

REGLAMENTO EL TRÉBOL DE GREDOS SUR 2024

1. DENOMINACIÓN

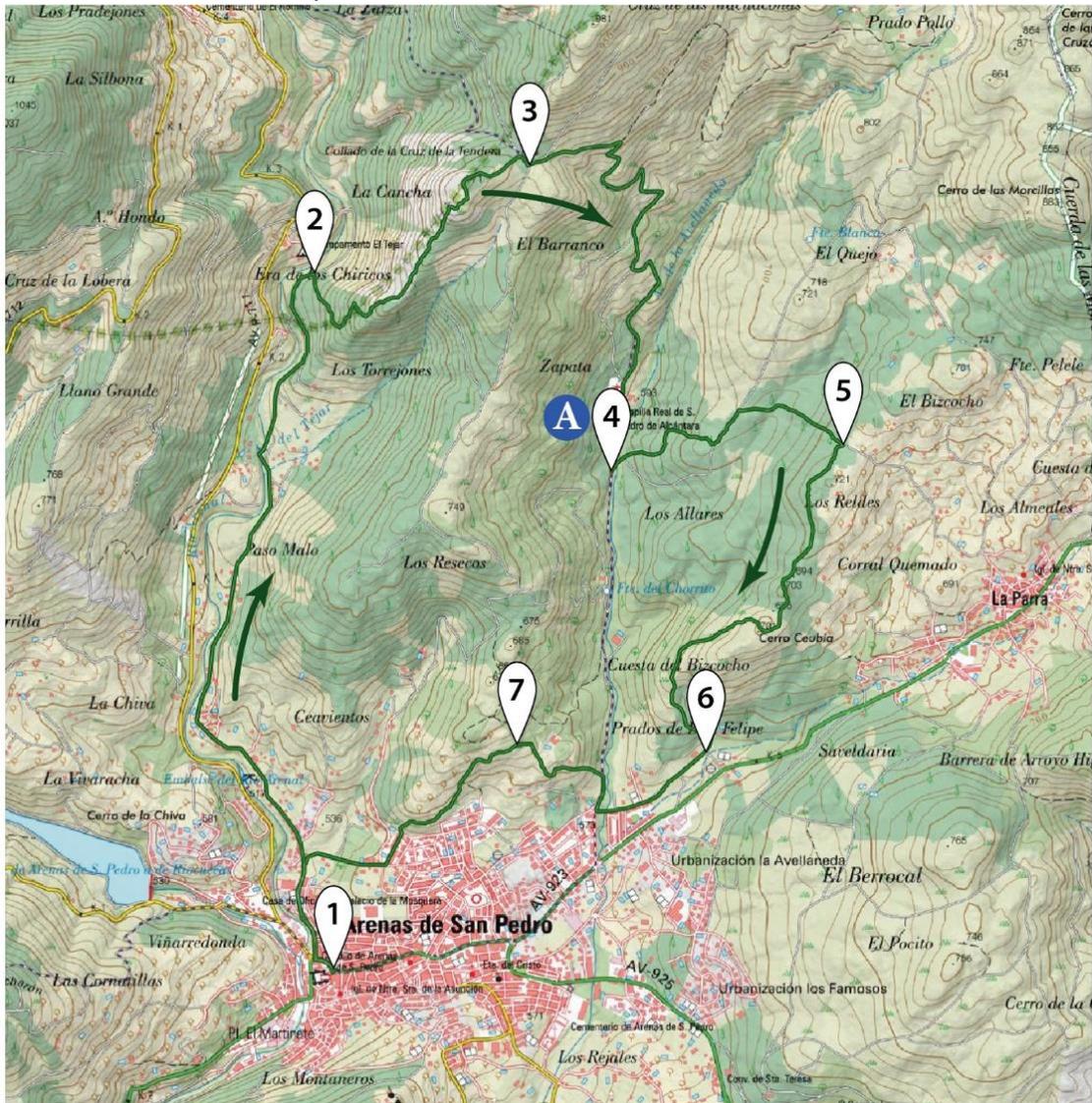
EL TRÉBOL DE GREDOS SUR

2. PARTICIPANTES

Máximo de 350 participantes en total entre las dos carreras.

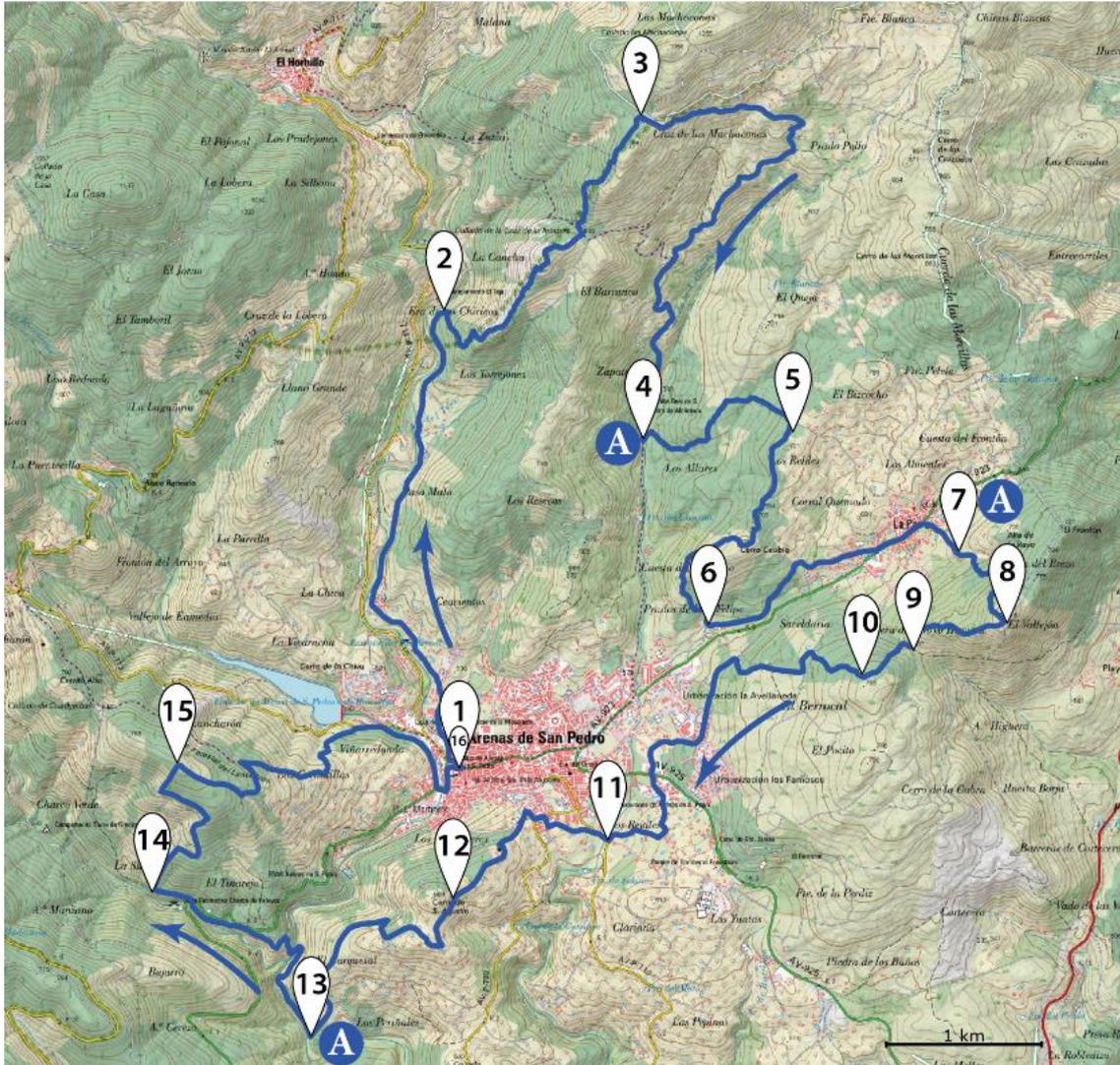
3. MAPAS Y PERFILES

a. CORTA 14,2 km



REGLAMENTO EL TRÉBOL DE GREDOS SUR 2024

b. LARGA 29,7 km



**29,7 km
± 1.400 m**

La Organización instalará 3 puntos de avituallamiento durante el recorrido, los cuales estarán situados en los puntos kilométricos indicados en negrita en el estadillo de horarios de puntos de paso:

REGLAMENTO EL TRÉBOL DE GREDOS SUR 2024

PUNTO	P.K.	HORA DE PASO PRIMEROS	HORA DE PASO ÚLTIMOS
1	0	9:30	9:30
2	3,3	9:46	9:57
3	5,8	10:09	10:42
4	9,8	10:25	11:11
5	11,4	10:37	11:34
6	13,1	10:44	11:46
7	14,9	10:55	12:08
8	15,9	11:03	12:23
9	16,6	11:06	12:29
10	17,1	11:09	12:35
11	20,1	11:21	13:00
12	21,6	11:32	13:22
13	23,6	11:40	13:39
14	25,5	11:51	14:00
15	26,8	12:03	14:24
16	29,7	12:15	14:46

	TRAIL 14 KM	
	PRIMEROS	CIERRE
0	10:30	10:30
7	10:50	11:30
14	10:45	13:00

4. RESPONSABLES

- DIRECTOR DE LA PRUEBA: GONZALO DELGADO ORTÍ
- RESPONSABLE DE SEGURIDAD VIAL: JOSE MARÍA MANCEBO QUINTANA

REGLAMENTO DE LA CARRERA EL TRÉBOL DE ARENAS

1) DEFINICION

La carrera de montaña "EL TRÉBOL DE GREDOS SUR", es una prueba organizada por el Grupo Gredos de montaña con C.I.F.05022843 con la colaboración del Excmo. Ayuntamiento de Arenas de San Pedro.

La carrera de 29 Km dará comienzo a las 9,30 del día 10 de noviembre de 2024 y la carrera corta, de 14 a las 10.30 del mismo día.

2) RECORRIDOS

- El recorrido de la Prueba del IV TRAIL EL TRÉBOL DE ARENAS es de baja montaña, de difícil progresión por el terreno escarpado en que se desenvuelve, 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. No es una carrera de alta montaña disputándose su totalidad entre los 500 y los 850 metros de altura.
- La inscripción es diferenciada para los dos recorridos planteados. En el km 10 aproximadamente, se produce la separación de los dos itinerarios, teniendo ambas

REGLAMENTO EL TRÉBOL DE GREDOS SUR 2024

clasificaciones diferenciadas.

- La distancia de la versión larga es de 29,7 km, con desnivel positivo de 1.400 metros. El itinerario más corto tiene 14,2 km y unos 600 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 10.** Líquido y sólido (fruta, chucherías, agua, isotónico)
 - **KM 15.** Líquido y sólido (agua, isotónico, fruta y chucherías)
 - **KM 23,5.** 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 e Instagram.

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

- 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 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

REGLAMENTO EL TRÉBOL DE GREDOS SUR 2024

- 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

- 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 en el Torreón del Castillo "Álvaro de Luna" desde las 18:00 hasta las 20:00 y el día de la 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) INSCRIPCIONES Y CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

- El número máximo de participantes es de 350. La inscripción se realiza de manera online a través de la página web de la FDMESCYL www.fclm.com/inscripciones La fecha de apertura de inscripciones es el 2 de septiembre a las 10:00 horas para federados y el 16 de septiembre a las 10:00 horas para todos los corredores
- Es obligatorio tener 16 años cumplidos para la prueba de 14 km. En caso de ser menor

REGLAMENTO EL TRÉBOL DE GREDOS SUR 2024

de edad es obligatorio que los participantes presenten la autorización correspondiente del representante legal del menor. Se puede permitir excepcionalmente correr a menores de 16 años si acreditan competir en su categoría. Para la prueba de 29 km es necesario ser mayor de edad

- 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.
- Es obligatorio 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

- El día de la prueba se solicitará al participante la licencia federativa, esta será entregada a la organización. En su caso la organización demandará al participante la presentación del DNI o en su caso alguna identificación o compensación monetaria (que será devuelto al finalizar la carrera si se devuelve el chip). La no voluntariedad de aceptar esta cuestión conllevará la eliminación de esta prueba.
- Imprescindible previo al inicio de la carrera llevar el dorsal bien colocado en la parte frontal del cuerpo, en un lugar visible, y lo mismo hacer con el chip, ubicado en un lugar visible y de fácil manipulación para la organización como pueda ser la muñeca. De lo contrario el participante queda sujeto a penalización o descalificación. Estos son personales e intransferibles.
- Material adicional obligatorio se exige al corredor la necesidad de disponer de avituallamiento tanto líquido (se recomienda mínimo medio litro aunque lo aconsejable es un litro) como sólido en sus compartimentos (la carrera es de semi-autosuficiencia). Estos podrán ser recargados en los avituallamientos. Llevar obligatorio vaso, soft flash o bidón para los avituallamientos.
- La Organización aconseja el uso del siguiente material: zapatillas de montaña (trailrunning) o similar
- Ropa adecuada: chubasquero, manguitos, guantes.

Es una prueba que se disputa al final de 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 las redes sociales y la página web Oficial del Grupo Gredos de 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.

REGLAMENTO EL TRÉBOL DE GREDOS SUR 2024

- A atender las indicaciones de comisarios, los cuerpos de seguridad y de la Organización.
- A socorrer a un participante que demande auxilio.

13) DIRECCIÓN 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
- Primer clasificado local en categoría masculina y femenina
- 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 año de la prueba.

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

- Si el participante no acude a la recogida del trofeo este se entenderá como renuncia al mismo. Es necesario informar previamente a la organización de la recogida del trofeo por parte de otra persona.
- Las listas de inscritos y especialmente las clasificaciones se irán publicando tanto en los medios de comunicación digital de la organización como en formato en papel en el propio lugar de meta y estarán a disposición de los participantes y del público en general.
- Esta carrera al formar parte del Campeonato de Clubes de Carreras por Montaña en Línea de Castilla y León de FDMESCYL en el año 2024 la Federación otorgará los correspondientes premios y condecoraciones que ostenten los galardonados conforme a los éxitos y logros conquistados en el presente Campeonato por parte de FDMESCYL y que así figuran y se recogen en el [Reglamento de FDMESCYL de competiciones](https://www.fclm.com/wp-content/uploads/2023/05/REGLAMENTO-CARRERAS-MONTANA-FDMESCYL-2023.pdf) <https://www.fclm.com/wp-content/uploads/2023/05/REGLAMENTO-CARRERAS-MONTANA-FDMESCYL-2023.pdf>.

REGLAMENTO EL TRÉBOL DE GREDOS SUR 2024

16) RECLAMACIONES

Las reclamaciones se deberán presentar por escrito debiendo cumplimentar el formulario establecido al efecto y depositar 60 € por reclamación, importe que será devuelto si ésta prospera. El formulario de reclamación deberá contener al menos los siguientes datos:

- Nombre de la persona que la realiza.
- Número de DNI.
- Club o Federación Autonómica que representa. Nombre del/los deportistas afectados.
- Número de dorsal. Hechos que se alegan.

Las reclamaciones serán entregadas al Comité de Carrera, quién extenderá una copia al reclamante. Las reclamaciones presentadas serán examinadas por parte del Jurado de Competición, quien emitirá su veredicto al respecto. Se podrán presentar reclamaciones referentes a las clasificaciones provisionales hasta 10 minutos después de su publicación.

Sistema de apelación. Contra las decisiones del Jurado de Competición podrán presentarse reclamaciones mediante escrito dirigido al Área de Carreras por Montaña de la FDMESCYL en un plazo máximo de 7 días naturales desde el día siguiente de la publicación de las clasificaciones. El Área de Carreras por Montaña de la FDMESCYL resolverá en el plazo de 30 días naturales, sabiendo que si el último día de plazo es un día festivo quedará el plazo ampliado al primer día siguiente hábil. Los recursos contra los fallos del Área de Carreras por Montaña de la FDMESCYL se interpondrán ante el Comité de Disciplina de la FDMESCYL en el plazo de los 30 días naturales siguientes a la recepción de la decisión correspondiente.

17) 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

29K Federados FDMESCYL

Fecha hasta 01/11/2024 12:00

21,00 €

29K Federados FEDME en otra comunidad

Fecha hasta 01/11/2024 12:00

21,00 €

29K Tarifa General

Fecha hasta 01/11/2024 12:00

27,00 €

14K Federados FDMESCYL

Fecha hasta 01/11/2024 12:00

16,00 €

14K Federados FEDME en otra comunidad

Fecha hasta 01/11/2024 12:00

16,00 €

14K Tarifa General

Fecha hasta 01/11/2024 12:00

22,00 €

REGLAMENTO EL TRÉBOL DE GREDOS SUR 2024

La inscripción incluye:

- Participación en la carrera
- Camiseta u otro complemento
- Seguro de la prueba, servicio médico.
- Servicio fotográfico durante la prueba.
- Avituallamientos 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

- Todo participante inscrito acepta las condiciones de este reglamento o en los Reglamentos de carreras por montaña de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME) y de la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo de Castilla y León (FDMESCYL).
- La organización no es responsable en caso de accidente o negligencia del corredor, así como de la pérdida de objetos personales.
- La organización podrá realizar las modificaciones que considere necesarias o incluso la suspensión de la prueba, si las condiciones meteorológicas así lo aconsejasen, o por otras causas de fuerza mayor. En tal caso, la organización no está obligada al reembolso del coste de la inscripción.
- Este reglamento puede estar sujeto a cambios. Sumado a todo lo expuesto se complementa este reglamento con las consideraciones del reglamento de FDMESCYL y FEDME.

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.

REGLAMENTO EL TRÉBOL DE GREDOS SUR 2024

23) MODIFICACIONES DEL RECORRIDO O DE LAS BARRERAS HORARIAS; ANULACIÓN DE LA CARRERA

- A. La organización se reserva el derecho a modificar en cualquier momento el recorrido y los emplazamientos de los puestos de socorro y avituallamientos, sin preaviso.
- B. En caso de condiciones meteorológicas demasiado desfavorables (gran cantidad de lluvia, riesgo elevado de tormentas), la salida puede ser retrasada, si no mejora la carrera puede ser anulada.
- C. En caso de malas condiciones meteorológicas, y por razones de seguridad, la organización se reserva el derecho de cancelar la prueba o de modificar las barreras horarias.
- D. En caso de inconvenientes provocados por terceros y que involucren la seguridad de los corredores (huelgas, manifestaciones, restricciones de movilidad declaradas por las autoridades etc., etc.) la carrera será anulada.
- E. En caso de anulación de una de las pruebas, por la razón que sea, que se decida 15 días antes de la salida, se realizará un reembolso parcial de los derechos de inscripción. El importe de dicho reembolso viene determinado para permitir a la organización hacer frente a los gastos fijos, no recuperables, y está establecido en 5 euros.

En caso de que esta anulación se realice menos de 15 días antes de la carrera por las razones antes mencionadas, o en caso de interrupción de la carrera después de la salida, no se contempla ningún reembolso NI CAMBIO DE FECHA.

ANULACIÓN DE UNA INSCRIPCIÓN

Toda anulación debe ser realizada por email . No se registra ninguna anulación por teléfono

NO SE ACEPTAN CAMBIOS DE NÚMEROS DORSALES SALVO QUE SEA CON PERMISO DE LA ORGANIZACIÓN, LA INSCRIPCIÓN ES INTRANSFERIBLE.

En caso de anulación por parte del corredor, por la razón que sea, que se decida 15 días antes de la salida, se realizará un reembolso del 75% de la inscripción. No habrá devolución si se realiza la anulación menos de 15 días antes del evento.