

REGLAMENTO CARRERA PEDESTRE ALCORNOCAL SIERRA DE LÚJAR.

1. ORGANIZACIÓN: Ayuntamiento de Lújar.

2. PRUEBA: El trail alcornocal Sierra de Lújar se celebra el 26 de Enero de 2020 y consta de dos modalidades:

- C.P.I con 27,3 Km.
- Mini C.P. con 17 Km.

La salida y llegada será desde el mirador de Lújar

- C.P. 9:00 de la mañana.
- - Mini C.P. y senderismo 09:10 de la mañana.

Cierre de meta a las 14:30 horas.

3. INSCRIPCIONES: Número de plazas del trail 300. La fecha de apertura de inscripción es el 28 de Agosto del 2019 y se cierra una semana antes de la prueba o hasta agotar inscripciones.

Precios:

- Hasta el 30 de noviembre
18€ C.P.
15€ - Mini C.P. y senderismo
- Desde el 1 de diciembre (sin posibilidad de escoger talla de camiseta)
22€ C.P.
18€ - Mini C.P. y senderismo

En ningún caso se devuelve el dinero de la inscripción.

El precio incluye comida final con una bebida para corredores.

Camiseta de regalo.

Seguro de accidentes, servicio de duchas, servicio fisioterapia si hubiese.

Y demás regalos que se puedan dar.

4. RECOGIDA DE DORSALES:

- Se pondrán recoger el día de antes en Lújar desde las 19h en la plaza del puebl y el mismo día en la zona de salida/meta desde las 7 de la mañana.
- Al ser la salida del minitrail 10 min más tarde tendrán prioridad en la recogida los participantes del trail para facilitar la recogida.

5. CATEGORÍAS:

Mini C.P.:

- Cadete 15,16,17 años, es decir, que no cumplan los 18 en el año de referencia (sólo podrán correr el Mini trail).
- Junior 18 y 20 años cumplidos en el año de competición (sólo podrán correr el Mini trail).
- Absoluta. A partir de 18 años cumplidos el año de referencia. Esta categoría engloba al resto de participantes y categorías que participen en el Mini trail.

Carrera Peditre:

- Promesas: 21,22 y 23 años y que no cumplan los 24 en el año de referencia.
- Sénior de 24 a 39 años cumplidos en el año de competición.
- Veteranos de 40 a 50 cumplidos en el año de competición.
- Máster de 51 a 54 años cumplidos en el año de competición.
- Máster 55 desde 55 años cumplidos en el año de competición.

También se establece premio para los vencedores absolutos de la prueba. Todas éstas categorías son tanto femenino como masculino.

6. PREMIOS: Se entregará bolsa del corredor a cada participante de la prueba. Se entregarán trofeo a los tres primeros clasificados del Mini C.P. y C.P. y por categorías no siendo acumulables.

7. RECORRIDO

Asfalto 830 m el 3% del total.

Sendero 16,8km 62,28% del total.

Cortafuegos 5,125km19% del total.

Pista 4km 14,81% del total.

La Cota max se sitúa a1003m.

Cota min a 390 m.

Pendiente media 11,1%

Pendiente max 36,7% y la mínima - 35,7%

Desnivel positivo acumulado 1640m.

Desnivel negativo acumulado 1641m.

Desnivel acumulado por km es de 121 m.

Se debe tener especial cuidado en algunos tramos de bajada sobre todo el último sendero que llega al pueblo, son 2,7kms muy técnico y roto. Todos estarán con señales de bajada peligrosa y se pondrá un tramo de cuerda a modo de pasamanos en una bajada.

Recorrido CP Sierra de Lújar

<https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/lujar-larga-38440558>

Recorrido Mini CP Sierra de Lújar

<https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/mini-lujar-2020-38302930>

8. ASPECTOS TÉCNICOS Y DE SEGURIDAD: En caso de malas condiciones meteorológicas o de causas de fuerza mayor, la Organización se reserva el derecho de suspender, neutralizar o modificar las franjas horarias y/o el recorrido de la prueba. Para la modalidad trail se recomienda el uso de gorra, crema solar y llevar agua durante el recorrido.

En caso de anulación de la prueba por causas de fuerza mayor, no se contemplará ningún reembolso. El recorrido estará debidamente señalizado con indicaciones de dirección, siendo responsabilidad del participante el estudio previo del recorrido y la verificación activa de que se han registrado adecuadamente los pasos por los puntos de control y la entrada en meta.

Se penalizará la alteración o modificación de las señales de balizamiento y señalización dispuestas a lo largo del recorrido. Su respeto y cuidado constituyen un elemento de seguridad para el resto de participantes. La Organización establece la recomendación de De uso de calzado específico de trail y se exime de cualquier responsabilidad o accidente ocurrido por el no uso de este tipo de calzado.

Se permite el uso de bastones, teniendo la obligación de plegarlos cuando no se estén usando. Se colocarán carteles con información importante del recorrido y de distancias durante el trayecto para ayudar a los participantes.

PLAN DE EMERGENCIAS La prueba contará con el servicio de médicos, personal de protección civil y voluntarios. Se cuenta con la cobertura de servicio de ambulancia durante la prueba. El Servicio Médico de la competición y los jueces de la misma están facultados para retirar durante la prueba a cualquier deportista que, a su juicio, manifieste un estado físico que pueda ir en detrimento de su salud.

9. AVITUALLAMIENTOS. Se establecerán puestos de avituallamiento suficiente y uno más en la zona de meta para todas las modalidades, con avituallamiento de agua, bebida isotónica, Coca Cola, dulces, plátanos, frutos secos, cerveza sin alcohol..

10. COMPORTAMIENTO DEPORTIVO Y RESPETO AL MEDIO AMBIENTE. La carrera se realiza con total respeto por el medio ambiente. Todo participante solicitado tiene que prestar socorro a otro participante que esté en peligro o accidentado, estando obligado a comunicarlo al control más cercano inmediatamente. La privación de auxilio será penalizado con la descalificación inmediata. Abandono voluntario de un corredor . Un corredor podrá abandonar la prueba siempre que él lo desee, pero lo deberá realizar de acuerdo con los puntos siguientes: Se retirará en un control y entregará el dorsal. El competidor asume toda la responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado. Serán descalificados de la competición, los participantes que muestren aptitudes violentas o arrojen basura en la naturaleza. Siendo obligatorio depositar los envases y otros desperdicios en los lugares habilitados para ello.

EL INCUMPLIMIENTO DE ESTE PUNTO ACARREARÁ LA DESCALIFICACION INMEDIATA DEL CORREDOR, pudiendo ser inhabilitado mediante un simple testimonio de cualquier miembro del equipo organizativo de la Carrera.

11. DERECHOS DE IMAGEN Y PROTECCION DE DATOS

La organización se reserva los derechos de las imágenes, fotografías, videos e información de la prueba en las que puedan aparecer los participantes, así como de utilizar ese material para anuncios, relaciones públicas o cualquier otro propósito periodístico o de promoción del evento. De acuerdo con lo establecido en la Ley Orgánica 15/1999 de 13 de diciembre de Protección de datos de carácter personal, todos los datos de los participantes recogidos en el formulario de inscripción serán incluidos en un fichero privado propiedad de los organizadores con fines exclusivos de gestión de la prueba así como cualquier finalidad promocional relacionada con su participación en la misma que implique a patrocinadores o colaboradores del evento. Todos los interesados podrán ejercer sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición de sus datos personales mediante correo electrónico.

12. ACEPTACION DEL REGLAMENTO

Los participantes inscritos en esta carrera participan de forma voluntaria, bajo su responsabilidad y reuniendo las condiciones físicas y de salud necesarias para participar en una prueba.