

REGLAMENTO CARRERA PEDESTRE ALCORNOCAL SIERRA DE LÚJAR.

1. ORGANIZACIÓN:

Ayuntamiento de Lújar.

2. PRUEBA: El trail alcornocal Sierra de Lújar se celebra el 29 DE AGOSTO de 2021 y consta de dos modalidades:

- C.P.1 con 21,4 Km.
- Mini C.P. con 12 Km.

La salida será desde la plaza del pueblo y llegada en la piscina municipal.

- Horario de salida: 8:00 de la mañana. Cierre de meta a las 13:00 horas.

3. INSCRIPCIONES:

Número de plazas del trail 250.

La fecha de apertura de inscripción es el 1 de mayo del 2021 y se cierra una semana antes de la prueba o hasta agotar inscripciones.

Precios:

18€ C.P .

15€ - Mini .

Para los no federados, se incrementará en 3 euros la inscripción.

El precio incluye comida final con una bebida para corredores.

Camiseta de regalo.

Calcetines.

Seguro de accidentes, servicio de duchas, servicio fisioterapia si hubiese.

Y demás regalos que se puedan dar.

A partir del 15 de julio no se podrá elegir talla de camiseta.

La inscripción será devuelta íntegramente siempre que la organización suspenda la prueba o sea solicitada por el o la participante antes del 15 de julio.

Después de esa fecha se devolverá la parte proporcional de los gastos generados de los regalos (camiseta y calcetines) y de los demás gastos que se hayan producido.

Si llegado el caso de suspensión de la prueba se tendrá la opción de envío de los regalos a la dirección que cada uno indique.

Salvo el caso arriba explicado no se DEVOLVERÁ LA INSCRIPCIÓN por ninguna otra razón.

.RECOGIDA DE DORSALES:

- Se podrán recoger el día de antes en Lújar desde las 19h en la plaza del pueblo y el mismo día en la zona de salida/meta desde las 7 de la mañana.
- Al ser la salida del minitrail 10 min más tarde tendrán prioridad en la recogida los participantes del trail para facilitar la recogida.

5. CATEGORÍAS: Mini C.P.:

- Cadete 15, 16, 17 años, es decir, que no cumplan los 18 en el año de referencia (sólo podrán correr el Mini trail).
- Junior 18 y 20 años cumplidos en el año de competición (sólo podrán correr el Mini trail).
- Absoluta. A partir de 18 años cumplidos el año de referencia. Ésta categoría engloba al resto de participantes y categorías que participen en el Mini trail.

Carrera Pedestre:

- Promesas: 21,22 y 23 años y que no cumplan los 24 en el año de referencia.
- Sénior de 24 a 39 años cumplidos en el año de competición.
- Veteranos de 40 a 50 cumplidos en el año de competición.
- Máster de 51 a 54 años cumplidos en el año de competición.
- Máster 55 desde 55 años cumplidos en el año de competición.

La entrega de trofeos se irá haciendo conforme se vayan completando los pódiums para evitar aglomeraciones.

En ambas modalidades habrá categoría absoluta.

NOVEDAD: Categoría mixta por parejas en ambas pruebas. Hay que inscribirse de manera individual y comunicar la intención de hacerlo en pareja a trailtropical@hotmail.com o las RRSS de la prueba.

También se establece premio para los vencedores absolutos de la prueba. Todas estas categorías son tanto femenino como masculino.

6. PREMIOS: Se entregará bolsa del corredor a cada participante de la prueba. Se entregarán trofeo a los tres primeros clasificados del Mini C.P. y C.P. y por categorías no siendo acumulables.

Premio especial para los ganadores absolutos masculino y femenino de ambas modalidades.

Premio por parejas: Tres primeras parejas del trail y la pareja ganadora del minitrail.

7. RECORRIDO

Asfalto: 250 m el 3% del total.

Sendero: 10,8km 62,28% del total.

Cortafuegos: 5,125km 19% del total.

Pista: 4km 14,81% del total.

La cota max se sitúa a 1003m.

Cota min a 390 m.

Pendiente media 11,1%

Pendiente max 36,7% y la mínima - 35,7%

Desnivel positivo acumulado 1380m.

Desnivel negativo acumulado 1380m.

Desnivel acumulado por km es de 121 m.

Se debe tener especial cuidado en algunos tramos de bajada sobre todo el último sendero que llega al pueblo, son 2,7kms muy técnico y roto. Todos

estarán con señales de bajada peligrosa y se pondrá un tramo de cuerda a modo de pasamanos

8.MATERIAL OBLIGATORIO:

- Recipiente para beber y/o transportar líquidos para avituallamiento. El árbitro de carrera revisará que todos los participantes lleven un recipiente (vaso, botella, mochila de hidratación...). Si no se tiene no se permitirá la salida y tampoco se le dará avituallamiento líquido en los diferentes puestos en carrera.
Material recomendado : Zapatillas específicas de Trail. Gorra. Gafas de sol. Crema solar.

9.AVITUALLAMIENTOS.

Cualquier corredor de cualquiera de las 2 distancias participará en modo eco-responsable y de semi autosuficiencia.

Cada participante deberá prever y portar la cantidad de alimentos, bebidas, sales y complementos que estime necesarios para poder completar el recorrido.

La Organización dispondrá, como apoyo, de varios avituallamientos intermedios, con bebidas y alimentos en cantidades estimadas como razonables, que se deberán consumir en el mismo punto de control-avituallamiento:

No se facilitarán vasos en los puestos de avituallamiento.

Cada participante deberá portar y utilizar su propio vaso para consumir las bebidas. El agua estará destinada única y exclusivamente para rellenar los bidones o bolsas de hidratación, el resto de bebidas deberán consumirse in situ usando el vaso obligatorio.

Cada participante deberá marcar de manera legible su número de dorsal, con rotulador indeleble, en los envoltorios de barritas, geles, o comida envuelta que decida llevar consigo desde la salida. Es obligación de cada participante llevar sus desperdicios hasta la meta o cualquiera de los avituallamientos-puntos de control dispuestos por la Organización. El corredor que no los deposite o los tire en una zona no preparada, será descalificado.

10. ASPECTOS TÉCNICOS Y DE SEGURIDAD: En caso de malas condiciones meteorológicas o de causas de fuerza mayor, la Organización se reserva el derecho de suspender, neutralizar o modificar las franjas horarias y/o el recorrido de la prueba.

Para

la modalidad trail se recomienda el uso de gorra, crema solar y llevar agua durante el recorrido.

El recorrido estará debidamente señalizado con indicaciones de dirección, siendo responsabilidad del participante el estudio previo del recorrido y la verificación activa de que se han registrado adecuadamente los pasos por los puntos de control y la entrada en meta. Se penalizará la alteración o modificación de las señales de balizamiento y señalización dispuestas a lo largo del recorrido. Su respeto y cuidado constituyen un elemento de seguridad para el resto de participantes.

La Organización establece la recomendación

de uso de calzado específico de trail y se exime de cualquier responsabilidad o accidente ocurrido por el no uso de este tipo de calzado.

Se permite el uso de bastones, teniendo la obligación de plegarlos cuando no se estén usando. Se colocarán carteles con información importante del recorrido y de distancias durante el trayecto para ayudar a los participantes.

11. PLAN DE EMERGENCIAS

La prueba contará con el servicio de médicos, personal de protección civil y voluntarios. Se cuenta con la cobertura de servicio de ambulancia durante la prueba. El Servicio Médico de la competición y los jueces de la misma están facultados para retirar durante la prueba a cualquier deportista que, a su juicio, manifieste un estado físico que pueda ir en detrimento de su salud.

12. COMPORTAMIENTO DEPORTIVO Y RESPETO AL MEDIO AMBIENTE.

La carrera se realiza con total respeto por el medio ambiente. Todo participante 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. Abandono voluntario de un corredor. Un corredor podrá abandonar la prueba siempre que él lo desee, pero lo deberá realizar de acuerdo con los puntos siguientes: Se retirará en un control y entregará el dorsal. El competidor asume toda la responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado. Serán descalificados de la competición, los participantes que muestren aptitudes violentas o arrojen basura en la naturaleza. Siendo obligatorio depositar los envases y otros desperdicios en los lugares habilitados para ello. EL INCUMPLIMIENTO DE ESTE PUNTO ACARREARÁ LA DESCALIFICACION INMEDIATA DEL CORREDOR, pudiendo ser inhabilitado mediante un simple testimonio de cualquier miembro del equipo organizativo de la Carrera.

13. DERECHOS DE IMAGEN Y PROTECCION DE

DATOS La organización se reserva los derechos de las imágenes, fotografías, videos e información de la prueba en las que puedan aparecer los participantes, así como de utilizar ese material para anuncios, relaciones públicas o cualquier otro propósito periodístico o de promoción del evento. De acuerdo con lo establecido en la Ley Orgánica 15/1999 de 13 de diciembre de Protección de datos de carácter personal, todos los datos de los participantes recogidos en el formulario de inscripción serán incluidos en un fichero privado propiedad de los organizadores con fines exclusivos de gestión de la prueba así como cualquier finalidad promocional relacionada con su participación en la misma que implique a patrocinadores o colaboradores del evento. Todos los interesados podrán ejercer sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición de sus datos personales mediante correo electrónico.

14. PROTOCOLO anti COVID19.

La organización dispondrá de un amplio Protocolo de medidas anti COVID19 que afectará a todas las zonas y momentos del evento, desde la recogida de dorsales hasta la ceremonia de entrega de trofeos. Oportunamente se publicará el Protocolo y se informará a todos los participantes en relación a todas las medidas a adoptar. Los participantes están obligados a suscribir 3 documentos en relación a su conocimiento del Protocolo, que se encuentran en la condición física necesaria para su participación y en relación a su relación con personas posible positivo por COVID con carácter previo a la carrera. Sin la firma de estos 3 documentos no se permitirá tomar la salida al participante.

Adjuntamos enlaces para descargar los documentos

CLAUSULA COVID19

DECLARACIÓN SALUD COVID.19

FORMULARIO RECOGIDA DATOS COVID.19 DECLARACION RESPONSABLE

Cualquier participante que no proporcione estos documentos complementados y firmados al

correo trailtropical@hotmail.com , no se le entregará dorsal y en consecuencia no podrá participar en el evento.

15. ACEPTACION DEL REGLAMENTO Los participantes inscritos en esta carrera participan de forma voluntaria, bajo su responsabilidad y reuniendo las condiciones físicas y de salud necesarias para participar en una prueba.

Reglamento modalidad parejas mixtas

1. La pareja estará compuesta por una mujer y un hombre. No es necesario que sean de mismas categorías. Se debe tener en cuenta que no podrán participar en la distancia larga en ésta modalidad las personas de categorías exclusivas del Mini, según establece el reglamento.

2. La modalidad es aplicable en las dos distancias.

3. Para poder optar a premios es necesario llegar a meta juntos.

4. Es un premio acumulativo, independiente de la clasificación individual.

5. La inscripción se realizará de forma individual a cualquiera de las dos distancias y después me tenéis que comunicar el número de dorsal para anotarlo y tenerlo en cuenta para la clasificación final. La inscripción como pareja no conlleva ningún tipo de descuento.

6. La salida será a la vez que el resto de participantes.

7. Habrá premio para las tres primeras parejas clasificadas de cada distancia Se entregarán dos trofeos a cada pareja, uno para cada uno.