

# Reglamento CARRERILLAS 2019

La **VIII Edición de la Carrera Nocturna de Carrerillas**, organizada por el **GMEA GRUPO MONTAÑA ENSIDESA AVILES** en colaboración con el Ayuntamiento de Illas, tendrá lugar el sábado 7 de Septiembre de 2019 a las 20.30 horas

Un año más y con esta serán ya 5 ediciones en que todos los beneficios integros obtenidos son donados a una “ causa solidaria”, este año la colaboración será con la FUNDACION **CRIS** CONTRA EL CANCER, todos los beneficios obtenidos serán para dicha fundación.

## 1.MODALIDADES

a) **COMPETITIVA**, de 15 km y +1100 m. de desnivel positivo

- Podrán participar menores de edad nacidos a partir del año 2003.

b) **ANDARINA (no competitiva)** de 9 km y +500 m de desnivel positivo, para aquellas personas que quieran disfrutar de una manera tranquila de la montaña nocturna de Illas, por lo cual no habrá ningún tipo de ganador ni trofeo

- Podrán participar menores de edad a partir del año 2005.

En ambas modalidades podrán participar menores de edad los cuales deberán rellenar una autorización de participación por parte de los padres o tutor legal entregada por la organización el día de la recogida del dorsal, sin la cual no se hará entrega del dorsal al menor quedando excluido de la participación de la prueba.

En las zonas estrechas de paso, los **ANDARINES** están obligados a ceder el paso a los corredores de la prueba competitiva cuando sean alcanzados por los mismos. Es fácil distinguirlos porque llevan diferente dorsal.

Recordamos que la carrera andarina es para ir caminando , aunque sea a paso rápido

**2.HORARIO de salidas** la prueba de 15 kms. será a las 20:30 h., mientras que los andarines de 9 kms saldrán a las 21.15 h .

## 3.DORSALES

La recogida de dorsales se realizará el mismo día de la carrera, en la pista polideportiva de Calzuela, situado al lado del Ayuntamiento.

El horario de recogida será desde las 18:00 hasta las 20:00 horas para las ambas pruebas.

La Organización podrá expulsar de la carrera a todo corredor que corra sin dorsal.

El corredor FEDERADO EN MONTAÑA deberá presentar la tarjeta federativa a la hora de retirar su dorsal en la prueba de 15 kms.

#### 4.RECORRIDO

La salida y llegada de la carrera se realizará en las inmediaciones de la iglesia de Calzuela, Illas.

Por motivos de seguridad y dependiendo de las condiciones atmosféricas, la organización se reserva el derecho de modificar el recorrido de la carrera.

#### 6.MATERIALES

**Obligatorio** ( ambas pruebas)

- **FRONTAL el corredor y andarín lo deberán llevar siempre consigo mismo en toda la prueba , estando obligado a encenderlo cuando las condiciones de luz no sean las adecuadas para la seguridad del propio corredor y del resto de participantes.**

**Aconsejables** ( ambas pruebas)

- Zapatillas adecuadas para el uso de este tipo pruebas deportivas.
- Cortavientos
- Reservas alimentarias
- Bidón o recipiente para el transporte de líquidos
- Bastones

Si la Organización lo creyera oportuno por los diferentes motivos o cambios meteorológicos , podrá obligar a los corredores a llevar algún tipo de material obligatorio para la propia seguridad de los corredores.

#### 6. INSCRIPCIONES

A través de la página web <http://www.carrerasconencanto.com/> , hasta completar un máximo de 400 participantes en las dos pruebas, sean corredores o andarines

#### 7. PRECIOS

- **Carrera montaña nocturna** 19 € para todos los corredores federados en montaña y de 21 € para los corredores no federados
- **Marcha andarina nocturna** (no competitiva) 16 € para todos los participantes, estén o no federados en montaña

El precio incluye seguro de accidentes y de responsabilidad civil para todos los participantes inscritos en cualquiera de las pruebas .

Servicios de ducha

Espicha

## **9. SEÑALIZACION**

Ambos recorridos estarán señalizados con cintas de plástico reflectante para mayor seguridad de todos los participantes

## **10. AVITUALLAMIENTOS**

### **• Carrera montaña nocturna**

2 avituallamientos líquidos y sólidos en el recorrido

Avituallamiento final en meta

### **• Marcha andarina nocturna**

1 avituallamiento líquido y sólido

Avituallamiento final en meta

Por respeto al entorno, será de obligatorio cumplimiento, depositar los restos de basura generada en las zonas habilitadas a tal efecto, en cada punto de control. No está permitido sacar alimentos sólidos o recipientes para líquidos, fuera de estas zonas. El incumplimiento de esta norma será motivo de descalificación.

Si la organización lo viera oportuno debido a las inclemencias meteorológicas adversas se podrán modificar la cuantía y localización de avituallamientos en beneficio del desarrollo de la pruebas y de todos los participantes de ambas pruebas.

## **11. PREMIOS**

Habrán tres premios por categoría.

### **Categorías:**

- SUB 23 Masculino : de 15 hasta 23 años
- Senior Masculino: 24 hasta 44 años
- Veterano Masculino: A partir de 45 años
- SUB 23 Femenino : de 15 hasta 23 años
- Senior Femenino: 24 hasta 44 años.
- Veteranas Femenino: A partir de 45 años

- **Además recibirán premio especial el ganador absoluto en hombres y la ganadora absoluta en mujeres.**

- En las categorías se tendrá en cuenta la edad del año en vigor.

## **12. MEDIOAMBIENTE**

El presente Reglamento puede ser modificado por causas de fuerza mayor. Las modificaciones serán debidamente comunicadas a los participantes. La realización de la inscripción es reconocimiento de conformidad con el presente Reglamento.

Los participantes están obligados a seguir las directrices marcadas por la organización, nunca deberán salirse del recorrido marcado. Será motivo de descalificación no cumplir el presente reglamento, no completar la totalidad del recorrido, el deterioro o ensucio del entorno, no llevar el dorsal bien visible o desatender las indicaciones dadas por la organización.

## **13. PLAN DE EMERGENCIA**

Las pruebas cuentan con un plan de emergencia para posibilitar la mejor cobertura posible de seguridad para todos los participantes e integrantes de la organización.

La organización se reserva el derecho a realizar las modificaciones que considere necesarias, para el correcto desarrollo de la prueba. Así como la suspensión de la prueba, por motivos meteorológicos o por causas de fuerza mayor.

## **14. SERVICIOS MEDICOS**

Las pruebas tendrán la cobertura por dos ambulancias, una de ellas medicalizadas que se encontrará en la zona de meta.

## **15. SEGURIDAD**

Los corredores que se encuentren en problemas, deberán comunicarlo al control más próximo, siendo evacuados por la organización, en el menor tiempo posible.

Los corredores tienen la obligación de auxiliar a un compañero herido o que se encuentre con dificultades y notificarlo a cualquier miembro de la organización o servicio de socorro.

El participante que se retire de manera voluntaria, deberá comunicarlo a un miembro de la organización o puesto de control. En caso de no producirse este

aviso y los equipos de socorro inicien su falsa búsqueda, correrán por cuenta del corredor los gastos originados por el contratiempo.

Los participantes están obligados a respetar las normas de circulación en los cruces de carretera, así como a ser respetuosos con el medio ambiente

**16.** La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia o daños que puedan recibir o producir los participantes, exonerando a la organización de toda responsabilidad.

**17.** En todo lo no contemplado en este reglamento, la prueba se basará en los reglamentos de la Federación Asturiana de Montaña (FEMPA) y Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME)

### **18. PEQUE TRAIL**

Se realizará también una carrera neutralizada para niños con edades comprendidas entre 6 y 12 años incluidos (50 plazas por riguroso orden de inscripción), distancia de 2500 m aproximadamente y 150 m de desnivel acumulado, con un avituallamiento de líquidos y chucherías.

Las inscripciones para esta prueba se realizarán por sus padres o tutores entre las 18:00 y las 20:00 en el mismo lugar habilitado donde se recogen los dorsales de las pruebas para mayores.

Todos los participantes al ser menores de edad, deberán rellenar una autorización por partes de los padres o tutores legales para poder participar en la prueba.

Irán todo el tiempo acompañados por responsables de la o

La salida tendrá lugar a partir de las 20:30h a continuación de la salida de la Carrera Nocturna cuando hayan salido todos los participantes de la misma.

Todos los participantes deberán llevar **FRONTAL**