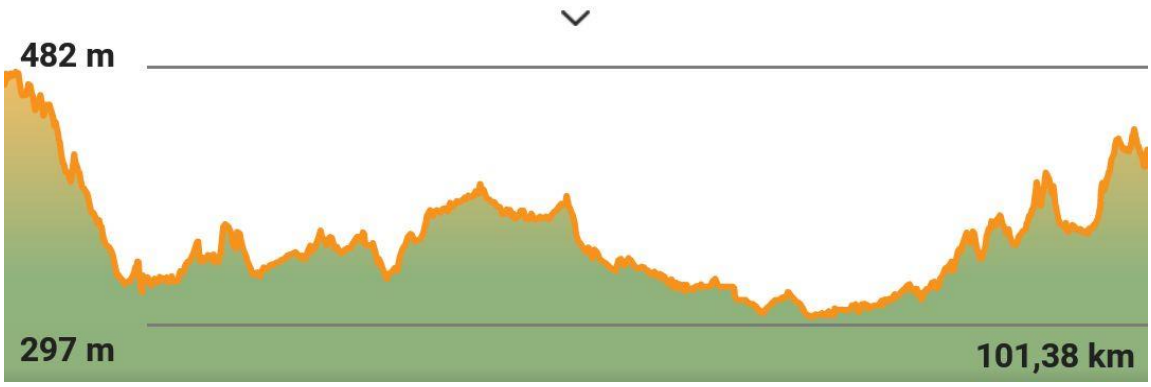
REGLAMENTO PRUEBA 102KM

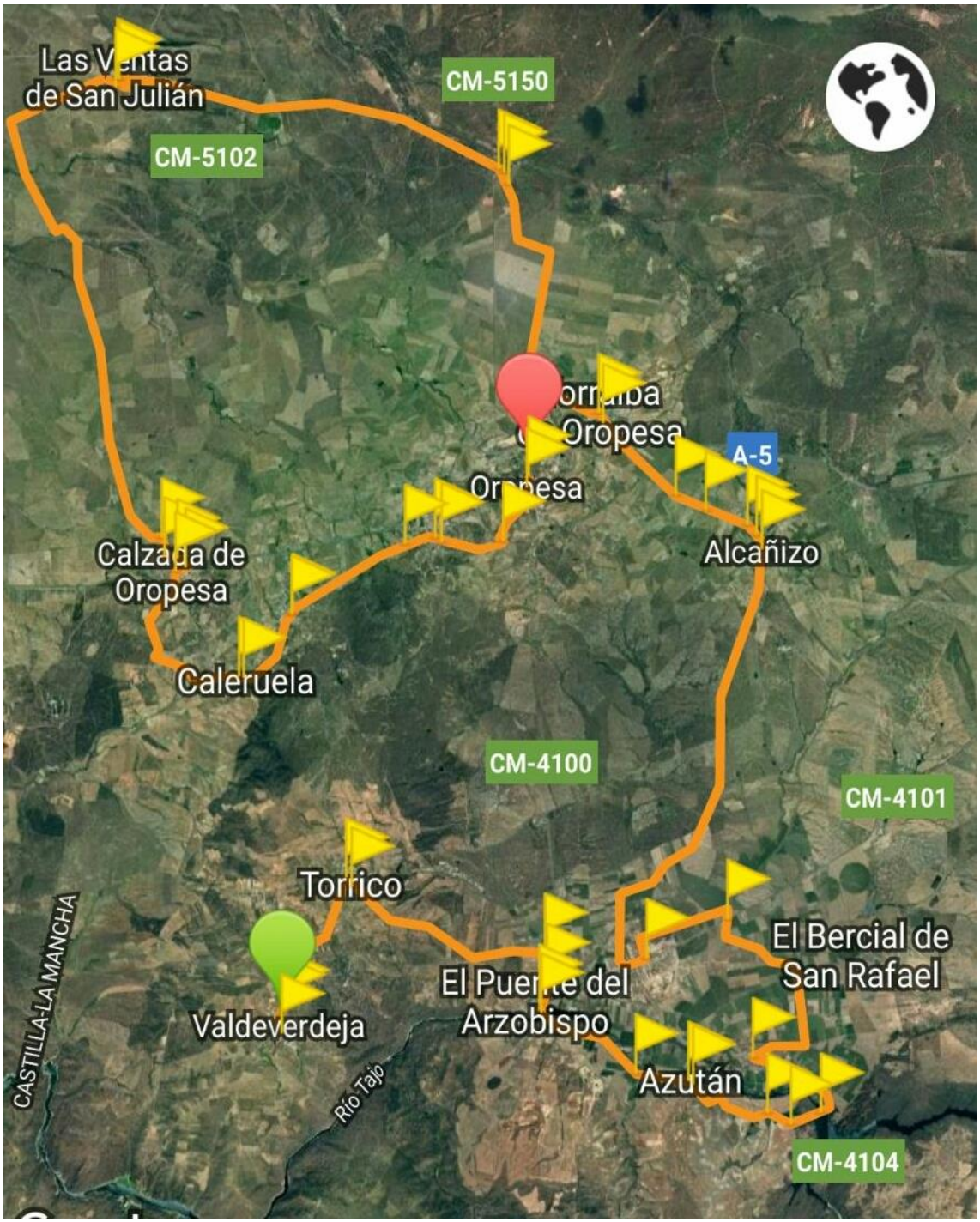
A) INFORMACIÓN

1. Los 102km en 24h 24min. 24seg (tiempo máximo para acabar la prueba) están planteados como reto personal.

2. Las distancias que se pueden realizar son las siguientes:

DISTANCIA	SALIDA	META	HORARIO	PRECIO	
				Socio	No socio
32km	Valdeverdeja	Alcolea de Tajo	12:00h-19:30h	18€	20€
50km	Valdeverdeja	Torralba de Oropesa	12:00h-00:20h	18€	20€
52km	Torralba de Oropesa	Oropesa	00:00h-12h24'24"	18€	20€
102km	Valdeverdeja	Oropesa	12:00h-12h24'24"	30€	35€




Las Ventas de San Julián
CM-5150
CM-5102
Torralba de Oropesa
Oropesa
A-5
Alcañizo
Calzada de Oropesa
Caleruela
CM-4100
CM-4101
Torrico
El Bercial de San Rafael
El Puente del Arzobispo
Valdeverdeja
Azután
CASTILLA-LA MANCHA
Río Tajo
CM-4104

HORARIO DE PASO Y CIERRE

LOCALIDAD	KILÓMETRO	HORA DE CIERRE	LUGAR
Valdeverdeja	0	12:00h	Plaza de España
Torrico	5	13:10h	Plaza de España
Puente del Arzobispo	12	15:00h	Plaza de España
Azután	16,5	16:00h	Av. del Generalísimo
El Bercial	23	17:30h	Plaza de España
Alcolea de Tajo	32	19:30h	Pabellón municipal (meta 32km y zona descanso).
Alcañizo	45	23:10h	Av. de Toledo
Torralba de Oropesa	50	00:20h	Plaza de la Constitución (meta 50km y zona descanso. Salida a las 00:00h de los 52km).
Corchuela	58	03:40h	Calle Hermana Carmen
Las Ventas de San Julián	69	07:50h	Piscina municipal. Zona descanso.
La Calzada	85	11:00h	Recinto ferial (zona de descanso)
Caleruela	90	11:20h	Camino La Pusa-Pilón
Herreruela de Oropesa	92,5	11:30h	Iglesia de San Ildefonso
Lagartera	98	11:50h	Plaza de la Fuente
Oropesa	102	12h 24' 24"	Castillo de Oropesa. Final 102km y 52km. (Zona descanso en el pabellón municipal)

3. Track del Recorrido.

Se puede vistar en la página web **www.wikiloc.es** , a través del siguiente enlace: https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-juegos-de-la-comarca-102km-23113806

4. No hay premios en metálico.

Los participantes que completen cualquiera de las distancias de más de 50 Km obtendrán una "Medalla Finisher"

5. La clasificación será publicada por orden alfabético.

6. Edad mínima de inscripción.

Podrán inscribirse personas mayores de 16 años. Los menores de edad deberán enviar al correo juegosdelacomarca@gamil.com un justificante del padre/madre/tutor con el permiso para que el menor pueda realizar la prueba, si no es así no podrá participar.

7. Puntos de avituallamiento.

Existirán puntos de avituallamiento en todos los municipios por los que pasa la Prueba.

Habrá avituallamiento líquido (agua y bebidas isotónicas) y sólido (barritas energéticas, fruta, frutos secos y geles energéticos).

A su vez, al paso por Alcolea de Tajo se podrán degustar bocadillos, al paso por Torralba de Oropesa cenaremos (caldo y pasta), a la llegada a La Calzada habrá desayuno (zumos, bollería y embutido).

8. Puntos de fisioterapia, Podología y Medicina Deportiva.

Existirán puntos de Fisioterapia en Alcolea de Tajo, Torralba de Oropesa, La Calzada y Oropesa.

Así mismo se podrá reclamar la presencia de Podólogo, Médico Deportivo y Fisioterapeuta cuando se estime oportuno y con "carácter de urgencia" por posibles lesiones que se puedan presentar.

9. Centro de análisis e incidencias.

Estará situado en Oropesa y estará compuesto de:

- Protección Civil.
- Ambulancias.
- Médicos Deportivos.
- Fisioterapeutas.
- Podólogos.
- Personal de análisis y estadísticas.

10. Los participantes dispondrán de localizador GPS.

B) PRECAUCIONES Y ASPECTOS DE SEGURIDAD

5. Dosificar el esfuerzo y elegir bien los sitios donde descansar y contar con ayuda es muy importante en una prueba de estas características.

6. La organización tiene la potestad de retirar a un participante que, según la opinión de ésta, no se encuentre en condiciones de seguir.

7. Si lo estima oportuno, el participante puede retirarse en cualquier municipio de paso, siempre y cuando sea comunicado a la organización.

8. QUEDA TERMINANTEMENTE PROHIBIDO ARROJAR NINGÚN TIPO DE DESPERDICIO, puesto que habrá lugares destinados para este fin durante el recorrido. El incumplimiento de esta norma supondrá la descalificación del participante implicado.

9. Se permite la presencia de acompañantes en bicicleta.

10. Las áreas de descanso serán las siguientes:

- Pabellón Municipal de Alcolea de Tajo.
- Plaza de la Constitución de Torralba de Oropesa.
- Piscina municipal de Las Ventas de San Julián.
- Recinto ferial de La Calzada.
- Pabellón Municipal de Oropesa.

11. Cada participante llevará dorsal, rutómetro, chip y GPS de localización. Además, se recomienda tratar de llevar el teléfono móvil con la máxima carga de batería posible, así como el cargador para poder recargarlo en los puntos habilitados.

12. En zona de carretera donde haya doble dirección, se debe circular en sentido contrario al tráfico y fuera del arcén, si el espacio lo permite.

13. EL TRÁFICO NO ESTARÁ CORTADO, por lo que se pide a los participantes máxima responsabilidad y precaución.

14. Frente a cualquier duda o imprevisto que pueda surgir, se ruega a los participantes que se pongan en contacto con la Organización, Protección Civil o Guardia Civil.

15. Todos los participantes debidamente inscritos estarán amparados por una póliza de seguro colectivo de accidentes.

16. Al recoger el dorsal, los participantes podrán entregar la mochila que utilizarán en las zonas de descanso.

C) RECOMENDACIONES Y ASPECTOS A TENER EN CUENTA

17. En pruebas como esta, es de VITAL IMPORTANCIA LA CORRECTA HIDRATACIÓN, por lo que se recomienda llevar siempre agua encima (tanto para beber, como para refrescarse de vez en cuando. La gorra y un pañuelo pueden ser buenos aliados) para esto último.

18. En las zonas de descanso, también es recomendable aprovechar para mojarse o ducharse.

19. El mayor enemigo de la prueba, es el calor. Por lo tanto, forzar el ritmo durante las horas de máximo calor es una idea pésima.

20. Para garantizar la máxima seguridad de los participantes, se contará con la ayuda de médicos, podólogos y fisioterapeutas.

21. Es IMPORTANTÍSIMO el cuidado de los pies, por lo que el calzado y los calcetines, así como la ropa que se utilizará, debe ser elegida coherentemente.

22. Es recomendable llevar un pequeño botiquín para ampollas y rozaduras, previsto con betadine, tiritas de silicona, crema o pomada para roces, ...

23. Debido a la exposición solar, se recomienda el uso de crema de protección para evitar posibles quemaduras.

24. La organización recomienda estos elementos imprescindibles:

-Cantimplora

-Chubasquero

-Gorra

-Dinero para uso personal

-Móvil

-Linterna de luz frontal (obligatoria)

-Gafas de sol

-Pañuelo

-Funda rutómetro

-Alimentos ligeros

-Crema de protección solar

25. Además, es posible que también sea necesario:

-Calzado de repuesto

-Bebida caliente

-Comida diversa. Se recuerda que la organización trasladará el material que los participantes necesiten a las zonas de descanso establecidas.

26. Los participantes de los 102km tendrán disponible el traslado en autobús a la salida (en Valdeverdeja) desde la meta (en Oropesa).

d) ASPECTOS LEGALES

27. La inscripción es personal e intransferible, y una vez realizada no se podrá cancelar, por lo que no será devuelto el importe de la misma.

28. Todos los participantes, al inscribirse, confirman que han leído, entendido y aceptado el reglamento, lo que supone la renuncia a toda acción legal que pudiera derivarse de su participación en la prueba.

29. La Organización no se hace responsable de los gastos ni las deudas que pudieran contraer los participantes durante la marcha.

30. La aceptación del reglamento conlleva la aceptación y autorización automática por parte de los participantes de cesión de los derechos de imagen a la Organización, así como la grabación total o parcial de la prueba. De esta forma, el participante da su consentimiento para utilizar su imagen para promoción, difusión (vídeo, foto, dvd, internet, medios de comunicación, etc.), cediendo todos los derechos relativos a su explotación comercial y publicitaria que considere ejecutar, sin derecho por parte a recibir compensación económica).

31. La Organización y Asociación Juegos de la Comarca se reserva el derecho a modificar este reglamento con previo aviso a los participantes.

32. La empresa encargada de cronometrar la prueba será EVEDEPORT.

33. Inscripciones en www.evederport.es

34. La salida será a las 12h en Valdeverdeja y la salida en autobús desde Oropesa será a las 10h (en la Plaza del Navarro).

35. La recogida de dorsales será posible desde las 10h en la Plaza de España de Valdeverdeja.