

REGLAMENTO VII CARRERA DE MONTAÑA DE ZAFRA

DOMINGO 14 DE ENERO DE 2024 REGLAMENTO VII CARRERA DE MONTAÑA DE ZAFRA RAMIREZ HEALTH CLUB.

1. FECHA Y LUGAR:

14 de Enero de 2024 a las 10:00h desde la Plaza Grande de Zafra.

2. RECORRIDO: La prueba transcurre por el entorno natural de la Sierra del Castellar y entorno del embalse de la albuerá.

El recorrido de la prueba larga será de 24km con 1200+ siendo el recorrido de la prueba corta de 14km con 600+.

También contará una ruta senderista del mismo recorrido que la prueba corta.

PUNTUABLE: No puntuable para ninguna liga.

3. PARTICIPACIÓN: Pueden tomar parte en las pruebas todas las personas desde categoría jóvenes a Súper-veteranos.

CATEGORÍAS: Las categorías de la prueba incluyen dos clasificaciones, Masculina y Femenina:

CATEGORÍAS MASCULINA:

- Jóvenes Masculino: De 18 a 23
- Senior Masculino A: 24 a 34
- Senior Masculino B: 35 a 40
- Veterano Masculino: 41a 50

-Súperveteranos: +50

CATEGORÍAS FEMENINA:

- Jóvenes Femenino: De 18 a 23
 - Senior Femenino A: 24 a 34
 - Senior Femenino B: 35 a 40
 - Veterano Femenino: 41a 50
- Súperveteranas: +50

Las categorías con menos de 4 participantes serán integradas en la inmediatamente superior.

Los tres primeros de cada categoría obtendrán su correspondiente trofeo.
A todos los corredores se les obsequiará con bolsa de corredor al finalizar la prueba.

Se introduce la categoría INCLUSIVA que se deberá indicar en el formulario de inscripción.

La entrega de trofeos se realizará a las 14:00 y el orden de entrega será el siguiente:

CARRERA LARGA:

- Ganadores absolutos Masculinos
- Ganadoras absolutas Femeninas

- Ganadores locales Masculinos y Femeninas

- Ganadores Junior Masculinos
- Ganadoras Junior Femeninas

- Ganadores Senior Masculinos A y B
- Ganadoras Senior Femeninas A y B

- Ganadores Veteranos Masculinos
- Ganadoras Veteranas Femeninas

- Ganadores categoría INCLUSIVA

- Ganadores Superveteranos masculinos
- Ganadoras Superveteranos Femeninas

CARRERA CORTA:

- Ganadores absolutos Masculinos
- Ganadoras absolutas Femeninas

- Ganadores Junior Masculinos
- Ganadoras Junior Femeninas

- Ganadores Senior Masculinos
- Ganadoras Senior Femeninas

- Ganadores Veteranos Masculinos
- Ganadoras Veteranas Femeninas

- Ganadores categoría INCLUSIVA

4. INSCRIPCIONES:

Se realizarán a través del formulario de la página hasta un máximo de 300 participantes. Las inscripciones se podrán realizar hasta tres días antes de la prueba a través de <https://www.chipserena.es/>, una vez realizada la inscripción deberá mandar el resguardo del pago para confirmar la misma si fuese necesario.

Los precios iniciales de las inscripciones son:

- Ruta Senderista: 5 €.
- Trail Corto: 15 €.
- Trail Largo: 20 €.

*Subiendo los precios de las mismas el día 1 de Enero y posteriormente 8 de Enero *

La cuota incluye:

- Seguro de accidentes.
- Asistencia en carrera.
- Evacuaciones en caso de accidente.
- Avituallamientos en carrera.
- Avituallamiento final.
- Bolsa para el corredor.
- Premios (ganadores).
- Ropero.
- Aseos.
- Duchas.
- Fotografías en carrera.
- Cronometraje oficial

5. REGOGIDA DE DORSALES:

Para participar en la prueba es necesario realizar una inscripción que quedará cerrada cuando lo determine la organización (11 de Enero de 2024 a las 24:00 horas).

Para la recogida de los dorsales, los participantes deberán presentar los siguientes documentos: - DOI (Documento Oficial de Identidad = pasaporte, DNI, carné de conducir...), o documento equivalente para extranjeros.

Edad mínima 16 años (con autorización)

La Organización podrá impedir la participación de los deportistas que no cumplan estos requisitos.

6. SEÑALIZACIÓN:

El recorrido estará debidamente señalizado con cinta de balizamiento bien visibles y con referencias kilométricas. Estarán indicadas las zonas de peligro y zonas técnicas donde los participantes deberán extremar las precauciones.

También se indican los avituallamientos y finales de avituallamiento, donde los corredores deberán dejar todos los residuos, siendo motivo de descalificación aquellos que tiren restos una vez pasados estos puntos.

Las zonas para la evacuación estarán también señalizadas, indicando la dirección hacia dónde deben dirigirse con el herido.

7. AVITUALLAMIENTOS:

Se establecen 5 Puntos de Avituallamiento (PA) tanto líquidos como Líquidos y Sólidos en determinados puntos según estime la organización. Los puntos de Avituallamiento estarán colocados en los siguientes

- PK: 1. AVITUALLAMIENTO LÍQUIDO km 5,5
- 2. AVITUALLAMIENTO LÍQUIDO-SÓLIDO km 10
- 3. AVITUALLAMIENTO LÍQUIDO-SOLIDO km 15
- 4. AVITUALLAMIENTO LÍQUIDO-SÓLIDO km 19
- 5. AVITUALLAMIENTO km 24 (FINAL)

*Los puntos kilométricos de los avituallamientos pueden variar en función de lo que estime la organización. Estos cambios se comunicarán con tiempo a los inscritos en la prueba. *

8. TIEMPOS DE PASO Y PUNTOS DE CONTROL:

Se colocarán puntos de control en los lugares que nos aseguren verificar que todos los corredores y corredoras realizan el circuito completo, por lo que se establecerán puntos estratégicos y de obligado paso.

Alguno de los Puntos de Control (PC) pueden coincidir con los Puntos de Avituallamiento (PAC).

Así mismo se establecen unos límites de paso en cada punto de control:

- Todos los corredores que pasen por el primer punto de control 1(Kilometro 5) después de 60 minutos desde el inicio de la carrera, serán descalificados y retirados de la carrera, debiendo entregar el dorsal a la organización.

- Todos los corredores que pasen por el segundo punto de control 2(Kilometro 10) después de 120 minutos desde el inicio de la carrera, serán descalificados y retirados de la carrera, debiendo entregar el dorsal a la organización.

- Todos los corredores que pasen por el tercer punto de control 3 (Kilometro 18) después de 180 minutos desde el inicio de la carrera, serán descalificados y retirados de la carrera, debiendo entregar el dorsal a la organización.

- El cierre de meta se realizará a los 240 minutos de la salida.

En caso de retirada, aquellos corredores que tomen dicha decisión deberán hacerlo en los puntos de Avituallamiento, entregando el dorsal al personal de la organización.

En cualquier caso, los responsables de la organización tendrán la potestad para retirar de la prueba a los corredores que no cumplan con las expectativas de los tiempos establecidos para los controles de cronometraje,

así como a cualquiera que haya infringido este reglamento, no haya completado el recorrido marcado, no lleve el dorsal reglamentario de forma bien visible, desatienda las indicaciones de los organizadores o mantenga una actitud poco deportiva hacia los demás corredores.

A estos efectos, la organización tiene prevista la participación de corredores escobas que actuarán como cierre de carrera. Todos aquellos participantes que se vean afectados por una decisión de descalificación deberán hacer entrega del dorsal en el puesto de control más cercano y abandonar la prueba atendiendo a las indicaciones de los miembros de la organización.

9. ABANDONOS:

Todos aquellos atletas que deseen retirarse de la competición podrán hacerlo en cualquiera de los puntos de avituallamiento entregando el dorsal y comunicándoselo al personal de control situado en ese lugar.

Desde entonces será responsabilidad del corredor el regreso a la línea de salida/meta. En caso de urgencia o lesión el corredor será evacuado desde cualquiera de los puntos

de avituallamiento a la ambulancia más cercana. Será obligatorio ayudar a los corredores lesionados a desplazarse al punto de avituallamiento.

La prestación de ayuda es obligatoria para todos los participantes siendo la ausencia de la misma causa de descalificación.

El corredor o corredora que decida retirarse, DEBERÁ PRESENTARSE obligatoriamente en la mesa de control e informar sobre su retirada, o comunicarlo a los controles, avituallamientos o personal de la organización.

10. COMPORTAMIENTO GENERAL DE LOS CORREDORES:

Todo corredor solicitado tiene que prestar socorro a otro participante que esté en peligro o accidentado, estando obligado a comunicarlo al control más cercano inmediatamente.

La privación de auxilio será penalizada con la descalificación inmediata. Es obligación de cada competidor llevar sus desperdicios, hasta la llegada a los lugares señalados por la organización.

El corredor que no los deposite o los tire en una zona no preparada, será descalificado. Todo corredor deberá realizar el recorrido marcado por la organización, no respetarlo o no pasar por alguno de los controles establecidos, será causa de penalización o descalificación.

Los participantes, durante el recorrido, deberán seguir en todo momento las instrucciones de los miembros de los controles.

Los participantes deberán someterse a los controles del dopaje que se les solicite.

Los competidores deben comportarse deportivamente en todo momento y mostrarse respetuosos con los demás deportistas, jueces, supervisores, controles y miembros de la organización (incluyendo voluntarios de la prueba).

Toda persona que este en la organización podrá descalificar a un corredor si ve incumplimiento del reglamento, ya sea director, juez o voluntarios de la carrera.

Está PROHIBIDO tirar envoltorios, geles, recipientes o cualquier tipo de desecho a lo largo del recorrido EXCEPTO en los lugares destinados a ellos, que estarán debidamente anunciados en los AVITUALLAMIENTOS.

El incumplimiento de este aspecto llevará una sanción desde 3 minutos a descalificación.

PENALIZACIÓN O DESCALIFICACIÓN DE UN CORREDOR:

Se producirá la penalización o descalificación de un corredor cuando incurra en cualquiera de los puntos indicados a continuación:

1. No respetar el itinerario balizado o señalización de recorrido para atajar producirá una penalización de 1' a descalificación
2. Recibir ayuda o avituallamiento fuera de las zonas permitidas (excepto auxilio) de cualquier persona sea competidor o no producirá una penalización de 3 minutos a descalificación.
3. Rehusar a llevar puesto el dorsal o recortarlo producirá la descalificación
4. Rehusar, quitar o cambiar las marcas del material puestas por la organización producirá la descalificación.
5. Reincidir dos veces el mismo corredor en una salida falsa producirá la descalificación.
6. Tirar desperdicios durante el recorrido producirá una penalización de 3 minutos a descalificación.
7. Sustituir algún material obligado por la organización producirá la descalificación.
8. Impedir ser adelantado u obstaculizar voluntariamente a otro corredor producirá una penalización de 3 minutos a descalificación.
9. No llevar el material requerido por la organización en cada control producirá una penalización de 3 minutos a descalificación
10. No hacer caso a las indicaciones de la organización y árbitros producirá una penalización de 3 minutos a descalificación.

Descalificación con posible sanción: Incurrir en lo siguiente supondrá la descalificación inmediata del corredor y podría suponer una sanción disciplinaria para el competidor:

- No participar, sin causa justificada, en la ceremonia oficial de entrega de premios.
- Provocar un incidente deportivo (agresión o insulto) a un competidor, miembro de la organización, del equipo arbitral o espectador.
- Provocar un accidente de forma voluntaria.
- Dar positivo en el control de dopaje

PREMIOS: Al finalizar la prueba se llevarán a cabo la entrega de premios de la VII Trail Ciudad De Zafra Ramirez Health Club.

En el caso de la Categoría Inclusiva sólo se entregará premio a los Campeones. Todos los participantes tendrán de regalo una bolsa del corredor que contendrá:

- 1• Avituallamiento líquido y sólido
- 2• Camiseta.
- 3• Algún otro obsequio por parte de la organización.
- 4• Información turística de la Ciudad de Zafra Asimismo, para los senderistas también tendrán una bolsa con bocadillo, zumo o fruta.

11. PLANIFICACIÓN DE LA PRUEBA :

- 8:00 h Entrega de Dorsales (Plaza Grande de Zafra).
(Timing) 8.45 h en la Plaza Grande de Zafra.
09.00 h Salida de Ruta Senderista.
9.45 h Cierre de entrega de dorsales (no se entregarán más fuera de este horario)

9.55 h Control de dorsales obligatorio junto al arco de meta 10.00 h Salida Prueba Larga desde Plaza Grande de Zafra.

10:00 h Salida Prueba Larga desde Plaza Grande de Zafra.

10:20 h Control de dorsales obligatorio junto al arco de meta 10.00 h Salida Prueba Corta desde Plaza Grande de Zafra.

10:30 h Salida Prueba Corta desde Plaza Grande de Zafra.

14.00 h Cierre de Meta.

14.00 h Entrega de premios en la Plaza Grande de Zafra.

14.30 h Comida.

13. SERVICIOS A LOS PARTICIPANTES:

Además de la contratación de los seguros de Responsabilidad Civil y Accidentes, la organización dispondrá de los siguientes servicios:

1• Asistencia Sanitaria: La organización contará con una ambulancia y médico en la meta la cual podría desplazarse fácilmente a los siguientes puntos:

1. Camino del Castellar (camino colorado)
2. Camino de la presa albuera de Zafra
3. Caminos finca de LORENZO.
4. Camino del colorao.

2• Guardarropa: La organización dispondrá de un guardarropa para las categorías de la prueba reina situado en la salida. Los corredores deberán marcar con una pegatina o cinta, el dorsal en sus mochilas/bolsas.

3• Duchas: Campo ciudad deportiva de Zafra.

12. MEDIO AMBIENTE:

La carrera se desarrolla en su parte por parajes naturales de belleza excepcional, por lo que será obligación de todos preservar el entorno estando terminantemente prohibido arrojar desperdicios fuera de las áreas de control. A tal efecto se colocarán contenedores de basura hasta una distancia máxima de 100 metros desde el puesto de control. Podrá ser motivo de descalificación el incumplimiento de esta norma por parte de los corredores.

13. SEGURIDAD:

La organización se reserva el derecho de desviar la carrera por un recorrido alternativo y realizar las modificaciones necesarias que considere en función de los diferentes condicionantes, así como la 10 suspensión de la prueba si las condiciones

meteorológicas lo obligan o por fuerza mayor. Siempre previo acuerdo del Comité de Carrera.

AUXILIO EN ACCIDENTES:

Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados que necesiten ayuda, así como a informar de cualquier percance en los controles de paso.

RESPONSABILIDAD: La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente por negligencia, así como de los objetos de cada participante. Los participantes serán responsables de todo perjuicio que puedan causarse a sí mismos y a terceros. Es obligatorio el uso de calzado adecuado de Trail y recomendable el uso de calcetines/medias altas para evitar posibles arañosos con algunas plantas.

En función de la climatología, se comunicará más material obligatorio. Recordamos que es un recorrido de montaña con tramos de trochas en los que existe mucha vegetación, sobre todo de Jara en ocasiones seca que araña bastante. Existen zonas muy técnicas perfectamente señalizadas en los que el calzado adecuado ayuda a evitar accidentes, y máxime si la superficie está húmeda. En el tablón de anuncios en la carrera y en el Blog se colgará un plano con los puntos de asistencia y vías de escape en caso de accidente, lesión o abandono.

14. ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO:

Todos los participantes por el hecho de formar parte en esta prueba aceptan el presente reglamento y ser responsables de sus actos en carrera.