

SÁBADO
29/02
2020

Prueba puntuable para la
IV Copa Provincial de CXM

5 TRAIL SIERRA MORENA MONTES COMUNALES ADAMUZ

Información e inscripciones en: <http://www.deportime.com>

Organizan:



Ilmo. Ayuntamiento
de Adamuz
Concejalías de Juventud
y Deportes



Diputación
de Córdoba
(Delegación de Deportes)



REGLAMENTO “5º TRAIL SIERRA MORENA MONTES COMUNALES DE ADAMUZ”

La carrera por montaña “V TRAIL SIERRA MORENA MONTES COMUNALES DE ADAMUZ”

forma parte de la IV Copa Provincial de CxM-Diputacion de Córdoba organizada por la FAM. El reglamento del Trail de Sierra Morena Montes Comunales de Adamuz 2020 se basa en la normativa específica del “Reglamento de CxM” de la FAM, por la presente normativa de la carrera y en el respeto al medio ambiente y al entorno por donde transcurre el evento.

Art 1.Organización

El Trail de Sierra Morena Montes Comunales de Adamuz 2020 está organizado por el Club Trotabad G-14986020 y domicilio social en la calle Barranco 18, Pedro Abad, Córdoba.

Art 2. Descripción

Todos los recorridos del Trail son circulares, con salida y meta en las Casas Rurales de los Montes Comunales de Adamuz.

TRAIL 27 KM APROX: carrera por la sierra de 27km y +1400m de desnivel positivo. Tipo de terreno:

- 30 % de pistas y caminos
- 30 % de sendas
- 40 % campo a través Coeficiente de dificultad ALTO

TRAIL DE 13 KM APROX: carrera por la sierra de 13 km y +620 m de desnivel positivo

- 40 % de pistas y caminos
- 30 % de sendas
- 30 % campo a través Coeficiente de dificultad MEDIO

SENDERISMO 13 KM APROX: recorrido por el mismo trazado de la carrera de 13 km

- 40 % de pistas y caminos
- 30 % de sendas
- 30 % campo a través Coeficiente de dificultad ALTO

En el Trail de 27km habrá 4 avituallamientos con sólido y líquido + el de meta y en el Trail de 13km y senderismo, dispondrán de 2 avituallamientos con sólido y líquido + el de meta.

Art 3. Condiciones

Los participantes corren bajo su propia responsabilidad, realizando toda o parte de la prueba.

La organización no se hace responsable de los accidentes o daños sufridos por los corredores ocasionados por el mal uso del material, por no seguir las instrucciones del personal o por no seguir el recorrido establecido. La prueba estará cubierta por los seguros que la legislación marca para este tipo de eventos deportivos.

La organización dispondrá de una ambulancia con médico y enfermero.

En caso de retirada se avisará al personal de la organización. En el supuesto de lesión o impedimento para regresar por los propios medios a meta se pedirá ayuda a la organización, que gestionará el rescate.

Como participante, con la inscripción manifiesta encontrarse en una forma física y mental que le permite afrontar el esfuerzo, y asume el riesgo de esta práctica deportiva.

Los participantes, por el hecho de inscribirse libre y voluntariamente, declaran conocer y aceptar plenamente el presente Reglamento. En caso de duda o de surgir alguna situación no reflejada en el mismo, prevalecerá lo que disponga al efecto la Organización.

El participante con la inscripción declara lo siguiente:

“Me encuentro en estado de salud adecuado para participar en el V Trail de Sierra Morena Montes Comunales de Adamuz 2020. Eximo de toda responsabilidad a la organización, patrocinadores u otras instituciones participantes ante cualquier accidente o lesión que pudiera sufrir antes, durante y/o después del evento deportivo, renunciando desde ya a cualquier acción legal en contra de cualquiera de dichas entidades.

Autorizo además a que la organización haga uso de fotos, videos y nombre en la clasificación de la prueba, en los medios de comunicación y/o Internet, sin esperar pago, compensación o retribución alguna por este concepto”

No se permite el acompañamiento de animales, en NINGUNA de las distintas modalidades.

Art 4. Inscripción

Periodos y precios de inscripciones 2020:

Será única y exclusivamente a través de la página DEPORTIME.COM

Inscripciones: desde el 15 de noviembre de 2019 hasta el miércoles día 19 de febrero de 2020 a las 23:59.

- PERIODO NORMAL: 15 Noviembre hasta 1 de febrero
- Trail 27K – 25 euros (no federados) + 3€ seguro de cancelación (opcional)
- Trail 27K – 22 euros (federados) + 3€ seguro de cancelación (opcional)
- **Trail 27km camiseta + headband (hasta 15 de enero se garantiza talla)**
- Trail 13K – 18 euros (no federados) + 3€ seguro de cancelación (opcional)
- Trail 13K – 15 euros (federados) + 3€ seguro de cancelación (opcional)
- Sen 13K – 18 euros (no federados) + 3€ seguro de cancelación (opcional)
- Sen 13K – 15 euros (federados) + 3€ seguro de cancelación (opcional)
- **Trail y senderismo camiseta (hasta 15 de enero se garantiza talla)**
- PERIODO CON RECARGO: del 1 de febrero al 19 de febrero sin opción a cancelación
- Trail 27K – 28 euros
- Trail 13K – 21 euros
- Sen 13K – 21 euros
- El número máximo de participantes en las tres pruebas conjuntas, será de **600 participantes**.

Art 5. Cambios y devoluciones

- **Hasta el 01 de febrero de 2020**

Si el participante decide anular la inscripción, **y habiendo contratado el seguro**, la organización devolverá el importe de la inscripción del participante. Se deberá enviar correo electrónico a info@deportime.com solicitando la anulación de la inscripción, explicando el motivo e indicando nº de cuenta donde efectuar el reintegro de la misma.

Art 6. Señalización

Todo el itinerario estará balizado con cintas reutilizables, yeso, puntos kilométricos, así como banderitas, flechas y carteles indicadores reutilizables. Toda la señalización será retirada por la organización el mismo día de la realización de la prueba, recogiendo al mismo tiempo cualquier tipo de residuo que haya podido generarse durante el transcurso de la competición. En algunos puntos de especial interés se podrá utilizar cinta de balizar roja de forma continua que deberá ser respetada por todos los participantes.

Art 7. Meteorología

El mal tiempo no será motivo de suspender la prueba, aunque la organización se reserva el derecho a suspenderla o modificar el recorrido.

Art 8. Seguridad

La organización del Trail de Sierra Morena Montes Comunales de Adamuz 2020 tiene preparado un plan de Emergencia, Rescate y Seguridad para poder hacer frente a cualquier imprevisto o accidente que pudiera tener lugar durante el transcurso de la prueba. Se dispondrá de servicio médico durante el transcurso de todas las carreras y dos vehículos 4x4 para poder acceder más rápidamente a cualquier punto del recorrido en caso de necesidad. Existirá un corredor escoba que irá cerrando la carrera tras el último participante, recogiendo la señalización y restos de la carrera...

Art 9. Avituallamientos

Se ofrecerán productos sin envase o envoltura, es decir, cada corredor/a debe llevar su vaso para el avituallamiento. No obstante se dispondrá de 2 bolsas de basura en el avituallamiento para orgánico y plástico. No existirá ningún punto para depositar basura pasado el control de avituallamiento, siendo éste inicio y fin del mismo.

Art 10. Horas de corte y cierre de meta

- Trail 27K – Máximo 5 horas
- Trail 13K – Máximo 3 horas
- Sen 13K – Máximo 4 horas

Si se rebasa el tiempo de la hora de corte dicho tiempo se continuará la carrera por el recorrido indicado por la organización, previa descalificación. De no seguir las indicaciones de la organización y continuar la carrera por el trazado marcado será bajo su responsabilidad.

Art 11. Penalizaciones y descalificación

Será motivo de descalificación:

- Abandonar residuos fuera de las papeleras situadas en los
- No auxiliar al participante que lo
- No obedecer las indicaciones del personal identificado como de la organización.
- No llevar el dorsal visible en la parte
- No realizar el circuito
- Provocar un accidente
- Correr con un dorsal de otro
- La ausencia del material obligatorio durante el transcurso de la

Será motivo de penalización:

- Recibir ayuda externa, no sanitaria, fuera de los
 - Atajar, salirse del itinerario señalado.
 - Comportamiento no deportivo, irrespetuoso con corredores o miembros de la organización. Provocar un accidente
 - El abandono sin comunicación a la organización durante la carrera conllevará la imposibilidad de participar en futuras ediciones de la
-

Art 12. Material aconsejado

La organización propondrá un material aconsejado 3 días antes de la carrera en función de las condiciones meteorológicas previstas.

- **Material aconsejado en todas las distancias:** buff o similar, chubasquero o

Art 13. Eco responsabilidad

Se deben seguir las pautas de comportamiento habituales en los espacios protegidos: no dejar residuos, no encender fuego, no producir ruidos que molesten a la fauna, no salirse del recorrido señalizado,...en definitiva no dejar rastro de nuestra actividad.

Se reducirá al mínimo el uso de plásticos en el monte: avituallamientos, señalización. La organización utilizará en lo posible material reutilizable o reciclable.

Art 14. Trofeos y categorías

TRAIL DE 13 KM APROX para las categorías:

Cadete: 15, 16 y 17 años, es decir, que no cumplan los 18 años el año de

- Cadete: 15, 16 y 17 años, es decir, que no cumplan los 18 años el año de referencia
- Júnior: 18, 19 y 20 años, es decir, que no cumplan los 21 años el año de referencia
- Absoluta: a partir de 21 años cumplidos el año de referencia
- Promesa: 21, 22 y 23 años, es decir, que no cumplan los 24 años el año de referencia
- Senior de 24 a 39 años cumplidos el año de la competición.
- Veteranos/as de 40 a 50 cumplidos el año de la competición.
- Master de 51 en adelante cumplidos el año de la competición.

TRAIL 27 KM APROX para las categorías:

- Absoluta: a partir de 21 años cumplidos el año de referencia.

- Promesa: 21, 22 y 23 años, es decir, que no cumplan los 24 años el año de
- Senior de 24 a 39 años cumplidos el año de la competición.
- Veteranos/as de 40 a 50 cumplidos el año de la competición.
- Master de 51 en adelante cumplidos el año de la competición.

Estas categorías serán igual para hombres y mujeres. Los premios no serán acumulables.

La clasificación final y podio de los participantes federados de esta prueba, al pertenecer ésta a la Copa Provincial de CxM 2020, exigirá que estén en posesión de la licencia federativa FEDME o FAM 2020.

Art 15. Programa

Sábado 29 de Febrero

- 7:00-8:30 Entrega de dorsales en Montes Comunes de Adamuz, presentando DNI para todos los participantes y licencia federativa los que estén federados y quieran participar en la clasificación de la copa. Para la categoría cadete habrá que presentar autorización de los padres o tutores
- 8:45 Charla técnica exprés de las pruebas
- 9:00 Salida de la CARRERA LARGA
- 9:30 Salida de la MARCHA SENDERISTA
- 10:00 Salida de la CARRERA CORTA
- 11:00 Llegada de primeros corredores carrera corta
- 12:00 Llegada de primeros corredores carrera larga
- 12:30 Entrega de trofeos a partir de las 12:00 para la prueba corta, larga y sendersitas, siempre que se hayan completado el pódium correspondiente de una categoría o prueba, y en su defecto sería después del cierre de carrera, es decir, a partir de las 14:00
- 14:00 Cierre de

Art 16. Servicios al corredor

El precio de la inscripción incluye los siguientes servicios:

- Derecho a participar en la
- Bolsa de
- Avituallamientos líquidos y sólidos en carrera y en
- Seguro de responsabilidad civil y de
- Guardarropa
- Cronometraje con chip en
- Servicio médico ajustándose a la normativa legal de este tipo de
- Reportaje fotográfico.
- Fisioterapeutas
- Comida y bebida
- Ducha