



## Ayuntamiento de Arroyomolinos



### REGLAMENTO IX CARRERA POR MONTAÑA ARROYO DE LOS MOLINOS

Décima edición gracias a FEXME que incluye en su calendario la carrera Arroyo de los molinos, con salida y meta en la misma plaza de Arroyomolinos, este año estará dentro del calendario COPA, ocupando la segunda competición copa. La primera competición tendrá lugar en enero y la tercera en abril en el valle de Matamoros. Además de formar parte del calendario euroace Sport de la Dirección General de Deportes. El ayuntamiento de Arroyomolinos es la entidad organizadora y principal patrocinador, contando con el apoyo del programa de dinamización deportiva municipal de la mancomunidad Sierra de Montánchez.

DIRECTOR DE LA PRUEBA: MARÍA ISABEL MUÑOZ PRIETO

RESPONSABLE DE SEGURIDAD VIAL: GILBERTO GONZÁLEZ MENA

La actividad consiste en completar un recorrido a pie en el menor tiempo posible.

En continuo contacto con la naturaleza. Será imprescindible llegar a meta sin ser descalificado, para ello se debe de cumplir las normas básicas, especial cuidado en portar el material obligatorio y pasar por los puntos de control marcados.

Hay que tener muy en cuenta que los itinerarios no toca en ningún momento la carretera, si calles de salida y entrada de la población. Además de que serán circulares con salida y meta desde la misma plaza de Arroyomolinos (Cáceres)



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

---

Con el fin de disfrutar una jornada deportiva en familia, seguimos apuntando en ofertar diferentes posibilidades:

- ✓ **Carrera larga, de media montaña: 26 kilómetros**, con un desnivel positivo de 1359. (mayores de edad)
- ✓ **Carrea de Promoción, de baja montaña: 12 kmts** y 626 mts de desnivel para mayores de edad (mayores de edad)
- ✓ **Carrera de menores de edad:**
  - **Infantiles, 5 kmts** con 207 + (nacidos/as en los años 11/12). Que cumplan en 2025: 13 o 14 años.
  - **Cadetes**, (nacidos/as en los años 2009/2010). Que cumplan 15 años en el 2025. Y **Juveniles** (nacidos/as en los años 2007/2008). Que cumplan 17 años en el 2025. Ambas categorías recorrerán **9 kmts** con 487+.
- ✓ No podemos dejar de organizar la **Ruta de senderismo**, presente en este día desde la primera edición. Disfrutando de 8 kilómetros, una alternativa de entretenimiento a los acompañantes, con posibilidad de animar a los corredores a lo largo del itinerario. Al final de la jornada se podrá visitar el molino harinero en funcionamiento siempre y cuando la charca cuente con el agua suficiente.

Continuamos buscando los objetivos de la primera edición, siempre intentando mejorar:

- Consolidar una actividad deportiva que fomente hábitos saludables y el ejercicio físico.
- Reunir en competición a los mejores corredores y corredoras por montaña y equipos de las Federaciones Autonómicas y Clubes de Montaña.
- Continuar mostrando nuestra comarca como recurso natural.
- Fomentar el turismo y los recursos naturales de la zona.
- Unir actividad física, entrenamiento, competición con disfrute y recreo.
- Potenciar la práctica deportiva y estilos de vida saludables.
- Difundir la oferta de turismo activo de naturaleza a través del Circuito de Carreras por Montaña de la DGD y Fexme.
- Mejorar el nivel deportivo de los y las corredores de montaña y ayudar a la evolución de esta especialidad deportiva.

Los participantes podrán disfrutar no solo de la actividad deportiva, sino además de recorrer parajes maravillosos de la Comarca, una Sierra con un gran valor paisajístico y ecológico, veredas, caminos encauzados de pequeñas piedras de granito, zona de huertos, cultivos, olivares, viñas, higuerales, monte bajo y alto, robles, castaño, patrimonio pasando por el castillo de Montánchez (solo track de copa) , antiguos molinos a lo largo del curso del propio río de los molinos que da nombre a la población,... una gran variedad paisajística que convierte este paraje como un verdadero paraíso natural rodeado de una riqueza tanto de fauna, como de flora como de arquitectura.

### REGLAMENTO

---

#### Ayuntamiento de Arroyomolinos

Plaza Constitución, 1, Arroyomolinos. 10161 (Cáceres). Tfno. 927385002. Fax: 927385188



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

### 2.- FECHA Y LUGAR:

El domingo: 11 de mayo Arroyomolinos a las 8:30h. La mañana acogerá las diferentes pruebas, todas en una misma mañana y dentro de un mismo espacio. Para una mayor seguridad se ha tenido en cuenta diferentes horas de salida de unas pruebas a otras y con tiempo suficiente para mayor organización en el control de corredores y separación de corredores, control de paso y apoyo por avituallamientos.

### 3.- PARTICIPANTES:

Está organizada para un máximo de 350 corredores.

Los participantes de las carreras de 26 y 12 kilómetros, deberán ser mayores de edad, con fecha 31-12-2025

Los participantes podrán estar informados a través del blog oficial de la carrera [Www.cxmarroyodelosmolinos.com](http://Www.cxmarroyodelosmolinos.com) Toda la información se irá pasando a través del intagram [https://www.instagram.com/cxmarroyo\\_de\\_los\\_molinos/](https://www.instagram.com/cxmarroyo_de_los_molinos/), página de faceboook: <https://www.facebook.com/cxmarroyodelosmolinos/> ó canal whatsapp: <https://whatsapp.com/channel/0029VazeOxNCBtxAfmqUOZ0G>

### 4.- INSCRIPCIONES:

**INSCRIPCIONES:** <https://www.chipserena.es/>

**Solo se admitirá el pago con tarjeta.**

Para entrar en la categoría mancomunada, será imprescindible que en el momento de la inscripción, se marque la casilla categoría mancomunada. Ante la duda de si un deportista es de la localidad se exigirá el dni.

Inscripciones y sus plazos en carácter general serán los siguientes:

- Primer plazo: Hasta el **jueves anterior 1-05-2025** a las 23.59h,
- Segundo plazo: **Todas las pruebas**, hasta el miércoles, 7 de mayo, a las 14:00h de la misma semana de la prueba con un incremento de 5 Euros en todas las cuotas.

Los/las deportistas federados/as podrán inscribirse hasta 1 hora antes de la prueba en secretaría, abonando la **cuota ordinaria del primer plazo más un incremento de 10 €** el mismo día de la prueba al Juez principal, siempre y cuando no se hayan agotado las plazas en el segundo plazo.

A la recepción del pago de la cuota inscripción se le enviará un email confirmando su inscripción.

<u>COPA 26k</u>		<u>PROMOCIÓN 12k</u>		<u>MENORES DE EDAD</u> <u>Infantiles 5k cadete y juvenil 9k</u>		<u>SENDERISMO</u>		
	Federados	No federados	Federados	No federados	Federados	No federados	Federados	No federados
Plazo 0		Sin posibilidad		Sin posibilidad		Sin posibilidad	Sin posibilidad	Sin posibilidad
Plazo 1	19	24	16	21	5	10	8	13
Plazo 2	24	29	21	26	10	15	13	18
EL 23/03	29	Sin posibilidad	26	Sin posibilidad	15	Sin posibilidad	18	Sin posibilidad



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

### 5.- TIMING:

TIMING	<u>IX CXM ARROYO DE LOS MOLINOS</u>
7:30h	ENTREGA DE DORSALES EN LA PLAZA DE ARROYOMOLINOS
8:00h	CIERRE DE SECRETARIA Y COORALITO COPA
8:30h	SALIDA DE COPA
9:00h	CIERRE DE SECRETARÍA Y CORRALITO DE PROMOCIÓN
9:30h	SALIDA DE PROMOCIÓN Y CIERRE DE SECRETARÍA Y CORRALITO DE CARRERA DE MENORES
9:40h	CIERRE DE PASO KILÓMETRO 5 DE COPA.
10:00h	SALIDA DE CADETE Y JUVENIL
10:05h	SALIDA DE INFANTILES
10:50h	CIERRE DE PASO KILÓMETRO 10 DE COPA.
11:30h	CIERRE DE PASO KILÓMETRO 15 DE COPA.
12:30h	COMIENZA ENTREGA DE PREMIOS CON CATEGORÍA DE MENORES
12:50h	CIERRE DE PASO KILÓMETRO 20 DE COPA.
13:30h	ENTREGA DE COMIDA EN LA PLAZA
13:45h	CIERRE DE META.
13:45h	FINALIZAMOS CON LA ENTREGA DE PREMIOS DE COPA



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

### 6.- CATEGORÍAS

#### CASTEGORÍA PARA MAYORES DE EDAD EN COPA (26Kmts) Y PROMOCIÓN (12Kmts):

CATEGORÍA MASCULINO	CATEGORÍA FEMENIA:
JÓVENES 18/23	JÓVENES 18/23
SENIOR A 24/39	SENIOR 24/39
VETERANOS A 40/49	VETERANOS A 40/49
VETERANOS B 50/59	VETERANOS B 50/59
VETERANOS C + 60	VETERANOS C + 60
CATEGORÍA INCLUSIVA	CATEGORÍA INCLUSIVA
CATEGORÍA GENERAL A LOS TRES PRIMEROS	
CATEGORÍA GENERAL LOCAL	
CATEGORÍA GENERAL MANCOMUNADA	

#### CATEGORÍA MENORES DE EDAD:

CATEGORÍA MASCULINO	CATEGORÍA FEMENIA:
INFANTIL 5K	INFANTIL 5K
CADETE 9K	CADETE 9K
JUVENIL 9K	JUVENIL 9K
Mancomunada	Mancomunada

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

Los corredores están divididos según la carrera y edades en diferentes categorías..

Los tres primeros de cada categoría obtendrán su correspondiente trofeo.

A todos los corredores se les obsequiará con una bolsa corredor y comida al paso por meta.

La entrega de trofeos comenzará a las 13:30h con la entrega de galardonados de la carreras infantiles, cadete y juvenil, promoción y finaliza a las 14.15 con la de Copa.

- **Hasta un mes antes de la prueba** Hasta el 11 de abril devolución del importe excepto 1 Euro en caso de enfermedad, lesión o imperativo laboral. Para ello debe aportarse certificado médico o de empresa y solicitarse en plazo a la Secretaría de FEXME: [carreras@fexme.com](mailto:carreras@fexme.com).

- **Hasta el lunes anterior a la prueba inclusive a la 13.00h. Es decir hasta el 05 de mayo** devolución del 80% en caso de enfermedad, lesión o imperativo laboral. Para ello debe aportarse certificado médico o de empresa y solicitarse en plazo a la Secretaría de FEXME: [carreras@fexme.com](mailto:carreras@fexme.com).

- **Hasta el cierre del segundo plazo de inscripción** (miércoles anterior a la prueba a las 14.00h, es decir hasta el 7 de mayo): se pueden realizar cambios entre corredores que no puedan asistir, comunicando los datos del corredor que lo sustituye e informando Secretaría de FEXME: [carreras@fexme.com](mailto:carreras@fexme.com).



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

En cualquiera de los plazos de devolución, el coste de esa devolución **será asumido por el participante, siendo en todos los casos de 1 €** que se añadirá al porcentaje descontado.

FUERA DE ESTOS CASOS NO SE CONTEMPLARÁ MAS PARTICULARIDADES

### 7.- MATERIAL Y EQUIPAMIENTO:

- El dorsal colocado en la parte delantera y bien visible.
- DNI para recoger el dorsal
- Los participantes tendrán que llevar durante todo el trayecto, **camiseta/top, no estando permitido correr con el torso desnudo.**
- Zapatillas específicas de Carreas por Montaña con tacos de una longitud suficiente para el agarre en las zonas técnicas
  - Recipiente de líquido para los avituallamientos.
  - Cortaviento de manga lara y capucha e impermeable
  - Gorra, visera o bandana
  - Mata térmica
  - Silbato
  - Movil con batería.

En caso de condiciones metereológica abveras se aumentaría el material obligatorio, publicándolo en las redes sociales con 24 horas de antelación.

Los participantes que porten auriculares, deben estar atentos a las indicaciones de los participantes que les suceden, cediendo el paso en caso necesario, para ello deben llevar un volumen que sea compatible con la escucha de participantes y/o controles. Igualmente por respeto a los participantes y la naturaleza, los participantes no llevarán música en el altavoz del móvil.

El material obligatorio, será requerido por los Delegados Fexme, en el control de dorsales, **solo él decidirá que no sea necesario llevar, solo en el caso de que las condiciones meteorológicas de ese día sean muy favorables.** Además de requerir el material en el control de dorsales el Juez de la prueba podrá requerirlo en cualquier punto del recorrido.

Se permite el uso de bastones, pero se hará con las siguientes limitaciones:

- En la salida deberán tener las puntas cubiertas con tapones de goma de manera firme.
- En el momento de superar o ser superados por otro participante se deberá guardar una distancia de seguridad no inferior a tres metros. En caso de no ser posible mantener esta separación, deberá limitarse su uso hasta completar el adelantamiento.

### 8. RECOGIDA DE DORSALES:

Será el mismo dorsal para todas las pruebas. Con lo cual si se ha corrido en pruebas anteriores será imprescindible llevar el mismo doral al resto.

Existe la posibilidad de retirar un segundo dorsal abonando 5€.

Para poder retirar el dorsal será imprescindible haber realizado la inscripción dentro de los plazos establecidos en el punto de inscripciones.

Se podrán retirar a partir de las 7:30 en el lugar de salida (plaza de Arroyomolinos). Quedando cerrada 30 minutos antes de la salida de cada uno de las carreras.

Se deberá presentar los siguientes documentos:

- DOI (Documento Oficial de Identidad = pasaporte, DNI, carnet de conducir...), o documento equivalente para extranjeros. Requisito imprescindible ser mayor de edad, teniendo en cuenta la edad con fecha **“31 de diciembre de 2025”.**

- Licencia de FEXME/FEDME (año en curso ó licencia equivalente para extranjeros).



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

La Organización podrá impedir la participación de los deportistas que no cumplan estos requisitos.  
Se entregará un solo dorsal por corredor.

El dorsal será colocado en la parte delantera, visible y no podrá ser doblado.

Habrá un **control de dorsales 30 minutos antes de la salida**, contando con un amplio espacio para calentamiento.

### **9.- AVITUALLAMIENTOS:**

Los puntos de Avituallamiento estarán colocados estando señalizados en un radio de 100 mts. Antes del avituallamiento indicará: A 100 mts AVITUALLAMIENTO y una vez pasado el punto de avituallamiento aparecerá otro cartel a 100 mts como: FIN DE AVITUALLAMIENTO. Fuera de los puntos señalado como Avituallamiento no estará permitido arrojar desperdicios, basura...

Para conservar el medio ambiente **es obligatorio portar un vaso plegable o botella** que será recargable si así lo creen conveniente en los puntos de avituallamiento, ya que no se facilitará agua en vasos de plástico, si habrá botellas para ir recargando los vasos o botellas de los deportistas.

Los puntos de avituallamiento tendrán una distancia máxima de 5 kilómetros del anterior.

COPA: 26K	1ER AVITU KMT 3.4 Los molinos	2º AVIT KMT 7.5 Las antenas	3º KMT 12 Castañales	4º kmt 15 castillo	5º kmt 19	6º Kmt 23 Molinos	META
<b>Reponer Agua</b>	Imprescindible portar vaso/bidón	Imprescindible portar vaso/bidón	Imprescindible portar vaso/bidón	Imprescindible portar vaso/bidón	Imprescindible portar vaso/bidón	Imprescindible portar vaso/bidón	SI
<b>Frutos Secos</b>	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI
<b>Bebida Isotónica en vaso de cartón</b>		SI		SI		SI	SI
<b>Fruta</b>		SI		SI		SI	SI

PROMOCIÓN: 12K	1ER AVITU KMT 3.4 Los molinos	2º KMT 7 Castañales	3º Kmt 10 Molinos	META
<b>Reponer Agua</b>	Imprescindible portar vaso/bidón	Imprescindible portar vaso/bidón	Imprescindible portar vaso/bidón	SI
<b>Frutos Secos</b>	SI	SI	SI	SI
<b>Bebida Isotónica en vaso de cartón</b>		SI	SI	SI
<b>Fruta</b>		SI	SI	SI

CADETE Y JUVENIL	1ER AVITU KMT 3.4 Los molinos	3º Kmt 7 Molinos	META
<b>Reponer Agua</b>	Imprescindible portar vaso/bidón	Imprescindible portar vaso/bidón	SI
<b>Frutos Secos</b>	SI	SI	SI
<b>Bebida Isotónica en vaso de cartón</b>		SI	SI
<b>Fruta</b>		SI	SI



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

---

### **10.- TIEMPOS DE PASO Y PUNTOS DE CONTROL**

RECORRIDO 26 DE COPA:

Kmt 5 a las 09:40h

Kmt 10 a las 10:50h

Kmt 15 a las 11:30h

Kmt 20 12:40h

Meta 13:45h

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

### **11.- SEÑALIZACIÓN:**

El recorrido estará debidamente señalizado con cintas de balizamiento roja bien visibles de la dirección general de deportes o amarillas de fexme en las zonas privadas de mayor altura en las que suele haber niebla. Habrá cintas cada 50 metros, con lo cual si en algún momento no se ven cintas es señal que se han salido del circuito previsto.

Al coincidir con la carrera de promoción en los primeros 6 kilómetros y últimos 3, la señalización se verá en estos tramos con cinta roja alternada con cinta blanca. La carrrear de menores de edad también coincidirán los primeros kilómetro de salida y últimos a meta, estas dividisiones de carrera están señalizados con carteles además de voluntarios.

Habrá señalización con referencias kilométricas cada 5 kilómetros, a tres kilómetros a meta, a dos kilómetros meta y a un kilómetro meta.

Estarán indicadas las zonas de peligro y zonas técnicas donde los participantes deberán extremar las precauciones. Cuidado piedras suelta, resbala, piedras rodadas...

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.

Estarán marcados en el circuito los desvíos de la carrera de PROMOCIÓN Y MINI con cartel junto con personal de apoyo que indica.



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

### Existirán zona de evacuación

	Huerta carmona	Los molinos	Alto de los molinos	Antenas	Castañales	Castillo	Tarrazonas	Los molinos	meta
Copa 26k	Kmmt 2	Kmt 3		<b>Kmts 7'5, 8'3, 9'3,</b>	Kmt 12	Kmt 15	Kmt 18	Kmt 21	Kmt 26
Promoción 12k	Kmt 2	Kmt 3			Kmt 7			Kmt 10	Kmt 12
Cadete y juvenil 9k	Kmt 2	Kmt 3	Kmt 5					Kmt 7	
Infantil 5k	Kmt 2	Kmt3							

### 12.- MEDIDAS DE SEGURIDAD:

- Se recomienda llevar previsto el material obligatorio requeridos y en función de las condiciones meteorológicas del día se exigirá el llevarlas a lo largo del recorrido o se permitirá no llevar el material requerido por no ser imprescindible por las condiciones meteorológicas, será decisión del Delegado Fexme de la carrera.
- Servicio de asistencia sanitaria, ambulancia con médico en salida y meta.
- Corredor escoba.
- Información por radio entre los controles, equipo escoba, salida, llegada y director de carrera además de puntos de avituallamiento o punto de cierre de hora.
- Coches de evacuación en determinados puntos, kilómetros, además de otro en meta que se acercará a los puntos donde se pudiese necesitar.
- Avituallamiento tanto sólido como líquido con botiquín, reflex....
- Personal de apoyo, voluntarios aproximadamente cada kilómetro o cada dos kilómetros como mínimo para que en ningún momento se encuentren los corredores solos.

Plan de emergencia y evacuación en caso de emergencia durante la carrera

### 13.- 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 penalizado con la descalificación inmediata.

Es obligación de cada competidor llevar sus desperdicios, geles, papeles,... hasta la llegada o lugares señalados por la organización. El corredor que no los deposite o los tire en una zona no preparada, será descalificado.

Si un corredor decide hacer el recorrido con bastones tendrá que comenzar y llegar a meta con ellos, no podrá dejarlos en ningún punto, ni siquiera en el control, aún estando rotos no los podrá dejar ni en controles ni en los punto de avituallamiento. En la salida deberá tener las puntas cubiertas con tapones de goma de manera firme.



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

Todo corredor deberá realizar el recorrido marcado por la organización.

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

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

Un corredor podrá retirarse de la prueba siempre que él lo deseé, pero lo deberá realizar de acuerdo con los puntos siguientes:

- Se dirigirá en uno de los controles y entregará su dorsal.
- El competidor asume toda sus responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado.

El incumplimiento de las normas expuestas, no respetar el reglamento o no pasar por alguno de los controles establecidos, de estos aspectos llevará una sanción desde 3 minutos a descalificación.

### **14.- FALTAS O SANCIONES A CORREDORES:**

Se tendrán en cuenta 3 niveles de sanción en función de si las faltas son leves, graves o muy graves:

NIVEL	MOTIVO	SANCIÓN
LEVE 1	- Recibir ayuda o avituallamiento fuera de las zonas permitidas (excepto auxilio) de cualquier persona, sea competidor o no. Impedir ser adelantado u obstaculizar voluntariamente a otro corredor. No hacer caso a las indicaciones de la organización y delegados. Rehusar a llevar visible el dorsal. Llevar el dorso desnudo en ausencia de camiseta o equivalente. Llevar cascos con volumen no adecuado que dificulte la comunicación con los participantes y controles, desatendiendo indicaciones.	de 3 mts.
LEVE 2	No respetar el itinerario balizado o señalización del recorrido para atajar.	De 3 mts por cada 500 mts.
GRAVES	No pasar por el control de dorsales. No llevar el material requerido por la organización con los controles. Pasar el control de dorsales con el material y deshacerse de él antes de la salida. Tirar desperdicios durante el recorrido. Rehusar a llevar puntos el dorsal o recortarlo tapando los logos. Rehusar, quitar o cambiar las marcas del material puestas por la organización. Reincidir dos veces el mismo corredor en una salida falsa. Sustituir algún material obligado por la organización. No prestar auxilio en carrera.	De 3 mts. a descalificación
MUY GRAVES	Provocar un incidente deportivo, agresión o insulto a un compañero, miembro de la organización, del equipo arbitral o espectador. Provocar un accidente de forma voluntaria. Ceder un dorsal de forma voluntaria a una persona no inscrita. Participar sin estar inscrito con o sin dorsal.	Descalificación. podrá: a) perder la licencia federativa. b) no poder participar en las pruebas fexme.



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

---

### **15.- ABANDONOS Y LESIONES:**

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 obligatorio 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 y estos a su vez al director de la prueba o delegado.

La Fexme no se hará cargo de la atención médica de los participantes que no informen al delegado principal de una lesión ocasionada en la prueba. Por ello deben acudir a la mesa de crono o informar al delegado de manera obligatoria. En caso contrario la FEXME no podrá facilitar dicha atención posterior.

### **16.- APLAZAMIENTO, INTERRUPCIÓN Y ANULACIÓN DE LA PRUEBA:**

Las pruebas no podrán ser aplazadas ni anuladas, excepto en condiciones extremadamente desfavorables.

### **17.- RECLAMACIONES Y SISTEMA DE APELACIÓN:**

Las reclamaciones se harán por escrito debiendo cumplir un tipo de formato mínimo donde constará lo siguiente:

- ✓ Nombre de la persona que la realiza y numero de DNI.
- ✓ Club o Federación Autonómica que representa.
- ✓ Nombre de/los deportistas afectados.
- ✓ Club o federación autonómica que representan. Núm de dorsal.
- ✓ Hechos que se alegan.

NOTAS; se depositarán 60€ por reclamación que se devolverán si ésta prospera (anexo 1)

Las reclamaciones serán entregadas al Comité de Carrera, quién extenderá una copia al reclamante.

Se podrán presentar reclamaciones referentes al desarrollo de la prueba desde el momento de la llegada hasta la publicación de las clasificaciones.

Se podrán presentar reclamaciones referente a las clasificaciones provisionales hasta 30 minutos después de su publicación.



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

### **18.- RECLAMACIONES POSTERIORES A LA COMPETICIÓN:**

Las reclamaciones contra las decisiones del comité de carrera se deberán presentar mediante escrito dirigido al Área de carrera por montaña de la FEXME en un plazo de 7 días naturales desde el día siguiente de la publicación de las clasificaciones.

El área de carreras por montaña de la Fexme recogerá la reclamación y la trasladará al comité de disciplina de la FEXME, que será el que resolverá en el plazo de 30 días naturales, sabiendo que si el último día de plazo es un día festivo quedará el plazo ampliado al primer día siguiente hábil.

Los recursos contra los fallos del Área de Carreras por Montaña de la FEXME se interpondrán ante el comité de disciplina de la FEXME en el plazo de 30 días naturales siguientes a la recepción de la decisión correspondiente.

### **19.- SERVICIOS A LOS PARTICIPANTES**

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

#### **LA CUOTA DE LA PRUEBA IX CXM ARROYO DE LOS MOLINOS INCLUYE:**

- |   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Evacuaciones en caso de accidente.</b></li><li>- <b>Avituallamiento en carrera y en meta.</b></li><li>- <b>Asistencia sanitaria de ambulancia en salida y meta.</b> Con médico colegiado y enfermero.</li><li>- <b>Bolsa para el corredor:</b> recuerdo regalo de la prueba, camiseta conmemorativa personalizada, bebida, bolsa de higos</li><li>- <b>Guardería para los hijos de los corredores o acompañantes</b> (3€, con derecho a comida, previo aviso a la hora de hacer la inscripción).</li><li>- <b>Speaker,</b> como información en meta del desarrollo de la competición.</li><li>- <b>Emisora de control</b></li><li>- <b>Corredor escoba.</b></li><li>- <b>Fisio como servicio de recuperación</b></li><li>- <b>Botiquín</b> en cada avituallamiento y/o <b>coche de evacuación</b> según especifica en cuadrante de zonas de evacuación</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Trofeos a los tres primeros de la general,</b> tanto masculina como femenina.</li><li>- <b>Trofeo a los tres primeros de cada categoría</b> tanto masculino como femenina.</li><li>- <b>Servicio de Ropero. Guardarropa:</b> La bolsa llevará el número del dorsal de cada deportista y no se entregará hasta que el deportista no enseñe su dorsal.</li><li>- <b>Aseos y duchas</b> de depósito con caldera de agua (las duchas deberán de ser cortas para asegurar agua caliente al máximo de corredores)</li><li>- <b>Cronometraje oficial.</b></li><li>- <b>Comida</b> en la plaza (Los acompañantes también podrán contar con comida si hacen reserva en el momento de la inscripción, abonando número de comidas por 10€)</li><li>- <b>Sala habilitada con colchones de pernocta para la noche anterior</b> (previa reserva en el momento de inscripción, 3€. Pasa menores de edad siempre y cuando estén representados por un adulto)</li></ul> |
|---|---|



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

### 20.- MEDIO AMBIENTE:

La carrera se desarrolla por parajes naturales de belleza excepcional, por lo que será obligatorio preservar el entorno, estando terminantemente prohibido arrojar desperdicios fuera de las áreas de control. A tal efecto se colocarán espacios habilitados para depositar la basura, estando indicado en un radio de 100 mts.

Podrá ser motivo de descalificación el incumplimiento de esta norma por parte de los deportistas.

Como apoyo al respeto del medio ambiente, se suprimen los vasos de plástico para el agua en los puntos de avituallamiento.



### 21.-DERECHO DE IMAGEN:

Por el hecho de participar en la carrera “Arroyo de los Molinos” lleva implícito el consentimiento de usar fotos y grabaciones en medios de comunicación con el fin de promocionar la prueba sin compensación económica. No obstante en el acceso al corralito habrá una mesa junto a la revisión de material, donde se pide firmar un documento dando consentimiento a ser fotografiados.



## Ayuntamiento de Arroyomolinos

### 22.- ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO

Todos los participantes por el hecho de formar parte en esta prueba, aceptan el presente reglamento, así como el reglamento de la Federación Extremeña de Montaña y Escalada. Los apartados no contemplados en el presente reglamento se rigen según el de la propia FEXME, el cual debe ser conocido por los participantes. Todos los aspectos no recogidos en el presente reglamento, se regirán por el reglamento





## Ayuntamiento de Arroyomolinos



**Si me amas, recicla y  
conserva.**

 **CARRERA POR MONTAÑA  
ARROYO DE LOS MOLINOS**  
e carrera por montaña de Fexme 2025.



**cuidar el medio ambiente  
es valorar la vida**

**ARROYO DE LOS MOLINOS**