

REGLAMENTO

ART. 1. INFORMACIÓN GENERAL

El Ayuntamiento de Pinofranqueado y La Agrupación Deportiva del instituto de educación secundaria “Gregorio Marañón” de Caminomorisco, junto con su comunidad educativa, organizan la XI ruta senderista “Valle del Esperabán” que tendrá lugar el domingo 16 de noviembre de 2025, con salida desde el salón social de Castillo (alquería de Pinofranqueado) y llegada en el mismo lugar (recorrido circular).

Como promotores de la actividad física y el deporte, se proponen 3 rutas diferentes para fomentar la participación de personas con distintas capacidades físicas.

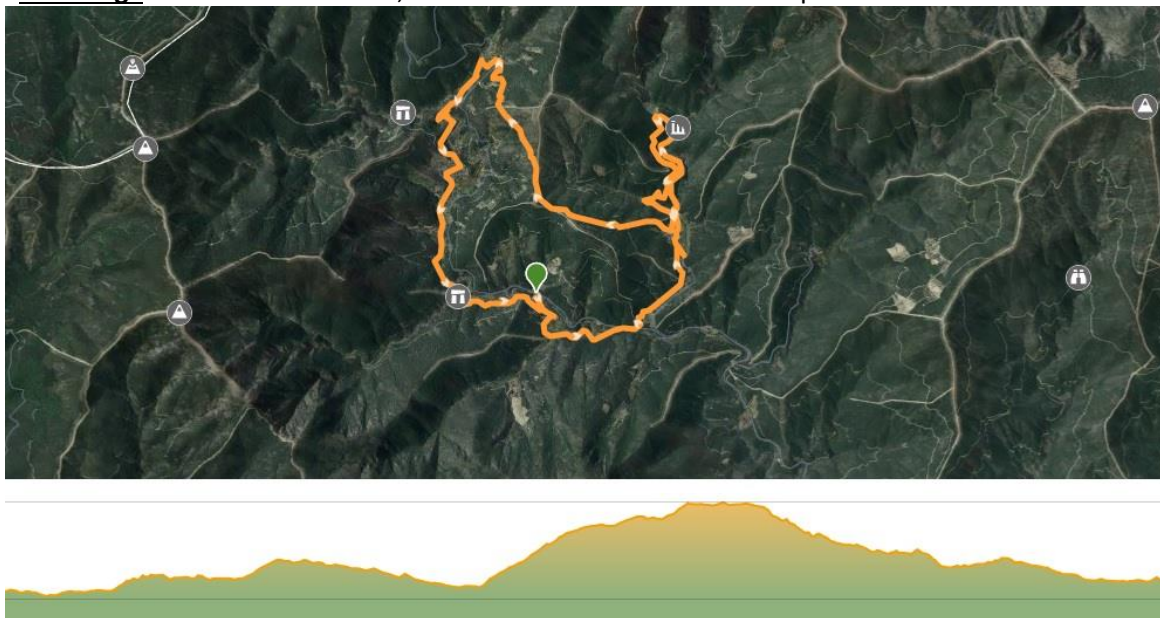
- Salida de la **ruta larga** desde las 8:30 horas. Con una duración aproximada de entre 5 y 6.30 horas. Desde las 7:30 horas recogida de credenciales en el salón social de Castillo (punto de salida y meta de las rutas).
- Salida de la **ruta media** desde las 09:30 horas. Con una duración aproximada de entre 2:30 y 3 horas. Desde las 8:30 horas recogida de credenciales en el salón social de Castillo (punto de salida y meta de las rutas).
- Salida de la **ruta familiar** desde las 10:30 horas en Castillo (alquería de Pinofranqueado). Desde las 10:00 horas recogida de credenciales en el salón social de Castillo (punto de salida y meta de las rutas).

Todas las rutas senderistas tienen un carácter recreativo y no competitivo.

ART. 2. RECORRIDOS

Los publicados en la página web de la prueba www.adiesgm.es

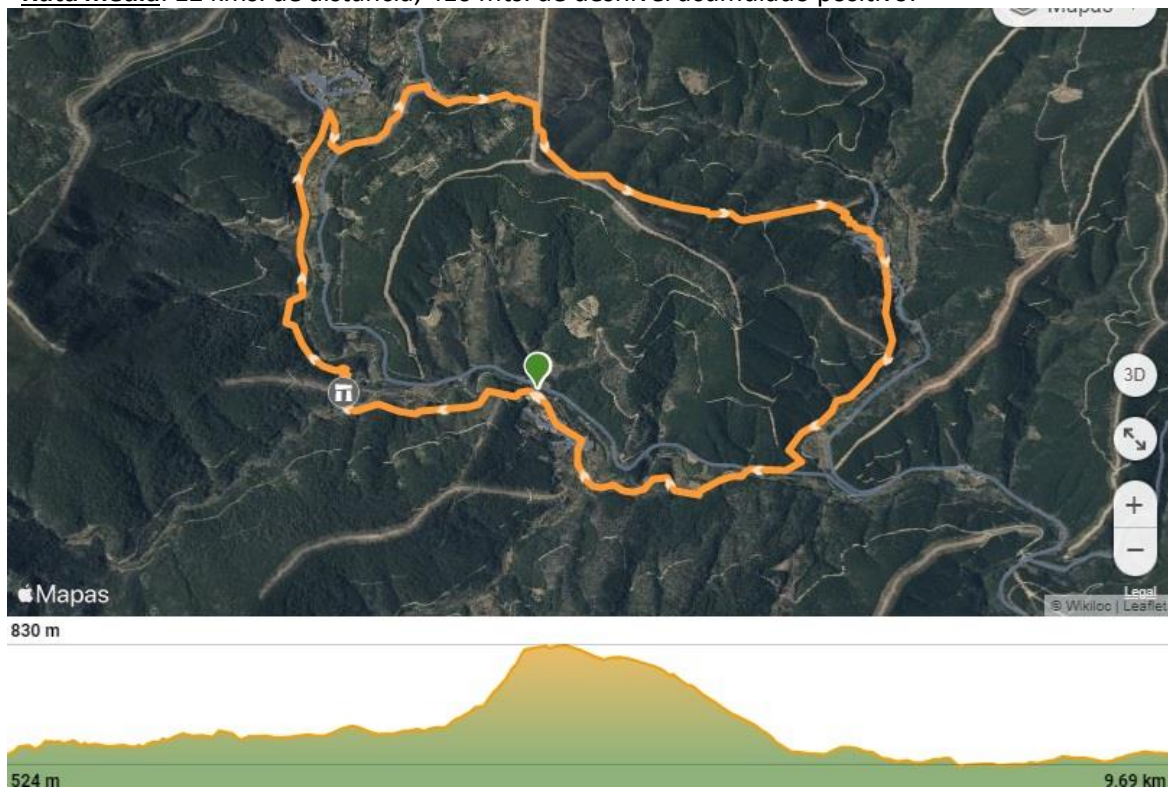
Ruta larga: 20 kms. de distancia; 650 mts. de desnivel acumulado positivo.



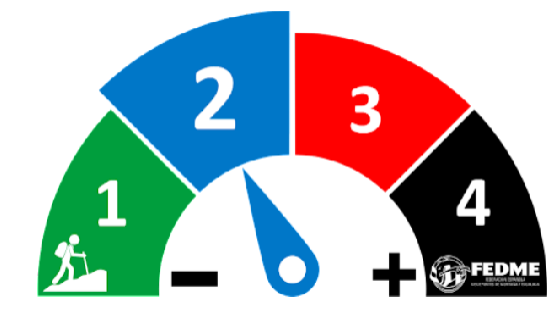
MIDE		X Ruta senderista Valle del Esperabán	
horario	6h 20'	  1	severidad del medio natural
desnivel de subida	650 m	  2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	650 m	  2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	20,0 Km	  4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular		
Condiciones de invierno, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2024.			



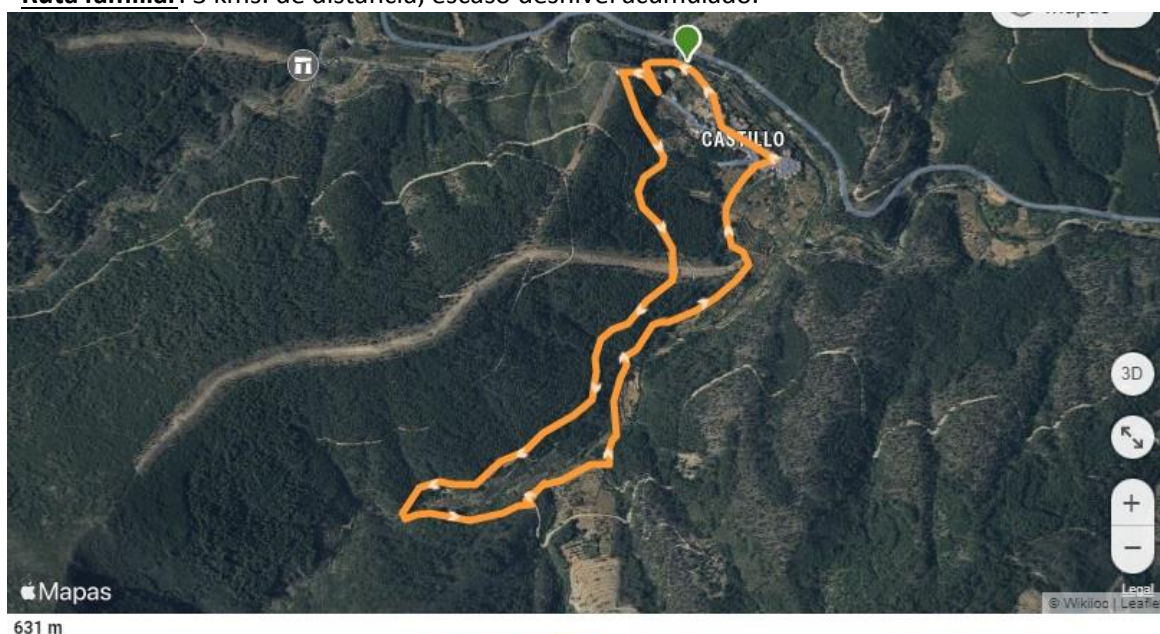
Ruta media: 12 kms. de distancia; 410 mts. de desnivel acumulado positivo.



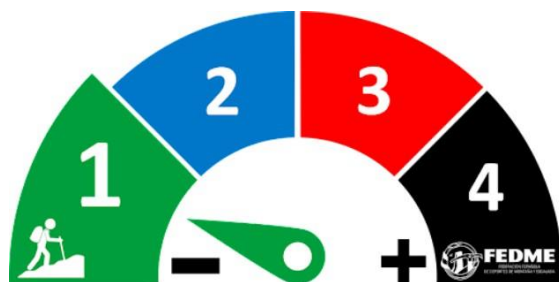
M I D E			
Medio	Itinerario	Desplazamiento	Esfuerzo
			
1	2	2	3



Ruta familiar: 3 kms. de distancia; escaso desnivel acumulado.



M I D E			
Medio	Itinerario	Desplazamiento	Esfuerzo
			
1	1	2	1



Los itinerarios discurren por los senderos y pistas del término municipal de Pinofrankueado (alquerías de Castillo, Horcajo y Erías). Cada participante debe ser plenamente consciente de la longitud y dificultad de la prueba (Ruta de alto nivel), que se desarrolla bajo posibles condiciones climáticas de frío, lluvia, viento, etc., por tanto el participante debe prever que su indumentaria, calzado..., sea el adecuado. Así como las condiciones físicas del participante sean las más apropiadas para la realización de dicha prueba.

Es responsabilidad del participante localizar la señalización y seguirla.

Con motivo de salvaguardar la seguridad de los participantes, la ruta larga tendrá un punto de control de tiempo. De tal forma que todo senderista que llegue al **km. 8 más tarde de las 10:30 horas**, será informado de que no puede continuar con el recorrido de la ruta de alto nivel y que tendrá que volver caminando a la población de Castillo siguiendo las indicaciones de la organización.

ART. 3. INSCRIPCIÓN

Las inscripciones se abren en octubre de 2025 (fecha posible 6 de octubre) y se cierran el 13 de noviembre de 2025 o cuando la organización lo estime oportuno en función del número de inscritos.

Se establecen tres plazos:

- PLAZO 0, solo para FEDERADOS, hasta el 10 de octubre.
- PLAZO 1, FEDERADOS Y NO FEDERADOS, del 11 de octubre al 7 de noviembre.
- PLAZO 2, FEDERADOS Y NO FEDERADOS, con un incremento de 3€, del 8 de noviembre al 13 de noviembre.

Todos los menores y/o personas con discapacidad acreditada, deberán realizar la inscripción pero sin coste económico.

En caso de que las personas con discapacidad necesiten de una joelette o de una barra direccional, y por lo tanto, sea imprescindible la actuación de pilotos que les lleven por el medio natural. También estos pilotos deberán realizar la inscripción pero sin coste económico.

Estas inscripciones tienen un importe de:

- RUTA LARGA (Plazos 0 y 1):
 - Menores de edad 0€.
 - Federados 6€.
 - No federados 9€.
- RUTA LARGA (Plazo 2):
 - Menores de edad 0€.
 - Federados 9€.

- No federados 12€.
- RUTA MEDIA (Plazos 0 y 1):
 - Menores de edad 0€.
 - Federados 5€.
 - No federados 8€.
- RUTA MEDIA (Plazo 2):
 - Menores de edad 0€.
 - Federados 8€.
 - No federados 11€.
- RUTA FAMILIAR (Plazos 0 y 1):
 - Menores de edad 0€.
 - Federados 0€.
 - No federados 3€.
- RUTA FAMILIAR (Plazo 2):
 - Menores de edad 0€.
 - Federados 3€.
 - No federados 6€.

Para la ruta larga existe un límite de 200 plazas. Para la ruta media existe un límite de 250 plazas. Para la ruta familiar existe un límite de 50 plazas.

Del total de las inscripciones ofertadas (500 plazas) se reserva el 15% para participantes locales (residentes en la comarca de Las Hurdes).

Los menores de edad deberán ir acompañados de una persona adulta. En este sentido, **la Organización de la prueba deportiva recomienda realizar a los menores de edad las rutas familiar o media, considerando la ruta larga excesiva (esfuerzo físico y de duración) para los menores de edad.**

Solo es posible inscribirse a través de la página web <https://www.chipserena.es/> y para completar información en www.adiesgm.es

Solo se aceptarán inscripciones pagadas, es decir, no existe la posibilidad de realizar una pre-inscripción y pago al recoger la pulsera identificativa.

Las inscripciones se consideran definitivas por lo que en el caso de no poder participar no se realizará la devolución de la inscripción.

Las inscripciones son estrictamente personales e intransferibles, no pueden ser utilizadas por otra persona diferente de la inscrita. No es posible la sustitución de un participante por otro.

ART. 4. SEGURO

Todo participante no federado tendrá un seguro de accidentes para la realización de la ruta (larga, media y familiar).

El participante federado cuenta con el seguro de su licencia.

La prueba cuenta con el seguro de Responsabilidad Civil.

ART. 5. RECOGIDA DE PULSERAS IDENTIFICATIVAS Y OBSEQUIOS

La recogida de pulseras identificativas se realizará en los alrededores del Centro Social de Castillo, el mismo día de la prueba. La ruta larga a partir de las 7:30 horas, y salida a las 8:30 horas. La ruta media a partir de las 8:30 horas, y salida a las 9:30 horas. La ruta de familiar a partir de las 10:30 horas, y salida a las 11:30 horas.

Todo participante debe presentar su DNI para obtener su pulsera identificativa. Y los federados deben presentar su licencia en vigor del año en curso.

Todo participante deberá llevar, de forma obligatoria y visible: la pulsera identificativa.

La pulsera identificativa es un artículo personal e intransferible. La persona inscrita sólo podrá participar con la pulsera identificativa que le ha sido asignada y acepta no permitir el uso de la misma por otras personas.

A la recogida de la pulsera identificativa el participante recibirá un obsequio.

ART. 6. AVITUALLAMIENTOS

A lo largo del recorrido existirán avituallamientos líquidos y sólidos en todas las rutas.

La ruta de alto nivel dispondrá de 2 avituallamientos durante el recorrido (Km 8 en la población de Castillo y km 15 en la población de Erías.) y otro a la llegada (km 20 en Castillo).

La ruta media dispondrá de 2 avituallamientos durante el recorrido (Km 3'5 en población de Horcajo y Km 6 en población de Erías), y otro a la llegada (km 12 en Castillo).

La ruta familiar dispondrá de un avituallamiento a la llegada (km 3).

Aun así la organización recomienda llevar su propio avituallamiento tanto líquido como sólido (algo de comida, bocadillo, frutos secos, chocolate, etc.). Ya que el avituallamiento dispuesto por la organización será un complemento al que lleven los participantes.

ART. 7. SERVICIOS MÉDICOS

La organización dispondrá, durante el desarrollo de la prueba de un médico con vehículo equipado y de una ambulancia con SVB. Varios puntos con botiquines y con vehículos de apoyo.

ART. 8 SEGURIDAD

La organización se reserva el derecho a desviar la ruta por un recorrido alternativo y realizar las modificaciones que considere necesarias en función de los diferentes condicionantes, así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas lo obligan o por fuerza mayor, siempre previo acuerdo con el delegado técnico de la FEXME.

Todos los recorridos estarán señalizados con cintas colgadas, flechas en el suelo, carteles indicativos y voluntarios. Si en algún momento el participante se desorientara y no viera las indicaciones, la Organización recomienda que vuelva sobre sus pasos hasta localizar la última señal vista y esperar a los miembros de la Organización.

En los recorridos habrá miembros de la Organización que van en ruta (llevarán chaleco identificativo) y ante cualquier duda dirigirse a ellos.

Es obligatorio el paso por los tres controles (ruta larga). Dos ubicados en los avituallamientos y el control de tiempo, así como el control final a la llegada. Para la ruta media es obligatorio los pasos por los dos controles, durante el recorrido, y el control final a la llegada. Para la ruta familiar es obligatorio pasar tanto por el control de salida como por el de llegada en

Castillo.

En caso de retirada es obligatorio comunicarlo en cualquier punto de control.

ART. 9 MATERIAL OBLIGATORIO

Ruta larga:

- Líquido, un mínimo de medio litro.
- Sólido, un mínimo de 300 Kcal.
- Recipiente para los avituallamientos (no se van a dar botellas de agua de plástico -para reducir residuos- y cada senderista deberá portar un recipiente para el agua/otros líquidos).
- Linterna.
- Calzado deportivo adecuado para la actividad.
- Chaqueta impermeable con capucha.
- Teléfono móvil (batería cargada).
- Material recomendado: guantes, ropa de abrigo, bastones telescópicos, manta de supervivencia.

Ruta media:

- Recipiente para los avituallamientos (no se van a dar botellas de agua de plástico -para reducir residuos- y cada senderista deberá portar un recipiente para el agua/otros líquidos).
- Calzado deportivo adecuado para la actividad.
- Teléfono móvil (batería cargada).
- Material recomendado: teléfono móvil y ropa de abrigo.

ART. 10 MODIFICACIONES Y DERECHO DE ADMISIÓN

La organización se reserva el derecho de realizar las modificaciones oportunas, cuando por algún motivo lo estime necesario. Y así mismo se reserva el derecho de admisión.

Art. 11 MEDIO AMBIENTE

La ruta se desarrolla en su mayor parte por parajes de excepcional belleza natural y protegidos, por lo que será obligación de todos preservar el entorno evitando arrojar desperdicios fuera de las áreas de control. A tal efecto se colocarán cubos de basura, para los distintos residuos para favorecer el reciclaje, en los avituallamientos y puestos de control.

ART. 12 DERECHO DE IMAGEN

La aceptación del presente reglamento implica obligatoriamente que el participante autoriza a la organización de la ruta senderista Valle del Esperabán, a la FEXME, a la FEDME y a la DGD a la grabación total o parcial de su participación en la misma, presta su consentimiento para que pueda ser utilizada su imagen en la promoción y difusión de la prueba, de todas las formas posibles (radio, prensa, video, foto, dvd, internet, carteles, medios de comunicación, redes sociales, etc.), y cede todos los derechos relativos a la explotación comercial y publicitaria que la organización considere oportuno ejecutar, sin derecho por su parte a recibir compensación económica alguna.

Protección de datos: los participantes deben saber que sus datos podrán ser usados por la FEXME y para la transmisión de sus datos hacia la FEDME para la obtención de datos estadísticos y promocionales de las actividades.

ART. 13 SUSPENSIÓN DE LA PRUEBA

La organización no asumirá ninguna responsabilidad si el evento se suspende por causas de fuerza mayor.

Así mismo la organización no se hace responsable de las decisiones que a título personal tomen los participantes como consecuencia de la suspensión de la misma.

ART. 14 ACEPTACIÓN

El simple hecho de inscribirse en esta ruta senderista supone la aceptación del presente reglamento.

El senderismo y/o montañismo son deportes inherentemente con riesgos en mayor o menor medida, al desarrollarse en un entorno como es el medio natural, y dependientes del estado físico de cada participante, además de su equipación técnica e inclemencias del tiempo. Su práctica conlleva la aceptación de este hecho, recomendando encarecidamente estar preparados para la actividad.

La presente ruta es una actividad organizada, por lo tanto, el participante se somete a la reglamentación existente e indicaciones de la organización.

“Certifico que estoy en buen estado físico y he comprobado mi estado de salud por medios autorizados. Eximo de toda responsabilidad que de la participación en el evento pudiera derivar tal como pérdida de objetos personales por robo u otras circunstancias y el peligro de lesión, a la organización, patrocinadores, colaboradores, directivos, empleados y demás organizadores”.