

## REGLAMENTO:

La Asociación de Festejos y Cultura Santuario de los Remedios (SOFECU), organiza La segunda Subida a la Mota Cetín, que tendrá lugar el 16 de Julio de 2022, con salida y meta en La Roza de Parres (Parres), en sus cuatro modalidades, carrera de 27 y 15 km y rutas a pie de 11 y 15 Km.

La prueba discurre, principalmente por el Concejo de Parres y en menor medida por el Concejo de Amieva, recorriendo los caminos antiguos de las praderías y senderos de montaña en un recorrido de unos 27 km aproximadamente y un desnivel de 4200 m acumulados en la carrera larga, 15 km y 2000 m de desnivel acumulado en la carrera corta y ruta a pie y 10 km con 1200 de desnivel acumulado para la ruta a pie.

### Carrera larga:

Por tratarse de una prueba de carácter popular tendrá un tiempo suficiente para que la mayoría de los participantes la puedan terminar y que será de aproximadamente 7 horas, en una SOLA ETAPA. Con salida a las 8:30 de la mañana y cierre de control en Meta a las 15:30 de la tarde.

### Carrera corta:

Por tratarse de una prueba de carácter popular tendrá un tiempo suficiente para que la mayoría de los participantes la puedan terminar y que será de aproximadamente 5 horas, en una SOLA ETAPA. Con salida a las 9:00 de la mañana y cierre de control en Meta a las 15:30 de la tarde.

### Rutas a pie:

Por tratarse de una prueba de carácter popular tendrá un tiempo suficiente para que la mayoría de los participantes la puedan terminar y que será de aproximadamente 5 horas, en una SOLA ETAPA. Con salida a las 9:00 de la mañana y cierre de control en Meta a las 14:30 de la tarde.

Se trata de una carrera de montaña y en régimen de SEMI-AUTOSUFICIENCIA. Por ello el participante debe tener la capacidad de organizarse y orientar con su propia autonomía la supervivencia entre los diferentes avituallamientos; tanto desde el punto de vista alimentario, de vestuario o de su seguridad, permitiendo la resolución sin ayuda de los posibles problemas previsibles en un complicado entorno de Alta Montaña.

El número de Corredores estará limitado a 300 participantes entre las cuatro modalidades

## NORMAS DE PARTICIPACION:

- Pueden participar todos los deportistas mayores de 18 años en la carrera larga. En la carrera corta podrán participar también deportistas entre 16 y 18 con autorización paterna. Los menores de 16 años que quieran participar en las ruta a pie, podrán hacerlo siempre que un adulto se responsabilice de su cuidado y los acompañe en todo momento durante el recorrido.

- Todos deberán correr con un seguro en vigor (Es aconsejable poseer licencia federativa en montaña que cubra este tipo de actividades). Nadie podrá participar sin estar cubierto por un seguro.
- Todos los que se inscriban como federados deberán OBLIGATORIAMENTE presentar la licencia federativa en vigor en la recogida del dorsal junto con el DNI.
- La participación en La Subida a la Mota Cetín, conlleva por parte de todos los participantes inscritos, el conocimiento y aceptación de este Reglamento, así como la cesión de los Derechos de Imagen al Organizador y la utilización de los Datos aportados para fines deportivos, según lo establecido por la Ley de Protección de Datos del Estado.
- No obstante, la organización se reserva el derecho de admisión según la ley vigente.

## INSCRIPCIONES

El periodo de inscripciones está previsto que se abra el jueves día 28 de Abril de 2022 a las 10 de la mañana y se cierre el viernes 6 de Julio de 2022 a las 12 de la noche. Esta fecha se podrá retrasar o comunicar la no apertura, en función de la evolución de la situación sanitaria. Atendiendo siempre las recomendaciones de las autoridades sanitarias.

Se permite cambio de titularidad de los dorsales hasta 15 días antes de la carrera en caso de que un corredor inscrito, por lesión o cualquier otro motivo, no pueda realizar la carrera. En caso de no poder asistir a la carrera se devolverá el importe de la inscripción descontadas las comisiones correspondientes, siempre que se solicite al menos 15 días antes de la celebración de la prueba.

El precio de las inscripciones será de 30 € para la carrera larga y 18 € para la carrera corta, 15 € para las ruta a pie y 12 € para los menores de 16 años. Los participantes que no tengan la licencia federativa correspondiente asumirán un sobrecoste no superior a 3 € para sufragar los gastos del seguro. Se aplicará un descuento de 2 € a los participantes que colaboraron en la recogida de fondos para el plan de infancia del Ayto de Parres en el año 2020.

La inscripción incluye los derechos de participación y avituallamiento, dorsal con chip, detalle de inscripción (bolsa del corredor) y comida después de la carrera (en el caso de que la situación sanitaria lo permita). Los acompañantes que quieran participar de la comida podrán hacerlo abonando previamente 10 €, que se canjearán por un vale que se deberá presentar a algún miembro de la organización.

Con la formalización de la inscripción se aceptarán todas las normas de este Reglamento, siendo obligación y responsabilidad del parte del corredor su cumplimiento.

## RECOGIDA DE DORSALES

La recogida de dorsales se efectuará el viernes día 15 de Julio de 2022, de 17 h. a 22 h. y el mismo sábado 16 (día de la carrera) desde las 6.30h. hasta las 8:00 h. en La roza de Parres.

Para la recogida del dorsal se deberá de disponer del DNI y la Licencia Federativa de Montaña (en el caso de corredores federados) apta para participar en este tipo de competiciones.

## CATEGORIAS

Los participantes serán de categoría masculina y femenina, y estarán distribuidos de la siguiente forma:

JUNIOR: de 16 y 17 años (Sólo en la carrera corta)

SENIOR: de 18 a 39 años

VETERANO A: de 40 a 49 años

VETERANO B: más de 50 años

## PREMIOS:

Se asignarán premios (aún por determinar) a los ganadores absolutos de cada prueba (femenina y masculina) y a los tres primeros clasificados de cada categoría (femenina y masculina).

## MATERIAL OBLIGATORIO

Los participantes deberán asegurarse disponer de la suficiente autonomía, en cantidad de líquidos y alimentos necesarios para llegar desde la salida, al siguiente punto de avituallamiento, y así sucesivamente al resto de puntos de líquidos y sólidos.

### MATERIAL OBLIGATORIO:

- Ningún material se exigirá como obligatorio. Se recomienda llevar teléfono móvil con carga suficiente. Aun así, la organización, previo aviso a los corredores, podrá declarar cierto material como obligatorio, teniendo en cuenta circunstancias meteorológicas y de otros tipos que pudieran presentarse de imprevisto.

El principio de auto-suficiencia y el entorno de alta montaña donde se desarrolla la prueba (especialmente la larga) conlleva la posible aparición de diferentes problemas para el corredor. En caso de condiciones climatológicas adversas puede ser aconsejable u obligatoria la utilización del siguiente material: Pantalones o mallas largas, chaqueta cortavientos impermeable con capucha y manga larga, contenedor para reserva de agua de mínimo de 1 litro, manta térmica de 1,40x2 metros mínimo, venda elástica adhesiva para vendaje funcional, reserva alimentaria suficiente para superar la prueba.

Bastones (el corredor no está obligado a llevarlos durante toda la prueba).

## AVITUALLAMIENTOS

Carrera Larga:

- 1º Avituallamiento (líquido y sólido) km 5.
- 2º Avituallamiento (líquido y sólido) km 8.
- 3º Avituallamiento (líquido y sólido) km 11.
- 4º Avituallamiento (líquido) km 17.
- 5º Avituallamiento (líquido y sólido) km 20.
- 6º Avituallamiento (líquido) km 23
- 6º Avituallamiento (líquido y sólido) Meta km 27

Carrera corta y ruta a pie 15 km:

- 1º Avituallamiento (líquido y sólido) km 5
- 2º Avituallamiento (líquido y sólido) km 7,5
- 4º Avituallamiento (líquido) km 11

Ruta a pie 11 km:

- 1º Avituallamiento (líquido y sólido) km 5
- 2º Avituallamiento (líquido) km 7
- 4º Avituallamiento (líquido) km 10 Meta

En los avituallamientos se dispondrá de bebidas y alimentos que se deberán consumir en el lugar de avituallamiento.

Se permite la asistencia por terceras personas a los participantes en las zonas de Avituallamiento, quedando totalmente prohibida la ayuda y asistencia a los corredores fuera de estos puntos.

· La organización de la prueba garantizará la seguridad de los participantes disponiendo para ello las medidas y personal necesarios. Se contempla la presencia de vehículos oficiales, tanto de la organización como de medios de seguridad, debidamente identificados.

## NORMAS GENERALES

- Se respetará en todo momento el itinerario marcado por la organización, quedando totalmente prohibido atajar o salirse del recorrido sin motivo justificado.
- El corredor está obligado en todo momento a seguir las indicaciones de los voluntarios, controladores y miembros de la organización.

- El corredor podrá ir acompañado de perros siempre que vayan atados y no representen un peligro para el resto de los participantes.
- Queda totalmente prohibido tirar cualquier tipo de desperdicio al suelo, ensuciar o deteriorar el entorno por el que el corredor discurre (será motivo de descalificación).
- Es obligatorio prestar auxilio y ayuda a cualquier corredor que lo precise, informando a la organización de cualquier incidencia que se produzca.
- Para facilitar la labor de los controles y jueces, cada deportista deberá obligatoriamente llevar durante toda la prueba el dorsal facilitado por la organización visible en el pecho, sin doblar ni recortar.

## RECORRIDO

La prueba tendrá un recorrido de 27 km y 4200m acumulados aproximadamente en la Carrera Larga, 15 km y 2000m de desnivel acumulado en la Carrera Corta y 10 km y 1100 m de desnivel acumulado en la Ruta a pie.

La carrera larga comenzará a las 8:30 de la mañana y se cerrará el control de meta a las 15:30h de la tarde.

La carrera corta y las rutas a pie comenzarán a las 9:00 de la mañana y se cerrará el control en meta a las 14:30h de la tarde.

En la carrera larga se establece un punto de control de tiempo intermedio en el km 20 aproximadamente (Regüelvi). Todo aquel participante que no pase por este punto antes de las 13:30 de la mañana deberá abandonar la prueba. Para ello se dispondrán vehículos de la organización que lo retornarán a la zona de meta.

El recorrido no transita por ninguna carretera.

En los controles de paso habrá personal que velará por la seguridad de los corredores. El personal de control está facultado para indicar la conducta a seguir en todo momento a los participantes en caso de peligros objetivos, cambio de itinerario, accidente o en caso de abandono.

Por motivos de seguridad, en las zonas que se considere y así se señalice, estará prohibido correr y solo se podrá discurrir por ellas caminando.

## PENALIZACIONES

Por respeto AL ENTORNO Y MEDIO AMBIENTE, será obligatorio depositar los restos de basura generada en las zonas habilitadas a tal fin en cada Control, no permitiéndose sacar alimentos ni botellas fuera de este. El incumplimiento de esta norma será motivo de descalificación

Se producirá la penalización o descalificación de un corredor cuando incurra en cualquiera de los puntos indicados a continuación:

- No respetar el itinerario balizado o señalización de recorrido para atajar, o saltarse algún control = 10 minutos de descalificación.

- Rehusar a llevar puesto el dorsal o recortarlo = descalificación.
- Rehusar, quitar o cambiar las marcas del material puestas por la organización = descalificación.
- Sustituir algún material obligado por la organización = descalificación.
- Impedir ser adelantado u obstaculizar voluntariamente a otro corredor = 10 minutos a descalificación.
- No llevar el material requerido por la organización en cada control = descalificación.
- No hacer caso a las indicaciones de la organización, voluntarios y árbitros = descalificación
- No prestar auxilio a un corredor que lo precise = Descalificación.

#### RETIRADOS Y ABANDONOS

Por motivos de SEGURIDAD, los participantes que se retiren o se encuentren en problemas deberán comunicarlo al control más próximo. Igualmente, otros participantes cercanos a un compañero que se encuentra en dificultades estarán en la obligación de socorrerle si fuera necesario, y notificarlo a cualquier miembro de la organización o servicio de socorro.

El participante que habiéndose retirado voluntariamente no lo comunique a los controles de zona, obligando a los equipos de socorro a iniciar su falsa búsqueda, deberán de hacerse cargo de todos los gastos originados por el contratiempo generado.

#### MODIFICACION DEL RECORRIDO O TIEMPOS DE CORTE

Sin aviso previo y por causas mayores, la Organización se reserva el derecho a modificar el recorrido y los tiempos de corte por motivos de seguridad.

En caso de condiciones meteorológicas desfavorables (gran cantidad de lluvia o nieve en altura, riesgo elevado de tormentas, niebla espesa) la hora de salida puede ser retrasada, variadas las barreras horarias o modificado el itinerario. Si no hubiera mejoría la prueba puede ser anulada.

#### SUSPENSION DE LA PRUEBA

Por razones de seguridad, y en caso de continuas condiciones meteorológicas adversas (tormentas o niebla), la Organización se reserva el derecho de suspender la prueba.

Por causas de fuerza mayor y en caso de suspensión de la prueba hasta 15 días antes de la fecha, la Organización realizará un reembolso parcial de los derechos de inscripción. El importe de dicho reembolso vendrá determinado para permitir a la Organización hacer frente a los gastos fijos no recuperables.

En caso de anulación por razones de seguridad o en caso de interrupción de la carrera después de la salida, no se contempla ningún reembolso.

## NORMAS SANITARIAS COVID-19

Se aplicarán las normas sanitarias establecidas por las autoridades sanitarias en el momento de la celebración de la carrera.

## ACEPTACION Y RESPONSABILIDAD

Para todo lo no contemplado en este reglamento, solamente tendrá validez el criterio de la organización, que se reserva el derecho de interpretar o modificar el presente reglamento.

La inscripción supone la conformidad con los artículos del presente Reglamento. Cualquier circunstancia no prevista será resuelta por el Comité de Organización, apoyado en el Reglamento de Carreras por Montaña de la FEMPA.

La participación en La Subida a la Mota Cetín, comporta la aceptación sin reservas del presente Reglamento publicado por la organización.

El presente reglamento puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la organización, así como cualquier dato, norma o apartado para una óptima realización de la prueba.

Los participantes corren bajo su responsabilidad. Sobre ellos recae la decisión de la salida y realización de la carrera.

Es responsabilidad de cada participante estar físicamente preparado para realizar la prueba.

El personal médico tendrá potestad para retirar el dorsal a cualquier corredor cuando considere que su salud está en peligro.

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 demandas resultantes de los daños que puedan sucederles a ellos o a sus materiales.

Los participantes deberán firmar los documentos que se requiera para evidenciar más claramente este apartado del reglamento.

La inscripción en la prueba supone la aceptación del presente reglamento.