

## **VII CARRERA VERTICAL Edif.TORRE LAGUNA**

- Crono escalada de 547 escalones

o

- 6 km + 547 escalones

El Ejido, sábado 16 de Junio de 2018 18:00 h.

### **REGLAMENTO DE COMPETICIÓN**

#### **Art. 1**

##### **Introducción:**

La VII Carrera Vertical Torre Laguna de El Ejido es una carrera con 3 modalidades:

**A: Bomberos** Carrera vertical contrarreloj individual de 28 plantas y 547 escalones .

**B:** Carrera vertical contrarreloj individual de 28 plantas y 547 escalones para corredores open.

**C:** Carrera de 6 km en circuito urbano llano con llegada en el piso 28 de Torre Laguna para corredores Open.

**Se permite la inscripción en dos modalidades, abonando solo una, salvo bomberos que pueden inscribirse en las tres modalidades.**

La modalidad A comenzará a las 18:00 h, con crono individual de bomberos y a continuación la modalidad B de "corredores open" con salidas individuales.

La modalidad C comenzará una vez finalizada las salidas de la crono de las modalidades A y B. Este recorrido eminentemente llano de aproximadamente 6 km, comenzará frente al edificio Torre Laguna, para finalizar en la planta 28 con sus 547 escalones, siendo el ganador de la prueba, el corredor que termine el recorrido en el menor tiempo posible.

Nota: Si un corredor de la modalidad C, tras recorrer el circuito urbano no desea, ascender la Torre, podrá finalizar el recorrido en el arco de 6 km, aunque no optaría a los premios de clasificación en dicha modalidad.

## Art. 2

### Inscripciones, requisitos y obligaciones de los participantes:

#### 2.1 Inscripciones:

**Nota:** Se permite la inscripción en dos modalidades, abonando solo una, salvo bomberos que pueden inscribirse en las tres modalidades.

**\*Como novedad en esta edición podrás realizar tu propio equipo de 4 integrantes, donde unos de ellos debe de ser de sexo diferente. La salida será de los cuatro corredores al mismo tiempo y no será necesario que vayan juntos durante el transcurso de la prueba, pudiendo pasar separados en la llegada a meta. Se obtendrán la suma de los tiempos de los integrantes del equipo y ganará el equipo que menos tiempo sume.**

Los tiempos de cada uno de los integrantes del equipo clasificará de forma individual en la categoría B (crono individual OPEN).

**La inscripción del equipo debe hacerse de forma conjunta.**

**\*Para la categoría bomberos(opción A), existe también la posibilidad de inscribirse como equipo, siendo 3 los participantes y pudiendo ser del mismo sexo.**

La salida será de los tres bomberos al mismo tiempo, no siendo necesario que vayan juntos durante la subida a la Torre, pudiendo pasar separados a la llegada a meta.

Para la obtención de la clasificación, se sumarán los tiempos de cada integrante del equipo y ganará aquel que menos tiempo sume.

Los tiempos de cada uno de los integrantes del equipo de bomberos, clasificará de forma individual en la categoría A (crono bomberos).

**La inscripción del equipo deberá hacerse de forma conjunta.**

Para cualquier duda o consulta sobre esta categoría, contactar con Pedro Vera en el teléfono 677839848

Solo se admitirán inscripciones realizadas a través de la página web: [imd.elejido.es](http://imd.elejido.es) o directamente en la Casa del Deporte, sita en calle Toledo 160, de El Ejido, telf 950 489007 ó 618 032805. Rellenando el formulario de inscripción y abonando **10 €uros** en concepto de cuota, en la cuenta de Unicaja ES35 2103-0853-84-0230000038 o Cajamar ES74 3058 0163 50 2732000015 **poniendo en el concepto nombre apellidos y DNI del participante. (muy importante).**

**Es importante enviar justificante de pago a través de los siguientes medios:**

**Mandando un e-mail a [sugerencias.imd@elejido.es](mailto:sugerencias.imd@elejido.es) o mediante Whatsapp al número de teléfono 618 032 805**

A cada corredor se le obsequiará con camiseta de recuerdo y hortalizas de temporada por gentileza de **AGRUPAEJIDO**.

Igualmente se dispondrá de avituallamiento líquido y sólido a la llegada a meta, y en la zona mixta.

El plazo de inscripción se establece desde el 9 de Mayo al 14 de Junio a las 24 horas, o hasta cubrir las **300 plazas disponibles**,(250 open y 50 para bomberos) que se completarán por riguroso orden de inscripción. Después de esta fecha no habrá posibilidad de inscribirse.

## **2.2. Requisitos de participación**

- Ser mayor de edad.
- Conocer y aceptar las normas de este reglamento.
- Presentar la ficha médica y descargo de responsabilidad.
  - Realizar correctamente todos los pasos de inscripción.
  - Los corredores de la categoría de bomberos deben acreditar documentalmente, la pertenencia a dicho colectivo.

## **2.3.- Vestimenta y material necesario:**

### ○ **Material obligatorio:**

Los corredores deberán ir provistos de ropa y calzado deportivo acorde a la prueba, con el dorsal colocado en el pecho de forma visible.

En la prueba destinada a bomberos, la subida se efectuaría con el **nivel 1** de intervención del cuerpo de bomberos de cada participante, cumpliendo con las normas *UNE 469:95* y la *NFPA*, para las prendas del N-1 de intervención que serán aportadas por cada participante. El equipo de respiración autónomo (espaldera y botella) será aportado por la organización.

Para más información sobre esta categoría contactar con 677839848 (Pedro Vera)

Los dorsales podrán ser retirados en la recepción de Torre Laguna el mismo sábado, 16 de Junio, a partir de las 16'00 h y hasta las 17'30 h.

## **2.4.- Descargo de Reponsabilidad-Ficha Médica**

Es obligatorio rellenar y firmar el descargo de responsabilidad-ficha médica, y entregarlo a la organización el día de la retirada del dorsal.

Este documento se podrá descargar de la pagina web: [imd.elejido.es](http://imd.elejido.es) o rellenarlo el mismo día de la prueba al retirar el dorsal.

## **Art 3**

### **Categorías y Premios de cada modalidad:**

- 1: JÓVENES:** Masculina y Femenina de 18 a 29 años.
- 2: SENIOR:** Masculina y Femenina de 30 a 40 años.
- 3: VETERANOS:** Masculina y Femenina de 41 años en adelante.
- 4: BOMBEROS / CUERPOS DE SEGURIDAD:** Categoría única en modalidad A.
- 5: EQUIPOS OPEN:** Categoría única (Modalidad B), 4 integrantes y al menos uno del sexo diferente.
- 6. EQUIPOS BOMBEROS:** Categoría única ( Modalidad A); 3 integrantes y sin

distición de sexo.

Clasificaciones:

Habrán trofeos para los 3 primeros clasificados de las categorías 1,2 y 3 tanto masculina como femenina.

Habrán trofeos para los 3 primeros clasificados de las categorías 4 y 5 categoría única.

Trofeo para el Club más numeroso

Igualmente se entregarán y sortearán diferentes premios y regalos.

**Art 4**

**Descalificaciones:**

Será motivo de descalificación:

- No respetar las normas de la organización.
- No respetar los bienes inmuebles del edificio y de la propiedad privada del mismo.
- Obstaculizar el adelantamiento de un corredor más rápido.
- Arrojar basura o mostrar actitudes violentas hacia participantes, organización o mobiliario.
- No respetar el recorrido balizado por la organización o realizar cualquier tipo de atajo.
- Para bomberos, además, no llegar con el aire de la botella o quitarse la máscara durante el recorrido.

**Art 5**

**Desarrollo de la prueba:**

La prueba comenzará a las 18 horas, con salida contrarreloj individual para ascender las 28 plantas con 547 escalones de la modalidad A de bomberos, a continuación la categoría B open, y al finalizar la crono, se dará la salida para los 6 km + los 547 escalones, terminando el recorrido en la planta 28 del edificio "Torre Laguna", donde se dispondrá de avituallamiento líquido y sólido.

Para descender, se podrá coger el ascensor que nos lleva a la planta baja y a la zona mixta, donde a través de una pantalla gigante, se retransmitirá en directo, la carrera con actualización de clasificaciones en vivo, zona de stands, zona de estiramientos, refrigerio, guardarropa, etc.

**Art 6**

**Modificaciones:**

El presente reglamento podrá ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la organización, así como cualquier dato, norma o apartado, velando por el buen desarrollo de la prueba.

El hecho de la formalización de la inscripción supone la aceptación del presente reglamento.