

# REGLAMENTO DE III EDICIÓN X LEGUAS SERRANAS 2023

## I - Descripción de la Prueba

El Club de Senderismo Peñas Blancas es el organizador de la III edición de las X Leguas Serranas junto con El Excmo. Ayuntamiento de La Zarza.

La distancia por recorrer será de X Leguas Serranas, igual a 50 kilómetros y 1.500 m de desnivel positivo aproximadamente.

La hora de salida de las X Leguas Serranas, será a las 08:00 horas del sábado día **21 de octubre de 2023**, desde “Centro de Ocio El Molino” calle El pilar de la localidad de La Zarza (Badajoz).

La prueba es de resistencia y únicamente podrá hacerse corriendo o andando como medio de progresión, estando prohibido cualquier tipo de ayuda externa o implemento que no sean los propios físicos y los bastones de senderismo.

Las X Leguas se realizará en un tiempo máximo de 13 horas, en una sola etapa y en régimen de semi-autosuficiencia. Para esto, el participante debe tener la capacidad de organizar con su propia autonomía la supervivencia entre los diferentes avituallamientos; tanto desde el punto de vista alimentario, de vestuario o de su seguridad, permitiendo la resolución, sin ayuda, de los posibles problemas previsibles que puedan sobrevenir.

El carácter “non stop” (sin escalas) de la prueba exige que los participantes estén lo suficientemente entrenados para realizar actividad física ininterrumpida a lo largo de varias horas y recuperarse sin problemas

para continuar la prueba.

El itinerario para recorrer será debidamente publicitado en la página oficial de Facebook <https://www.facebook.com/senderismo.penasblancas> con anterioridad suficiente al inicio de esta.

Las plazas ofertadas serán de 350 en total.

## II- Comportamiento General de los Participantes

Las Leguas Serranas se celebran con respeto absoluto hacia el medio ambiente. En este sentido será descalificado todo participante que incumpla la Ley 9/2006, de 23 de diciembre, por la que se modifica la Ley 8/1998, de 26 de junio, de conservación de la naturaleza y de espacios naturales de Extremadura (se establecen medidas para contribuir a garantizar la biodiversidad mediante la conservación de los hábitats naturales de la fauna y flora silvestres, abre el paso a la puesta en marcha de la red ecológica denominada “Natura 2000” y crea, al mismo tiempo, una serie de obligaciones en materia de espacios naturales protegidos para las administraciones competentes, entre las que se encuentran las Comunidades Autónomas y viene a cubrir los actuales vacíos legales en materia de conservación de los espacios naturales que existen en la Comunidad Autónoma de Extremadura).

La Organización no cortará en ningún momento la circulación y los participantes respetarán las normas viales en poblaciones, carreteras y caminos de uso y dominio público.

Todo participante tiene el deber de prestar socorro a otro que se encuentre en peligro o accidentado, estando obligado a comunicarlo de forma inmediata a la Organización (**Teléfono: 663798312**); o al punto de control o de avituallamiento más cercano.

Es obligatorio que cada participante porte consigo cualquier residuo que genere: envases, papeles, residuos orgánicos, etc. hasta los lugares señalados y habilitados por la Organización.

Los participantes deberán comportarse deportivamente en todo momento y mostrarse respetuosos con los demás atletas, colaboradores y miembros de la Organización.

Todo participante deberá transitar obligatoriamente por el recorrido marcado y balizado por la Organización.

Deberán ser cuidadosos con las instalaciones habilitadas, debiendo mantenerlas en el perfecto orden de conservación en el que las encontraron.

No se obstaculizará a otros participantes, ni impedirán ser adelantados, dejando paso a los participantes que vayan a ritmos superiores.

Será obligatorio respetar los cultivos, el ganado y la propiedad privada en general. Los participantes serán responsables de los daños ocasionados como consecuencia de este tipo de comportamientos.

### III- Normas de Inscripción

Los participantes tendrán como mínimo 18 años cumplidos a fecha anterior a la de inicio de la prueba.

Las inscripciones podrán realizarse directamente en la plataforma de inscripciones, que comunicaremos oportunamente en la página oficial de Facebook <https://www.facebook.com/senderismo.penasblancas>, así como en la página web <https://senderismopenasblancas.wordpress.com/>.

Se podrá realizar el cambio/venta de dorsal o participante (inscritos), exclusivamente por lesión, enfermedad o problema familiar grave. Se podrán tramitar, hasta el día 21 de septiembre de 2023, ambos inclusive. El participante, tendrá que solicitarlo por escrito al email: [Xleguasserranas@gmail.com](mailto:Xleguasserranas@gmail.com) en el que indicará su correo

electrónico, que será coincidente con el que indico en la inscripción. Al mismo la Organización le enviará confirmación, y adjuntará un "código de cambio de participante", que su sustituto (persona receptora de la inscripción) tendrá que indicar en el momento de realizar la nueva inscripción.

Toda vez que el costo de cesión de dorsal, entre el inscrito y el nuevo adquirente, es totalmente ajeno a la Organización; actuando exclusivamente como mediadores.

Al realizar la inscripción, el sustituto cumplimentará la misma en todos sus extremos excepto en la talla de la camiseta, que recogerá la talla "primitiva" ya que a esas fechas estarán confeccionadas y sin posibilidad de cambio, aunque si hubiera alguna existencia de la talla solicitada, lo trataremos de solucionar.

#### IV-Recogida de Dorsales

La recogida de dorsales se efectuará previamente a la prueba, en los días y locales que comunicaremos con la antelación suficiente en la página oficial de Facebook <https://www.facebook.com/senderismo.penasblancas>, así como en la página web <https://senderismopenasblancas.wordpress.com/>.

Al retirar el dorsal se deberá presentar el D.N.I. del participante. No se admitirán fotocopias, salvo en casos de autorización a terceros. En este caso, podrá imprimir la autorización oficial, que encontrarán en la página <https://www.facebook.com/senderismo.penasblancas>, así como en la página web <https://senderismopenasblancas.wordpress.com/>.

Los participantes deberán conservar, en todo momento, el dorsal facilitado por la Organización. Es obligatorio colocar del dorsal en sitio visible en el pecho o el vientre, así como cualquier otro elemento de identificación que la Organización disponga (chip, etc...). Los dorsales no podrán ser doblados, tapados, ni modificados. En caso de incumplimiento se procederá a la retirada de estos y a la descalificación

Para cualquier duda sobre la recogida de dorsales; contactar con el email: [Xleguasserranas@gmail.com](mailto:Xleguasserranas@gmail.com), así como en la página web <https://senderismopenasblancas.wordpress.com/>.

## V- Trofeos

Al participante que finalice el recorrido completo, y haya pasado por todos los puntos de control (chip en dorsal y manta) y no haya sido descalificado por la Organización, se le entregará un trofeo, símbolo de la prueba.

La ausencia en el lugar oficial de la entrega de premios, salvo causa justificada, se entenderá como renuncia a los trofeos o recompensas conseguidas.

## VI- Semi-autosuficiencia: Control de Paso y Avituallamientos

Solamente habrá avituallamiento oficial (sólido y líquido) en los puntos asignados para ello por la Organización, que serán comunicados, en la página oficial <https://www.facebook.com/senderismo.penasblancas>, así como en la página web <https://senderismopenasblancas.wordpress.com/>.

En esta edición Las X leguas Serranas contará en principio con 7 avituallamientos, de tal forma, que esté garantizada la hidratación y alimentación adecuada de todos los participantes.

Los participantes deberán disponer de la suficiente autonomía, en cantidad de líquidos y alimentos necesarios, para llegar desde la salida al siguiente punto de control de avituallamiento, y así sucesivamente.

En los avituallamientos y por respeto al entorno y Medio Ambiente, será obligatorio que los corredores porten un vaso para líquidos, y depositen los restos de basura generada en las zonas habilitadas a tal fin y en el interior de los contenedores, no permitiéndose sacar botellas, ni envases desechables de ningún tipo, fuera de la zona habilitada. Y si por causas excepcionales no

fuera esto posible, portarán los desechos hasta el siguiente punto de contenedores.

Existirán controles de paso, señalados adecuadamente. La contabilización del paso del corredor será de forma automática cuando mediante el chip colocado en el dorsal. Mediante estos registros la Organización conocerá la situación y los tiempos de cada participante. Si algún participante llega a meta, sin haber pasado por todos y cada uno de los controles, será descalificado, no recibiendo, por tanto, el trofeo.

## VII- Material Obligatorio

El principio de auto-suficiencia supone a cada participante la obligación de llevar el siguiente material propio:

### X Leguas Serranas

- Mochila (o riñonera) para transportar el material exigido.
- Zapatillas o botas de montaña, con suela con buen agarre.
- Teléfono móvil con batería cargada y el número de la Organización: **663798312**, grabado.
- Frontal o Linterna, con pilas o batería de repuesto.
- Luz trasera de color rojo, colocada en la parte posterior del participante y encendida durante la noche.
- Vaso para avituallamientos líquidos.
- Silbato.
- Contenedor para reserva de agua, mínimo de 1 litro.
- Chaqueta cortavientos impermeable con capucha y manga larga.
- Gorro o similar y guantes (para protegerse del frío) y gorra, visera o bandana (para protegerse del sol).

### Recomendable:

- Crema solar.
- Bálsamo Labial.
- Venda elástica adhesiva para vendaje funcional de 80x3 cm., mínimo.

- Calcetines de reserva.
- G.P.S.
- Bastones de trekking (si se deciden usar, se estará obligado a llevarlos durante toda la prueba), excepto durante el recorrido urbano en el inicio de la prueba en La Zarza, por motivos de seguridad.
- Manta térmica
- Mallas largas o pantalones.

## VIII- Descalificaciones

Los organizadores de la carrera, a lo largo del recorrido, o los responsables de cada puesto de control y avituallamiento, tienen el poder de hacer respetar el reglamento, pudiendo aplicar a los participantes la descalificación por el incumplimiento de alguno/os de los siguientes motivos:

- Los participantes que muestren actitudes violentas o xenófobas con otros participantes, organizadores y colaboradores.
- Los participantes que arrojen desperdicios durante el recorrido.
- Demandar ayuda sin necesidad.
- No respetar el recorrido marcado para atajarlo o salirse de él.
- No atender las indicaciones de los colaboradores de la Organización, director de carrera, así como agentes de la autoridad, etc.
- No disponer de algún elemento del equipamiento obligatorio.
- El acompañamiento o la presencia de ayuda al participante, por parte de otra persona que no esté inscrita en la prueba.
- No pasar control del material obligatorio a exigencia de la Organización.
- No llevar puesto el dorsal; recortarlo o no llevarlo visible en la parte delantera.
- Saltarse un control obligatorio de paso.
- Cambio de dorsal o chip.
- Recibir ayuda (excepto auxilio) o avituallamiento fuera de las zonas especificadas para ello.

- Si te decides a usar bastones, el abandono o entrega de éstos.
- No prestar asistencia a una persona en dificultad (herida, gran agotamiento, hipotermia...)

## IX-Abandonos

La Organización puede parar momentáneamente a un corredor u obligarlo a abandonar la prueba si considera que su estado pone en peligro su integridad física o su seguridad.

Salvo en caso de accidente o lesión grave, los abandonos deberán realizarse en los puntos de control marcados, avisando al responsable, que invalidará y retirará definitivamente su dorsal. Si por dichas causas (accidente o lesión) el participante quedara inmovilizado y no pudiera llegar hasta el punto asignado para este fin, deberá contactar telefónicamente con el número de la Organización, **663798312**. Igualmente, otros participantes cercanos a un compañero que se encuentre en dificultades estarán obligados a socorrerle si fuera necesario y notificarlo a la Organización.

El participante asumirá toda responsabilidad desde el momento en que abandone voluntariamente la prueba o queda descalificado.

La Organización facilitará la evacuación a la zona de meta, de los participantes que hayan decidido abandonar, en avituallamientos, o en el momento del cierre del control en el que éstos se encuentren.

## X- Reclamaciones

Las reclamaciones se realizarán por escrito y se dirigirán a:

- Club de Senderismo Peñas Blancas, C/ Mérida, 9, (06830) La Zarza.
- Email: [Xleguasserranas@gmail.com](mailto:Xleguasserranas@gmail.com)

Debiendo cumplimentar un tipo de formato mínimo donde constará:

- Nombre y apellidos de la persona que la realiza.
- D.N.I.
- Nombre exacto con el que realizó la inscripción.



- Número de dorsal y breve narración de los hechos que se alegan.

## XI- Suspensión de la Prueba

Por causas de fuerza mayor, y en caso de suspensión de la prueba, la Organización no realizará ningún reembolso del importe de las inscripciones.

En caso de anulación, por razones de seguridad o en caso de interrupción de la carrera después de la salida, no se contempla ningún reembolso.

Si la prueba se debiera interrumpir y suspender 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.

Será el Director de Carrera quien pueda neutralizar o detener la misma en estos casos.

## Alternativas a la posible suspensión de la prueba.

En caso de climatología adversa, o cualquier Institución competente, prohibiese o desaconsejase la celebración de la prueba en las fechas indicadas, se producirá un aplazamiento. En este supuesto, el Comité Organizador ofrecería opciones que se comunicarán detalladamente en tiempo y forma.

Toda la información se recogerá en la página oficial de Facebook <https://www.facebook.com/senderismo.penasblancas>, así como en la página web <https://senderismopenasblancas.wordpress.com/>.

## XII- Derechos de Imagen y Publicidad

La inscripción implica obligatoriamente que el participante autoriza a la Organización de las Leguas Serranas de La Zarza, a la realización de

fotografías y filmación de su participación en las mismas y le da su consentimiento para su difusión, explotación comercial y publicitaria de todas las imágenes tomadas durante la carrera, en las que resulte claramente identificable, sin derecho por parte del participante, a recibir compensación económica alguna. Pudiendo ser cedidas a Patrocinadores / Colaboradores, que las podrán utilizar para hacer comunicaciones relacionadas con la prueba.

La Organización de las Leguas Serranas de La Zarza, se reserva en exclusividad el derecho de imagen sobre las mismas, así como la explotación audiovisual, fotográfica y periodística de la carrera. Cualquier proyecto mediático o publicitario, incluyendo acuerdos privados de los deportistas, deberá contar previamente con el consentimiento expreso y por escrito de la Organización, para lo que debe ser notificado con anterioridad a la realización de la Carrera.

### XIII- Protección de Datos

<b>POLÍTICA DE PRIVACIDAD Y PROTECCIÓN DE DATOS</b>	
<b>CLÁUSULA INFORMATIVA PARA PARTICIPANTES</b>	
<b>Información básica sobre Protección de datos</b>	
<b>Responsable:</b>	ASOCIACION CLUB DE SENDERISMO PEÑAS BLANCAS
<b>Finalidad:</b>	Gestionar los datos de los participantes a la prueba y enviar información e invitaciones a nuevos eventos.
<b>Legitimación:</b>	Consentimiento del interesado.
<b>Destinatarios:</b>	Están previstas cesiones de datos a: Entidades colaboradoras en la Organización del evento; patrocinadores, usuarios de nuestra web, redes sociales, compañías, aseguradores, otros medios de comunicación de nuestra Asociación.
<b>Derechos:</b>	Tiene derecho a acceder, rectificar y suprimir los datos, así como otros derechos, indicados en la información adicional, que puede ejercer enviando un correo electrónico: <a href="mailto:Xleguasserranas@gmail.com">Xleguasserranas@gmail.com</a>

<b>Procedencia:</b>	Del propio interesado o su representante legal
<b>Información adicional:</b>	

## XIV-Seguro

La Organización contratará un seguro de Responsabilidad Civil, así como otro de Accidentes para los participantes inscritos en la prueba, excluyéndose los casos producidos por desplazamiento a/o desde el lugar en que se desarrolla la prueba, así como aquéllos derivados de un padecimiento latente, imprudencia, inobservancia de las leyes, etc.

El Comité Organizador solicitará a todos los participantes, tanto por correo electrónico como a través de las redes sociales, la obligatoriedad de estar federado/asegurado. En el caso de no estar asegurado será obligatorio que lo realice o que abone el importe demandado. Siempre daremos como cierto el parecer que nos indique el participante no haciéndonos responsable en el caso de falsedad u omisión de datos.

## XV- Disposiciones Adicionales

Todo participante, por el hecho de inscribirse, acepta las condiciones establecidas en el presente Reglamento, publicado por la Organización en: <https://www.facebook.com/senderismo.penasblancas>, así como en la página web <https://senderismopenasblancas.wordpress.com/>.

Cualquier circunstancia no prevista en este Reglamento será resuelta por la Dirección de Carrera, basándose en los Reglamentos de carreras por montaña de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME) y de la Federación de Montaña de Extremadura.

El presente Reglamento puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la Organización, así como cualquier dato, norma o apartado para una óptima realización de la prueba.

Todos los atletas inscritos en las Leguas Serranas entienden que participan voluntariamente y bajo su propia responsabilidad en la prueba, por consiguiente, exoneran, renuncian, eximen y convienen en no denunciar a la entidad organizadora, colaboradores, patrocinadores y otros participantes, de toda responsabilidad dimanante para con los participantes y herederos.

En ningún caso la Organización se hará responsable de los accidentes que se deriven de un padecimiento o tara latente, imprudencia, negligencia, inobservancia de las normas y del Reglamento, así como los producidos en los desplazamientos al y desde el lugar en que se desarrolla la prueba.

La Zarza a 14 de abril de 2.023

Vº. Bº. del Comité Organizador  
III Edición X Leguas Serranas  
La Zarza (Badajoz)