

# REGLAMENTO IV CARRERA DE MONTAÑA ZAFRA 2019

IV CARRERA DE MONTAÑA ZAFRA

## REGLAMENTO

### 1. FECHA Y LUGAR:

13 de ENERO de 2018 a las 10:30h desde el I.E.S. Suarez de Figüeroa (Salida y meta)

### 2. RECORRIDO:

La prueba transcurre por el entorno natural de la Sierra del Castellar, entorno del embalse de la albuera y campos de Belén.

3. PUNTUABLE: No puntuable para ninguna liga.

### 4. PARTICIPACIÓN:

Pueden tomar parte en las pruebas todas las personas desde categoría jóvenes a Súper-veteranos.

### CATEGORÍAS:

Las categorías de la prueba incluyen dos clasificaciones, Masculina y Femenina:

### CATEGORÍAS MASCULINA

1 jóvenes Masculino: De 18 a 23 años

2 Senior A masc: 24-34 años

3 Senior B masc: 35-39 años

4 Senior C masc: 40-45 años

5 Veteranos: 46-50 años

6 Súperveteranos: +50 años

## CATEGORÍAS FEMENINA

1 Jóvenes Femenino: De 18 a 23 años

2 Senior A Fem: 24-34 años

3 Senior B Fem: 35-40 años

4 Veteranas: 41-45 años

5 Súperveteranas: +45 años

Las categorías con menos de 4 participantes serán integradas en la inmediatamente superior.

Los tres primeros de cada categoría obtendrán su correspondiente trofeo.

A todos los corredores se les obsequiará con bolsa de corredor al finalizar la prueba.

Se introduce la categoría INCLUSIVA que se deberá indicar en el formulario de inscripción.

La entrega de trofeos se realizará a las 14:30 y el orden de entrega será el siguiente:

1 Ganadores absolutos Masculinos

2 Ganadoras absolutas Femeninas

3 Ganadores locales Masculinos y Femeninas

4 Ganadores Junior Masculinos

5 Ganadoras Junior Femeninas

6 Ganadores Senior A Masculinos

7 Ganadoras Senior A Femeninas

8 Ganadores Senior B Masculinos

9 Ganadoras Senior B Femeninas

10 Ganadores Veteranos Masculinos

11 Ganadoras Veteranas Femeninas

12 INCLUSIVA

## 6. INSCRIPCIONES:

Se realizarán a través del formulario de la página ahora nombrada hasta un máximo de 200 participantes.

Las inscripciones se podrán realizar hasta tres días antes de la prueba a través de Las inscripciones se realizarán a través de la página:

<https://sportmaniacs.com/es/services/inscription/iv-carrera-montantildea-zafra-2019>

Una vez realizada la inscripción deberá mandar el resguardo del pago para confirmar la misma si fuese necesario.

La cuota incluye:

- 1• Seguro de accidentes.
- 2• Asistencia en carrera.
- 3• Evacuaciones en caso de accidente.
- 4• Avituallamientos en carrera.
- 5• Avituallamiento final (comida).
- 6• Bolsa para el corredor.
- 7• Premios (ganadores) .
- 8• Ropero.
- 19•Aseos.
- 10•Duchas.

11•Fotografías en carrera.

12•Cronometraje oficial

13. Parking

Las inscripciones se realizarán a través de la página:

<https://sportmaniacs.com/es/services/inscription/iv-carrera-montantildea-zafra-2019>

En la sección de inscripción por grupo, si este supera los 10 corredores, el descuento será de 2 euros por cada corredor.

## 7 .REGOGIDA DE DORSALES

Para participar en la prueba es necesario realizar una inscripción que quedará cerrada cuando lo determine la organización.

Para la recogida de los dorsales, los participantes deberán presentar los siguientes documentos:

1• DOI (Documento Oficial de Identidad = pasaporte, DNI, carnet de conducir...), o documento equivalente para extranjeros. Edad mínima 16 años para la carrera corta exclusivamente. (con autorización)

.

La Organización podrá impedir la participación de los deportistas que no cumplan estos requisitos.

## 8. SEÑALIZACIÓN:

El recorrido estará debidamente señalizado con cinta blanca/roja de balizamiento bien visibles y con referencias kilométricas, voluntarios y

flechas con el color del dorsal para diferenciar recorrido de las carreras paralelas.

Estarán indicadas las zonas de peligro y zonas técnicas donde los participantes deberán extremar las precauciones.

También se indican los avituallamientos y finales de avituallamiento, donde los corredores deberán dejar todos los residuos, siendo motivo de descalificación aquellos que tiren restos una vez pasados estos puntos.

Las zonas para la evacuación estarán también señalizadas, indicando la dirección hacia dónde deben dirigirse con el herido.

#### 9. AVITUALLAMIENTOS:

Se establecen Puntos de Avituallamiento (PA) tanto líquidos como Líquidos y Sólidos en determinados puntos según estime la organización.

Los puntos de Avituallamiento estarán colocados en los siguientes PK:

1. AVITUALLAMIENTO LÍQUIDO km 4
2. AVITUALLAMIENTO LÍQUIDO-SÓLIDO km 8
3. AVITUALLAMIENTO LÍQUIDO-SÓLIDO km 15 (FINAL CORTA)
4. AVITUALLAMIENTO LÍQUIDO-SÓLIDO km 20
5. AVITUALLAMIENTO km 23.
6. AVITUALLAMIENTO Km 28 (FINAL LARGA)

Aquellos corredores que lleven envoltorios, envases, geles.... deberán rotularlo con su número de dorsal y NUNCA deshacerse de ellos fuera de los avituallamientos, por el contrario podría ser descalificado.

#### 10. TIEMPOS DE PASO Y PUNTOS DE CONTROL

Trataremos de colocar los puntos de control en los lugares que nos aseguren verificar que todos los corredores y corredoras realizan el circuito completo, por lo que se establecerán puntos estratégicos y de obligado paso. Alguno de los Puntos de Control (PC) pueden coincidir con los Puntos de

Avituallamiento (PAC)

Así mismo se establecen unos límites de paso en cada punto de control:

- 1• Todos los corredores que pasen por el primer punto de control 1(kilometro 6) después de 60 minutos desde el inicio de la carrera, serán descalificados y retirados de la carrera, debiendo entregar el dorsal a la organización.
- 2• Todos los corredores que pasen por el segundo punto de control 2 (kilometro 14) después de 120 minutos desde el inicio de la carrera, serán descalificados y retirados de la carrera, debiendo entregar el dorsal a la organización.
- 1• Todos los corredores que pasen por el tercer punto de control 3(kilometro 20) después de 180 minutos desde el inicio de la carrera, serán descalificados y retirados de la carrera, debiendo entregar el dorsal a la organización.
- 2• El cierre de meta se realizará a los 270 minutos de la salida.

En caso de retirada, aquellos corredores que tomen dicha decisión, deberán hacerlo en los puntos de Avituallamiento, entregando el dorsal al personal de la organización.

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 este reglamento, 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.

A estos efectos, la organización tiene prevista la participación de corredores escobas que actuarán como cierre de carrera. 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.

#### 11. ABANDONOS

Todos aquellos atletas que deseen retirarse de la competición, podrán hacerlo en cualquiera de los puntos de avituallamiento entregando el dorsal y comunicándoselo al personal de control situado en ese lugar. Desde entonces será responsabilidad del corredor el regreso a la línea de salida/meta.

En caso de urgencia o lesión el corredor será evacuado desde cualquier a de los puntos de avituallamiento a la ambulancia más cercana. Será obligatorio ayudar a los corredores lesionados a desplazarse al punto de avituallamiento. La prestación de ayuda es obligatoria para todos los participantes siendo la ausencia de la misma causa de descalificación.

El corredor o corredora que decida retirarse, DEBERÁ PRESENTARSE obligatoriamente en la mesa de control e informar sobre su retirada, o comunicarlo a los controles, avituallamientos o personal de la organización.

#### 12. COMPORTAMIENTO GENERAL DE LOS CORREDORES

Todo corredor solicitado tiene que prestar socorro a otro participante que esté en peligro o accidentado, estando obligado a comunicarlo al control más cercano inmediatamente. La privación de auxilio será penalizado con la descalificación inmediata. Es obligación de cada competidor llevar sus desperdicios, hasta la llegada o lugares señalados por la organización. El

corredor que no los deposite o los tire en una zona no preparada, será descalificado.

Todo corredor deberá realizar el recorrido marcado por la organización, no respetarlo o no pasar por alguno de los controles establecidos, será causa de penalización o descalificación.

Los participantes, durante el recorrido, deberán seguir en todo momento las instrucciones de los miembros de los controles.

Los participantes deberán someterse a los controles del dopaje que se les solicite.

Los competidores deben comportarse deportivamente en todo momento y mostrarse respetuosos con los demás deportistas, jueces, supervisores, controles y miembros de la organización.

Está PROHIBIDO tirar envoltorios, geles, recipientes o cualquier tipo de desecho a lo largo del recorrido EXCEPTO en los lugares destinados a ellos, que estarán debidamente anunciados en los AVITUALLAMIENTOS. El incumplimiento de este aspecto llevará una sanción desde 3 minutos a descalificación.

### 13. PENALIZACIÓN O DESCALIFICACIÓN DE UN CORREDOR

*Se producirá la penalización o descalificación de un corredor cuando incurra en cualquiera de los puntos indicados a continuación:*

1. No respetar el itinerario balizado o señalización de recorrido para atajar= de 1' a descalificación
2. Recibir ayuda o avituallamiento fuera de las zonas permitidas (excepto auxilio) de cualquier persona sea competidor o no= 3 minutos a descalificación.
3. Rehusar a llevar puesto el dorsal o recortarlo = descalificación
4. Rehusar, quitar o cambiar las marcas del material puestas por la organización =descalificación.



5. Reincidir dos veces el mismo corredor en una salida falsa =descalificación.
6. Tirar desperdicios durante el recorrido = 3 minutos a descalificación.
7. Sustituir algún material obligado por la organización = descalificación.
8. Impedir ser adelantado u obstaculizar voluntariamente a otro corredor = 3 minutos a descalificación.
9. No llevar el material requerido por la organización en cada control = 3 minutos a descalificación
10. No hacer caso a las indicaciones de la organización y árbitros = 3 minutos a descalificación.

*Descalificación con posible sanción:*

Incurrir en lo siguiente supondrá la descalificación inmediata del corredor y podría suponer una sanción disciplinaria para el competidor:

No participar, sin causa justificada, en la ceremonia oficial de entrega de premios.

Provocar un incidente deportivo (agresión o insulto) a un competidor, miembro de la organización, del equipo arbitral o espectador. Provocar un accidente de forma voluntaria.

Dar positivo en el control de dopaje

13. PREMIOS:

Al finalizar la prueba se llevarán a cabo la entrega de premios de la

IV Carrera de Montaña de Zafra Ramirez Health Club

En el caso de la Categoría Inclusiva sólo se entregará premio a los Campeones.

Todos los participantes tendrán de regalo una bolsa del corredor que contendrá:

- 1• Avituallamiento líquido y sólido
- 2• Camiseta.
- 3• Algún otro obsequio por parte de la organización.

Asimismo para los senderistas también tendrán una Bolsa con bocadillo, zumo o fruta.

#### 14. PLANIFICACIÓN DE LA PRUEBA (Timing )

8:00 h apertura de recogida de dorsales en I.E.S Suárez de FigÜeroa.

9:15 Briffing (Explicación de la carrera)

9.45 h Cierre de entrega de dorsales (no se entregarán más fuera de este horario)

10.20 h Control de dorsales obligatorio junto al arco de meta

10.30 h Salida desde el instituto I.E.S Suárez de FigÜeroa.

14.30 h Cierre de Meta

14.35 h Entrega de premios en I.E.S Suárez de FigÜeroa.

14.00 Comida

#### 15. SERVICIOS A LOS PARTICIPANTES

Además de la contratación de los seguros de Responsabilidad Civil y Accidentes, la organización dispondrá de los siguientes servicios:

1• *Asistencia Sanitaria:* La organización contará con una ambulancia y médico en la meta la cual podría desplazarse fácilmente a los siguientes puntos:

1. Camino del Castellar(camino colorado)

2. Camino de la presa albuera de Zafra

3. Caminos finca de LORENZO.

4. Camino del colorao.

2• *Guardarropa*: La organización dispondrá de un guardarropa para las categorías de la prueba reina situado en la salida. Los corredores deberán marcar con una pegatina o cinta, el dorsal en sus mochilas/bolsas.

3• *Duchas*: I.E.S Suárez de FigÜeroa.

#### 16. MEDIO AMBIENTE:

La carrera se desarrolla en su parte por parajes naturales de belleza excepcional, por lo que será obligación de todos preservar el entorno estando terminantemente prohibido 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.*

Podrá ser motivo de descalificación el incumplimiento de esta norma por parte de los corredores.

#### 17. SEGURIDAD:

La organización se reserva el derecho de desviar la carrera por un recorrido alternativo y realizar las modificaciones necesarias que considere 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.

#### **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.

#### **RESPONSABILIDAD:**

La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente por negligencia, así como de los objetos de cada participante. Los participantes serán responsables de todo perjuicio que puedan causarse a si mismos y a terceros.

Es obligatorio el uso de calzado adecuado de trail y recomendable el uso de calcetines/medias altas para evitar posibles arañazos con algunas plantas.

Recordamos que es un recorrido de montaña con tramos de trochas en los que existe mucha vegetación, sobre todo de Jara en ocasiones seca que araña bastante. Existen zonas muy técnicas perfectamente señalizadas en los que el calzado adecuado ayuda a evitar accidentes, y máxime si la superficie está húmeda.

En el tablón de anuncios en la carrera y en el Blog se colgará un plano con los puntos de asistencia y vías de escape en caso de accidente, lesión o abandono.

## 18. ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO

Todos los participantes por el hecho de formar parte en esta prueba, aceptan el presente reglamento.