



Reglamento V Trail La Raya.-

Organizado por el C.D. La Raya Trail Alcañices, tendrá lugar los días 28 y 29 de octubre de 2023 en la localidad de Alcañices (Zamora) y constará de cuatro pruebas:

Partiendo como centro neurálgico de la prueba en la Plaza Mayor de la localidad de Alcañices (Zamora), incluyendo la salida y meta los participantes correrán por asfalto, senderos, caminos y puentes de madera en los parajes aledaños a citada localidad, disfrutando así de los bosques con vegetación muy variada, corriendo entre media montaña, valles y ribera del río Angueira. La estación otoñal dará un atractivo a la misma y dependiendo de la climatología le dará un plus de dureza.

- **Trail nocturno contrarreloj** de 6 kilómetros, con un desnivel aproximado de 135+ a las 19:45 horas del día 28 de octubre de 2023 dará comienzo con salida de la primera pareja de corredores y cada 30'' otros dos participantes hasta completar el total de los inscritos. Prueba no puntuable para las previstas para el domingo día 29 de octubre, totalmente independiente, se dará la opción que sea INDIVIDUAL o por PAREJAS, los mismos optarán a los premios por categorías recogidos en el punto 11 del presente reglamento, en la modalidad PAREJAS requisito imprescindible para puntuar es la llegada de ambos JUNTOS a la línea de meta.
- **Trail largo** de 27 kilómetros, con un desnivel aproximado de 950+. Será puntuable para el circuito de carreras por montaña 2023 –MOUNTIME- en la modalidad EXPERIENCE. Hora de comienzo a las 09:30 horas del día 29 de octubre de 2023.
- **Trail corto** de 14 kilómetros, con un desnivel aproximado de 600+. Será puntuable para el circuito de carreras por montaña 2023 –MOUNTIME- en la modalidad STARTER. Hora comienzo 09:45 horas del día 29 de octubre de 2023.
- **Senderista** de 9 kilómetros, hora comienzo 10:00 horas.

1.- Requisitos de los participantes.

Para poder participar en la competición se han de cubrir los siguientes requisitos:

- Podrán participar, en cualquiera de las modalidades Trail, todas las personas que sean mayores de 16 años de edad el día de inicio de la prueba. Para los participantes, menores de 16 años, en la modalidad nocturno contrarreloj y senderista, deberán ir acompañados por un adulto y para modalidad senderista obligatorio para todos los menores de 8 años.
- Para poder validar las inscripciones de los menores de 16 y 17 años de edad se tendrá que contar con la autorización expresa y por escrito del padre/madre o tutor legal del menor en el que expresa que consiente, bajo su responsabilidad, hacer partícipe del mismo y también tener conocimiento del presente reglamento, para ello tendrán que cumplimentar documento justificativo que figura en el anexo I el



- cual entregarán a la hora de recoger dorsal junto con fotocopia en vigor del DNI, permiso de conducción o pasaporte.
- Complimentar correctamente el proceso de inscripción, así como, haber conocido y aceptado todas las partes del presente reglamento.
 - Tener el conocimiento de estar física y psicológicamente apto/a para realizar la prueba.
 - Asumir conscientemente la dureza de la prueba a la cual se inscriba, teniendo en cuenta su distancia, perfil, dificultad técnica y carácter de autosuficiencia.
 - Aceptar tener los suficientes conocimientos técnicos, experiencia y estado de condición física y psicológica para afrontar las características de la prueba y que por ello, de forma totalmente voluntaria e iniciativa propia, participa.
 - Posee y utilizará el material necesario exigido por la organización en el reglamento para la realización de la carrera y que este se encuentra en buen estado.
 - Autorizar al personal médico y sanitario a que practiquen cualquier actuación que consideren oportuna durante el período de realización de la prueba habiéndola solicitada el participante o no y comprometerse a abandonar y/o permitir la hospitalización si ellos lo consideran necesario.
 - En lo referente a medidas frente al COVID-19 para este evento:
 - o Encontrarse en perfecto estado de salud y no tener síntomas respiratorios (tos, dolor de garganta, dificultad respiratoria, ahogo), molestias digestivas, alteraciones del gusto o el olfato, o cualquier otra alteración de salud no diagnosticada.
 - o No haber estado con ninguna persona afectada de COVID-19 o con los síntomas anteriores en los últimos diez días, incluidas las que le acompañen al evento.
 - o Caso de haber pasado COVID-19, las autoridades sanitarias le han indicado que su presencia en el evento no entraña riesgo para su persona o para el resto de asistentes.
 - Aceptar cumplir las siguientes normas básicas de comportamiento:
 - o Cumplir las normas de tráfico, cruzando de forma adecuada cualquier vía, entendiendo que no es una prueba cortada al tráfico.
 - o Respetar el medio ambiente, no tirando residuos, ni actuando en contra del ecosistema y el paisaje.
 - o Realizar las necesidades básicas en sitios establecidos para ello, en caso de encontrarse en el medio natural, fuera de cualquier manantial, charca u otro lugar donde se altere el proceso de natural.
 - o No encender fuego o provocar incendio.
 - o No salir fuera del recorrido marcado y seguir la normativa de seguridad publicada en el Reglamento de la prueba.
 - Autorizar a la organización de la prueba a tomar cualquier fotografía, filmación o grabación durante el evento en la cual pueda aparecer y a su uso con razones comerciales y publicitarias, sin contraprestación alguna a cambio.
 - Conocer de forma concisa los datos técnicos de la prueba (distancia, desnivel acumulado, tramos técnicos, avituallamientos...), poseer la experiencia, aptitudes, conocimientos y material para afrontar la dureza, la orografía, la duración y las diferentes condiciones meteorológicas que se presente en el período de competición, así como soportar y superar las situaciones de fatiga, problemas gástricos, articulares y musculares y heridas leves.



- La Organización del **V Trail La Raya** se reserva el derecho de expulsión de cualquier participante/es, incluso antes del inicio. Esta actuación tendrá lugar siempre que se observe un comportamiento inadecuado, que dificulte la realización de la prueba y la participación del resto de deportistas o, no cumplan con los apartados del presente reglamento.

2.- Inscripciones y bajas.

2.1.- Inscripciones.-

La V edición del Trail La Raya contará con un número máximo de **400** participantes, distribuyendo **125** para la **prueba larga**, **225** para la **prueba corta** y **50** para **senderistas**. **Para corredores entre 16-17 años de edad ÚNICAMENTE se cuenta con 25 plazas en la modalidad trail corta.**

En la modalidad nocturna contrarreloj se establece en 76 corredores.

Las inscripciones se abrirán el 27 de mayo de 2023 a las 10:00 horas y estarán disponibles en la página web <https://smartchip.es> hasta las 23:59 horas del 30 de septiembre de 2023, fecha máxima de inscripción.

Las inscripciones para la prueba nocturna contrarreloj tendrá un coste de 10 €.

Las inscripciones para la prueba del Trail largo tendrá un coste de 23 €.

Las inscripciones para la prueba del Trail corto tendrá un coste de 17 €.

Las inscripciones para senderistas tendrá un coste de 12 €.

Comida para acompañantes 7 € en el momento de realizar inscripción (opcional).

2.2.- Devoluciones:

* Todos los corredores podrán darse de baja con derecho a devolución de un % del importe hasta el día 30 de septiembre de 2023, fecha en la que se cierra la lista de inscritos definitivamente. No se realizará ninguna devolución a partir de esa fecha.

* Para darse de baja simplemente hay que enviar un email a la cuenta correo larayatrailalcanices@gmail.com solicitando la baja y facilitando los datos.

* Se realizará el 75% de la devolución hasta el 1 de agosto de 2023.

* Se realizará el 50% de la devolución hasta el 30 de septiembre de 2023.

3.- Dorsal y bolsa del corredor.

La entrega del dorsal y camiseta conmemorativa se efectuará:

SEDE DE LA ASOCIACIÓN CORRIENDO CON EL CORAZÓN POR HUGO

Avenida Víctor Gallego número 23 de Zamora:

Jueves 27 de octubre de 2022 de 17:00-20:00 horas.

Toriles del Ayuntamiento de Alcañices (Zamora)

Sábado 29 de octubre de 2022 de 10:00-14:00 horas y de 17:00-19:30 horas.

Domingo 30 de octubre de 07:30-09:00 horas.

Para la recogida de la bolsa de corredor se efectuará en el mismo recinto una vez finalizada la prueba a la cual esté inscrito siempre que la finalice en el tiempo establecido y sea portador del dorsal del cual se le hizo entrega como participante.



Para la **recogida del dorsal**, será necesaria la presencia del/ de la participante junto con el documento acreditativo de identidad original (DNI, NIE, pasaporte o carnet de conducir).

Para la recogida dorsal para corredores menores de edad tendrán que realizarlo el padre/madre o tutor legal a efectos de cumplimentar documento consentimiento (anexo I) y poder validar con ello la inscripción.

El dorsal es personal e intransferible, deberá llevarlo de forma visible, en la parte frontal del cuerpo y por encima de la ropa, sin haberle ocasionado ningún tipo de modificación.

Se podrán admitir cambios de modalidad siempre y cuando haya plazas disponibles y previo pago de la diferencia de cuota en el supuesto de corta a larga, se hará devolución de esta diferencia en el caso de la larga a la corta excepto los derivados del gasto de gestión por realizar la misma; 15 días naturales a falta de comienzo de las pruebas no se admitirán cambios de dorsal de una modalidad a otra.

4.- Recorridos.-

Los recorridos de todas las pruebas estarán debidamente señalizadas con los siguientes banderines de colores:

Trail nocturno contrarreloj bandas de color naranja con elementos retroreflexivos de luz que servirán de guía para los corredores de la prueba al hacer uso de frontales de luz (elemento que se establecerá como obligatorio para participar en la prueba).

Trail largo (pictogramas blancos en fondo rojo)



Trail corto (pictogramas verdes sobre fondo blanco)



5.- Horario, puntos de control, avituallamiento y asistencia.

La prueba del **Trail nocturno cronometrado** (6 kilómetros con 135+ de desnivel) dará comienzo a las 19:45 horas del día 28 de octubre de 2023.



La prueba del **Trail largo** (27 kilómetros con 950+ de desnivel) dará comienzo a las 09:30 horas del día 30 de octubre de 2022, **Trail corto** (14 kilómetros con 600+ de desnivel) a las 09:45 horas y **senderistas** a las 10:00 horas con inicio y finalización en la Plaza Mayor de la localidad de Alcañices (Zamora).

Es necesario para poder terminar la prueba que el participante haya seguido el recorrido en todo momento pasando por todas las señales del trazado y atravesando todos los controles de paso situados en los avituallamientos. La organización también se reserva la opción de colocar controles sorpresa. El corredor deberá atender a las indicaciones de la organización (comisarios, médicos o responsables de avituallamientos). Los corredores solo podrán recibir asistencia en los lugares indicados para ello, **está prohibido ser acompañado durante el recorrido por otra persona, aunque esta no preste ayuda.**

Los avituallamientos tendrán un horario establecido, el/la corredor/a que pase posteriormente a su cierre será eliminado de la prueba.

Puntos de control para el **Trail largo** serán los siguientes:

- Avituallamiento del kilómetro 8 en 1 hora y 20 minutos.
- Avituallamiento del kilómetro 15 en 2 horas y 30 minutos.
- Avituallamiento del kilómetro 21 en 3 horas y 30 minutos.

Puntos de control para el **Trail corto** será el siguiente:

- Avituallamiento del kilómetro 8 en 1 hora y 20 minutos.

Cada corredor de las diferentes pruebas tendrá derecho al avituallamiento de meta situado en la meta principal del evento, en la Plaza Mayor de la localidad de Alcañices (Zamora).

En ningún avituallamiento habrá vaso, por compromiso con el medio ambiente y en cumplimiento de la normativa de evitar materiales de un solo uso, de ahí el deber de llevar uno en el material obligatorio.

6.- Modificación del recorrido, de los tiempos de paso o suspensión de la prueba.

En caso de meteorología adversa que impida la correcta realización de la prueba, la organización se reserva el derecho de modificar los tiempos de paso, el recorrido o incluso de suspender la prueba.

La semana previa a la prueba con datos meteorológicos más rigurosos, la organización detallará el horario de las carreras y los tiempos de paso en los distintos avituallamientos.

El día previo a la prueba se detallarán los cambios de última hora en el recorrido si los hubiese. Y en caso de haber una climatología adversa la organización se reserva el derecho de retrasar las salidas, modificaciones pertinentes del recorrido y en caso de retraso excesivo, la suspensión de la prueba.

En el caso de ocurrir una **suspensión de la prueba por otras causas ajenas a la organización**, previa a la salida, se reembolsará una cuantía calculada sobre los gastos



ocasionados durante el período de organización, repartida entre todos los participantes. Desglosando todos los gastos y haciendo público este documento.

7.- Material obligatorio y aconsejado para la prueba.

Material obligatorio:

- Frontales de luz para para participantes nocturno contrarreloj.
- Recipiente porta líquido adecuado.

Material recomendado:

- Cortavientos-chubasquero.
- Silbato.
- Manta térmica.
- Teléfono móvil con carga y bolsa estanca.

8.- Servicios para el corredor.

- Guardarropa en la zona de salida/meta.
- WC en la zona de salida/meta.
- Aparcamientos en la estación de autobuses.
- Duchas en el pabellón de deportes.

9.- Seguridad, asistencia médica y abandono.

La prueba será controlada por equipos de seguridad y facultativos médicos, coordinados por el responsable de seguridad. Estos equipos tendrán la potestad de retirar al participante que así lo consideren. Por otro lado, podrán decidir la evacuación u hospitalización del participante. En cuestiones de estado de salud de un corredor, es el servicio médico quien tiene la máxima autoridad por encima de la organización.

En caso de emergencia, todos los corredores están obligados a socorrer a otro que se encuentre en situación de necesitarlo. Si por motivos de salud un participante es incapaz de llegar a siguiente avituallamiento, se seguirán los siguientes pasos:

1.- **En caso de tener cobertura.** Llamar al teléfono de la organización 641244641, describir el problema de salud, el lugar y posteriormente enviar la ubicación por “WhatsApp” u otro medio.

2.- **En caso de no tener cobertura.** Llamar al 112 y decir que somos participantes del Trail La Raya y el lugar en el que nos encontramos. Urgencia que nos ocurre. Por último, dar el nombre y número de dorsal.

En caso de que un corredor en su obligación de procurar los servicios de socorro a otro/a tenga que detenerse, se le descontará del tiempo final empleado 5 minutos, más el tiempo destinado desde el aviso a la organización o medios de rescate (en caso de no haber cobertura) hasta la llegada de personas responsables de la Organización o miembros de Cuerpos de Seguridad, Servicios Médicos, Guardia Civil, Protección Civil, etc.



Una vez iniciado el protocolo de emergencia, el corredor no podrá abandonar el lugar donde hemos marcado la situación, a no ser que ello conlleve mayor peligro. De ser así, el/la participante u otro/a corredor/a avisará de esta situación a la organización o al 112 en caso de no tener cobertura. Siempre sin abandonar el itinerario de la carrera.

En tramos de máxima dificultad, es obligatorio seguir las indicaciones de la organización.

Es obligatorio informar de nuestra retirada en un punto de avituallamiento informando a los miembros de la organización que se encuentran allí. En el caso de que el corredor presente un problema de salud que le impida continuar hasta dicho punto, deberá llamar al teléfono de la organización indicando su abandono y si necesita ayuda. Solo algunos avituallamientos contarán con el servicio de transportes por retirada.

Si nuestro estado físico no es el correcto en un avituallamiento, deberemos sopesar fríamente si estamos en condiciones de llegar al siguiente, teniendo en cuenta nuestro estado, el perfil y características del tramo que queda hasta el siguiente.

10.- Sanciones y reclamaciones.

a) Sanciones:

A continuación, se enumeran y detallan las acciones y/o comportamientos que incurren en sanción. Los agentes con potestad de sancionar a un corredor serán los responsables de la organización, los comisarios, los responsables sanitarios y responsables de los avituallamientos. De persistir el comportamiento o las acciones que llevan a la falta por parte del infractor o de los infractores se incurrirá en una falta directa de descalificación.

Las penalizaciones por tiempo se efectuarán a la llegada del participante a la meta.

| Motivo de falta | Sanción |
|---|---|
| Conducta violenta o incorrecta contra otros corredores, público, organización, mobiliario urbano o medio natural. | Descalificación. |
| Omisión de auxilio a otro corredor. | Descalificación. |
| Suplantación de identidad. | Descalificación. |
| No notificar el abandono a la organización. | Prohibición participar futuras ediciones. |
| Desacato de las instrucciones de los responsables médicos, responsables de avituallamientos y/o de los comisarios. | Descalificación. |
| Falta del material obligatorio o negarse a enseñarlo en un registro por parte de los comisarios o responsables del avituallamiento. | Pérdida de tiempo o descalificación. |
| Saltarse un control de paso o recortar el recorrido de forma notable. | Descalificación. |
| Tirar residuos voluntaria e involuntariamente, recorte leve del recorrido, recibir asistencia o ser acompañado/a. | Pérdida de tiempo o descalificación. |

b) Reclamaciones:



Las reclamaciones se realizarán hasta 30 minutos después de la publicación oficial de las clasificaciones, con la consiguiente rectificación de la clasificación si fuese necesario. Las resoluciones serán tomadas por el director de la prueba, el director técnico, el responsable de comisarios y un corredor local que tome parte en la competición elegido al azar. A aquellos corredores/as, siempre que dispongan de smartwatch que realice la grabación tracks de las pruebas, caso de ser requeridos por el director de la prueba tendrán que aportar las mismas por los medios que se le indique una vez finalizado el evento, todo ello con el objetivo de despejar cualquier duda sobre los posibles recortes notables del recorrido.

11.- Categorías y premios.

Se establecen las siguientes categorías para cada una de las dos pruebas trail:

- General absoluta masculino y femenino para los tres primeros/as clasificados/as a partir de los 18 años.
- Junior masculino y femenino (16-17 años) para los tres primeros/as clasificados/as.
- Senior masculino y femenino (de 18 a 39 años) para los tres primeros/as clasificados/as.
- Veterano/a A (de 40 a 50 años) para los tres primeros/as clasificados/as.
- Veterano/a B (de 51 a 60 años) para los tres primeros/as clasificados/as.
- Veterano/a C (de 61 en adelante) para los tres primeros/as clasificados/as.
- Primer equipo (mínimo 3 corredores por equipo) para los dos primeros equipos clasificados por prueba.

Los premios no son acumulativos. En el caso de que el participante no se encuentre presente en la entrega de premios, podrá designar a otra persona para que se encargue de su recogida, en caso de no ser así y demandar el premio, deberá pagar los costes de envío para recibirlo.

Para la prueba NOCTURNA CRONOMETRADA se establecen los siguientes premios:

- General absoluta masculino y femenino para los tres primeros/as clasificados/as.
- Para la primera pareja mixta.
- Para la primera pareja femenina.
- Para la primera pareja masculina.

12.- Objetos olvidados.

Durante los 15 días posteriores a la prueba la organización guardará los objetos olvidados y que la organización haya encontrado. Después de ese tiempo ya no se aceptarán demandas de los corredores.

Para recogerlos se pondrán en contacto con la organización por medio telefónico al número 641244641, no haciéndose cargo la organización de la prueba de ningún gasto debido a la recuperación del material por parte de los corredores.

13.- Derechos de imagen y protección de datos.



Los datos personales recogidos serán incorporados y tratados en los ficheros titularidad del Club La Raya Trail de Alcañices (Zamora), con la finalidad de gestionar la inscripción en el evento deportivo y difundir los resultados y clasificación de los participantes, así como la difusión de las imágenes que se capten con la finalidad de promocionar e informar sobre la celebración del evento deportivo. Mediante la inscripción y posterior participación, el usuario y, en su caso, sus padres, tutores o representantes legales consienten de manera expresa el tratamiento y comunicación de sus datos en los términos previstos en el presente Reglamento.

Los datos personales de los participantes relativos a nombre, apellidos y clasificación, así como las imágenes que se capten serán objeto de comunicación y difusión mediante su publicación en redes sociales relacionadas con el Club La Raya Trail de Alcañices (Zamora) y en los medios de comunicación habituales de la carrera o del Club. Los interesados pueden ejercitar sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición mediante comunicación escrita acompañada de un documento identificativo dirigida al Club La Raya Trail de Alcañices (Zamora) a la cuenta correo larayatrailalcanices@gmail.com.

El derecho a la propia imagen es un derecho reconocido en el artículo 18.1 de la Constitución y regulado en la Ley 5/1982, de 5 de mayo, sobre el derecho al honor, a la intimidad personal y familiar, y a la propia imagen, así como en la aplicación de la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de datos y garantía de los derechos digitales.

La aceptación del presente Reglamento implica obligatoriamente que el participante autoriza al Club La Raya Trail de Alcañices (Zamora) y a quien éste autorice, a la realización de fotografías y filmación de su participación en el evento deportivo y les da su consentimiento para su difusión, explotación comercial y publicitaria de todas las imágenes tomadas durante dicho evento deportivo, en las que puede resultar claramente identificable, sin derecho por parte del participante a recibir compensación económica alguna. En ningún caso se utilizarán para fines distintos a los indicados, esto también incluye la realizada a los menores de edad, excepto si se realiza deseo expreso que no se capte imagen alguna haciéndolo saber a la Organización mediante correo a la cuenta larayatrailalcanices@gmail.com.

El Club La Raya Trail de Alcañices (Zamora) se reserva en exclusividad los derechos sobre la imagen de la prueba. Cualquier proyecto mediático o publicitario que explote la imagen del Trail La Raya tendrá que contar con su consentimiento.

Se prohíbe cualquier uso, comercial o no, de los datos publicados en las páginas red social relacionados con los participantes del evento deportivo. La publicación de los datos únicamente tiene por finalidad garantizar la transparencia de los resultados y facilitar a los participantes información sobre su clasificación y marcas obtenidas. Asimismo, se prohíbe la reproducción total o parcial de los contenidos publicados en la página o la mera mención de la información publicada sin citar la fuente.

14.- Otros servicios.



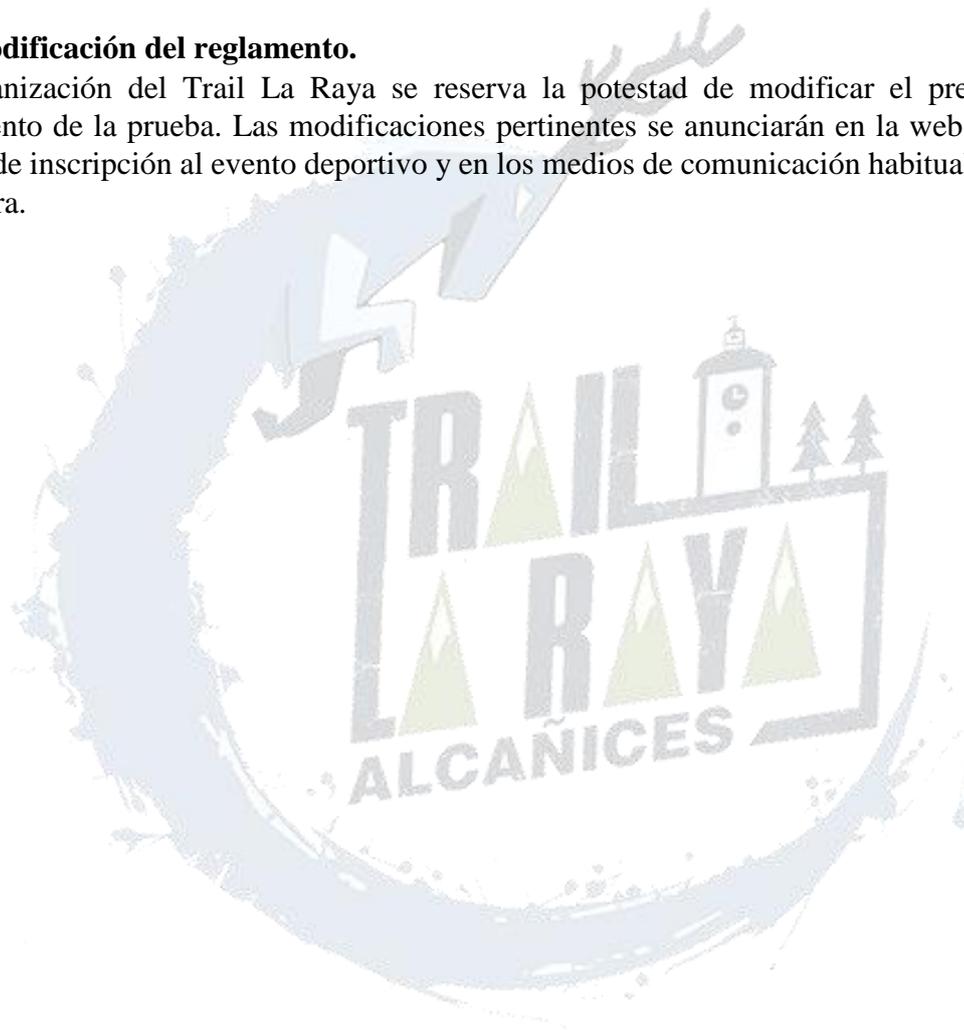
Se dispondrá servicio de duchas en el pabellón de deportes de la localidad de Alcañices (Zamora) tras la finalización de las pruebas.

El día 28 de octubre de 2023 al finalizarse la modalidad trail nocturno contrarreloj se dará para todos los participantes un chocolate con churros para reponer fuerzas.

El día 29 de octubre de 2023 una vez acabados los eventos deportivos cada participante tendrá derecho a un almuerzo-comida en el pabellón de deportes de la localidad de Alcañices (Zamora), este servicio estará disponible también para acompañantes, teniendo un coste de 7 €, que podrá ser contratado a la hora de realizar la inscripción.

15.- Modificación del reglamento.

La organización del Trail La Raya se reserva la potestad de modificar el presente reglamento de la prueba. Las modificaciones pertinentes se anunciarán en la web de la página de inscripción al evento deportivo y en los medios de comunicación habituales de la carrera.





ANEXO I

CONSENTIMIENTO EXPRESO A PRESENTAR A LA HORA RETIRADA DORSAL

D/Dñ^a _____ con documento nacional de identidad número _____ y con domicilio en _____ en calidad de padre/madre/tutor legal (táchese la que no proceda) de D/Dñ^a _____ con documento nacional de identidad _____ y don dorsal número _____ consiento, bajo mi responsabilidad, hacer partícipe del mismo en la V Edición Trail La Raya en la modalidad de trail corto así como también tener conocimiento del reglamento de la prueba.

En _____ a _____ de _____ de 2023

Fdº: _____

