



REGLAMENTO CXM DE MONTAÑA EN SIERRO 2023

El ayuntamiento de Sierro organiza el próximo 13 de mayo de 2023 dos pruebas, una de 25, km y un desnivel positivo de 1200 metros y unos 2500 metros de desnivel acumulado y otra corta de 12 km aproximadamente con 600 metros de desnivel positivo así como una prueba de senderismo que discurre por el mismo recorrido que la prueba corta.

La cxm de Sierro en la prueba larga, discurre además por sitio espectaculares entre bosques de encinas pinos almendros, veredas, así como un dique de agua que pasa por encima.

Las tres pruebas darán comienzo el Sábado 13 DE MAYO 2023. La prueba larga dará comienzo a las 9:00 horas, teniendo como objetivo, cubrir los 25 km de la prueba larga en 4:30 horas, pudiendo realizarla andando o corriendo, y la mini-carrera y el senderismo saldrán a las 9:30 h con 13 km pudiendo realizarlo en 3:30 horas.

En todo momento se aplicará el protocolo FAM , se seguirá de forma escrupulosa y muy estricta.

Además se solicitará de la autorización paterna a los menores.

A todo corredor que acabe la prueba de 25 km y la mini-carrera de 12 km se le entregará una medalla finisher al llegar a meta, así como a los senderistas

Las tres pruebas son de práctica deportiva en la naturaleza, que trata de respetar y conservar el medio ambiente, transitando por la Sierra de los Filabres. Por ello, todo participante se compromete a cumplir las siguientes normas de buen uso y respeto:

Es obligatorio transitar por las rutas balizadas e indicadas por la organización, quedando prohibido hacerlo por rutas alternativas a título particular.

Queda prohibido arrojar residuos o elementos que puedan perjudicar el medio ambiente, debiendo depositar los mismos, en los contenedores que para tal fin se habilitarán en los puntos de avituallamiento.

Queda prohibido dañar o alterar a nuestro paso, la flora y fauna del entorno.

- Queda prohibido usar cualquier medio de transporte, durante el transcurso de la prueba.

Todo aquel participante que no cumpla con estas normas de respeto al medio natural, quedará automáticamente descalificado de la prueba y se le aplicarán las sanciones correspondientes.

Ambas pruebas discurren por senderos, pista, alcanzando una altitud máxima de la prueba larga de 1574 metros y la mini-carrera de 1310 metros sobre el nivel del mar.

La salida tendrá lugar desde la plaza Españ a pasando subiendo junto al castillo para a continuación tomar, descenso con una pequeña subida y ya casi toda bajada hasta la meta.

Los menores de 18 años que quieran participar necesitarán de autorización paterna para poder participar.

La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia, así como de los objetos de cada participante. Los participantes exoneran a la organización de toda responsabilidad en caso de accidente o lesión. En toda cuestión o duda que no esté contemplada en este reglamento se aplicará el criterio de la organización.

Podrán participar las personas que lo deseen, mayores de 18 años en el recorrido de la prueba larga y mayores de 15 años en el recorrido senderista y mini-carrera, hasta un máximo de 300 participantes por riguroso orden de inscripción.

El plazo de inscripción se cerrará el próximo día 7 de mayo a las 23,59 de la noche, o cuando se agoten los 300 dorsales. Las inscripciones se realizarán, a través de la aplicación informática que estará disponible en la página web oficial de la carrera (cruzandolameta).

El importe de la inscripción es de 15 euros precio unico, para la prueba de 25 km así como para la mini-carrera de 12 km y el senderismo. Para corredores federados (fedamon y fedme) y 18 euros para no federados. Los participantes dispondrán de un seguro del corredor para el día de la prueba. Todos los participantes recibirán la bolsa de corredor.

1. CATEGORIAS

CADETE: 15 y 16 años, es decir, que no cumplan los 17 años el año de referencia.

JUVENIL: 17 Y 18 años, que no cumplan los 19 años en el año de referencia.

JUNIOR: 19 y 20 años, es decir, que no cumplan los 21 años el año de referencia.

Todas estas categorías anteriores realizarán el recorrido de 12 km.

ABSOLUTA: a partir de 21 años cumplidos el año de referencia. Con cinco Subcategorías: - Promesa: 21, 22 y 23 años.

- Sénior: de 24 a 39 cumplidos el año de la competición

- Veteranos/as A: de 40 a 49 cumplidos el año de la competición

Veteranos/as B: de 50 a 59 cumplidos el año de la competición.

Veteranos/as C: de 60 en adelante.

Habrán trofeos a los tres primeros clasificados del trail y del minitrail y a los 3 primeros clasificados de cada categoría.

Habrán premio a los tres mejores corredores locales tanto masculino como femenino tanto en el trail como en el minitrail.

La prueba de senderismo no es competitiva y por lo tanto no se entregarán trofeos ni premios pero sí cronometraje y medalla finisher.

La bolsa del corredor estará compuesta por una camiseta conmemorativa de la prueba.

La entrega de dorsales se realizará el viernes 12 de mayo de 17 a 20 en el ayuntamiento de Sierró y de 7; 30 a 9:00 horas el día de la prueba junto al pilar

de Sierro (fuente de Sierro). Los participantes recibirán un dorsal que se situará en el pecho de forma visible, sin doblar ni recortar.

La Organización de la prueba se compromete a tener el recorrido debidamente señalizado con cintas de balizamiento, carteles indicadores. También se ubicarán voluntarios en diferentes puntos del recorrido, donde pudiera existir algún tipo de dificultad, para asistir e informar a los participantes. Existirán referencias kilométricas durante el recorrido, situadas cada 5 kilómetros, a fin de facilitar la información a los corredores.

1. Los participantes están obligados a seguir el itinerario marcado en todo momento, así como a pasar por los controles establecidos. La Organización dispondrá también varios controles sorpresa durante el recorrido.

La Organización tendrá previsto un servicio de ambulancia y asistencia sanitaria, durante las horas de la prueba, así como puntos de atención básica en todos los puntos de avituallamientos.

Se establecen 5 puntos de avituallamientos intermedios, más otro en la llegada a meta, donde los participantes podrán tomar el alimento líquido y sólido que necesiten.

Se establecerá una clasificación general y otras atendiendo a las distintas categorías.

Al inscribirse en la prueba, los participantes ceden sus datos y dan su consentimiento para que la organización trate los mismos para la gestión de la competición así como cualquier finalidad promocional relacionada con su participación en la misma que implique a patrocinadores o colaboradores del evento.

Esta prueba estará controlada por jueces de la FAM. Para todo lo no contemplado en el presente reglamento la prueba se basará en el reglamento de carreras por montaña de la FAM.

Todo participante, por el hecho de inscribirse, acepta las condiciones establecidas en el presente reglamento.

Dado que no lo permite la Delegación de Medio Ambiente, en los avituallamientos no se proporcionarán vasos de plástico, cada participante deberá portar un vaso para avituallarse correctamente. Cada participante (en caso de llevar en la salida) deberá marcar sus geles, barritas o alimentos con plástico con su número de dorsal (esto lo deberá hacer con un rotulador permanente que impida que se borre). En el corralito de salida podrá ser requerido por miembros de la organización o jueces de la prueba. En la prueba se establecerán en los puntos de avituallamiento zonas de recogida de residuos, si cualquier participante deposita residuos fuera de estas zonas de avituallamiento podrá ser sancionado tanto en la prueba como en la copa.

.

CARRERA DE MONTAÑA EN SIERRA. Distancia total 25 KM

Veredas 10 km 40 por ciento

Carril con Encinar 6 km 22,3 por ciento

Carril con Almendros 3 km 12 por ciento

Carril con Pinar de 3 km 12,8 por ciento

Otros 2 k, 8,5 por ciento

Calles empedradas 1 km 1 por ciento

MINI-CARRERA Y SENDERO 12 KM

Veredas 7 km 56 por ciento

Carril con Encinar 1,5 km 12,1 por ciento

Carril con Almendros 1 km 8 por ciento

Carril con Pinar de 1 km 8 por ciento

Otros 0,5 km 4 por ciento

Calles empedradas 1 km 2 por ciento

Asfalto 0,2 km 0,6 por ciento

El enlace del recorrido del cxm es el siguiente:

<https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/cxm-sierro-2023-127113712>

El enlace del minicxm y la prueba de senderismo es el siguiente:

<https://es.wikiloc.com/rutas-carrera/minitrail-sierro-25291916>

Para mas información en la pagina de facebook cxm Sierro.

Minitrail y trail Sierro

