL SAN MILLÁN 29K" CATEGORÍA MASCULINA Y FEMENINA:

-Premio especial de **250 euros** en la categoría masculina para la persona que gane la prueba y consiga rebajar el récord actual de **2 horas, 37 minutos y 3 segundos**, establecido en la edición del año **2009** por **Raúl García Castán.**

-Premio especial de **250 euros** en la categoría femenina para la persona que gane la prueba y consiga rebajar el récord actual de **3 horas, 16 minutos y 43 segundos**, establecido en la edición del año **2010** por **Blanca María Serrano Serrano.**

META VOLANTE DE LA "SUBIDA AL SAN MILLÁN 29K ": Habrá sendos **jamones**, para el **primer** participante de **categoría masculina** y el de **categoría femenina** que crucen en primer lugar la meta volante (pico **San Millán 2.131 m**.) y consigan acabar la prueba.

ENTREGA DE TROFEOS: Se realizará a las **14:00 horas** en la meta, plaza Mayor de Pradoluengo.

NOTA: Todos los premios son acumulables.

Para poder tener derecho a premio y realizarse el protocolo de entrega de premios en las diferentes categorías, quien opte a ello deberá haber realizado el recorrido en un tiempo no superior al 85% sobre el tiempo máximo de control.

13.- REUNION INFORMATIVA: La Organización facilitará información topográfica de los sitios por los que transita la prueba, así como los detalles organizativos más relevantes en una presentación que se celebrará en el CINEMA GLORIETA, el sábado víspera de la carrera, a las 19:30 horas. Es importante la asistencia de los corredores a esta reunión.

14.- ENTREGA DORSALES: La entrega de dorsales se efectuará el día anterior a la prueba de 18:30 a 20:00 horas en un local debidamente señalizado en la plaza mayor de Pradoluengo y el mismo día de la prueba entre las 7:30 y las 8:30 de la mañana en el mismo punto.

Se solicitará como fianza a la entrega del chip la tarjeta federativa o 10 €, que será devuelta en la meta al devolver el mismo. Habrá servicio de "guardallaves" el día de la carrera en las mesas de entrega de dorsales.

15.- CONTROL DE FIRMAS: El mismo día de la prueba entre las 8:30 y las 8:55 en la zona de salida.

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 evitando arrojar desperdicios fuera de las áreas de control.

A tal efecto se colocaran contenedores de basura hasta una distancia máxima de 100 metros desde el puesto de control. Será motivo de descalificación el incumplimiento de esta norma elemental por parte de los corredores.

17.- ACCIDENTES, SEGURO Y COMUNICACIÓN: La marcha, dispondrá de un servicio de ambulancia y personal cualificado proporcionado por el IDJ, para poder asistir a los participantes que hubieran tenido algún tipo de accidente durante el transcurso de la marcha, en los puntos más estratégicos del recorrido.

Asimismo todos los participantes que no estén federados en alguna modalidad cuyo seguro cubra las carreras por montaña y lo hayan indicado a la hora de realizar la inscripción, estarán cubiertos por un seguro de accidentes proporcionado por la FDMESCyL.

En caso de no estar asegurados con un seguro que tenga unas coberturas mínimas iguales al que ofrece la federación y no haber solicitado seguro a la hora de realizar la inscripción, **perderá su derecho a participar en la prueba**.

Para hacer uso del seguro proporcionado por la FDMESCyL es necesario que el accidentado o acompañante comunique a la Organización el accidente ocurrido y esta le indicará la forma de proceder para su asistencia médica, en caso de que no fuera posible realizarlo por el personal sanitario presente en la marcha.

Es de obligado cumplimiento que la citada comunicación se realice antes de la finalización de la marcha, o en el momento inmediatamente posterior a su paso por la meta final. Nunca finalizados los actos de la misma.

El seguro de accidentes no cubrirá a aquellos participantes que no hubieran comunicado el accidente en los tiempos indicados.

18.- ASEO: Los servicios de ducha y aseo estarán situados dentro del polideportivo municipal.

En el polideportivo municipal, existirá un servicio de masajes gratuito, para todos los participantes que vayan finalizando la prueba. Estos servicios estarán debidamente señalizados con carteles indicativos.

19.- 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.

20.- AUXILIO EN ACCIDENTES: Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados que necesiten ayuda, así como a informar de cualquier percance en los controles de paso.

21.- RESPONSABILIDAD: La Organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia, así como de los objetos de cada participante, aunque a estos efectos dispondrá en meta de un servicio de consigna.

- Los participantes serán responsables de todo perjuicio que puedan causarse a sí mismos y a terceros.

- La participación en la prueba es bajo la responsabilidad y propio riesgo de los participantes.

- Cada participante en el momento de su inscripción manifestó encontrarse físicamente apto para la prueba.

- Dada la dureza de la prueba, desde la Organización os recomendamos que seáis responsables y no os excedáis en el esfuerzo más de lo que pudierais estar preparados.

- El recorrido del evento no estará cortado al tráfico, si bien habrá personal de la Organización en los puntos más peligrosos: Todos los participantes están obligados a cumplir con las normas de circulación vial, siendo los únicos responsables de las infracciones que pudieran cometer.

22.- ACEPTACIÓN: El mero hecho de inscribirse supone la aceptación del presente Reglamento y la renuncia a todos los derechos contra la organización, renunciando a toda acción legal que pudiera derivarse de su participación en la prueba. En caso de duda o de surgir alguna situación no reflejada en el mismo, prevalecerá lo que disponga la Organización.

23.- PROTECCIÓN DE DATOS DE CARÁCTER PERSONAL:

Cada participante acepta las bases del presente reglamento y del de la FDMESCyL, y autoriza a la organización, FDMESCyL y a la empresa que gestiona los listados de inscritos y tiempos, a la gestión y divulgación de los datos personales necesarios, con el objeto de publicar las clasificaciones derivadas de su participación en la prueba. La plataforma de inscripción y los organizadores de la prueba garantizan el pleno cumplimiento de todas las garantías legales y de seguridad que impone el Reglamento Europeo de Protección de Datos, así como la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y Garantía de los Derechos. El participante queda informado y presta su consentimiento a la incorporación de sus datos a los ficheros automatizados existentes en la plataforma de inscripción y en los organizadores, y al tratamiento de los mismos para su utilización en relación con gestiones administrativas, comerciales y el envío de comunicaciones sobre actividades, campañas e iniciativas de naturaleza similar a las que haya participado y actividades propias de la actividad en sí.

24.- DERECHO A LA IMAGEN: La aceptación del presente reglamento implica obligatoriamente que el participante autoriza a la ORGANIZACIÓN, a la grabación total o parcial de su participación en la misma, presta su consentimiento para que pueda ser utilizada su imagen en la promoción y difusión de la prueba, de todas las formas posibles, (radio, prensa, video, foto, DVD, internet, carteles, medios de comunicación, etc.), y cede todos los derechos relativos a la explotación comercial y publicitaria que la ORGANIZACIÓN considere oportuno ejecutar, sin derecho por su parte a recibir compensación económica alguna.

EL HECHO DE LA INSCRIPCIÓN IMPLICA LA ACEPTACIÓN TOTAL DEL REGLAMENTO