

## REGLAMENTO

# V TRAIL QUEBRANTAMÚSCULOS SIERRA DE CASTRIL



Trail, Mini-Trail y Trail Cadetes y Junior

Castril (Granada) 27 de mayo de 2018

## REGLAMENTO

1.- Para todo lo no contemplado en el presente reglamento la prueba se basará en los reglamentos de la Federación Andaluza de Montaña (Aprobados en Asamblea General Ordinaria FAM del 26 de noviembre de 2016).

2.- Las diferentes pruebas tendrán lugar el último fin de semana de mayo el día 27 de 2018, con salida desde el Camping El Cortijillo (Parque Natural Sierra de Castril) (Granada), la meta estará situada en el mismo sitio y se regirá por este reglamento.

3.- Habrán cuatro tipos de pruebas:

- **Trail Quebrantamusculos:** 28 km. de recorrido y 1800 metros de desnivel positivo.

- **Mini Trail:** 15 km. de recorrido y 750 metros de desnivel positivo.

- **Trail Cadetes y Junior:** 10 km de recorrido y 500 metros de desnivel positivo.

4.- Podrán participar las personas que lo deseen, mayores de 18 años en la Carrera Vertical y el Trail Cadete Junior y mayores de 21 años en todas las modalidades.

5.- **INSCRIPCIONES:** Hasta un máximo de 300 participantes entre todas las modalidades, el plazo de inscripción empieza el 1 de abril y finaliza el 22 de mayo de 2018 o cuando se complete el cupo. No se admitirán inscripciones fuera de plazo o cubierto el cupo de inscritos. La inscripción para las diferentes pruebas da derecho a:

- Participar en la prueba
- Seguro de accidentes
- Camiseta conmemorativa
- Avituallamientos
- Comida para los participantes al finalizar la carrera
- Del importe de la inscripción se destinarán 1 euro a la investigación sobre el cáncer

6.- **DORSALES Y CHIP DE CONTROL:** La recogida de dorsales y chip de control se podrá efectuar el día 26 de mayo en la Teatro Manuel Carra en Castril de 17:00 a las 20:00 o

El día 27 domingo en el Camping El Cortijilo desde las 6:30h hasta las 8:00h. Será imprescindible presentar el DNI y los federados también la tarjeta federativa y los cadetes autorización firmada por sus padres o tutor legal. Así como, el documento de encontrarse en buen estado de forma y salud para su participación en la prueba, eximiendo de toda responsabilidad a la organización y declara conocer todo el reglamento de la competición, aceptándolo íntegramente.

**7.- 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.

#### **8.- HORARIOS:**

##### **Domingo 27 de mayo de 2017**

**TRAIL:** Control dorsales a las 8:00 h.

Salida: 8:30 h.

Cierre Control Bco. Marfil (Km. 17): 12:00 h.

Cierre Control Gollizno de la Puerca (Km. 20): 13:00 h.

Cierre meta: 14:30 h.

**TRAIL CADETES Y JUNIOR:** Control de dorsales a las 8:00 h.

Salida: 8:30 h.

Cierre de meta: 14:30 h.

**MINI-TRAIL:** Control dorsales a las 8:00 h.

Salida: 8:30 h.

Cierre control Bco. Marfil (Km. 7): 12:00 h.

Cierre meta: 14:30 h.

#### **9.- AVITUALLAMIENTOS:**

- En el **Trail** existirán 4 avituallamientos líquidos y 2 de ellos tendrán alimentos sólidos.
- En el **Mini-Trail** habrá dos avituallamientos líquidos y uno de ellos también sólido.
- En el **Trail Cadetes y Junior** habrá dos avituallamientos uno líquido y uno en meta líquido y sólido.

## 10.- PREMIOS:

- En el **Trail Quebrantamúsculos** tendrán trofeo los tres primeros clasificados de las siguientes categorías:

-**Categoría Absoluta, Femenina y Masculina.** (21 años en adelante cumplidos el año de la competición)

- **Subcategoría Promesa, Femenina y Masculina.** (21, 22, y 23 años que no hayan cumplido los 24)

- **Subcategoría Senior, Femenina y Masculina.** (24 a 39 años cumplidos en el año de competición)

-**Subcategoría Veterana, Femenina y Masculina.** (40 a 50 años cumplidos el año de la competición)

-**Subcategoría Master, Femenina y Masculina.** (51 años en adelante cumplidos el año de la competición)

- En el **Mini-Trail** tendrán trofeo los tres primeros clasificados de la **Categoría Absoluta Femenina y Masculina** (21 años en adelante)

- **Trail Cadetes y Junior** tendrán trofeo las siguientes categorías:

- **Categoría Cadete, Femenina y Masculina.** (15, 16 y 17 años, que no cumplan los 18 en el año de referencia)

- **Categoría Júnior, Femenina y Masculina.** (18, 19 y 20 años, que no cumplan los 21 en el año de referencia)

- Premio a al **club más numeroso** en todos los eventos.

**11.-** 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.

**12.-** La organización se reserva el derecho a realizar las modificaciones en el itinerario que considere necesarias en función de los diferentes condicionantes, así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas u otras causas de fuerza mayor así lo aconsejan.

**13.-** Los participantes están obligados a socorrer a los accidentados.

**14.-** Es necesario tener la condición física y el estado de salud adecuado 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 alta montaña.

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

**16.-** 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.

**17.-** Los participantes en esta prueba en el momento de inscribirse aceptan conocer que esta es una actividad de riesgo que puede ocasionar graves lesiones.

**18.- RUTA SENDERISTA FAMILIAR:** Los acompañantes de los participantes en las diferentes modalidades del Trail Quebrantamúsculos podrán asistir a una excursión guiada al paraje de la Cerrada de la Magdalena. Esta excursión es un agradable paseo de unos cinco kilómetros sin dificultad a uno de los rincones más bellos de la Sierra de

Castrol, por este sitio pasa la carrera en su tramo final. La participación en esta ruta es **gratuita** y solo es necesario estar en la puerta del Camping El Cortijillo a las 10:00 h.