



MARCHA NOCTURNA LA SALINERA

- * ANDANDO
- * MARCHA NÓRDICA
- * CORRIENDO

**SALINAS DE ROSÍO
(BURGOS)**

AÑO 2.024



Salinas de Rosío a 02 de marzo de 2024

El Instituto Provincial para el Deporte y la Juventud de la Diputación de Burgos y el Ilustre Ayuntamiento de Medina de Pomar y la Junta Vecinal de Salinas de Rosío, en colaboración con el club U.C.Medinesa, tienen en proyecto organizar el día 13 de Julio a partir de las 22 ,00 horas, la 1ª Marcha Nocturna **LA SALINERA**.

Ésta prueba tiene gran aceptación popular , por lo que esperamos que tenga una respuesta acorde a la ilusión con la que la organización está poniendo para su realización.

La Salinera, engloba tres modalidades; andando, marcha nórdica y corriendo, sobre un recorrido circular de 10,4 km.

Las salidas desde la Plaza Mayor se efectúan a las 22:00 horas andando y marcha nórdica y 22:45 horas corriendo.

El trazado de la prueba discurre en su totalidad por caminos de uso público o pistas forestales y P.R. Todos ellos dentro del término de Salinas de Rosío.

Las normas, memoria e itinerario se acompañan al escrito.

El objetivo de la Marcha Nocturna LA SALINERA es complementar la oferta de actividades dentro de nuestras Fiestas Patronales, dando a conocer el bonito entorno que tenemos a los visitantes y veraneantes de las Merindades.

Ofrecemos la posibilidad de participar a personas de todas las edades y condiciones, grupos de amigos, familiares o de cualquier tipo, en un recorrido circular, sobre una distancia de diez kilómetros, asequibles tanto a nivel competitivo o como reto personal. Es una actividad de intensidad moderada/baja.

El Alcalde Pedáneo de Salinas de Rosío

José Ignacio Quintanilla Oteo



MARCHA NOCTURNA LA SALINERA 2024

La Salinera de Salinas de Rosío, es una prueba suave con desniveles en los dos primeros kilómetros y el resto llano.

Los 10,4 km. del trazado, tienen la dificultad de realizarse por la noche iluminándose con frontales y focos en los avituallamientos que se complica por discurrir fuera del asfalto, por caminos y sendas en los que las irregularidades del terreno y los desniveles son problemas añadidos que hay superar.

El carácter de esta prueba es lúdico y pretende una participación de todos los sectores y edades de la sociedad. Principalmente va dirigida a atletas federados y no federados y a cualquier persona con una cierta inquietud por la actividad física. Es una aventura y el terminar es el principal motivo de satisfacción.

La idea de reto personal, la convivencia, buen ambiente y esparcimiento en la naturaleza es lo que queremos fomentar.

Se brinda la posibilidad de participar a toda persona que se considere capacitada y tenga el ánimo necesario para realizar un esfuerzo de 2/3 h. en el caso de marcha de montaña o marcha nórdica, o de 35' a 1,30 h. en el caso de la carrera, un avituallamiento y voluntarios que atienden cualquier necesidad en el recorrido para el buen desarrollo de la prueba.

La organización, con el fin de cubrir todo el recorrido y dar garantía de asistencia a los participantes, dispondrá de varios vehículos en diversos puntos del trayecto así como motocicletas o bicis comunicados entre sí.

La fecha estimada para la celebración de **La Salinera** es el segundo fin de semana de julio, por ser la semana antes de las Fiestas Patronales y poder contar con los veraneantes para participar o colaborar en la organización.

El recorrido discurre por caminos y montes públicos, por lo que no compromete ni dificulta su desarrollo. La organización dispondrá de personal y los medios oportunos para evitar incidentes, así como en el



cruce de carretera que hay, dando prioridad al tráfico rodado sobre los participantes, garantizando su seguridad.

Se colocaran puntos kilómetros referenciales y la señalización necesaria para informar a los participantes.

Modalidades y Categorías

(Los menores de 18 años, con autorización)

Andando/Marcha Nórdica: Categoría única, mayores de 6 años.

(6-99 años) desde 2018 a 1925

Corriendo:	masculino y femenino	desde año	hasta año
	Sub20/Junior (16-19 años)	2008	2005
	Senior (20-39 años)	2004	1985
	Master A (40-49 años)	1984	1975
	Master B (50-59 años)	1974	1965
	Master C (60-99 años)	1964	1925

HORARIOS

- 22:00 horas - **Andando.** (Obligatorio frontal y dorsal visible)
- 22:00 horas - **Marcha Nórdica.** (Obligatorio frontal y dorsal visible)
- 22:45 horas - **Corriendo.** (Obligatorio frontal y dorsal visible)
- 01:00 horas - **Cierre Prueba.**

El objetivo de la organización es brindar la posibilidad a todos los aficionados que lo deseen, el poder participar en una prueba nocturna con asistencias y medidas de seguridad. Una noche diferente en el verano de Medina de Pomar.

En función de los inscritos y teniendo en cuenta la seguridad, se podrán realizar variaciones, con salidas neutralizadas u otro tipo de medidas que la organización estime oportunas.

La prueba es circular, el lugar de salida es la Plaza Mayor, también será el de llegada y en ella, deben presentarse todos los participantes con al menos una hora de antelación para recoger dorsales, comprobar la inscripción con sus datos y estar preparados para la salida con puntualidad.

La inscripción **10 €.** (hasta el 14 de junio con camiseta) y (hasta el 11 de julio, sin camiseta). Se efectuará en la web [IDJ](#) Diputación de Burgos. Hay plazas limitadas en función de las modalidades y el límite total se establece en 300 participantes.

Los permisos de la prueba serán tramitados con antelación.



El recorrido será el que se indica a continuación y en él estarán distribuidos: personal, avituallamiento según reglamento, puntos de control de paso, ambulancia y vehículos de asistencia.

RUTÓMETRO/RECORRIDO SALINERA

ANDANDDO / MARCHA NÓRDICA / CORRIENDO /10,4 km.

Km.0 SALIDA Pl/ Mayor, frente al Club Social. Cruce de carretera, de frente 50 m. giro 90° a la dcha. de frente por la c/ de La Iglesia unos 150 m hasta bifurcación de caminos, dcha. seguir el camino de La Pradilla 800 m, seguir de frente el camino.

Km.1 De frente 500 m y giro dcha. bordeando la finca por el izda otros 100 m, de frente inicio sendero con fuerte ascensión, seguir 400 m hasta la cumbre del monte (Campo de los Moros) desnivel del tramo de 70 m.

Km.2 Descender de frente 70 m. giro dcha 90° sigue pequeño sendero 150 m por la ladera sur de Peña Campana giro a la izda descender 80 m giro dcha, seguir de frente hacia el Sur, por la ladera Peña Larga y Peña San Isidro, al terminar las peñas, cresteando hacia la Peña Castillo. Seguimos 600 m y llega a lo alto de una loma. Giro izda 90°, de frente descenso hacia el cementerio 100 m hasta camino de hormigón.

Km.3 Descender camino hormigón hasta Salinas de Rosío, se llega a la Plaza de La Iglesia 400 m. giro dcha. de frente entre la fuente antigua y el hospital 70 m hasta bifurcación, tomar camino izda, sigo de frente 50 m, izda 90° por calleja muy estrecha descendente 12 m hasta carretera. **OJO: Cruce de carretera sin prioridad BU 551** Seguir de frente por pista hormigonada 350 m cruzamos puente sobre el río Salón hasta bifurcación de caminos, izda. De frente 120 m, bifurcación de caminos y avituallamiento.

Km.4 AVITUALLAMIENTO. Tomar camino izda 800 m, bifurcación, dcha sigo recto camino de concentración parcelaria.

Km. 5, Un km hasta bifurcación, dcha. de frente.

Km. 6 300 m hasta bifurcación, dcha hacia Cubillos, otro km. hasta la entrada del pueblo.

Km. 7 Por el desvío primer camino dcha. hacia Angosto sin salir de él.

Km. 8 y 9 hasta llegar de nuevo al **AVITUALLAMIENTO**, en este caso en el Km. 9,8. Seguir de frente cruzando el puente sobre el río Salón.

Km. 10 300 m hacia Salinas de Rosío, bifurcación, tomar camino estrecho dcha. hacia el centro del pueblo, 300 m más hasta llegar a la meta.

Km. 10,4 Plaza Mayor, META frente al Club Social.

VEHICULOS DE ASISTENCIA

La organización para cumplir con las necesidades de los participantes y para atender lo mejor posible las condiciones de seguridad según se refleja en el reglamento, dispondrá de avituallamiento y controles, así como vehículos y personas identificadas y comunicadas según lo siguiente:



Puestos de agua

Se colocarán según las necesidades y climatología. Contarán con; Carpa, música, una mesa portátil con botellines de agua, papelera y un foco. Por cada puesto habrá dos personas mínimo y un vehículo.

Vehículos todo-terreno

Se utilizarán para auxiliar a los participantes con problemas en lugares estratégicos que enlazan con Meta.

Los lugares a cubrir son:

El Castillo, cruce del cementerio, plaza Mayor y cruce de carretera.

Vehículos de ayuda

Estarán Comunicados y colocados en cada pueblo y puestos de avituallamiento, su función es recoger y trasladar a Meta a los participantes que abandonen o estén fuera del horario. Se colocarán en: Salida, comienzo ascensión, Cementerio, avituallamiento y Cubillos.

Vehículo de intercambio

Su función es cambiar de lugar si fuese necesario “controladores de paso”, reabastecer los puestos de avituallamiento y recoger controladores al final de la prueba.

Motocicletas/Bicicletas de carrera

Serán necesarias dos, para asegurarse la inalterabilidad del recorrido durante la carrera, además, harán funciones de información, ayuda y enlace. Abrirán y cerrarán los grupos de cada modalidad. Otra irá abriendo los tramos de prueba y retirando la señalización.

Puestos de control

En ellos se comprobarán y apuntarán los dorsales que identifican a los participantes de cada modalidad con el fin de evitar irregularidades en el recorrido, clasificación y tiempo final. Tomarán nota de todos los dorsales en el orden de paso. Deberán comprobar, dentro de su campo visual que los participantes cumplan las normas de su modalidad.

Pasos de carretera

Se colocara personal en los lugares por donde se cruza la carretera, uno o dos por paso y con señalización e iluminación. Se dará prioridad de paso siempre al tráfico rodado sobre los participantes y se respetarán en estos puntos las normas de circulación.

Sobre el recorrido de 10.400 m. los pasos son:

<i>Km.</i>	<i>Carretera.</i>	<i>Situación</i>
3,5	Bu 551	Casco Urbano



PREMIOS

Se podrán dar premios individuales absolutos masculino y femenino, así como a los primeros de cada categoría en la modalidad de carrera.

Trofeos-obsequios

Se dará una camiseta de calidad a todos los inscritos en plazo.

SERVICIOS SANITARIOS

Ambulancia

En la prueba habrá al menos una ambulancia en permanente contacto con los puntos de control y enlaces.

AVITUALLAMIENTO

Alimentos sólidos (fruta, frutos secos, etc.) y líquidos (agua). Se colocara una carpa en cada puesto con música y focos para iluminar.

SEÑALIZACIÓN

Se colocarán puntos kilométricos, bandas de plástico para indicar rumbo, flechas, carteles provisionales y marcas de pintura selectivas.

PERMISOS

De los Municipios por donde pasa.

SEGURO

De Responsabilidad Civil del Ayuntamiento de Medina de Pomar.
De Accidentes para los participantes, del I.D.J. de la Diputación Provincial de Burgos.

JUECES

Dispondrá de ellos la propia organización.
Se podrá contratar una empresa para el control de inscritos, tiempos y clasificaciones a través de la pasarela.



REGLAMENTO

La **SALINERA** tendrá lugar el segundo fin de semana de julio, con salida y llegada en Salinas de Rosío, discurriendo por el circuito que marca la organización bajo el siguiente reglamento:

1º .- La prueba se celebrará sobre un circuito de 10.400 metros, Andando, Marcha Nórdica o Corriendo, con un desnivel acumulado de 450 m.

2º .- Podrán participar todas las personas mayores de 6 años andando acompañados (con autorización).

3º .- **Modalidades y Categorías** (Los menores de 18 años, con autorización)

Andando/Marcha Nórdica: Categoría única, mayores de 6 años.
(6-99 años) desde 2018 a 1925

Corriendo:	masculino y femenino	desde año	hasta año
	Sub20/Junior (16-19 años)	2008	2005
	Senior (20-39 años)	2004	1985
	Master A (40-49 años)	1984	1975
	Master B (50-59 años)	1974	1965
	Master C (60-99 años)	1964	1925

4º .- **Recorrido**

El trazado está señalizado mediante marcas de pintura, cintas plásticas, indicaciones de giros, avituallamientos, puntos kilométricos.

Habrà varios puntos de control en el recorrido, siendo descalificado el que no cumpla el mismo.

Se deben respetar las normas de circulación al salir a tramos de carretera aunque la organización disponga de personal en estos puntos. Cada participante es responsable de cumplir este apartado.

La organización dispondrá papeleras instaladas en los avituallamientos. Se agradece la colaboración de los participantes.

Durante la prueba habrá un servicio sanitario a disposición de los participantes permanentemente comunicado con los puntos de asistencia y control.

Se dispondrá de un plano del recorrido con los lugares de acceso por carretera y caminos para ver a los participantes.

La carrera se cerrará a las 01:00 horas del domingo día 14.



5º.- Clasificación

Habrà una clasificaci3n general por cada modalidad.

En la carrera tambi3n habrà clasificaci3n por categorías.

6º.- Premios

Se podr3n dar premios individuales absolutos masculino y femenino, así como a los primeros de cada categoría en la modalidad de carrera.

7º.- Avituallamientos

La organizaci3n dispondrá de avituallamiento s3lido-líquido en carrera.

Se podr3 modificar el emplazamiento o el número de éstos en funci3n de las necesidades de carrera.

8º.- Durante la prueba la organizaci3n dispondrá de vehículos de asistencia permanente en el recorrido, adem3s de vehículos en los avituallamientos para trasladar participantes retirados o lesionados hasta la línea de meta en Salinas de Rosío.

9º.- La asistencia sanitaria será dispensada en Medina de Pomar, aparte de la proporcionada en la prueba.

10º.- Es obligatorio llevar **frontal** y el **dorsal** en el frente siempre bien visible, atender las indicaciones de la organizaci3n para el buen desarrollo de la prueba.

11º.- Respeta el entorno y ayuda a la organizaci3n con los medios que a tal fin se dispongan.

12º.- Inscripciones

(Hasta llegar a 300 participantes) En la web medinadepomar.org a trav3s de la página web [IDJ burgos inscripciones LA SALINERA](#).

13º.- Precio

El precio será de **10 €.** hasta el **14 de junio (con camiseta)** y hasta el **11 de julio (sin camiseta)** e incluye, participar en la prueba, obsequios, avituallamientos, seguros y demás servicios que la organizaci3n disponga para la prueba.

14º.- La organizaci3n podr3 realizar todas las modificaciones que considere oportunas para el buen desarrollo de la prueba.



PROGRAMA

SÁBADO 13 DE JULIO DE 2024

- **Entrega de dorsales Andando**, de 20:00 a 21:45 h. en la Plaza.
- **Entrega de dorsales Marcha Nórdica**, de 20:00 a 21:45 h. en la Plaza.
- **Entrega de dorsales Corriendo** de 21:45 a 22:30 h. en el la Plaza.

Horarios:

- De 20:00 a 21:45 h Entrega de dorsales **Andando**.
- **22:00 h.** **Salida Andando 10,4 km.**
 - De 20:00 a 21:45 h Entrega de dorsales **Marcha Nórdica**.
- **22:00h.** **Salida Marcha Nórdica 10,4 km.**
 - De 21:45 a 22:30 h Entrega de dorsales **Corriendo**.
- **22:45 h.** **Salida Corriendo 10,4 km.**
- **01:00 h. Cierre de Prueba.** Los horarios podrán sufrir modificaciones.

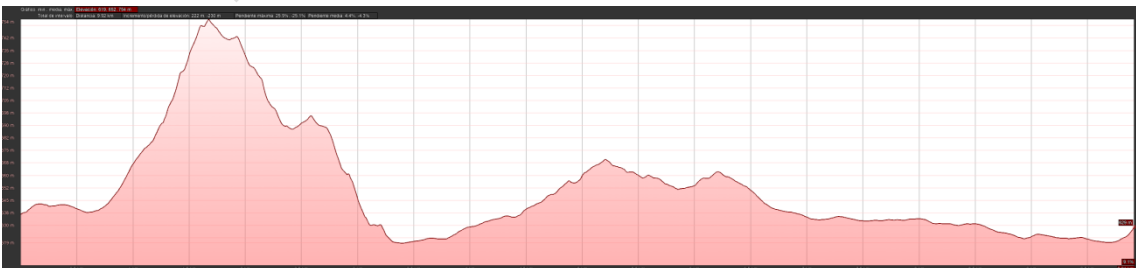
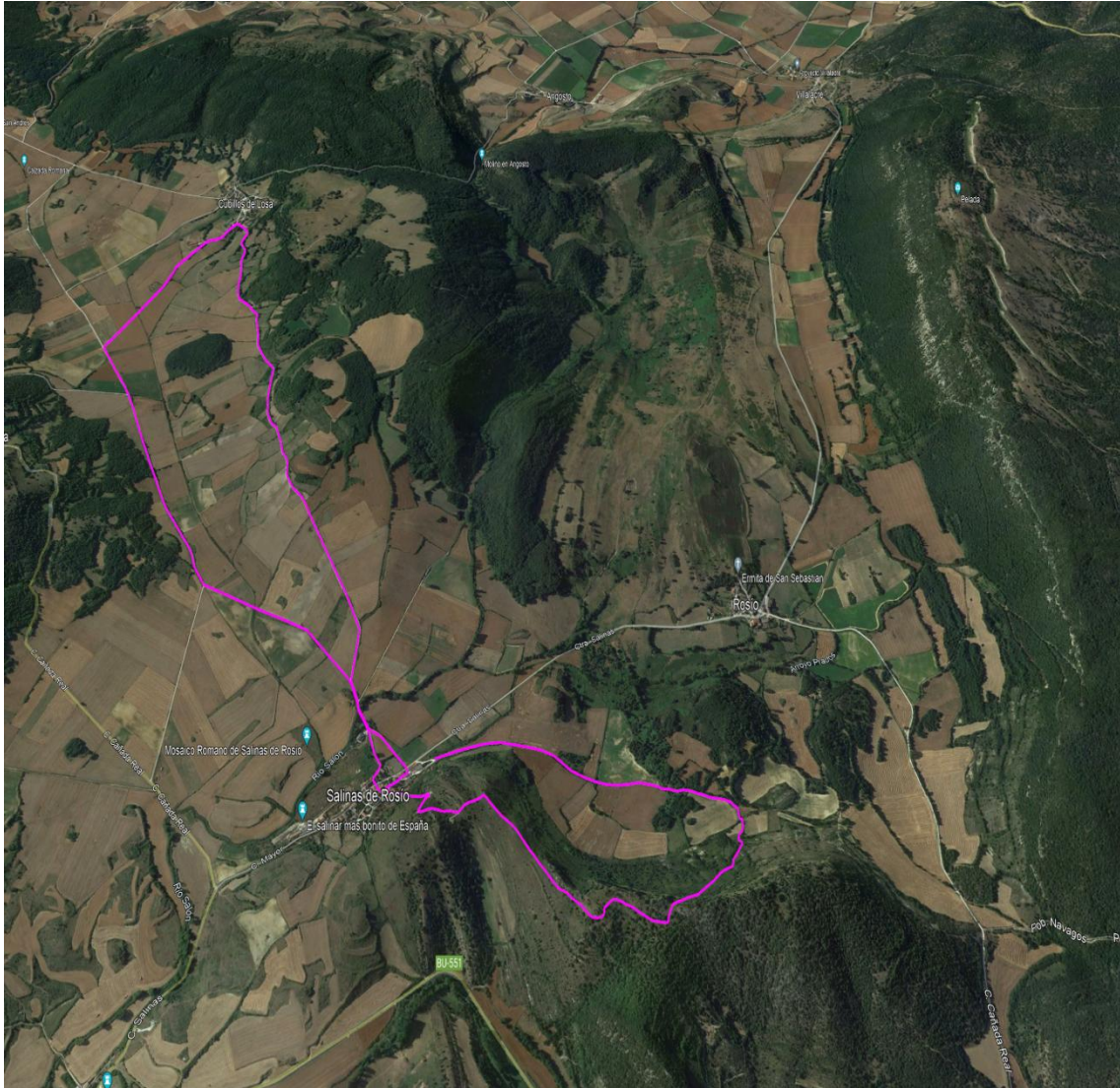
Importante: Obligatorio llevar frontal o linterna al desarrollarse por la noche y por terrenos irregulares, así como el dorsal visible. Se recomienda tener la condición física adecuada.

Cada participante podrá llevar el avituallamiento que estime oportuno personalmente, aunque no es necesario.

Se recomienda la utilización de calzado y ropa adecuada según la climatología de la noche, así como un reconocimiento previo del recorrido.

Telefono de información.

* Teléfono: 661422604



"LA SALINERA" Salinas de Rosío