

# REGLAMENTO EL TREBOL DE GREDOS SUR 2022

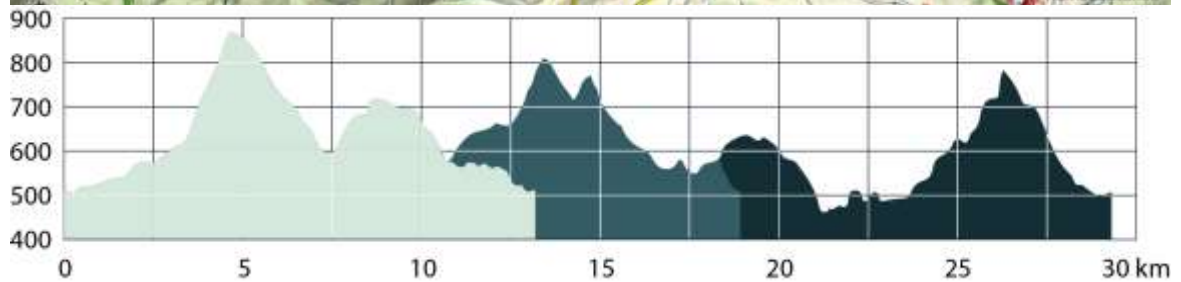
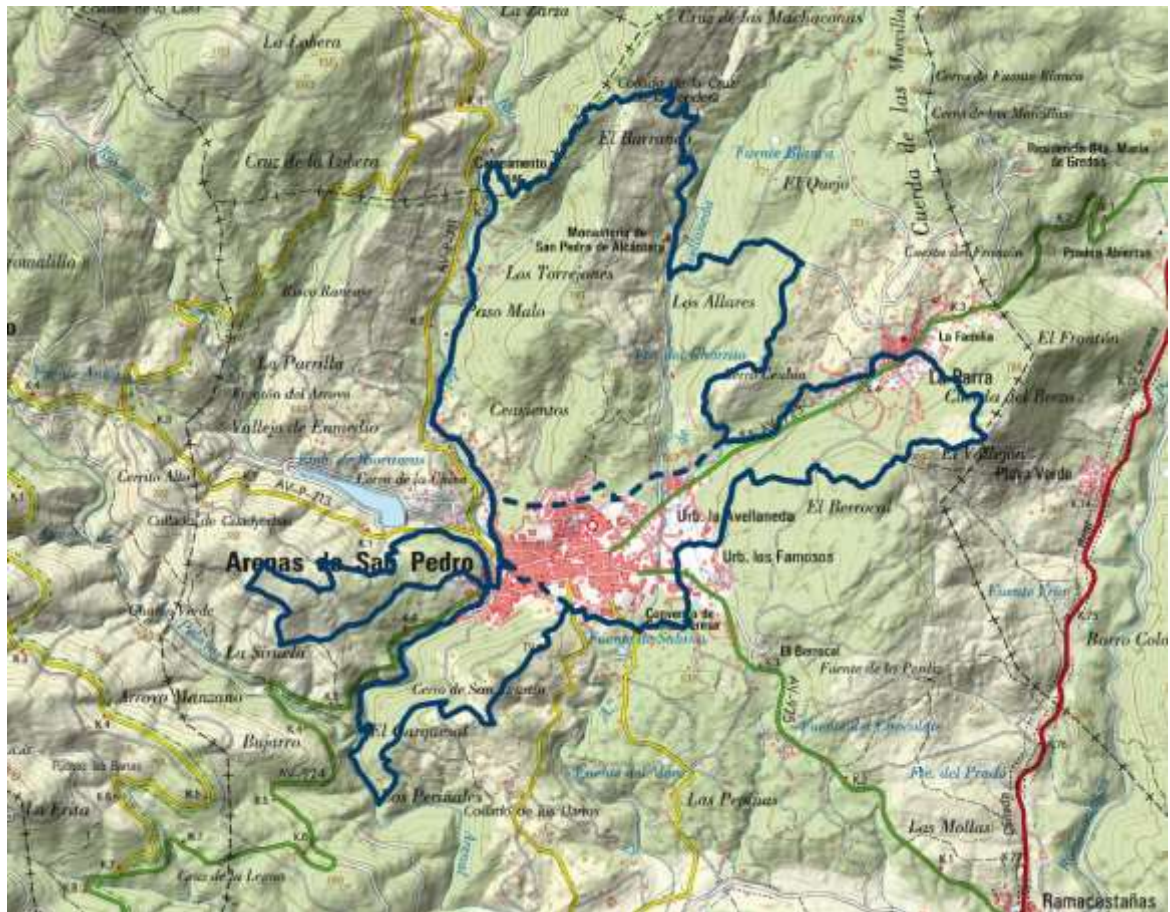
## 1. DENOMINACIÓN

### EL TREBOL DE GREDOS SUR II

## 2. PARTICIPANTES

Máximo de 350 participantes en total

## 3. CROQUIS Y PERFILES



## **REGLAMENTO EL TREBOL DE GREDOS SUR 2022**

La Organización instalará 4 puntos de avituallamiento durante el recorrido, los cuales estarán situados en los puntos kilométricos:

- KILÓMETRO 8: Avituallamiento líquido y sólido
- KILÓMETRO 14; Avituallamiento sólido y líquido
- KILÓMETRO 22: Avituallamiento sólido y líquido

RUTÓMETRO KM	TRAIL 29 KM		TRAIL 13 KM	
	PRIMEROS	CIERRE	PRIMEROS	CIERRE
SALIDA	10:00	10:00	10:00	10:00
KM 4	10:20	10:45	10:20	11:00
KM8	10:50	11:20	10:40	12:05
KM14	11:25	12:30		
KM 22	12:00	13:30		
META	12:40	14:00		

#### **4. RESPONSABLES**

DIRECTOR DE LA PRUEBA: GONZALO DELGADO ORTÍ

RESPONSABLE DE SEGURIDAD VIAL.- JOSE MARÍA MANCEBO QUINTANA

## **REGLAMENTO DE LA CARRERA EL TREBOL DE ARENAS**

### 1) DEFINICIÓN.

- La carrera de montaña “ EL TREBOL DE GREDOS SUR”, es una prueba organizada por el Grupo Gredos de montaña con C.I.F.05022843 con colaboración del Excmo. Ayuntamiento de Arenas de San Pedro.
- Se celebrará el día 20 de noviembre de 2022, a las 10:00 horas, con salida y meta en la localidad abulense de Arenas de San Pedro.

### 2) RECORRIDOS

- El recorrido de la Prueba del II TRAIL EL TREBOL DE ARENAS es de montaña, con salida y llegada en el mismo punto, recorriendo caminos y senderos del término Municipal de Arenas de San Pedro, pasando por zonas de gran belleza natural.
- La inscripción es diferenciada para los dos recorridos planteados. La salida es común para los dos recorridos. En el km 10 aproximadamente, se produce la separación de los dos itineraries, teniendo ambos clasificaciones diferenciadas.
- La distancia Del Trail el trébol de Gredos Sur es de 29.2 km, con desnivel

## REGLAMENTO EL TREBOL DE GREDOS SUR 2022

positivo de 1.615 metros. El itinerario más corto 13,3 Km y 680 m positivos.

- Las condiciones pueden ser difíciles por lo que se requiere de una buena preparación y una gran capacidad de autonomía personal para realizar los recorridos. Todos ellos son trazados de montaña con asistencia de la Organización, en los que cada participante deberá llevar su material de seguridad.

### 3) AVITUALLAMIENTOS Y MARCAJE

- Se dispondrá de avituallamientos líquidos y sólidos suficientes, pero existirán tramos de recorrido en los que habrá mayor distancia entre avituallamientos y el corredor tendrá que utilizar sus propios recursos.
- Cada participante podrá disponer de la bebida y de la comida que crea necesaria
- El itinerario estará señalizado especialmente para las carreras, se seguirán las marcas que habrá puesto la Organización, consistentes en cinta de balizar, banderolas, etc.
- Está prohibido tener ayuda externa e ir acompañado de otras personas que no sean participantes inscritos en las pruebas.
- La Organización instalará 3 puntos de avituallamiento, los cuales estarán situados en los puntos kilométricos:
  - **KM 8.** Líquido y sólido (fruta, chucherías, agua, isotónico)
  - **KM 14.** Líquido y sólido (agua, isotónico, fruta y chucherías)
  - **KM 22.** Líquido y sólido ( Agua, isotónico, dulces y fruta)
- No obstante, la Organización podrá modificar, tanto el contenido, como la ubicación de los avituallamientos, de lo que avisará oportunamente a los corredores a través de un email dos días antes de la prueba, así como con publicaciones de Facebook.

### 4) SUPERVISIÓN, CRONOMETRAJE, SEGURO Y CONTROL DE LA PRUEBA

- La supervisión, control de la prueba y seguro correrán a cargo de la organización de la prueba. Y el cronometraje correrá a cargo de la empresa "Evedeport"
- En los controles de paso habrá personal de la Organización que velará por la seguridad de los corredores.
- Un equipo escoba de la Organización realizará el recorrido cerrando la carrera de cada una de las modalidades de carrera.
- Hay que seguir en todo momento las indicaciones del personal de

## **REGLAMENTO EL TREBOL DE GREDOS SUR 2022**

Organización y de seguridad.

- En el dorsal estará disponible el teléfono de emergencia que puede ser utilizado en caso de lesión o cualquier situación que el corredor considere necesaria.

### 5) SEGURIDAD.

- La Organización situará en determinados puntos del recorrido y en los controles de paso, personal especializado encargado de velar por la seguridad de los participantes. Es obligatorio seguir las indicaciones de este personal, que estará convenientemente identificado. En caso de abandono hay que comunicarlo lo antes posible al personal de la Organización. Se dispondrá de personal médico y ambulancia en puntos estratégicos del recorrido para intervenir en caso de necesidad. Existe también un plan de rescate y evacuación en caso de necesidad. Un equipo escoba encargado de cerrar la carrera comprobará el paso de todos los participantes.

### 6) INFORMACIÓN GENERAL

- Habrá vestuarios y duchas para después de la prueba, debidamente señalizados.
- La Organización no se hace responsable de los accidentes o daños que puedan recibir o producir los participantes, si bien velará para evitarlos.
- Está prohibido participar con perros.
- La Organización se reserva el derecho de modificar las bases de la Prueba, o incluso suspender la prueba ante una eventualidad o causa de fuerza mayor.
- Los participantes seguirán las instrucciones que les sean dadas por la Organización.
- Al inscribirse, todo participante acepta sin reservas el presente reglamento, la ética de las carreras y la normativa anexa.

### 7) LIMITES HORARIOS

- Se establecerán límites horarios suficientemente amplios como para que se pueda realizar la prueba a ritmo relajado, pero dentro de unas pautas deportivas exigentes.
- No se permitirá seguir en competición a los participantes que superen estas barreras horarias. A los que quieran seguir se les retirará el dorsal, el chip y podrán continuar fuera de carrera y bajo su responsabilidad.
- En caso de malas condiciones meteorológicas o por razones de seguridad, la organización se reserva el derecho de parar la prueba, modificar el recorrido o de variar los límites horarios, así como los propios recorridos.

### 8) REGRESO A SALIDA Y ABANDONOS

## **REGLAMENTO EL TREBOL DE GREDOS SUR 2022**

- La Organización dispondrá de vehículos de retorno al Centro de Competición en los controles oportunos.
- Los participantes que abandonen en alguno de estos puntos deberán indicarlo al responsable del control y podrán ser evacuados al cierre del control.
- Los abandonos se deberán efectuar en los controles siempre que sea posible. En caso de necesidad de evacuación por accidente o lesión que impida la aproximación a pie a uno de los puntos de retorno, se deberá avisar a la Organización por todos los medios posibles contactando con alguna persona de control o de asistencia de seguridad para activar el operativo de rescate.

### 9) DORSALES

- Se podrán retirar los dorsales el día anterior a la prueba desde las 18:00 hasta las 20,00 y el día de Carrera desde las 8,30 hasta las 9,30
- Los participantes deberán llevar en todo momento los dorsales facilitados por la organización situados en la parte delantera.
- Los dorsales deben estar siempre visibles, no se pueden recortar, doblar, tapar ni modificar.

### 10)CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

- Tener 16 años cumplidos para la prueba complete. En caso de ser menor de edad es obligatorio que los participantes presenten la autorización correspondiente del representante legal del menor.
- Como se ha mencionado antes, los menores con edad comprendida entre 16 y 18 años en el momento de la realización de la prueba solo pueden hacer el primer bucle pero realizarán la inscripción con la autorización correspondiente del representante legal del menor, firmada y entregada en la Mesa de Incidencias, realizando allí mismo la inscripción de la prueba.
- Conocer y aceptar las condiciones del presente reglamento.
- Cada corredor deberá tener material adecuado para soportar las condiciones climatológicas que se presenten.

### 11)MATERIAL OBLIGATORIO

- La Organización aconseja el uso del siguiente material: Zapatillas de montaña (trailrunning) o similar
- Ropa Adecuada. Chubasquero, manguitos, guantes
- Sistema hidratación (min. 0'5L)

Es una prueba que se disputa al final del otoño con una temperatura que puede estar por debajo de los 10 grados y lloviendo, en ese caso se hará imprescindible el uso de chubasquero con capucha

La Organización comunicará cual será el material obligatorio y recomendable para la prueba mediante el envío de un email 2 días antes de la prueba, así como en la Redes Sociales y la Página Web Oficial de el Grupo Gredos de

# REGLAMENTO EL TREBOL DE GREDOS SUR 2022

Montaña

## 12)CÓDIGO DE CONDUCTA PARA PARTICIPANTES

- Se respetará durante todo el recorrido de la prueba el medio natural y queda terminantemente prohibido arrojar los envases (botellines de agua, geles, papeles, etc...) utilizados por los participantes en la prueba como avituallamiento, tanto en los puntos de avituallamiento como durante el resto de recorrido. La Organización habilitará recipientes en los que arrojar dichos envases.
- Podrá ser descalificado por la Organización el participante que no acate esta norma.
- Los participantes están obligados:
  - A respetar las normas de circulación en los cruces de caminos.
  - A atender las indicaciones de comisarios, los cuerpos de seguridad y de la Organización.
  - A socorrer a un participante que demande auxilio.

## 13)DIRECCION DE CARRERA Y COMISARIOS

El Director de Carrera podrá retirar de la competición a un corredor, cuando considere que este tenga mermadas sus capacidades físicas o técnicas como causa de la fatiga, o sus condiciones no sean las apropiadas para continuar en carrera. Este podrá suspender, acortar, neutralizar o detener la carrera, por seguridad o causas de fuerza mayor ajenas a su voluntad (climatología, etc.).

## 14)DESCALIFICACIONES

- No pasar por el control de salida.
- No pasar por los puntos de paso (PC) obligatorios.
- Perder el CHIP de control o el dorsal.
- Incorrecciones con relación a los dorsales.
- Tirar basuras o desperdicios.
- Infracciones contra el medio ambiente.
- Desobedecer directrices de seguridad indicadas por la Organización.
- Transitar fuera de los caminos o senderos y lugares marcados por la Organización.
- Transporte exterior.

## 15)CATEGORÍAS

- Absoluta hombres
- Absoluta mujeres
- Veterano Hombres: nacidos antes de 1983
- Veterana Mujeres: nacidas antes de 1983

Estas categorías se calcularán en base a los datos indicados en el formulario de inscripción y se tomará la edad cumplida antes del 31 de Diciembre del

## REGLAMENTO EL TREBOL DE GREDOS SUR 2022

año de la prueba.

En cada prueba los Trofeos y premios solo serán acumulativos en la categoría de General y Local.

**RECLAMACIONES –JURADO DE LA PRUEBA** Se tiene que presentar a la organización por escrito antes de la entrega de premios.

- El jurado de la prueba estará formado por: el Director de carrera y dos árbitros.

### TROFEOS

Habrán trofeos para los tres primeros clasificados en cada categoría y Carrera, salvo en la categoría local que solo se premiará al primer clasificado en categoría masculina y femenina

### 18.-INSCRIPCIONES

Los precios serán los siguientes:

-Socios del GGM .....	GRATIS
- 13 K.....	15 euros
- 20K.....	20 euros

La inscripción incluye:

- Participación en la carrera
- Camiseta u otro complemento
- Seguro de la prueba, servicio médico.
- Servicio fotográfico durante la prueba.
- Avitallamientos líquidos y sólidos durante la prueba.
- Aperitivo tras la finalización de la carrera.
- Duchas y vestuarios
- Consumición de comida y bebida como obsequio de fin de carrera
- Sorteo de obsequios al final de la prueba
- El cambio, devolución de dorsal o cualquier otro cambio de las condiciones que se adquieren con la inscripción, tendrá que ser consultada con el Director de Carrera.

### 19.-RESPONSABILIDADES

Los participantes participan en la prueba bajo su responsabilidad. Sobre ellos recae la decisión de la salida y realización de la carrera. Los participantes eximen a la organización de las reclamaciones o demandas basadas en supuestas acciones o no acciones de los participantes u otros que actúen a su favor, así como de las reclamaciones o demandas resultantes de los daños que puedan sucederles a los participantes y a sus materiales incluidos la pérdida o el extravío. Los participantes deberán firmar los documentos que se requiera para evidenciar más claramente cualquier apartado del reglamento.

## **REGLAMENTO EL TREBOL DE GREDOS SUR 2022**

### **20.-DERECHOS DE IMAGEN**

La Organización se reserva los derechos de las imágenes, tomando y recopilando fotografías, vídeo e información de las pruebas. Así como de utilizar todo este material para anuncios, relaciones públicas o cualquier otro propósito periodístico o de promoción de la carrera y otros eventos

### **21.-MODIFICACIONES**

El presente reglamento puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la organización. El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con este reglamento.

### **22.-ACREDITACIONES**

En el momento de recoger el dorsal y el material, los participantes deberán presentar el DNI y la Licencia Federativa.

El presente reglamento puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la organización. El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con este reglamento.