V TRAIL “CABO DE AJO” 2020

REGLAMENTO DE CARRERA

Organizado por el AYUNTAMIENTO DE BAREYO y con la colaboración del C.D.E. MONTEÑEROS y diversas empresas locales, y amparado por la FEDERACIÓN CANTABRA DE DEPORTES DE MONTAÑA Y ESCALADA, presentamos la quinta edición del Trail Cabo de Ajo, que este año contará con la novedad de contar con dos modalidades; una COMPETITIVA (corriendo) y otra NO COMPETITIVA (corriendo-andando) y con nuevamente espíritu SOLIDARIO.
Según preferencia y condición física, los que estén más preparados, realizarán la prueba competitiva con una longitud de recorrido aproximada de 25 Kms. Mientras que los que tengan pensado realizar el recorrido “medio trote, medio andando”, realizarán una longitud de recorrido aproximada de 21 Kms.

Ambos recorridos tendrán salida y llegada en la Plaza del Ayuntamiento, en Ajo, discurrirá por lugares emblemáticos del Municipio de Bareyo (Ría de Ajo, la Ojerada, el Faro, Antuerta, Urdiales, Quintres, Brenas, etc.), recorriendo toda su costa desde el Este al Oeste. Si bien, los participantes que elijan el recorrido de 21 Kms evitarán las zonas que por su dureza o por su exigencia física y/o técnica, no sean tan apropiadas para personas menos preparadas y se encuentra dispuestas ya a partir del kilómetro 14 de prueba cuando las fuerzas empiezan a flaquear (para mayor información visionar el track adjunto de las dos pruebas)

1 CONSIDERACIONES GENERALES.

La prueba tendrá lugar el día **29 de marzo de 2020, Domingo**.
El lugar de salida, para todos los participantes por igual, se llevará a cabo desde:

la plaza del Ayuntamiento de Bareyo, sita en la localidad de Ajo.
Avda. Benedicto Ruiz, nº 323 de Ajo

La salida se llevará a cabo puntualmente como a continuación se detalla:

- **10:00 a.m.** horas del día 29 de Marzo de 2020 para ambas distancias conjuntamente.

El número máximo de inscripciones será de 800 participantes, reservándose 350 plazas para los participantes que "corran" la distancia larga y 450 plazas para los participantes que "troten-marchen" la distancia corta.
La prueba *COMPETITIVA* de 25 kms. transcurrirá sobre un recorrido aproximado de 24,5 kms, con un desnivel positivo de aproximadamente 1.000 mts. y un desnivel acumulado de 2.000 mts.

La prueba *NO COMPETITIVA* de 21 Kms. transcurrirá sobre un recorrido aproximado de 21,2 Kms., con un desnivel positivo de aproximadamente 500 mts. y un desnivel acumulado de 1.000 mts.

El recorrido de la carrera se encuentra especificado en la web del evento https://www.buscametas.com/web/trail-cabo-de-ajo/

Será imprescindible estar inscrito para la prueba en las fechas que a continuación se detallan y portal su dorsal en un lugar visible. Será imprescindible llevarlo visible para hacer los diferentes controles de paso y de Meta. Aquellos participantes que no lo luzcan su dorsal visible al pasar por meta, no aparecerán en la clasificación. Aquellos participantes que corran sin dorsal o con un dorsal que no figure a su nombre (el dorsal es personal e intransferible), no estarán sujetos a los beneficios y seguros aplicados para esta carrera. Se les considera por tanto, fuera de ella y la organización declina cualquier responsabilidad en caso de accidente.

2. CATEGORÍAS.

En la **modalidad COMPETITIVA,** habrá una clasificación general "senior" en la que estarán incluidos todos los participantes, independientemente del género, categoría o subcategoría, que recogerá por orden de llegada el tiempo invertido por cada uno de ellos.

A efectos de clasificación individual se establecen las siguientes categorías y subcategorías:

1 **CATEGORÍA SENIOR MASCULINA**, en la que estarán incluidos todos los participantes de 18 años en adelante.

2 **CATEGORÍA SENIOR FEMENINA**, en la que estarán incluidas todas las participantes de 18 años en adelante.

Así mismo, por razón de edad se establecen las siguientes SUBCATEGORÍAS:

A **VETERANOS A**: de 40 años (cumplidos en el año vigente) en adelante
B **VETERANAS A**: de 40 años (cumplidos en el año vigente) en adelante.

La modalidad "NO COMPETITIVA" dispondrá de un listado de tiempos de llegada a meta, sin haber distinción de categorías por edad ni género, ni optar a ningún premio o trofeo, al entenderse esta modalidad como lúdica, promocional y no competitiva.

En ningún caso, los premios y trofeos serán acumulativos (tener trofeo por tercer senior y primer veterano, por ejemplo), pudiendo el atleta elegir por uno de ellos en detrimento del otro.
El no estar presente a la hora de ser llamado al pódium, sin haber alegado motivo justificado, significará la descalificación automática de la prueba, corriendo los trofeos según orden de llegada.

3. INSCRIPCIONES.

El plazo adelantado de inscripciones (con descuento por confianza), se abrirá el día **Miércoles 22 de Enero de 2020 a las 10:00 a.m. y** finalizará el **Lunes 2 de Marzo de 2020 a las 22.00 p.m.** o una vez se vayan completando el número máximo de dorsales previsto por la Organización para cada categoria (800).

A partir del **Lunes 2 de Marzo a las 22:00 p.m.**, comenzará el plazo ordinario de inscripciones, y permanecerá abierto hasta el **Jueves 26 de Marzo**.
En ningún caso se podrán realizar inscripciones el mismo día de la carrera.

Las inscripciones podrán realizarse de las siguientes formas:

1. On line, a través de la pasarela de pago segura disponible en la página web del evento https://www.buscametas.com/web/trail-cabo-de-ajo/

2. Presencialmente, en las oficinas de la Casa de Cultura del Ayuntamiento de Bareyo, en las que se facilitará la inscripción a través de la pasarela de pago online.

La recogida de dorsales será personalizada, **IMPRESCINDIBLE presentar el DNI.** Los dorsales podrán recogerse **el día antes de la carrera (28 de Marzo) en la casa de cultura del Ayuntamiento de Bareyo, sita en Ajo, en horario de 12:00 a 14:00 horas y de 16:00 a 20:00 horas o el mismo día de la carrera (29 de Marzo), desde las 8 horas hasta media hora antes de la hora prevista para la salida. Se recomienda a los participantes acudir lo antes posible, para evitar aglomeraciones e imprevistos de última hora y tener la posibilidad de elegir la talla adecuada de su camiseta conmemorativa, y lo obsequios de la bolsa de corredor.**

La inscripción da derecho a participar en la prueba con **dorsal** para cronometraje, **avituallamientos**, **seguro deportivo**, asistencia en carrera, **regalo de prenda deportiva**, bolsa del corredor y derecho a los **participar en el sorteo de premios** que se realizarán durante la carrera.

4. PRECIO DE INSCRIPCIÓN.

Se establecen varios tipos de inscripción:

INSCRIPCIÓN ADELANTADA,
Desde la apertura el dia 22 de Enero al cierre el 2 de Marzo de 2020.
Precio 18 euros.

INSCRIPCIÓN ORDINARIA:
Desde el 2 al 26 de Marzo de 2020.
Precio 23 euros

PARTE DEL PRECIO DE CADA INSCRIPCIÓN SERÁ DONADO A LA "ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CANCER"

POLÍTICA DE DEVOLUCIONES.

La organización se compromete a la devolución de las inscripciones formalizadas, con una penalización de 4 EUROS por costes de gestión, siempre que exista causa justificada (lesión u otros impedimentos familiares o laborales sobrevenidos) y siempre que se solicite antes del día 2 de Marzo. A partir de dicha fecha solamente se admitirá la devolución si existiesen participantes en lista de espera.
También se realizarán transferencias de dorsal a favor de otro corredor en cualquier momento dentro del plazo de inscripción, es decir hasta el 26 de Marzo, día en que se cerrarán completamente las inscripciones y se formalizará el seguro individual de accidentes a favor de los titulares de dorsal. Por este motivo no habrá ya posibilidad de cambios.

5. SEÑALIZACIONES Y CONTROLES.

El recorrido estará debidamente señalizado con balizas específicas para este tipo de pruebas y fácilmente reconocibles y marcas identificativas a lo largo de todo el trayecto.
Se establece un punto de control de tiempo. Este estará ubicado en el mirador del "Cabo de Quintres" de Ajo, en el kilómetro 14 de recorrido, correspondiente con el 2º avituallamiento. Este punto de control y avituallamiento será cerrado a las 12:30 horas, de tal modo que:

Los participantes que pasen por este punto intermedio de control de tiempo, fuera del tiempo establecido para tal efecto, deberán entregar su dorsal a los miembros de la organización que se encontrasen en dicho lugar. En este caso, los participantes quedarán automáticamente excluidos de la prueba y, por tanto, los propios organizadores propondrán un recorrido alternativo de "seguridad" para que los participantes puedan llegar a la meta por sus propios medios, o bien, si esto no fuese posible, facilitarán el regreso a la meta de los participantes por los medios mecánicos que tengan a su disposición.

Se estima un tiempo máximo de recorrido establecido en 5 horas de tal modo que el control de llegada a Meta **será cerrada a las 15,00 horas**, y todos aquellos participantes que lleguen más tarde no podrán ser cronometrados.

La organización, dentro del sistema de señalización y balizamiento, establecerá **referencias kilométricas** a lo largo del recorrido, al menos cada 5 km. aproximadamente, pudiendo existir alguna más en kilómetros puntuales y avituallamientos, para referencia de los participantes.

6. AVITUALLAMIENTOS.

Se trata de una prueba de semi-autosuficiencia, por lo que se dispondrán a lo largo del recorrido cuatro avituallamientos:

- El primero de ellos líquido, correspondiente con el km. 6 aprox.
- Otros dos sólido-líquido, correspondientes con:
    - El km. 13 aprox.
    - El Km. 18,5 aprox.

Además, habrá un cuarto avituallamiento situado en meta, que será sólido-líquido.
Durante el resto del recorrido los participantes deberán ser autosuficientes, pudiendo llevar consigo los productos de nutrición e hidratación que consideren conveniente.
Como medida para la preservación y conservación del Medio Natural, en esta edición no se facilitarán vasos de plástico de un solo uso, si en cambio se dará un vaso conmemorativo en la bolsa del corredor que cada participante deberá portar durante la prueba para realizar los avituallemientos líquidos.

7. PREMIOS.

Habrá trofeo para los tres primeros clasificados en las dos categorías, masculino y femenino, Además, habrá trofeo en las subcategorías correspondientes a Veteran@s A, así como sorteo de regalos donados por nuestros patrocinadores y colaboradores.

Dicha entrega de premios y trofeos, así como la entrega de regalos sorteados, se llevará a cabo en la carpa provista para tal efecto, junto a la Llegada, a partir de las 14:00 horas del día 29 de Marzo de 2020.

8. DESCALIFICACIONES.

Serán descalificados por la Organización, además de quienes incumplan la normativa de carrera, todo aquel que:

- No complete la totalidad del recorrido
- No pase los controles de salida y de recorrido
- Manipular o no llevar el dorsal bien visible en la parte delantera.
- Recibir ayuda externa fuera de los lugares autorizados (avituallamientos, desde unos 100m antes y hasta 100m, después).
- Ensuciar o degradar el entorno del itinerario (NO depositar los residuos en los lugares habilitados por la organización para tal fin).
- No prestar auxilio a cualquier participante e informar al control más próximo.
- No seguir las instrucciones y directrices de los miembros de la organización y control.
- No presentarse a la entrega de premios, habiendo sido requerido por la organización, mediante la megafonía, en cuyo caso se correrá la lista de clasificados por orden de llegada.
- Obstaculizar intencionadamente a otro corredor. Esto último se hará extensivo, sobre manera, a los **participantes PROMO**, que en los pasos estrechos y/o en los que haya aglomeración de participantes, deberán ceder la **prioridad de paso a los corredores**.

9. OTRAS CUESTIONES A TENER EN CUENTA.

- Los organizadores, si llegara el caso, podrán retirar a cualquier persona que no se encontrase en las condiciones físicas o psíquicas normales.
- En caso de abandono de la prueba, es obligatorio avisar a cualquier miembro de la organización y entregar el dorsal.
- El terreno por el que discurre este evento deportivo, es de enorme importancia ecológica, por lo que debemos respetarlo; es de vital importancia depositar basuras y desperdicios en los lugares indicados para tal efecto, que estarán situados cerca de los avituallamientos.
- El mal tiempo no es obstáculo para la celebración de esta prueba, salvo que se den condiciones atmosféricas extremas en las que la participación acarree un riesgo manifiesto para la integridad de los participantes.
- La organización se reserva el derecho a realizar las modificaciones oportunas y/o proponer otro recorrido alternativo al marcado inicialmente, si lo estima conveniente por diferentes motivos de manifiesta importancia, así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas lo obligan o por fuerza mayor.
- Los participantes contarán con servicios de duchas.
- Es aconsejable llevar un kit de hidratación (botellín de agua o cantimplora), así como visera, impermeable, y zapatillas tipo Trail.
- La organización no se hace responsable de los posibles accidentes que pudieran ocurrir durante el transcurso de la prueba, así como de los objetos de cada participante.
- La organización contará con los servicios de comunicación y emergencia de protección civil y con el adecuado transporte sanitario, así como una póliza de seguro colectivo, pero declina toda responsabilidad ante los daños que se puedan producir a o por los participantes que asumen formar parte en la prueba libremente y bajo su total responsabilidad.
- En caso de duda prevalecerá la decisión de la organización.
- Todo participante, por el hecho de inscribirse, acepta las condiciones de este reglamento y exonera a la organización de toda responsabilidad en caso de accidente o lesión, así como de cualquier eventualidad que pudiera surgir derivada de la participación en la prueba.

- Si la organización se viera obligada, el presente reglamento podrá ser modificado. No obstante, cualquier modificación será debidamente

comunicada a los participantes.

- La realización de la inscripción, es el reconocimiento de conformidad con el presente reglamento y con el descargo de responsabilidad que figura como anexo al mismo.

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD

Los corredores inscritos al V Trail “Cabo de Ajo”, reconocen que su participación en el evento es voluntaria y bajo su propia responsabilidad. Por tanto los organizadores, colaboradores, patrocinadores y otros participantes están exentos de cualquier responsabilidad civil.
Todos los participantes por el mero hecho de suscribir el formulario de inscripción, declaran aceptar y firmar el Descargo de Responsabilidad.

ANEXO AL REGLAMENTO DE CARRERA.

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD

Como participante de la Carrera V Trail “Cabo de Ajo” a celebrar el próximo 29 de Marzo de 2020 afirmo y verifico que:

1. Conozco y acepto Íntegramente el Reglamento de la Carrera, el cual está publicado en la página web del evento https://www.buscametas.com/web/trail-cabo-de-ajo/ .
2. Participo voluntaria y únicamente bajo mi propia responsabilidad en esta prueba deportiva. Por ello, eximo de cualquier responsabilidad a la Organización, colaboradores, patrocinadores y otros participantes, y renuncio a interponer denuncia o demanda contra los mismos en caso de cualquier daño físico o material.
3. Estoy física y mentalmente preparado para esta competición, no padezco de enfermedades o defectos físicos o lesiones que impida mi participación en esta prueba o que pueda agravarse como consecuencia.
4. Si durante la prueba padeciera alguna lesión o circunstancia que pudiera perjudicar gravemente mi salud, me comprometo a ponerlo en conocimiento de la Organización lo antes posible.
5. Soy consciente del riesgo adicional que conlleva el hecho de que esta competición tenga lugar en el medio rural natural, en lugares de difícil acceso. Por ello, asisto de propia voluntad e iniciativa asumiendo íntegramente los riesgos y consecuencias derivadas de mi participación.
6. Dispongo de capacidad física, destreza técnica y recursos de supervivencia suficientes como para garantizar mi propia seguridad, bajo las condiciones de semi-autonomía en las que se desarrolla la prueba.
7. Dispongo de todo el material deportivo y de seguridad necesario para la realización de estas pruebas y garantizo que se encuentra en buen estado, estoy capacitado para utilizarlo adecuadamente y lo portaré durante la totalidad del recorrido.
8. Seguiré todas las instrucciones y acataré todas las decisiones de los responsables de la Organización (jueces, médicos, organizadores) relativas a la seguridad y aspectos organizativos de la carrera.
9. Me comprometo a seguir las pautas generales de respeto al medio ambiente recogidas en el reglamento de esta prueba.

10. Autorizo a los servicios médicos de la prueba que me realicen las pruebas diagnósticas que pudiera necesitar y me comprometo a abandonar la carrera si ellos lo estiman necesario para mi salud.
11. Antes o durante la prueba no consumiré sustancias prohibidas, consideradas como Dopping, por las federaciones de atletismo y montaña. La Organización puede pasar control antidopping a los tres primeros clasificados en cualquier momento.
12. Autorizo a los organizadores del evento para publicar mi nombre y apellidos en las clasificaciones y/o listas de participantes del evento
13. Autorizo también a la grabación total o parcial de mi participación en la misma, doy mi consentimiento para que pueda utilizar mi imagen para la promoción y difusión del evento en todas sus formas (radio, prensa, video, foto, DVD, internet, carteles, medios de comunicación, etc.) y cedo todos los derechos relativos a su explotación comercial y publicitaria que consideren oportuno ejecutar, sin derecho por mi parte a recibir compensación económica alguna
14. Mi dorsal es personal e intransferible por lo que no podrá llevarlo otro participante o persona alguna en mi lugar.
15. Al suscribir la inscripción en la carrera por cualquier medio, on line o presencial, acepto suscribir la presente declaración de descargo de responsabilidad.

Ajo, 15 de Enero de 2020