

REGLAMENTO

1. Información general:

El *sábado 1 de junio de 2024*, se va a celebrar en La Hoz de la Vieja la carrera de montaña "II Trail de la Hoz de la Vieja". Prueba no oficial organizada por la Asociación "La Foz y el Castiello".

La Trail de la Hoz de la Vieja está organizada por un grupo de personas no profesionales, amantes del deporte y con vínculo con La Hoz de la Vieja. Intentamos ofrecer una carrera popular en la que damos a conocer nuestro término.

2. Inscripciones y precios:

Las inscripciones se podrán realizar hasta las 23.00 del miércoles 29 de mayo de 2024 o hasta completar el cupo máximo de 200 participantes, considerando ambas carreras.

La edad mínima para poder participar es de 14 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/ii-trail-la-hoz-de-la-vieja/inscripcion_datos/

El precio de la inscripción será de 15 euros hasta el 30 de abril incluido y a partir del 1 de mayo de 2024 17 euros.

3. Horarios de salida y tiempos de corte:

La prueba "II 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.

Quedan establecidos como puntos de corte de carrera:

Ruta corta: pk 9.1 a su paso por el avituallamiento en la localidad previo al ascenso al castillo a las 11H.

Ruta larga: pk 12.3 en el mismo punto de avituallamiento a las 12H

A partir de ese momento, la organización no se hace responsable de los corredores que quieran finalizar fuera del tiempo de control.

REGLAMENTO

4. 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.

5. Recorrido y avituallamientos.

Ambas rutas comienzan de manera conjunta saliendo del pueblo hacia el norte por el antiguo camino a Montalbán; cuando el camino se desdibuja por el trazado de la carretera se gira hacia la derecha por el camino del Cañuelo, dirección a Armillas, y tras un km se gira para volver hacia el pueblo aprovechando la senda de la Loma para bajar hasta la senda que remonta el barranco del Vadiello.

En el pk 6,7 la ruta corta asciende del fondo del barranco por una pista/senda y cambia a la vertiente del barranco del Chorredero bajando por la senda del Endrinar. Una vez en el pueblo, en el pk 9 aproximadamente, se discurre por las calles del casco urbano para subir hasta el Torreón, descender por la cara noreste y, tras pasar por debajo de la A-222, iniciar el ascenso a la Peña de la Cingla por la zona del pliegue hasta la cima, regresando por la senda que discurre paralela a la pista de Carramolino hasta que se encuentran y de ahí volver al casco a línea de meta.

La ruta larga continua hasta el pk. 8,5 donde se cruza con la pista de Carramillas, muy cerca del término vecino; se gira a la derecha y tras 1 km se desvía a la derecha para coger la senda del Solanseo. Se alcanza otra vez la pista de Carramillas y en este tramo ambas carreras coinciden, bajando el Endrinar hasta el barranco del Chorredero, por donde se sigue hasta el avituallamiento en el pk 12.3. Esta ruta se dirige dirección Segura de Baños, por el Barranquillo y la senda que llega hasta la pista de Carrasegura; tras escasos metros, se gira a la izquierda para tomar la senda de Tosan y de ahí descender al Río Carrascal (nomenclatura de las aguas arribas del barranco del Chorredero en el pueblo) y ascender por la pista de la Monresa hasta la zona de los Cabezos altos. Se sigue la pista que nos devuelve al pueblo, en la primera intersección a la izquierda y después a la derecha para coger la senda de la Balonda hasta la intersección con la pista de Madreras. Se desciende hasta el pueblo y de ahí por la calle Hospital ambas carreras se solapan hasta metal.

Los avituallamientos líquidos/frutas estarán situados:

- p.k. 4 El cañuelo/bajada de La Loma (ambos recorridos)
- p.k. 7 Ruta corta; p.k. 10.4 ruta larga pista carramillas.
- Ruta larga 8.7 fin del vadiello
- p.k. 10 ruta corta p.k.12.3 ruta larga pueblo Chorredero.

REGLAMENTO

- p.k. 16 ruta larga
- Último paso por la calle Hospital.

Entendemos que la temperatura puede ser mas alta de lo deseado y dispondremos de agua para refrescarse en recipientes diferentes a los de consumo. NO se darán vasos de plásticos por política de la prueba; cada participante deberá facilitar su recipiente.

Marcaje:

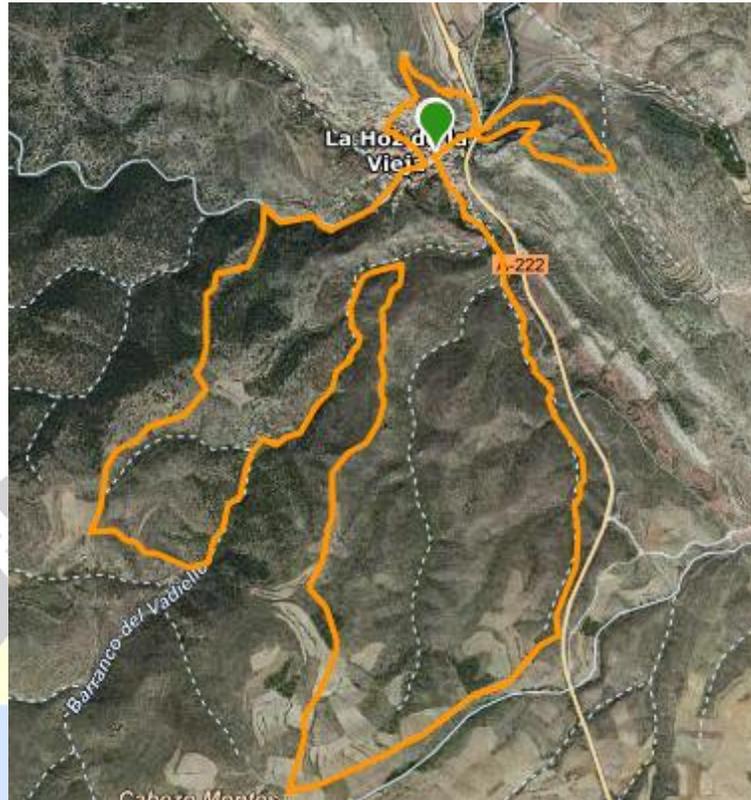
- La ruta larga estará identificada con el color rojo y la ruta larga con el color azul.
- Ambos recorridos estarán señalizados con cintas de color naranja, flechas negras sobre fondo verde si es necesario y delimitaciones con cinta de balizar. En las zonas de desvío de las dos pruebas habrá voluntarios. En principio se intentará que haya puntos de voluntarios cada dos Kilómetros aproximadamente.

Ruta corta:

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/la-hoz-de-la-vieja-recorrido-corto-definitivo-163391750>



REGLAMENTO



Ruta larga:

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/la-hoz-de-la-vieja-ruta-larga-definitiva-163395501>

1.126 m



923 m

23,04 km

REGLAMENTO



6. 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.

7. Servicios al corredor:

Todos los participantes tendrán a su disposición los siguientes servicios:

- Duchas y vestuarios en las piscinas municipales.
- Guardarropa situado a escasos metros de la línea de salida / meta.
- Servicio de ambulancia en la zona de salida / meta. Equipo sanitario 3 médicos y enfermería. 3DESA (ambulancia, municipal y protección civil).
- Puntos de avituallamientos líquidos y sólidos a lo largo del recorrido y al llegar a la meta.

REGLAMENTO

- Descuento en el precio de la comida popular que tendrá lugar al finalizar el evento.

8. Premios:

<u>12k</u>	<u>General M/F</u>	<u>Veterano A M/F (1984-1975)</u>	<u>Veterano B M/F (1974-1965)</u>	<u>Veterano C M/F (1964 y ant)</u>	<u>Local M/F</u>
<u>23k</u>	<u>General M/F</u>	<u>Veterano A M/F (1984-1975)</u>	<u>Veterano B M/F (1974-1965)</u>	<u>Veterano C M/F (1964 y ant)</u>	<u>Local M/F</u>

Los premios no son acumulables y prima la categoría superior. Se realizarán sorteos extraordinarios con el número de dorsal. Se premiará al equipo más numeroso. Se bonificará algún tramo de la carrera que se concretará.

Bolsa del corredor para cada participante con prenda conmemorativa.

9. 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 3 años.

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

10. Aspectos técnicos:

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

Cada participante escribirá móvil de contacto en la parte posterior de su dorsal.

La organización no se hace responsable de posibles lesiones derivadas de negligencias dentro y fuera del circuito.

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.

En el momento de la inscripción se acepta el uso de imágenes con fines promocionales exclusivamente de la Trail de La Hoz de la Vieja. De lo contrario, deberá notificarse por mail a la organización de la prueba (lahoztrail@gmail.com).