

REGLAMENTO

V Quedada Trail de Monterde y Marcha Senderista

Artículo 1.- Entidad Organizadora

ASOCIACIÓN CULTURAL Y DEPORTIVA CORRECAMINOS DE MONTERDE con el patrocinio y la colaboración del Excmo. Ayuntamiento de Monterde, es el organizador de la **V QUEDADA TRAIL DE MONTERDE**, la cual consta de dos recorridos previamente preparados y marcados de **11,52km con 371m d+ y de 20,64km con 666m d+**. Y de la **MARCHA SENDERISTA**, la cual constará de un solo recorrido de **6km y 206m d+**.

Artículo 2.- La prueba

El día de celebración de la prueba será el domingo 21 de mayo de 2023 y el horario de comienzo de la Quedada y marcha senderista será **las 9:30h**. La salida y la meta se producirán en la Plaza Grande en la localidad de Monterde.

Para poder participar en la **Quedada Trail**, los atletas deberán haber cumplido o superar los **16 años** de edad, si son menores de esta edad deberán ir acompañados de un adulto. Para participar en la **marcha senderista**, los participantes deberán haber cumplido o superar los **12 años**, si son menores de esa edad deberán ir acompañados por un adulto.

Cualquier participante deberá presentarse a la Quedada o a la marcha senderista tras una preparación previa para ese tipo de actividades.

Artículo 3.- Inscripciones.

Las inscripciones para participar en la **V QUEDADA TRAIL DE MONTERDE** se realizarán a través del evento creado en el soporte web <https://www.avaibooksports.com/>

La inscripción será de 7 € para la Quedada y de 2€ para la marcha senderista.

Después del evento se realizará una comida de hermandad y convivencia. Cuyo precio será de 7€ por comensal, se podrán comprar tickets de comida para acompañantes (con un máximo de 5 tickets por inscrito y con un límite de 250 comensales en total). Para l@s niñ@s entre 0 y 4 años, inclusive, la comida será gratuita.

La fecha de inicio de inscripción será a partir del 1/04/2023 a partir de las 0:00 horas.

La fecha límite de inscripción será el 19/05/2022 a las 23:59 horas.

Artículo 4.- Antecedentes

Cada participante es responsable de su propio estado físico a la hora de afrontar la prueba, cada corredor o senderista es sabedor que antes de atravesar un cruce debe asegurarse de que no

hay ningún peligro en cruzar la vía. Todos los cruces estarán controlados por voluntarios que velarán por la seguridad de los participantes.

La prueba dispondrá de un seguro de responsabilidad civil y de accidentes para los participantes.

Ante cualquier problema los participantes deberán avisar a la organización a través de algún voluntario para que ésta pueda proceder a gestionar la incidencia de la mejor manera posible.

A pesar de la buena voluntad por parte de la organización con la finalidad de reducir al máximo los peligros que puedan afectar a los participantes, éstos deberán extremar las precauciones en general en toda la carrera y en particular en las zonas marcadas como peligrosas bien sea por sus características orográficas, por sus desniveles o por cruces de caminos o carreteras.

Al proceder a realizar la inscripción **cada participante** manifiesta conocer el presente Reglamento y estar en las condiciones físicas y psíquicas óptimas para afrontar la prueba con las mejores garantías **siendo el único responsable de cualquier problema, accidente o lesión que pueda sufrir como consecuencia de la participación en el evento.**

Una vez pagada la inscripción o si se diera el caso de comprar tickets de comida sí alguien quiere la devolución de los mismos por algún motivo ajeno a la organización se les hará la devolución del 50% de la cuantía siempre y cuando sea en el plazo antes del **13 de mayo**.

A partir del **13 de mayo** no se aceptarán devoluciones del importe de la inscripción ni de los tickets de comida en ningún caso.

Artículo 5.- Avituallamientos de apoyo

La V Quedada Trail de Monterde se disputa en semi autosuficiencia (entendiendo por este término que el número de avituallamientos exige a los corredores cargar con su propia comida y bebida para los tramos entre avituallamientos, sobre todo en la ruta larga de 21km).

Existirán 2 avituallamiento para la prueba corta y 3 avituallamientos para la larga (aproximadamente estarán en los kilómetros 7, 10 y 18) el primero y el tercero será líquido y el segundo líquido y sólido. La marcha senderista tendrá 1 avituallamiento en el kilómetro 5.

La Organización puede exigir que cada participante transporte la comida que crea necesaria para una prueba de semi autosuficiencia.

En los puntos de avituallamiento se dispondrán cubos de basuras para depositar los restos, estando obligado el corredor a depositar los deshechos en estos cubos. Queda terminantemente prohibido arrojar deshechos fuera de los cubos por lo que en caso de no estar estos al alcance del corredor o senderista, éste deberá guardárselo hasta que dé con otros cubos.

Habrá entrega de botellas de agua en la meta para todos los corredores y senderistas.

Artículo 6.- Marcaje, mapa y libro de ruta

Los itinerarios de la prueba estarán señalizados por las balizas de la organización durante todo el recorrido y cartelera dispuestas por la organización, se marcarán también en especial las zonas más peligrosas y los cruces, desvíos alternativos, escapes, etc....

Si se requiere se facilitará el track del recorrido para GPS en la página web: www.adcorrecaminos.com

Artículo 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 si las condiciones meteorológicas fueran muy adversas y pusieran en algún peligro a los participantes.

En caso de que las Autoridades competentes decidan que se suspenda la prueba por motivos de la climatología extrema y poner en riesgo la integridad de los participantes, la organización no se hará cargo de la devolución del importe total de la inscripción ni de los tickets de comida, pero sí de la entrega del material adquirido de la bolsa del corredor.

Artículo 8.- Seguridad de la prueba

En todos los puntos de avituallamiento, cruces peligrosos y puntos descritos como de especial atención se dispondrá de un grupo de voluntarios en contacto permanente con la organización para que ante cualquier eventualidad se pueda actuar de la mejor manera posible. Gran parte del recorrido es accesible con vehículos para proceder de un hipotético rescate de la manera más rápida posible.

Las personas encargadas de cerrar la Quedada Trail y la marcha senderista (escobas) se encargará de comprobar que no existe ya ningún participante en carrera y por lo tanto se dará por finalizada la prueba cuando las mismas crucen la línea de meta.

En cualquier caso, los participantes de la Quedada Trail deberán conocer que **se trata de una prueba por montaña. Se atraviesan zonas rocosas que pueden estar resbaladizas, en definitiva, zonas muy técnicas que ralentizan el ritmo de carrera, por lo que hay que tener técnica para desenvolverse en estos terrenos.** Y los participantes de la marcha senderista deben saber **que el recorrido no tiene dificultad técnica alguna, solamente las comunes de la orografía del terreno.**

Artículo 9.- Normas de Seguridad

Es obligatorio atender las indicaciones de los controles y los cuerpos de seguridad de la organización.

Es obligatorio socorrer a un participante que demande auxilio.

La Organización podrá retirar de la prueba cuando considere que éste tenga mermadas sus capacidades físicas o técnicas por causa de la fatiga y el desgaste de la prueba, garantizando así su seguridad. Si el mismo, unavez retirado decide continuar, será únicamente bajo su responsabilidad y fuera de toda vinculación con la carrera y su organización.

La Organización se reserva el derecho de organizar grupos para progresar juntos en la prueba por cuestiones de seguridad.

Artículo 10.- Penalizaciones y descalificaciones

Provocará la descalificación:

- No respetar el presente Reglamento.
- Atajar el recorrido saliéndose del mismo
- No prestar auxilio a otro participante
- No hacer caso a las indicaciones del personal identificado como de la organización.
- Agredir o hacer caer a otro participante

- Insultar, vociferar o agredir física o psicológicamente a cualquier participante del evento o a la organización.

Artículo 11.- Material obligatorio

Se aconseja que cada participante disponga del material que se especifica a continuación:

- Calzado adecuado para la montaña.
- Ropa que proteja de la lluvia en el caso de que esta haga aparición.
- Mochila o cinturón para portar material de semi autosuficiencia, tales como agua, fruta, geles, barritas, etc....

Se ha de tener en cuenta que gran parte del material se exige para garantizar la seguridad de los corredores. Dado el terreno de montaña en el que se desarrollan la prueba, puede haber cambios importantes de tiempo (lluvias torrenciales, granizo) y en caso de que una hipotética evacuación se alargue más de lo esperado y se pueda hacer de noche, los participantes han de disponer de recursos propios.

Artículo 12.- Responsabilidades

Los participantes corren o andan bajo su responsabilidad. Es suya la decisión de tomar la salida y realizar la Quedada o la marcha senderista. Igualmente, para participar en cada una de las pruebas de la Quedada Trail se recomienda a todos los corredores realizar una revisión médica oficial, como máximo, 2 meses antes del inicio de la prueba y que capacite al deportista para la práctica deportiva intensiva en competición de esta modalidad de las carreras por montaña.

Artículo 13.- Derechos del corredor

La inscripción de la prueba otorga al corredor los siguientes derechos:

- Participar en la prueba
- Inclusión en el Seguro contratado (responsabilidad civil)
- Avituallamientos líquidos y sólidos en carrera y en meta.
- Bolsa del corredor.
- Guardarropa durante el transcurso de la prueba.
- Vestuario y duchas.
- Reportaje fotográfico.
- Comida de hermandad y convivencia el mismo día de la carrera (si se adquiere el correspondiente ticket de comida)

Artículo 14.- Modificaciones

El presente reglamento puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la Organización y será notificado en la web oficial y en el soporte web de inscripción <https://www.avaibooksports.com/> . El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con este reglamento.