

# REGLAMENTO

## ART. 1: ORGANIZACIÓN

El Club Deportivo Elemental Bike & Run y Eventos Deportivos y Marketing S.L en colaboración con el Ayto. de San Lorenzo de El Escorial, organiza la octava edición de la Carrera “La Montaña Solidaria” del circuito Races Trail Running, que se celebrará el próximo sábado día 19 de octubre de 2019 a las 09:00h en la localidad de San Lorenzo de El Escorial y que contará con tres recorridos: Un trail maratón de 42 km. y 2050 m. D+, una carrera de 20 km con 1.040 m. D+ y un tercer recorrido de 10 km. con 380 m. D+ (distancias y desniveles que podrán cambiar por motivos ajenos a la organización, hasta la resolución de los permisos en el que se publicarán las distancias y desniveles definitivos).

## ART. 2: PARTICIPANTES

Carreras de 10 y 20 Km: Podrán tomar parte en estas pruebas todas aquellas personas que lo deseen, estén federadas o no, siempre que sean mayores de 16 años (que aporten autorización paterna) y estén correctamente inscritas, tanto en tiempo como en las formas establecidas para ello.

Carrera de 42 Km: Podrán tomar parte en esta prueba todas aquellas personas que lo deseen, estén federadas o no, siempre que sean mayores de 18 años y estén correctamente inscritas, tanto en tiempo como en las formas establecidas para ello.

Es necesario que hayan realizado un entrenamiento suficiente para una carrera de estas características, participen con un nivel de salud y condición física óptimo para un esfuerzo acorde al que requiere la prueba, asumiendo que el Trail Running de montaña de larga duración es una actividad exigente, expuesto a climatología cambiante, con trazado irregular, desniveles de consideración, por senderos, pistas y caminos en el medio natural, lo que conlleva el correspondiente riesgo de accidente.

Al realizar la inscripción se da por sentado que todos los participantes entienden y acatan este reglamento.

## ART. 3: INSCRIPCIONES

Desde el 6 de junio hasta el miércoles 16 de octubre (o hasta agotar los dorsales disponibles)

Inscripciones on-line por internet en: <http://www.trailmontañasolidaria.es> o en [www.deporticket.com](http://www.deporticket.com)

Precios hasta el 31 de agosto de 2019 a las 23:59h

### **La Montaña Solidaria 10 Km.**

- 12 euros + gastos de gestión

### **La Montaña Solidaria 20 Km.**

- 24 euros + gastos de gestión

### **La Montaña Solidaria 42 Km**

- 34 euros + gastos de gestión

Precios desde el 1 de septiembre de 2019 a las 00:00h hasta el 6 de octubre de 2018 a las 23:59h

**La Montaña Solidaria 10 Km.**

- 16 euros + gastos de gestión

**La Montaña Solidaria 20 Km.**

- 28 euros + gastos de gestión

**La Montaña Solidaria 42 Km**

- 40 euros + gastos de gestión

Precios desde el 7 de octubre de 2019 a las 00:00h hasta el 16 de octubre de 2019 a las 23:59h, o hasta que se agoten los dorsales

**LA MONTAÑA SOLIDARIA 10 KM**

- 20 euros + gastos de gestión

**LA MONTAÑA SOLIDARIA 20 KM**

- 32 euros + gastos de gestión

**LA MONTAÑA SOLIDARIA 42 KM**

- 44 euros + gastos de gestión

Las inscripciones son definitivas, no se devolverá el importe de las mismas, salvo suspensión o anulación de la prueba.

**ART. 4: CATEGORÍAS**

- General Masculino 10 KM
- General Femenino 10 KM
- General Masculino 20 KM
- General Femenino 20 KM
- General Masculino 42 KM
- General Femenino 42 KM
- Veterano Masculino 10 KM
- Veterano Femenino 10 KM
- Veterano Masculino 20 KM
- Veterano Femenino 20 KM
- Veterano Masculino 42 KM
- Veterano Femenino 42 KM

Se considerará veteranos a todos inscritos con más de 45 años cumplidos hasta el día 19 de octubre de 2019 incluido.

Si fuera necesario interrumpir y suspender la prueba en un punto del recorrido, la clasificación se determinará según el orden y tiempo de llegada en el punto de interrupción o, en su defecto, en el último control realizado.

## ART. 5: TROFEOS Y PREMIOS

Los tres primeros clasificados de cada categoría recibirán un trofeo.

También trofeo para: el primer corredor local y la primera corredora local de cada carrera.

Trofeos no acumulables.

Los tiempos de los participantes se publicarán en la web <http://www.trailmontañasolidaria.es>

Todos los corredores inscritos al llegar a meta serán obsequiados con avituallamiento sólido y líquido, además tendrán que recoger cuando entren en la zona de llegada una bolsa del corredor con la camiseta conmemorativa de la misma.

## ART. 6: RECOGIDA DE DORSAL

Lugares y horarios se anunciarán próximamente

Documentación necesaria para la recogida de dorsales:

- Cada participante debe acreditar su personalidad al recoger el dorsal mediante DNI o documentación de identidad legal análoga.
- Los menores de edad, además la correspondiente autorización paterna.
- En caso de no poder presentarse el titular, se deberá aportar por la persona que lo vaya a recoger una autorización firmada por el titular, junto con una fotocopia del DNI del participante.
- En caso de incidencia y no figurar como inscrito algún corredor, solo se resolverá a favor de este, en caso de que aporte justificante acreditativo del pago realizado.
- La pérdida del dorsal antes del inicio de la prueba, conlleva la imposibilidad de participar en la misma.

## ART. 7: CONTROL DE LA CARRERA

Los tiempos se tomarán mediante el sistema de “chip”. No serán válidos otro tipo de chips diferentes al facilitado por la Organización.

## ART. 8: AVITUALLAMIENTOS

### CARRERA DE 10KM:

- Km 5,5 Avit. Líquido
- Meta Avit Sólido y Líquido

### CARRERA DE 20KM:

- Km 5,5 Avit. Líquido
- Km 11 Avit. Sólido y Líquido
- Km 15,5 Avit. Líquido
- Meta Avit Sólido y Líquido

### CARRERA DE 42KM:

- Km 5,5 Avit Líquido
- Km 11 Avit Sólido y Líquido
- Km 16,5 Avit Líquido
- Km 21 Avit Sólido y Líquido
- Km 26 Avit. Líquido
- Km 33 Avit Sólido y Líquido
- Km 37,5 Avit Líquido
- Meta Avit. Sólido y Líquido

(Al tratarse de una carrera de montaña los puntos kilométricos son estimativos y sujetos a modificaciones de última hora).

El Trail La Montaña Solidaria se disputa en condiciones de semi-autosuficiencia (entendiendo por este término que el número de avituallamientos de estas pruebas exige a los corredores cargar con su propia comida y bebida para los tramos comprendidos entre dichos avituallamientos).

El agua será el único líquido que podrá ser usado para rellenar los bidones o bolsas de hidratación, el resto de bebidas deberán consumirse in situ usando el vaso obligatorio.

### **ART. 9: ASISTENCIA EXTERNA**

Estará permitido recibir asistencia externa tan solo en los puntos de control o avituallamientos en los que haya personal de la organización.

### **ART. 10: MARCAJE Y DESARROLLO DE LAS PRUEBAS**

Los itinerarios para los 3 circuitos estarán convenientemente balizados con cintas (y carteles con flechas) distribuidas a lo largo de los mismos para ser vistas y poder realizar su seguimiento, todo ello dependiendo de la tipología del terreno y los caminos.

Es responsabilidad de cada participante localizar la señalización y seguirla. Para su seguimiento además, se marcarán especialmente las zonas más peligrosas, así como los cruces y desvíos en los que haya riesgo de desorientación o pérdida.

El recorrido estará abierto al tráfico, por lo tanto el participante deberá respetar en todo momento las normas generales de seguridad vial y señales de tráfico, siguiendo las instrucciones de los agentes y el personal de la Organización. En los tramos urbanos (San Lorenzo de El Escorial) los corredores deben de utilizar las aceras y pasos de peatones.

### **ART. 11: MATERIAL OBLIGATORIO**

Cada participante deberá portar el siguiente material, que puede ser controlado y verificado por los miembros de la organización tanto en la salida como a lo largo de todo el recorrido:

#### **La Montaña Solidaria 10 Km.:**

- Calzado adecuado para la práctica del Trail Running
- Chubasquero o cortavientos con capucha/gorra o similar
- Manta térmica
- Teléfono móvil
- Vaso plegable o bidón

### **La Montaña Solidaria 20 Km.:**

- Calzado adecuado para la práctica del Trail Running
- Chubasquero o cortavientos con capucha/gorra o similar
- Depósito de agua, mínimo 1/2 litro (lleno en la salida)
- Reserva alimentaria, mínimo 500 calorías
- Manta térmica
- Teléfono móvil
- Vaso plegable o bidón

### **La Montaña Solidaria 42 Km.:**

- Calzado adecuado para la práctica del Trail Running
- Chubasquero o cortavientos
- Depósito de agua, mínimo 1 litro (lleno en la salida)
- Reserva alimentaria, mínimo 500 calorías
- Gorra o similar
- Teléfono móvil
- Vaso plegable o bidón
- Manta térmica
- Guantes

## **ART. 12: LIMITES Y CORTES HORARIOS DE SEGURIDAD**

El recorrido comprende 3 distancias: 10 km., 20 km. y 42 Km. para las que se establece una duración máxima de 2h 30' 4h.15' y 9h.

Además, se establecerán unos límites horarios (cortes de paso) en determinados puntos de los recorridos para garantizar la seguridad tanto de los participantes como de los miembros de la organización de la prueba.

Se derivará por recorrido “corto”, o en su caso no se permitirá seguir en competición, a aquellos corredores que superen estas barreras horarias. Esto es: se debe haber pasado el punto de corte, “antes” del límite establecido.

A los que insistan en seguir, ya será fuera carrera. Se les retirará el dorsal y el chip, y en caso de que continúen lo harán bajo su propia y exclusiva su responsabilidad.

## **ARTÍCULO 13: ABANDONOS Y RETORNO A PUNTO DE SALIDA**

La organización dispondrá de puntos de retorno a San Lorenzo de El Escorial en los siguientes controles (teniendo siempre en cuenta las dificultades y limitaciones propias de las infraestructuras de comunicación de los diferentes puntos por lo que la repatriación no siempre será automática y en preciso momento del abandono, sino que se estará a la disponibilidad de los medios necesarios):

\* Puerto de Malagón

\* Robledondo

## **ART. 14: SEGURIDAD DE LA PRUEBA**

La organización situará, en determinados puntos del recorrido y en los puntos de control, personal especializado encargado de velar por la seguridad de los participantes. Es obligatorio seguir las indicaciones de este personal, que estará convenientemente identificado.

En caso de abandono, hay que comunicarlo lo antes posible al personal de la organización y hacerlo siempre en un punto de control, continuando o retrocediendo por el recorrido pero nunca abandonando el itinerario oficial.

Se dispondrá de personal médico y ambulancia en puntos estratégicos del recorrido para intervenir en caso de necesidad.

La organización podrá retirar de la competición a un corredor y quitarle su dorsal cuando considere que éste tiene mermadas sus capacidades físicas o técnicas a causa de la fatiga y del desgaste sufrido durante el desarrollo de la prueba, garantizando así su seguridad.

Es obligatorio para todos los corredores socorrer a cualquier participante que demande auxilio o que se encuentre en situación de peligro.

La organización se reserva el derecho de neutralizar parcial o total la prueba y organizar grupos para progresar juntos en carrera por cuestiones de seguridad.

En caso de que las condiciones meteorológicas lo aconsejen, por razones de causa mayor, o circunstancias que puedan afectar a la seguridad de los corredores o de la propia organización, esta se reserva el derecho de detener la prueba, modificar el recorrido, puntos de control y paso o variar los límites horarios.

Un equipo escoba, encargado de cerrar la carrera, verificará que no queda nadie en el recorrido.

El participante inscrito autoriza a los servicios sanitarios de la prueba a que le practiquen cualquier cura que pudiera necesitar, estando o no en condiciones de solicitarla y se compromete a abandonar la prueba en la que participa si ellos lo estiman necesario para su salud.

La Organización recomienda que cada corredor disponga de su propia licencia federativa y de su propia cobertura de asistencia médica.

## **ART. 15: CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN**

Los participantes al realizar la inscripción se comprometen a:

Aceptar todos los artículos del presente reglamento.

Completar íntegramente la totalidad el recorrido determinado por la Organización, sin salirse ni desviarse del mismo, respetando en todo momento las indicaciones de los jueces, Servicio de Organización y Policía Local.

Aceptar las posibles modificaciones de la prueba a las que la Organización se vea obligada por causas ajenas a su voluntad.

### **SE DESCALIFICARÁ A TODO AQUEL CORREDOR QUE:**

- No complete el recorrido oficial de la prueba, tome atajos, trochas o no siga estrictamente el mismo.
- Se sirva de cualquier medio de desplazamiento que no sean sus propias piernas.

- No lleve el dorsal bien visible, utilice el dorsal de otro corredor, extravíe, modifique, deteriore o altere cualquiera de las características del dorsal.
- No lleve durante todo el recorrido todo el material obligatorio que le corresponda.
- Obstruya, estorbe o perjudique con mala fe a otro competidor.
- Omita el auxilio a otro participante en caso de peligro o necesidad.
- Realice cualquier tipo de insultos, malos tratos y otras conductas antideportivas.
- Arroje cualquier tipo de desperdicio al suelo.
- No se atenga al presente reglamento.
- A todo corredor al que se le pida paso debe cederlo lo antes posible y de manera segura.

## **ART. 16: DUCHAS Y GUARDARROPA**

Existen duchas a disposición de los corredores en el polideportivo municipal de San Lorenzo de El Escorial, será necesario presentar el dorsal para acceder a ellas. En la zona de salida/meta igualmente estará habilitado servicio de guardarropa.

## **ART. 17: SEGURO**

Todos los participantes estarán cubiertos por una Póliza de Seguro de Responsabilidad Civil y un Seguro de Accidentes.

## **ART. 18: DEVOLUCIONES**

No se devolverá el importe de la inscripción bajo ninguna circunstancia, salvo por lesión física, presentando el informe médico con al menos 10 días de antelación (la organización valorará si la lesión le impide participar en la carrera).

## **ART. 19: DERECHOS DE IMAGEN**

La participación en esta prueba deportiva implica ceder tus derechos de imagen, la explotación audiovisual, fotográfica y periodística de la competición a la empresa Eventos Deportivos y Marketing, S.L, para que ésta las utilice como crea preciso en la promoción de éste o de cualquier otro evento deportivo que pudiera organizar. Cualquier proyecto mediático o publicitario deberá contar previamente con el consentimiento de la organización.

## **ART. 20: RECLAMACIONES**

Las reclamaciones se deberán presentar al organizador por escrito, previo pago de 50€ y haciendo constar, como mínimo, la siguiente información:

- Datos del reclamante: nombre de la persona que la realiza, DNI, a quién representa.
- Datos del/los deportista/s afectado/s, nº de dorsal.
- Hechos que se alegan.

El Comité organizador será el encargado de resolver las reclamaciones presentadas.

El Comité organizador estará compuesto por el Director de Carrera, el responsable de recorrido, el responsable de meta, responsable de cronometraje y un corredor elegido de entre todos los participantes.

En caso de acceder a la resolución de la reclamación planteada, la organización procederá a la devolución del importe (50€), abonados previamente a la presentación de la reclamación.

## **ART. 21: RESPONSABILIDADES**

Los participantes corren bajo su responsabilidad. Es suya la decisión de tomar la salida y de realizar la carrera. Lo hacen de manera voluntaria siendo plenamente conscientes de la longitud, desnivel y exigencia física de la prueba, bajo posibles condiciones climáticas adversas de frío o calor, lluvia, viento y por terreno de montaña a través de caminos, pistas, sendas o campo a través.

La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente por negligencia del corredor, así como por la pérdida o rotura de los objetos personales de cada participante. Cada corredor será responsable de todo perjuicio o lesión que pueda causarse a sí mismo o a terceros, exonerando a la Organización de cualquier responsabilidad en caso de accidente o lesión.

Igualmente, para participar en La Montaña Solidaria, se recomienda a todos los corredores realizar una revisión médica realizada, como máximo, tres meses antes del inicio de la prueba y que capacite al deportista para la práctica deportiva intensiva en competición de esta modalidad de las carreras por montaña.

## **ART. 22: DISPOSICIONES FINALES**

PRIMERA: Las entidades organizadoras declinan toda responsabilidad de la que pueda ser causa o víctima los participantes durante el transcurso de los entrenamientos y en la prueba misma, siendo los competidores los únicos responsables y en ningún caso éstos o sus representantes podrán entablar demanda judicial contra la organización o persona vinculada a ella.

SEGUNDA: La organización no se hace solidaria de los gastos ni deudas que pudieran contraer los participantes antes, durante o después de la prueba.

TERCERA: Todo participante, por el hecho de inscribirse, muestra la conformidad y acepta las condiciones establecidas en el presente Reglamento.

CUARTA: Cualquier circunstancia no prevista en este reglamento será resuelta por el Comité de Carrera.

## **ART. 23: MODIFICACIONES**

El presente reglamento, y por extensión las características de la prueba, incluidos sus recorridos, distancias o desniveles, puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la organización. Será notificado en el apartado 'Noticias' de la página web de la prueba.