

REGLAMENTO TRAIL CABO DE GATA-NIJAR 2020

1.- La carrera tendrá lugar el domingo **1 DE MARZO DE 2020**, con salida a las 8,30 horas, en categoría senderista, y a las 10.00 horas en categoría runner, con salida en Rodalquilar (Almería), en el Centro Social Carmen de Burgos de Rodalquilar, y llegada en San José, en su Paseo Marítimo, y se regirá bajo el presente reglamento. *La organización ofrecerá servicio de autobuses a los participantes desde San José a Rodalquilar con salida única a las 7.00 h. del día de la prueba para los senderistas y a las 8.30 h. para los runners.*

2.- La prueba se celebrará sobre un recorrido de 29,200 Kms en el Parque Natural Cabo de Gata-Nijar (Almería), trascurriendo en pista y senderos de tierra, acumulando un desnivel (positivo y negativo) de unos 350 metros

3.- Podrán participar las personas que lo deseen, mayores de 18 años , hasta un máximo de **350** participantes por riguroso orden de inscripción, **150** en Categoría senderista/caminante, y **200** en categoría runner/corredor.

La categoría senderista es única y la categoría runner se divide en las siguientes subcategorías:(años cumplidos el día de la prueba).

Femenina: Senior (18 años en adelante), Veterana (+ de 40 años) y Master (+ de 51 años).

Masculino: Senior (18 años en adelante), Veterano (+ de 40 años) y Master (+ de 51 años).

4.- CARÁCTER COMPETITIVO. Únicamente será competitiva la categoría runner. La categoría senderista no es competitiva, aunque se realizará control de tiempos.

5.- INSCRIPCIONES. Hasta un máximo de **150** senderistas y **200** runners, el plazo de inscripción finaliza el día **27 de febrero** o cuando se complete el cupo.

No se admitirán inscripciones fuera de plazo o cubierto el cupo de inscritos.

6.- PRECIO.- El importe de la inscripción para las dos categorías es de **45** euros para no federados y **40** euros para federados (FEDAMON y FEDME), que dan derecho a participar en la prueba, seguro de responsabilidad civil, seguro médico-deportivo, camiseta, avituallamientos, gran bolsa del corredor y el resto de servicios ofrecidos por la organización.

El nº de cuenta para el ingreso del importe de la inscripción es el que figura en la sección INSCRIPCIÓN de la web de la prueba.

En caso de cancelación de la inscripción hasta el 15 de febrero se retendrá el 50% del importe de la misma en concepto de gastos de gestión. Desde el 15 de febrero en adelante no se devolverá el importe de la inscripción.

No están permitidas las cesiones de dorsales.

7.- DORSALES. La recogida de dorsales se realizará el sábado, **29 de febrero**, en horario de **16.30 a 19.00 h.** en la Oficina Técnica del Trail, situada en San José (Biblioteca Municipal).

LA ORGANIZACIÓN RUEGA A TODOS LOS INSCRITOS QUE RETIREN EL DORSAL EL SÁBADO 29 DE FEBRERO EN EL HORARIO Y LUGAR HABILITADO AL EFECTO. No obstante, se podrán recoger dorsales el día de la prueba hasta media hora antes de la salida de cada una de las categorías en la línea de salida (Rodalquilar).

Es **absolutamente imprescindible** presentar el DNI, justificante de pago de la inscripción y licencia, en el caso de participantes federados.

A las 8.15 h. se efectuará el control de dorsales de la categoría Senderista y se llevará a cabo un briefing o breve explicación del recorrido. A las 8.30 h. tendrá lugar la salida de la categoría Senderista.

A las 9.45 h. se efectuará el control de dorsales de la categoría Runner y se llevará a cabo un briefing o breve explicación del recorrido. A las 10.00 h. tendrá lugar la salida de la categoría Runner.

8.- CRONOMETRAJE. La prueba será cronometrada con sistema de chip electrónico.

9.- SEÑALIZACIÓN Y CONTROLES.- El recorrido estará señalizado con trozos de cinta de plástico de color vivo y flechas, siendo obligatorio el paso por los controles establecidos. Existirán referencias kilométricas en los controles.

10.- TIEMPOS DE PASO.- Se establecen los siguientes límites horarios para el paso por los controles:

Categoría Senderista:

KM. 5 →	09:30 h.
KM. 10 →	10:50 h.
KM. 15 →	12:10 h.
KM. 20 →	13:20 h.
KM. 25 →	14:15 h.
Meta →	15:00 h.

Categoría Runner:

KM. 5 →	11:00 h.
KM. 10 →	11:45 h.
KM. 15 →	12:35 h.
KM. 20 →	13:25 h.
KM. 25 →	14:15 h.
Meta →	15:00 h.

Así mismo los “corredores escoba” o el responsable de cada control tendrán potestad para retirar de la prueba a cualquier corredor si su tiempo en carrera o su estado físico así lo aconseja. El corredor que se retire deberá avisar al puesto de control más próximo y entregar el dorsal a la organización.

La meta se cerrará a las 15:00 h.

11.- AVITUALLAMIENTOS.- Existirán 5 avituallamientos líquidos y 3 avituallamientos sólidos, sin incluir el avituallamiento final de meta.

12.- TROFEOS .-

Habrará trofeos para los tres primeros en todas las subcategorías, masculina y femenina, de la categoría runner.

13.- CAMISETA OFICIAL. En la bolsa del corredor se incluye la camiseta técnica oficial del Trail 2020: **La organización garantiza la camiseta oficial únicamente para inscripciones formalizadas antes del día 1 de febrero de 2020.**

14.- Quedara descalificado todo el que no cumpla el presente reglamento, no complete la totalidad del recorrido, deteriore o ensucie el entorno, no lleve su dorsal bien visible o desatienda las indicaciones de la organización.

15.- La organización se reserva el derecho a realizar las modificaciones en el itinerario que considere necesarias en función de los diferentes condicionantes (especialmente los requeridos por la Consejería de Medio Ambiente), así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas u otras causas de fuerza mayor así lo aconsejan. En caso de suspensión por causa o alerta meteorológica, no se devolverá el importe de inscripción.

16.- Los participantes están obligados a socorrer a los accidentados y a respetar las normas de circulación en los tramos de carretera.

17.- La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia, así como de los objetos de cada participante. Los participantes exoneran a la organización de toda responsabilidad en caso de accidente o lesión. En toda cuestión o duda que no este contemplada en este reglamento se aplicara el criterio de la organización.

18.- Es necesario tener la condición física y el estado de salud adecuados a las características de esta prueba de gran dureza, que reúne a la vez condiciones como el alto kilometraje, larga duración, terreno de montaña, fuertes desniveles, exposición al sol, fuertes vientos y clima de montaña. **Cualquier participante, en el momento de realizar la inscripción, se responsabiliza de su propia condición física y exonera a la organización de cualquier riesgo derivado de la misma durante el desarrollo y posteriormente al evento.**

19.- En función de las condiciones meteorológicas se podrá exigir a los corredores que vistan malla larga , prenda cortavientos, guantes y gafas de sol.

20.- Es aconsejable beber en todos los avituallamientos y alimentarse convenientemente, de manera que los participantes deberán valorar la posibilidad de llevar avituallamiento liquido y/o sólido adicional personalmente.

21.- La prueba se desarrolla en un paraje protegido de gran belleza natural, por lo que será obligación de todos preservar el entorno. **El abandono de desperdicios fuera de las zonas de control supone la descalificación inmediata del infractor.**

La prueba responde a una filosofía, con cada vez más adeptos, que combina el deporte al aire libre con el respeto a la naturaleza. Por esta razón invitamos a todos los corredores a compartir nuestra filosofía y a contribuir, con su comportamiento eco-responsable, al mantenimiento del equilibrio del entorno natural de los lugares donde se celebra la prueba.

Gran parte del recorrido transcurre por pistas y senderos del PARQUE NATURAL CABO DE GATA - NIJAR. Los participantes en estas pruebas saben muy bien que la montaña es un entorno frágil que debe preservarse. Por ello, desde la organización, se pretende que ésta sea una carrera eco-responsable y respetuosa al máximo con la montaña. Su objetivo es tener un impacto nulo sobre el medio natural y la concienciación de todos (participantes y acompañantes) para proteger este entorno excepcional.

Es aconsejable beber en todos los avituallamientos y alimentarse convenientemente, de manera que los participantes deberán valorar la posibilidad de llevar avituallamiento líquido y/o sólido adicional personalmente.

La prueba se desarrolla en un paraje protegido de gran belleza natural, por lo que será obligación de todos preservar el entorno. El abandono de desperdicios fuera de las zonas de control supone la descalificación.

La prueba estará supervisada por un juez medioambiental.

Cada participante (en caso de llevar en la salida) deberá marcar sus geles, barritas o alimentos con plástico con su número de dorsal (esto lo deberá hacer con un rotulador permanente que impida que se borre). En el corralito de salida podrá ser requerido por miembros de la organización o jueces de la prueba.

En la prueba se establecerán en los puntos de avituallamiento zonas de recogida de residuos selectivos, si cualquier participante deposita residuos fuera de estas zonas de avituallamiento podrá ser sancionado y descalificado.

En los avituallamientos no se proporcionarán vasos de plástico, cada participante deberá portar un vaso para avituallarse correctamente.