

FICHA TÉCNICA- CAHORROS TRAIL&Mountain

Salida/Meta: Plaza central del pueblo.

Altura máxima: 1653 m . Cima del Cerrajón (Distancia 32 km)

Altura mínima: 700 metros, paso junto río Genil (Cenes de la Vega)

Desnivel positivo: 2.200 metros. (1.100 m. en Distancia 16km)

Desnivel negativo: 2.200 metros. (1.100 m. en Distancia 16km)

Desnivel acumulado: 4.400 metros. (2.200 m. en Distancia 16 km)

Distancia: aproximadamente 32 km. (16 km)

Dificultad técnica: a definir por coeficiente de dificultad FAM.

*La Organización define la prueba como “técnica y con alta exigencia física”.

Porcentajes:

- Asfalto 5%
- Pista forestal 11%
- Cresteos y cortafuegos 10%
- Sendero 74%

Límite de participantes: 300 (150+150)

Avituallamiento: 7 + 1 en meta.

Climatología: típica de media montaña.

OBLIGACIONES/MATERIAL OBLIGATORIO

Este evento que discurre por un medio natural con alto valor y protección medio ambiental, obliga a cumplir una serie de **normas:**

-VASO OBLIGATORIO para repostaje de líquidos en avituallamientos

-1/2 LITRO DE AGUA (DISTANCIA LARGA)

-CORTAVIENTOS/Cortavientos IMPERMEABLE (homologado) . La Organización podrá exigir hasta el momento de la salida el uso de cortavientos dependiendo de la climatología o 5 días antes, uso obligatorio de cortavientos-impermeable homologado.

-DORSAL VISIBLE.

-ENVASES PARA COMIDA LIGERA, siempre marcados con número de dorsal del corredor/a y revisado al comienzo de la prueba.

- SILVATO (DISTANCIA 32 KM)

-MANTA TÉRMICA, la Organización podría añadirla como obligatoria atendiendo al factor climatológico.

- - Todo el material susceptible de caída accidental al suelo tiene que ser etiquetado con su número de dorsal (Geles, Sales minerales, botellas, etc...), bien sea mediante un rotulador Permanente o con una serie de pegatinas que le puede facilitar la organización en la entrega de dorsal.
- - La organización podrá realizar revisión de material en zona de acceso a línea de salida (corralito) o en cualquier lugar del recorrido o meta. En caso de no tener el material etiquetado con su dorsal puede ser penalizado o incluso descalificado.
- - Si los organizadores, corredores escobas, árbitros y personal de apoyo detectan basura con su número de dorsal lo comunicarán a organización pudiendo ser penalizado o descalificado.
- - En el caso de encontrar basura con su dorsal de forma reiterada; en varios sitios de carrera, supondrá descalificación automática.
- - En caso de poseer material con otro número de dorsal que no es el suyo, supondrá descalificación automática.

REGLAMENTO DE LA CARRERA

La organización de CAHORROS TRAIL toma como referencia para el desarrollo de la prueba, el propio REGLAMENTO que la FAM mantiene para sus pruebas homologadas, salvo las entregas de premios y categorías de cada distancia que se harán según la propia estimación de la Organización (*Excepción: que la prueba se elegida para formar parte de algún Campeonato o Copa homologada puntuable para la FAM/FEDME/Federación de Atletismo)

Anexo 2: REGLAMENTO 2017 FAM

* El REGLAMENTO de la prueba puede ser modificado, mejorado o recortado en algún apartado por parte de la Organización, así como cualquier dato, norma o apartado que de un modo u otro, optimicen el desarrollo de la prueba redundando en un mejor desarrollo para los participantes.

.-LA ORGANIZACIÓN de la Carrera se reserva el derecho de suspensión de la prueba en caso de causa mayor por peligros diversos, alertas o fenómenos atmosféricos que puedan poner en peligro a los participantes, etc, devolviendo el importe de la misma siempre que no pueda posponerse la fecha.

AVITUALLAMIENTOS (8 puntos)/Horario de paso

-Importante: Los Avituallamientos **1, 6, 7** y **8** (Meta), coinciden avituallamientos de CAHORROS TRAIL 32K y 16K.

*Dependiendo de la meteorología y decisiones de la Organización, se añadirán 2 refuerzos más de AV en zonas puntuales del recorrido.

*Está prohibido recibir apoyo de avituallamiento fuera de dichas zonas.

<u>AV</u>	<u>Denominación</u>	<u>Distancia (km)</u>	<u>Hora de paso estimada *</u>	<u>Detalles del puesto</u>
1	Cima Majojos	5,5	08:35 – 9.00	Agua, fruta
2	Cruce río (Asadero)	10	08.55 – 9.35	Agua, isotónico y fruta
3	Cima Majojos	13,5	09.20 – 10.20	agua, isotónico, fruta y sólido
4	Bajada del Manolón	20,00	09.55 – 11.30	agua, isotónico, fruta y sólido
5	Pista subida 7 Lamentaciones	24,5	10.25 – 12.45	agua, isotónico, fruta y sólido
6	Pista fin 7 Lamentaciones	26	10,35 – 13.10	agua, isotónico, fruta y sólido
7	Era Terreras Negras	29	11.00 – 13.40	agua, isotónico, fruta y sólido

8 META	11.20 – 14.00	Agua, isotónico, solido dulce y salado
---------------	---------------	--

*** TIEMPO DE CORTE ;**

KM 17,5 – tiempo de paso 3 horas. Salida en “Vehículos Purche” a 500m.

KM 20 – tiempo de paso 4 horas. Salida en “Vehículos Purche” a 1km.

KM 24,4 – tiempo de paso 5 horas. Salida en “Vehículo Purche” a 3.5 km o a pie por el rio a META 6.5km

Todos aquellos participantes que pasen fuera de tiempo por estos puntos quedarán fuera de la misma, avisando a mesa de control y mostrando las escapatorias o traslados a Organización para desalojo.

Si los participantes deciden continuar la marcha, lo harán BAJO SU RESPONSABILIDAD y la Organización no podrá garantizar su apoyo y avituallamientos a partir de ese punto y tiempo por motivos de logística.

*Ante cualquier variación del trazado justificado por seguridad o atención medioambiental en la que se pueda verse influido dicho trazado, la Organización podrá modificar el kilometraje o lugares de los avituallamientos así como los horarios previstos de paso y corte.

CATEGORIAS CAHORROS TRAIL 32K y CAHORROS TRAIL 16K

Teniendo en cuenta lo estimado en el punto **6**. Referente al Reglamento de la prueba y salvo que la carrera sea incluida en circuito de Copa o Campeonato de la FAM o FEDME, CAHORROS TRAIL sólo tendrá pódium **TOP 5** absolutos (femeninos y masculinos) en cada una de las distancias.

*Queda pendiente de la Organización, y por lo tanto, de los permisos correspondientes, poder añadir nuevas distancias, premios o categorías.

9. PREMIOS

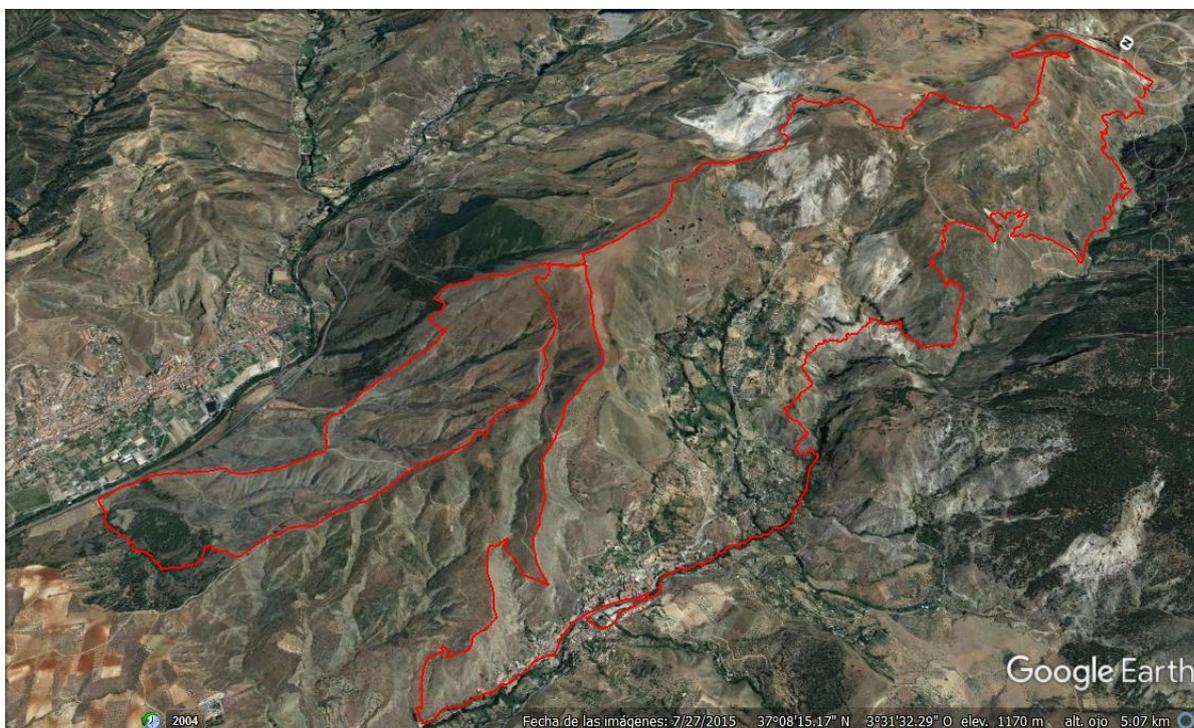
MASCULINOS Y FEMENINOS , en ambas distancias.

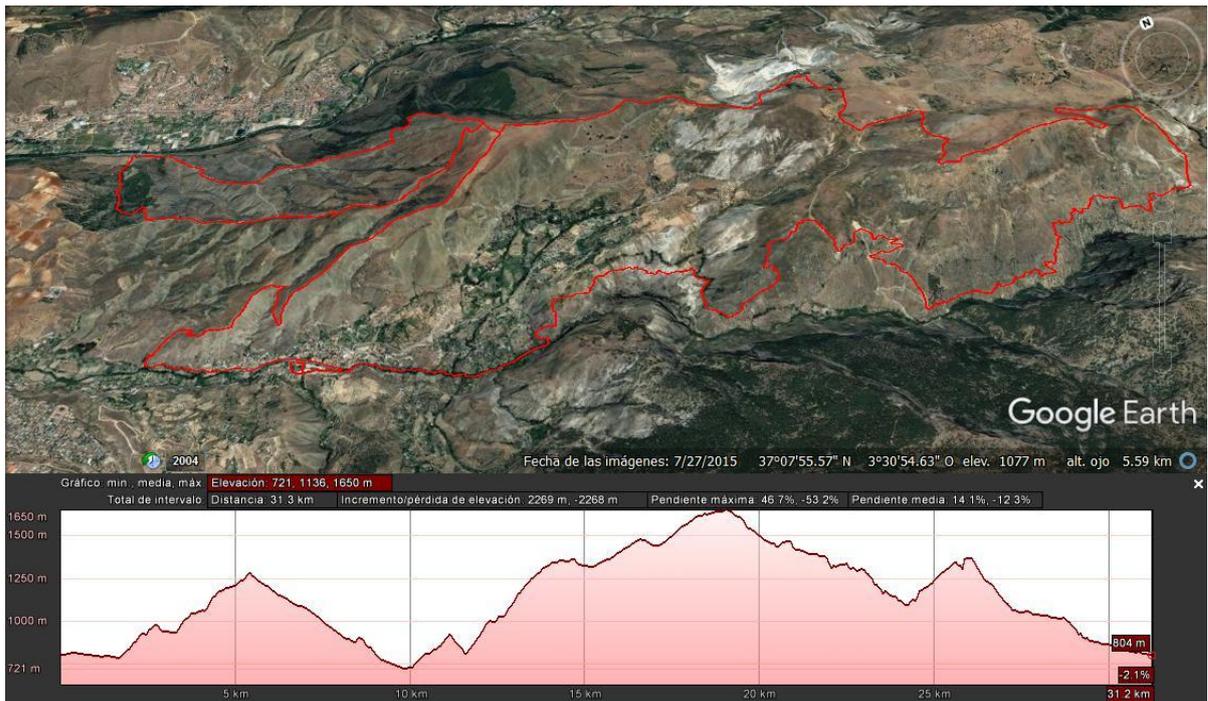
*META VOLANTE-CronoEscalada, Premio Especial para los primeros corredores masculino y femenino en cruzar esta Meta Volante para 16K y 32K.

*STRAVA ESPECIAL, Premio a los más rápidos en los segmentos que la Organización de la Carrera autorice.

-DISTANCIA CAHORROS TRAIL – 32K

*Desnivel – 4.800 +/- (Acumulado)

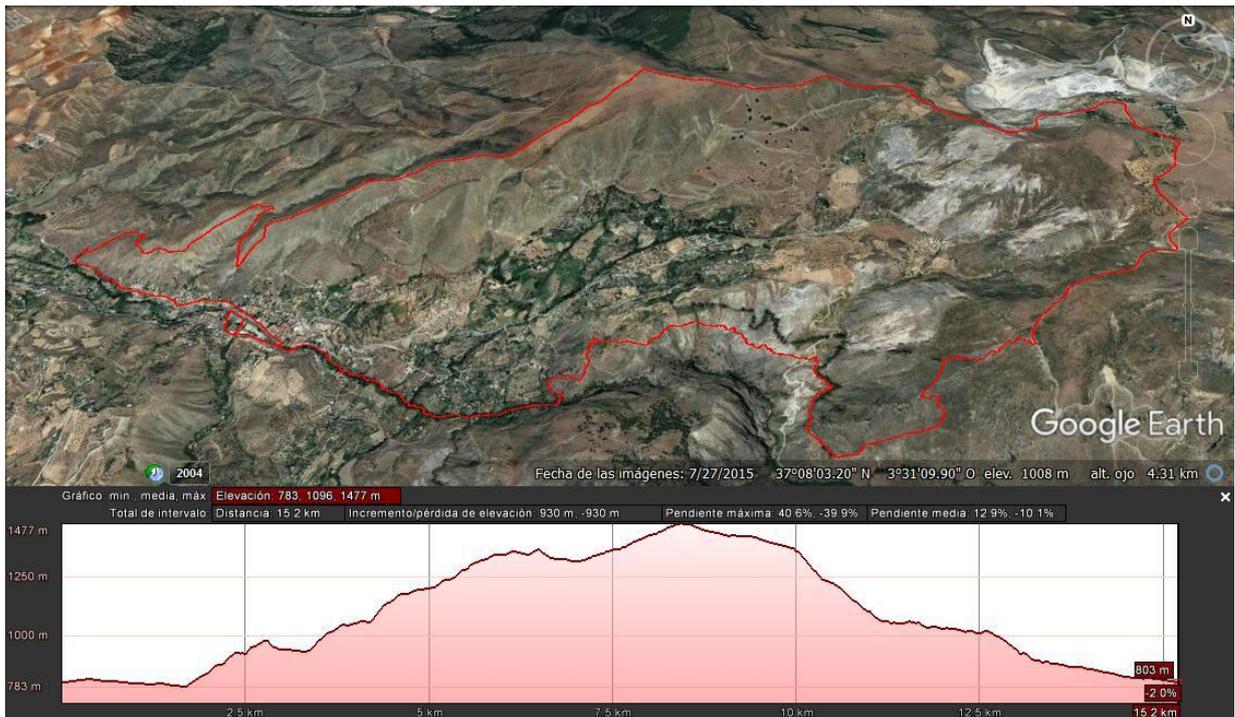




-DISTANCIA CAHORROS TRAIL – 16K

*Desnivel – 2.200 +/- (Acumulado)





-SALIDA: Horario a fijar según fecha en la que se realizará la prueba, teniendo en cuenta según el número de corredores, posibilidad efectuar una salida para cada una de las distancias de la prueba con un margen de tiempo suficiente entre ambas que permita el correcto discurrir de la misma. Atendiendo a esto, los horarios de salida oscilarán entre las 8.00h y 9.00h de dicha mañana para 32K y de 9:00h a 10:00 para 16K

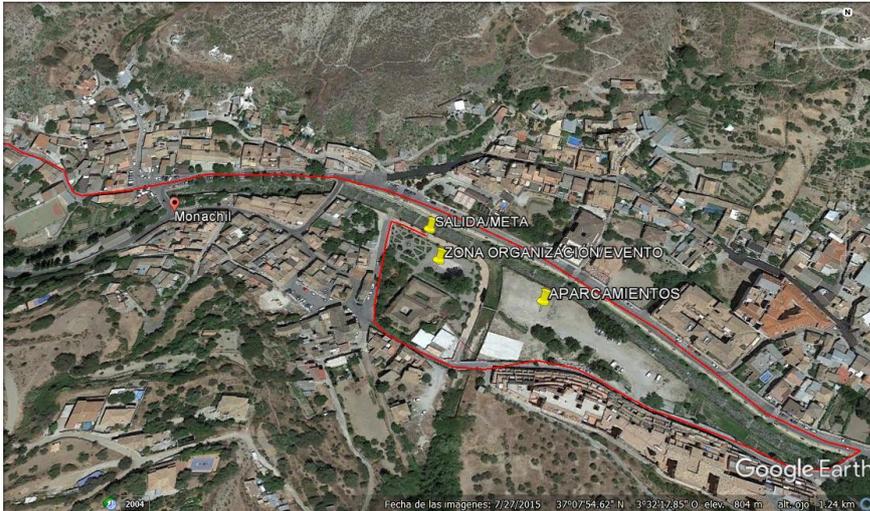
-LUGAR, centro del pueblo (Monachil)

-SALIDA/META, plaza de los Aragones, Monachil.

-SITUACIÓN de la Carrera; Tendrá como epicentro de la misma el pueblo de Monachil. Salida, Meta y actividades anteriores y posteriores a la misma.

Los corredores harán un recorrido y una distancia que dependerá de la modalidad escogida. Los primeros kilómetros transcurren por las calles del pueblo, posteriormente se circunda por el término municipal de Monachil, sus montañas y cañón de los Cahorros como colofón.

-Zona de TRAZADO URBANO; teniendo en cuenta que la carrera tiene su centro logístico en el propio pueblo, habrá que cortar el tráfico de aquellas zonas por las que pasará dicha carrera, poniendo especial interés en la Salida y Llegada para garantizar la seguridad de los corredores.



-PARTICIPANTES; habrá un total de 300 participantes repartidos en las dos distancias. Si por algún motivo, existiera la posibilidad de ampliar las plazas para los corredores en cualquiera de las dos pruebas o en ambas, sería puesto en conocimiento de todos los organismos implicados en dicho proyecto.

FICHA TÉCNICA- CAHORROS TRAIL&Mountain

Salida/Meta: Plaza central del pueblo.

Altura máxima: 1653 m . Cima del Cerrajón (Distancia 32 km)

Altura mínima: 700 metros, paso junto río Genil (Cenes de la Vega)

Desnivel positivo: 2.200 metros. (1.100 m. en Distancia 16km)

Desnivel negativo: 2.200 metros. (1.100 m. en Distancia 16km)

Desnivel acumulado: 4.400 metros. (2.200 m. en Distancia 16 km)

Distancia: aproximadamente 32 km. (16 km)

Dificultad técnica: a definir por coeficiente de dificultad FAM.

*La Organización define la prueba como “técnica y con alta exigencia física”.

Porcentajes:

- Asfalto 5%
- Pista forestal 11%
- Cresteos y cortafuegos 10%
- Sendero 74%

Límite de participantes: 300 (150+150)

Avituallamiento: 7 + 1 en meta.

Climatología: típica de media montaña.

OBLIGACIONES/MATERIAL OBLIGATORIO

Este evento que discurre por un medio natural con alto valor y protección medio ambiental, obliga a cumplir una serie de **normas:**

-VASO OBLIGATORIO para repostaje de líquidos en avituallamientos

-1/2 LITRO DE AGUA (DISTANCIA LARGA)

-CORTAVIENTOS/Cortavientos IMPERMEABLE (homologado) . La Organización podrá exigir hasta el momento de la salida el uso de cortavientos dependiendo de la climatología o 5 días antes, uso obligatorio de cortavientos-impermeable homologado.

-DORSAL VISIBLE.

-ENVASES PARA COMIDA LIGERA, siempre marcados con número de dorsal del corredor/a y revisado al comienzo de la prueba.

- SILVATO (DISTANCIA 32 KM)

-MANTA TÉRMICA, la Organización podría añadirla como obligatoria atendiendo al factor climatológico.

- - Todo el material susceptible de caída accidental al suelo tiene que ser etiquetado con su número de dorsal (Geles, Sales minerales, botellas, etc...), bien sea mediante un rotulador Permanente o con

una serie de pegatinas que le puede facilitar la organización en la entrega de dorsal.

- - La organización podrá realizar revisión de material en zona de acceso a línea de salida (corralito) o en cualquier lugar del recorrido o meta. En caso de no tener el material etiquetado con su dorsal puede ser penalizado o incluso descalificado.
- - Si los organizadores, corredores escobas, árbitros y personal de apoyo detectan basura con su número de dorsal lo comunicarán a organización pudiendo ser penalizado o descalificado.
- - En el caso de encontrar basura con su dorsal de forma reiterada; en varios sitios de carrera, supondrá descalificación automática.
- - En caso de poseer material con otro número de dorsal que no es el suyo, supondrá descalificación automática.

REGLAMENTO DE LA CARRERA

La organización de CAHORROS TRAIL toma como referencia para el desarrollo de la prueba, el propio REGLAMENTO que la FAM mantiene para sus pruebas homologadas, salvo las entregas de premios y categorías de cada distancia que se harán según la propia estimación de la Organización (*Excepción: que la prueba se elegida para formar parte de algún Campeonato o Copa homologada puntuable para la FAM/FEDME/Federación de Atletismo)

Anexo 2: REGLAMENTO 2017 FAM

* El REGLAMENTO de la prueba puede ser modificado, mejorado o recortado en algún apartado por parte de la Organización, así como cualquier dato, norma o apartado que de un modo u otro, optimicen el desarrollo de la prueba redundando en un mejor desarrollo para los participantes.

.-LA ORGANIZACIÓN de la Carrera se reserva el derecho de suspensión de la prueba en caso de causa mayor por peligros diversos, alertas o fenómenos atmosféricos que puedan poner en peligro a los participantes, etc, devolviendo el importe de la misma siempre que no pueda posponerse la fecha.

AVITUALLAMIENTOS (8 puntos)/Horario de paso

-Importante: Los Avituallamientos **1, 6, 7 y 8** (Meta), coinciden avituallamientos de CAHORROS TRAIL 32K y 16K.

*Dependiendo de la meteorología y decisiones de la Organización, se añadirán 2 refuerzos más de AV en zonas puntuales del recorrido.

*Está prohibido recibir apoyo de avituallamiento fuera de dichas zonas.

<u>AV</u>	<u>Denominación</u>	<u>Distancia (km)</u>	<u>Hora de paso estimada *</u>	<u>Detalles del puesto</u>
1	Cima Majojos	5,5	08:35 – 9.00	Agua, fruta
2	Cruce río (Asadero)	10	08.55 – 9.35	Agua, isotónico y fruta
3	Cima Majojos	13,5	09.20 – 10.20	agua, isotónico, fruta y sólido
4	Bajada del Manolón	20,00	09.55 – 11.30	agua, isotónico, fruta y sólido
5	Pista subida 7 Lamentaciones	24,5	10.25 – 12.45	agua, isotónico, fruta y sólido
6	Pista fin 7 Lamentaciones	26	10,35 – 13.10	agua, isotónico, fruta y sólido
7	Era Terreras Negras	29	11.00 – 13.40	agua, isotónico, fruta y sólido
8	META		11.20 – 14.00	Agua, isotónico, sólido dulce y salado

*** TIEMPO DE CORTE ;**

KM 17,5 – tiempo de paso 3 horas. Salida en “Vehículos Purche” a 500m.

KM 20 – tiempo de paso 4 horas. Salida en “Vehículos Purche” a 1km.

KM 24,4 – tiempo de paso 5 horas. Salida en “Vehículo Purche” a 3.5 km o
a pie por el río a META 6.5km

Todos aquellos participantes que pasen fuera de tiempo por estos puntos quedarán fuera de la misma, avisando a mesa de control y mostrando las escapatorias o traslados a Organización para desalojo.

Si los participantes deciden continuar la marcha, lo harán **BAJO SU RESPONSABILIDAD** y la Organización no podrá garantizar su apoyo y avituallamientos a partir de ese punto y tiempo por motivos de logística.

*Ante cualquier variación del trazado justificado por seguridad o atención medioambiental en la que se pueda verse influido dicho trazado, la Organización podrá modificar el kilometraje o lugares de los avituallamientos así como los horarios previstos de paso y corte.

CATEGORIAS CAHORROS TRAIL 32K y CAHORROS TRAIL 16K

Teniendo en cuenta lo estimado en el punto **6**. Referente al Reglamento de la prueba y salvo que la carrera sea incluida en circuito de Copa o Campeonato de la FAM o FEDME, CAHORROS TRAIL sólo tendrá pódium **TOP 5** absolutos (femeninos y masculinos) en cada una de las distancias.

*Queda pendiente de la Organización, y por lo tanto, de los permisos correspondientes, poder añadir nuevas distancias, premios o categorías.

9. PREMIOS

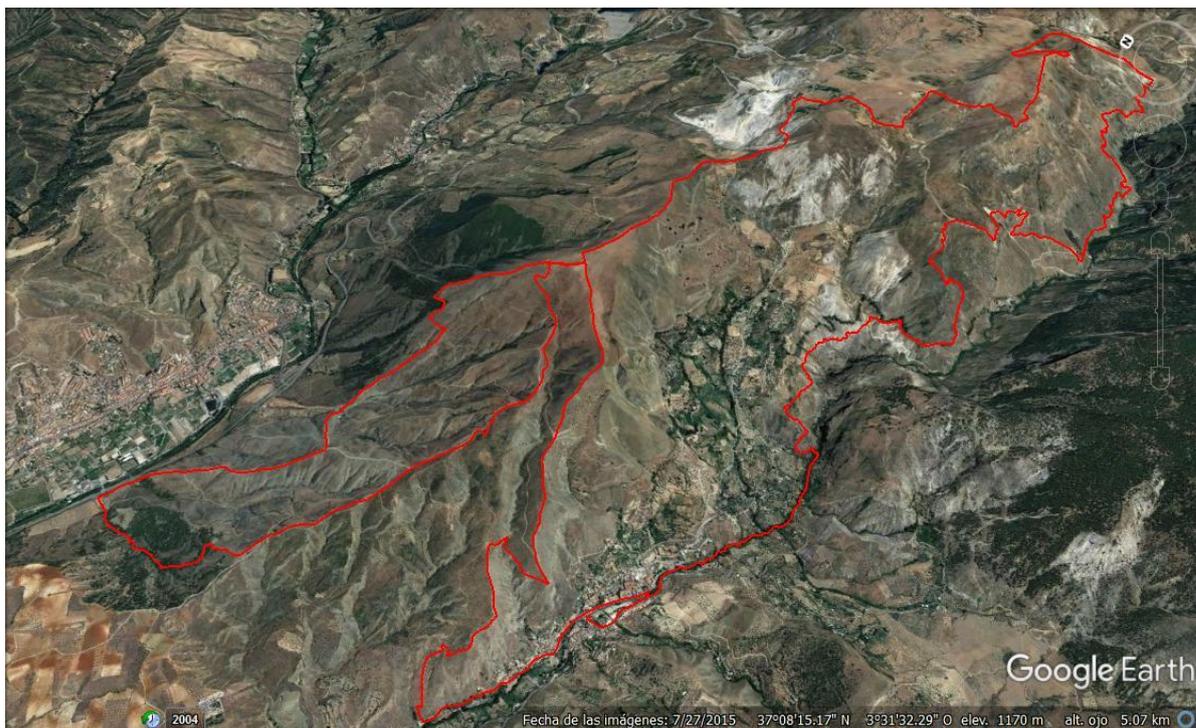
MASCULINOS Y FEMENINOS , en ambas distancias.

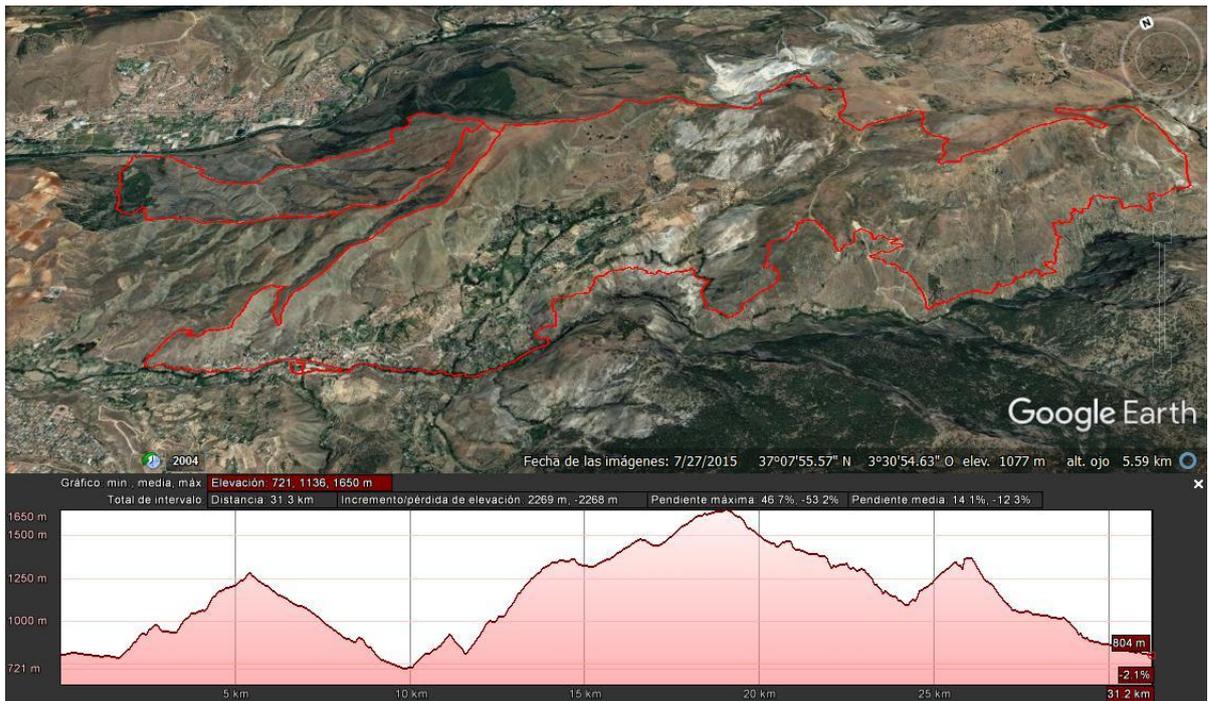
*META VOLANTE-CronoEscalada, Premio Especial para los primeros corredores masculino y femenino en cruzar esta Meta Volante para 16K y 32K.

*STRAVA ESPECIAL, Premio a los más rápidos en los segmentos que la Organización de la Carrera autorice.

-DISTANCIA CAHORROS TRAIL – 32K

*Desnivel – 4.800 +/- (Acumulado)

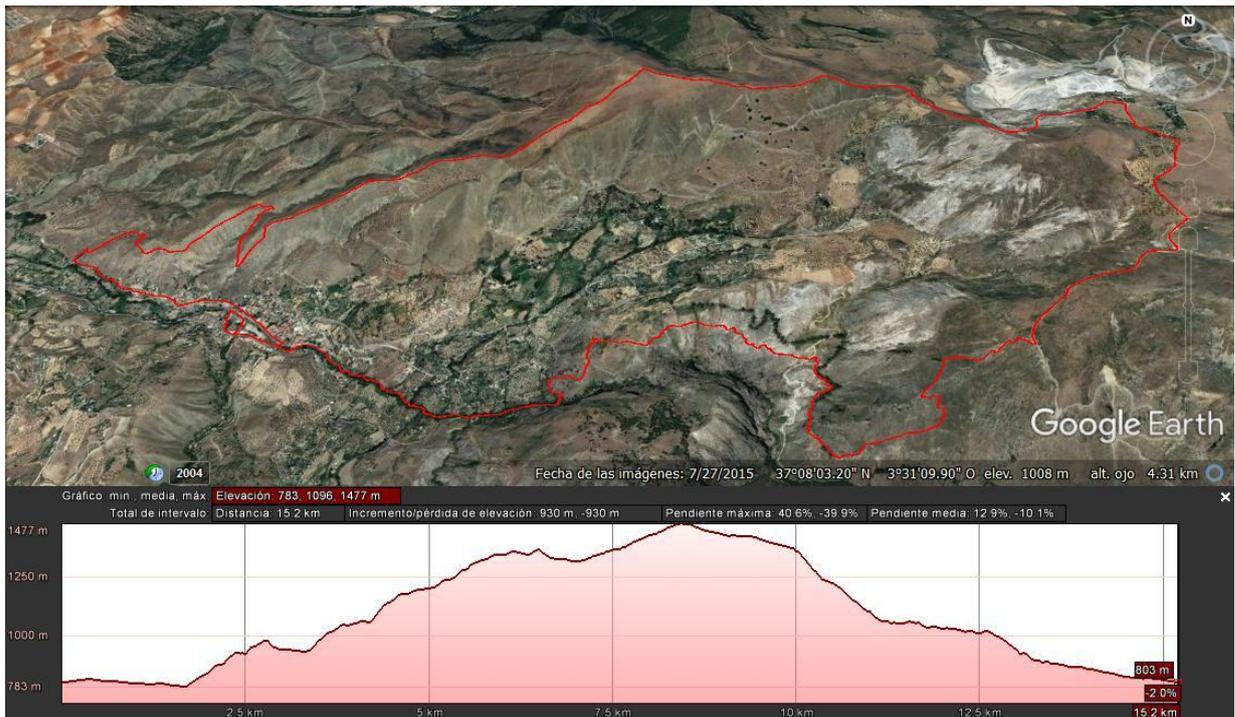




-DISTANCIA CAHORROS TRAIL – 16K

*Desnivel – 2.200 +/- (Acumulado)





-SALIDA: Horario a fijar según fecha en la que se realizará la prueba, teniendo en cuenta según el número de corredores, posibilidad efectuar una salida para cada una de las distancias de la prueba con un margen de tiempo suficiente entre ambas que permita el correcto discurrir de la misma. Atendiendo a esto, los horarios de salida oscilarán entre las 8.00h y 9.00h de dicha mañana para 32K y de 9:00h a 10:00 para 16K

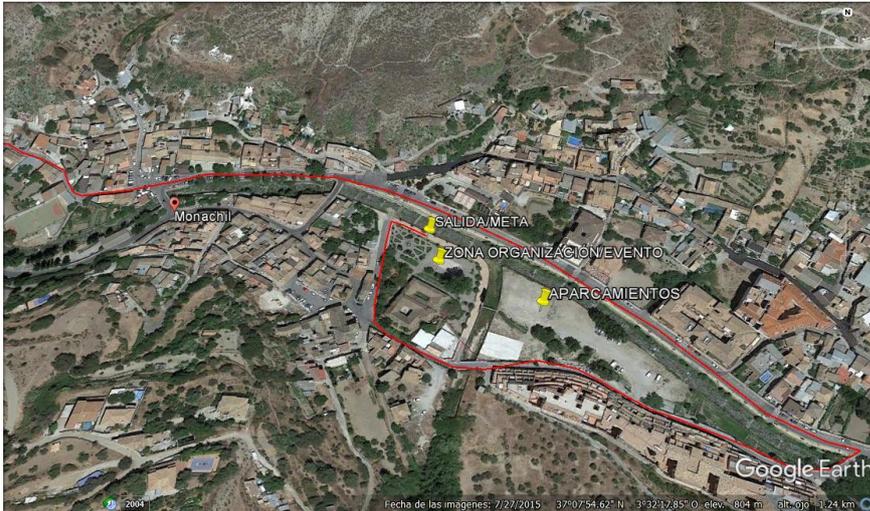
-LUGAR, centro del pueblo (Monachil)

-SALIDA/META, plaza de los Aragones, Monachil.

-SITUACIÓN de la Carrera; Tendrá como epicentro de la misma el pueblo de Monachil. Salida, Meta y actividades anteriores y posteriores a la misma.

Los corredores harán un recorrido y una distancia que dependerá de la modalidad escogida. Los primeros kilómetros transcurren por las calles del pueblo, posteriormente se circunda por el término municipal de Monachil, sus montañas y cañón de los Cahorros como colofón.

-Zona de TRAZADO URBANO; teniendo en cuenta que la carrera tiene su centro logístico en el propio pueblo, habrá que cortar el tráfico de aquellas zonas por las que pasará dicha carrera, poniendo especial interés en la Salida y Llegada para garantizar la seguridad de los corredores.



-PARTICIPANTES; habrá un total de 300 participantes repartidos en las dos distancias. Si por algún motivo, existiera la posibilidad de ampliar las plazas para los corredores en cualquiera de las dos pruebas o en ambas, sería puesto en conocimiento de todos los organismos implicados