

## REGLAMENTO:

### Información general:

El sábado 10 de junio de 2023, se va a celebrar en La Hoz de la Vieja la carrera de montaña "I Trail de la Hoz de la Vieja". Prueba organizada por la Asociación "La Foz y el Castiello".

### Inscripciones y precios:

Las inscripciones se podrán realizar hasta las 23.00 del martes 6 de junio de 2023 o hasta completar el cupo máximo de 150 participantes.

La edad mínima para poder participar es de 15 años. Los menores de 18 años deberán cumplimentar un documento de consentimiento de sus padres o de su tutor legal para poder inscribirse. Dicho documento está disponible en la misma página web del evento.

Las inscripciones serán on-line a través del siguiente enlace:

[https://www.avaibooksports.com/inscripcion/i-trail-la-hoz-de-la-vieja/inscripcion\\_datos/](https://www.avaibooksports.com/inscripcion/i-trail-la-hoz-de-la-vieja/inscripcion_datos/)

El precio de la inscripción será de 15€.

### Horarios de salida y tiempos de corte:

La prueba "I Trail de La Hoz de la Vieja" comenzará a las 9:00 horas desde la fuente situada en la plaza mayor de La Hoz de la Vieja y la llegada será en el mismo punto. Queda establecido como único punto de corte en carrera, el paso bajo el puente de la carretera (PK 8,6), a las 10:45 horas, a partir de ese momento, la organización no se hace responsable de los corredores que quieran finalizar fuera del tiempo de control.

### Recogida de dorsales:

La recogida de dorsales se realizará en los porches de la plaza mayor de la localidad, el mismo sábado 10 de junio de 2023 desde las 7:30 horas y hasta 15 minutos antes de que empiece la prueba.

Cualquier persona que quiera recoger el dorsal de otro corredor, deberá presentar el D.N.I. (de forma física o digital) para poder llevárselo.

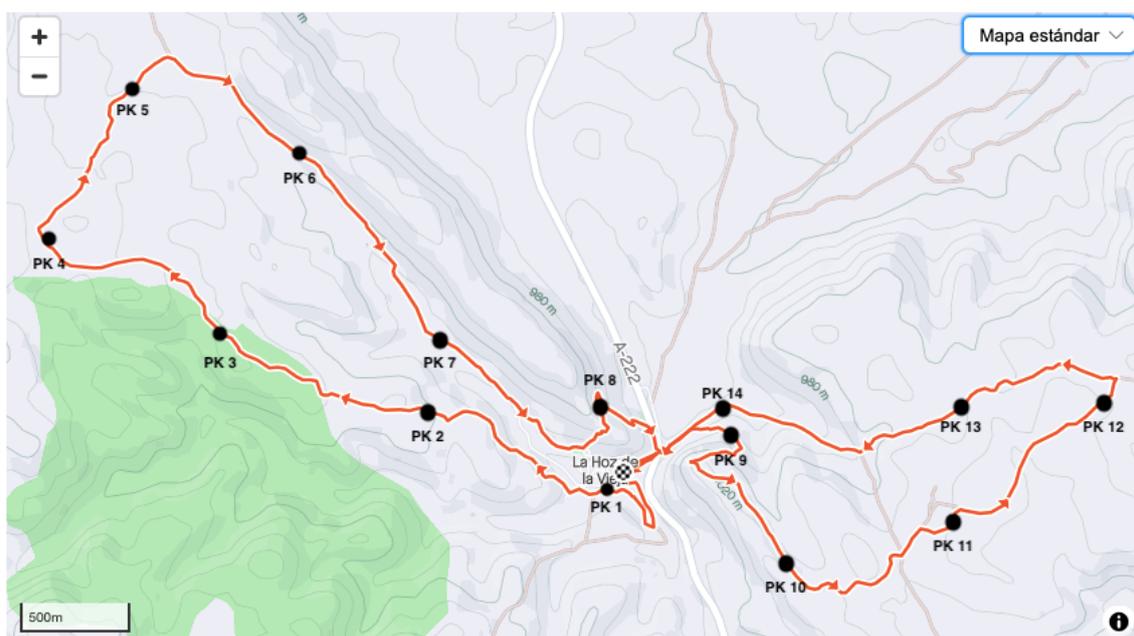
El dorsal deberá llevarse de forma clara y visible.

### Recorrido y Avituallamientos:

La carrera sale de la plaza del pueblo dando una vuelta por el río, en torno al primer kilómetro se sale pueblo y se coge un camino forestal que nos lleva subiendo unos tres kilómetros, pasando por la zona del Carrascal, hasta el punto más elevado de toda la prueba. Cruzamos al otro lado del barranco para bajar de nuevo al pueblo, allí nos espera el primer avituallamiento coincidiendo con el paso por las piscinas municipales. Desde ahí empezaremos una de las subidas más icónicas de todo el recorrido, la subida al Castillo, para posteriormente bajar por la otra vertiente hacia la carretera, la cual se pasa por debajo del puente. Desde el puente nos espera la subida con mayor desnivel del recorrido, la subida a la peña de la Cingla, donde se situará el segundo avituallamiento, momento para disfrutar de unas vistas privilegiadas del entorno de la localidad.

Desde este punto se inicia un tramo de pequeñas subidas y bajadas hasta el siguiente punto de avituallamiento, a partir del cual empieza la bajada que nos llevará hasta la llagada.

Una vez en la meta habrá un último avituallamiento para reponer las fuerzas.





### Seguros:

Todos los participantes inscritos correctamente en la prueba estarán cubiertos con un seguro de responsabilidad civil y de accidentes. La organización dispone del correspondiente seguro de responsabilidad civil. Queda totalmente prohibida la participación de corredores no inscritos.

La organización recomienda hacerse una revisión médica y / o prueba de esfuerzo a todas aquellas personas que no hayan corrido una prueba de similares características anteriormente o lleven un período prolongado de tiempo sin realizar actividad física.

### Servicios al corredor:

Todos los participantes tendrán a su disposición los siguientes servicios:

- Duchas y vestuarios en las piscinas municipales.
- Guarda ropa situado a escasos metros de la línea de salida / meta.
- Servicio de ambulancia en la zona de salida / meta.
- Puntos de avituallamientos líquidos y sólidos a lo largo del recorrido y al llegar a la meta.
- Descuento en el precio de la comida popular que tendrá lugar al finalizar el evento.

### Premios:

Categoría absoluta masculina y femenina: a partir de 18 años cumplidos el año de referencia.

Categoría Veteranos masculina y femenina: a partir de 50 años cumplidos el año de referencia.

Categoría Juvenil masculina y femenina: desde los 15 años hasta los 17 años de edad.  
Trofeos a los tres primeros de cada categoría, que no serán acumulables, teniendo prioridad la categoría absoluta.

#### Comida popular:

Para terminar el evento habrá una comida popular para todos aquellos que han participado de alguna manera en este evento: corredores, colaboradores, voluntarios, etc.

El precio de dicha comida será de 5 € para los corredores, 10 € para los acompañantes y gratis para los menores de 10 años.

El abono de la misma se realizará en el momento de hacer la inscripción.

#### Aspectos técnicos:

Los participantes deberán dejar sus vehículos en las zonas habilitadas para ello por parte de la organización.

La participación en la competición supone la aceptación del presente Reglamento, reservándose la Organización el derecho a modificar aquellos aspectos de la prueba que por causa mayor sea necesario.