

CUADERNO DE CAMINOS

I TRAIL LA POMAR 2026

Libro Oficial de la Primera Edición

Donde la montaña guarda memoria.

Lema 2026: "Corre la montaña. Vive La Pomar".



CRÉDITOS

[Espacio para organización, edición, colaboradores, fotografía, diseño, web y redes sociales.]

DEDICATORIA

A quienes hicieron camino antes que nosotros.

Este libro está dedicado a todas las personas que, mucho antes de que existiera el I Trail La Pomar, recorrieron sus caminos por motivos muy diferentes.

A quienes caminaron por ellos para trabajar, para cuidar de sus familias o para llegar a un hogar.

A quienes encontraron en estos montes un lugar donde ganarse la vida, donde buscar refugio en tiempos difíciles o, simplemente, donde encontrar un momento de paz.

A quienes conocieron estas sendas cuando aún no existían dorsales, cronómetros ni líneas de meta.

A quienes, con su esfuerzo, su trabajo y su historia, contribuyeron a modelar el paisaje humano y natural que hoy tenemos el privilegio de recorrer.

Y también a todas las personas que, con ilusión, compromiso y trabajo, han hecho posible que una idea se convierta en la primera edición del I Trail La Pomar.

Porque ningún camino comienza con nosotros.

Nosotros solo tenemos el privilegio de recorrer una pequeña parte de su historia.

Toda gran historia empieza con un primer paso.

PRÓLOGO

Bienvenidos al I Trail La Pomar

Hay proyectos que nacen con un objetivo deportivo. Otros lo hacen con la intención de poner en valor un territorio. El I Trail La Pomar nace con ambos propósitos.

Esta prueba es el resultado de la ilusión compartida por muchas personas que creen en el deporte como una forma de descubrir, proteger y disfrutar del entorno que nos rodea.

La Pomar es un lugar profundamente ligado a la identidad de Langreo. Un espacio de encuentro para generaciones de vecinos y vecinas, pero también la puerta de acceso a un paisaje que conserva la esencia de nuestras montañas, nuestros caminos y nuestra historia.

Con este proyecto queremos ofrecer una experiencia deportiva de calidad, respetuosa con el medio natural y abierta tanto a corredores experimentados como a quienes desean descubrir el trail running por primera vez.

Esta guía nace con la misma vocación que la carrera: servir de camino para el corredor, explicar el sentido de este proyecto y dejar constancia del nacimiento de una prueba que esperamos siga creciendo con el paso de los años.

Gracias por acompañarnos en esta primera edición. Nos vemos en la línea de salida.

BIENVENIDOS A LA POMAR

Toda gran historia comienza con un primer paso.



El I Trail La Pomar comienza mucho antes de la línea de salida. Comienza en un nombre que forma parte de la memoria colectiva de Langreo.

Para muchas personas, La Pomar es un lugar de encuentro. Para otras, es el inicio de un entorno natural que sorprende por la riqueza de sus senderos, bosques y caminos tradicionales.

El objetivo de esta carrera es unir esas dos realidades: la vida cotidiana del concejo y el patrimonio natural que lo rodea, ofreciendo una experiencia deportiva que permita descubrir el territorio desde una perspectiva diferente.

El I Trail La Pomar no nace únicamente para organizar una competición. Nace para poner en valor un paisaje, promover hábitos saludables y crear una prueba que represente con orgullo a Langreo.

LA POMAR

Donde la montaña guarda memoria.



La Pomar es uno de esos nombres que forman parte de la identidad de La Felguera. Más allá de su carácter urbano, es también la puerta de entrada a un paisaje de senderos, bosques y caminos que han acompañado a generaciones enteras.

Estos montes conservan la memoria del trabajo, de la minería, la ganadería, la agricultura y han sido paraje y descanso de muchos de sus habitantes, incluso cuando sirvieron de refugio a quienes se ocultaban en ellos. El Trail no pretende contar esa historia, pero sí reconocer que forma parte del territorio que hoy recorremos.

Cada kilómetro de la prueba es una invitación a descubrir un patrimonio natural que merece ser conocido y protegido. Esta es también una forma de respetar nuestro pasado y contribuir al futuro.

EL NACIMIENTO DEL TRAIL

«Las grandes carreras no nacen el día de la salida. Nacen mucho antes, cuando alguien decide imaginar un camino.»



Todas las carreras tienen una fecha de nacimiento. Pero muy pocas pueden señalar el momento exacto en el que comenzaron realmente.

El I Trail La Pomar no nació cuando se decidió organizar una prueba deportiva ni cuando se eligió un recorrido. Nació el día en que varias personas comprendieron que aquellos caminos merecían volver a ser recorridos.

El objetivo nunca fue únicamente organizar una carrera. El verdadero propósito era conseguir que quienes cruzaran la meta quisieran volver a recorrer estos montes cualquier otro día del año.

Porque una carrera dura unas horas. El territorio permanece.

EL RECORRIDO

«Cada sendero tiene una historia. Cada kilómetro, un recuerdo.»



Ficha técnica

Distancia	12 km
Desnivel positivo	+650 m
Dificultad	Media
Tiempo máximo	Pendiente
Salida y Meta	La Pomar

Un recorrido pensado para disfrutar

El recorrido del I Trail La Pomar ha sido diseñado para ofrecer una experiencia equilibrada entre exigencia física y disfrute del paisaje. Alterna senderos tradicionales, pistas forestales y caminos que permiten descubrir diferentes rincones del entorno.

[ESPACIO PARA PERFIL ALTIMÉTRICO]

[ESPACIO PARA MAPA OFICIAL]

El recorrido en cifras

- 12 km
- +650 m
- Senderos y pistas
- Avituallamientos
- Meta en La Pomar

INFORMACIÓN TÉCNICA

«Todo preparado para disfrutar de la montaña.»

[ESPACIO PARA FOTOGRAFÍA A DOBLE PÁGINA]

Información general

Fecha	26 de septiembre de 2026_____
Hora de salida	_____
Secretaría	_____
Entrega de dorsales	_____
Cronometraje	_____

Programa de la jornada

Hora	Actividad
07:30	Apertura Secretaría
07:30-09:15	Entrega de dorsales
09:45	Cámara de llamada
10:00	Salida
13:15	Entrega de premios
14:00	Clausura

La inscripción incluye

- Dorsal oficial
- Chip de cronometraje
- Seguro de accidentes
- Seguro de responsabilidad civil
- Bolsa del corredor
- Avituallamientos
- Asistencia sanitaria
- Clasificación oficial

Material recomendado

Imprescindible	Recomendado
Zapatillas de trail	Cortavientos
Teléfono móvil	Gorra o visera
Recipiente para agua	Gafas de sol
Dorsal visible	Bastones (si se autorizan)

Cómo llegar

[ESPACIO PARA PLANO GENERAL, APARCAMIENTOS, SECRETARÍA, SALIDA, META Y SERVICIOS]

EL CORREDOR

«La mejor carrera empieza mucho antes de la salida.»

[ESPACIO PARA FOTOGRAFÍA]

Checklist del corredor

☒	Comprobación
☐	Conozco el recorrido
☐	He preparado el material
☐	Llevo DNI/documentación
☐	He revisado el horario
☐	He preparado alimentación e hidratación
☐	He calentado antes de la salida

Decálogo del corredor

1. Disfruta de la experiencia.
2. Respeta la montaña.
3. Respeta a los voluntarios.
4. Ayuda a quien lo necesite.
5. No abandones residuos.
6. Sigue el recorrido señalizado.
7. Compite con deportividad.
8. Escucha a la organización.
9. Representa con orgullo los valores del Trail.
10. Nos encantará volver a verte.

Preguntas frecuentes

Pregunta	Respuesta
¿Puedo abandonar?	Sí, comunicándolo en el control más cercano.
¿Dónde consulto la clasificación?	En la web oficial y en la zona de meta.
¿Hay tiempo máximo?	Sí, según la ficha técnica.
¿Puedo recibir ayuda externa?	Solo en los supuestos autorizados por la organización.

REGLAMENTO

«Pocas normas. Mucho sentido común.»

[ESPACIO PARA FOTOGRAFÍA]

La participación implica la aceptación del reglamento oficial completo que se desarrolla a continuación.

Normas esenciales

✓ Obligatorio	✗ Prohibido
Dorsal visible durante toda la prueba	Acortar el recorrido
Seguir el recorrido balizado	Abandonar residuos
Comunicar cualquier abandono	Ocultar o manipular el dorsal
Respetar las indicaciones de la organización	Recibir ayuda externa no autorizada
Cuidar el entorno natural	Faltar al respeto a voluntarios o participantes

CAPÍTULO I

DISPOSICIONES GENERALES

Artículo 1. Objeto

El presente Reglamento tiene por objeto establecer las normas que regirán la organización y el desarrollo del I Trail La Pomar, así como regular los derechos y obligaciones de las personas participantes, garantizando el correcto desarrollo de la prueba, la igualdad entre los corredores, la seguridad de todos los intervinientes y el respeto al medio natural.

La inscripción en la prueba implica el conocimiento y la aceptación íntegra del presente Reglamento, así como de las instrucciones que, durante el desarrollo del evento, puedan dictar la Dirección de Carrera y la Organización por razones deportivas, organizativas o de seguridad.

Artículo 2. Organización

El I Trail La Pomar está organizado por la Asociación de Hosteleros La Pomar, con la colaboración de las Administraciones Públicas, entidades, patrocinadores, asociaciones, empresas y personas voluntarias que participen en la organización del evento.

La Organización será la responsable de coordinar todos los aspectos deportivos, técnicos, sanitarios y logísticos necesarios para el correcto desarrollo de la prueba.

La relación definitiva de entidades colaboradoras figurará en la página web oficial de la prueba, en la cartelería y en la documentación oficial del evento.

Artículo 3. Dirección de Carrera

La Organización designará una Dirección de Carrera que será la máxima autoridad deportiva durante la celebración de la prueba.

Corresponderá a la Dirección de Carrera:

- a) Interpretar el presente Reglamento y resolver cualquier cuestión no prevista en el mismo.
- b) Velar por el correcto desarrollo de la prueba.
- c) Adoptar las decisiones necesarias para garantizar la seguridad de los participantes.
- d) Modificar el recorrido, los horarios o cualquier aspecto organizativo cuando concurran circunstancias justificadas.
- e) Neutralizar, interrumpir o suspender la prueba cuando existan razones de seguridad, fuerza mayor o decisiones de la autoridad competente.
- f) Resolver las reclamaciones deportivas formuladas por los participantes.

Las decisiones adoptadas por la Dirección de Carrera durante el desarrollo de la prueba serán ejecutivas, sin perjuicio de los recursos o reclamaciones que puedan formularse conforme a este Reglamento.

Artículo 4. La prueba

El **I Trail La Pomar** es una carrera por montaña que se celebrará el **sábado 26 de septiembre de 2026**, con salida y meta en **La Pomar (Langreo)**.

La prueba tendrá las siguientes características técnicas:

Fecha	26 de septiembre de 2026
Hora de salida	10:00 horas
Distancia	12 km
Desnivel positivo	800 m D+
Tiempo máximo	3 horas
Participantes	250
Organiza	Asociación de Hosteleros La Pomar

La Organización podrá introducir pequeñas modificaciones en el recorrido por razones técnicas, medioambientales o de seguridad, procurando mantener las características esenciales de la prueba.

Artículo 5. Recorrido

El recorrido del I Trail La Pomar discurre íntegramente por el entorno natural del concejo de Langreo, enlazando caminos, senderos, pistas forestales y otros viales aptos para la práctica del trail running.

La prueba presenta un recorrido de aproximadamente **12 kilómetros y 800 metros de desnivel positivo acumulado**, combinando tramos de ascenso y descenso con zonas técnicas y otras de mayor rapidez, ofreciendo a los participantes una experiencia deportiva variada y exigente.

El itinerario estará debidamente señalizado mediante cintas, balizas, carteles, marcas de pintura biodegradable u otros elementos que la Organización considere adecuados.

Los participantes deberán seguir en todo momento el recorrido señalizado, quedando prohibido tomar atajos o abandonar voluntariamente el itinerario con el fin de obtener ventaja deportiva.

CAPÍTULO II

PARTICIPACIÓN E INSCRIPCIONES

Artículo 6. Participantes

Podrán participar en el **I Trail La Pomar** todas aquellas personas que, en la fecha de celebración de la prueba, hayan cumplido los requisitos establecidos en el presente Reglamento y formalicen correctamente su inscripción. La participación estará limitada al número máximo de **250 corredores**, cifra que podrá ser modificada por la Organización por motivos técnicos, de seguridad o logísticos.

Todos los participantes deberán encontrarse en condiciones físicas adecuadas para afrontar una prueba de trail running de aproximadamente **12 kilómetros y 800 metros de desnivel positivo**, asumiendo que se desarrolla en un entorno natural de montaña y que exige un esfuerzo físico considerable.

Cada participante declara, bajo su exclusiva responsabilidad, que posee un estado de salud compatible con la práctica deportiva objeto de esta prueba y que participa de forma voluntaria, eximiendo a la Organización de cualquier responsabilidad derivada de patologías, lesiones o condiciones médicas preexistentes que no hayan sido comunicadas.

Artículo 7. Edad mínima

La edad mínima para participar en el **I Trail La Pomar** será de **18 años**, cumplidos el día de celebración de la prueba. No obstante, la Organización podrá autorizar excepcionalmente la participación de menores de edad que tengan **16 o 17 años**, siempre que:

- presenten autorización escrita firmada por su padre, madre o tutor legal;
- aporten copia del documento identificativo del representante legal;
- acrediten experiencia suficiente en pruebas de características similares, si así lo estima la Organización.

En ningún caso podrán participar menores de 16 años.

Artículo 8. Inscripciones

Las inscripciones se realizarán exclusivamente a través de la plataforma oficial designada por la Organización.

[CronoEmpate – enlace pendiente de incorporar]

La apertura y cierre del plazo de inscripción serán publicados en la página web oficial y en los canales de comunicación del evento.

La inscripción únicamente se considerará formalizada cuando:

- se hayan cumplimentado correctamente todos los datos solicitados;
- se haya efectuado el pago del importe correspondiente;
- el participante haya aceptado expresamente el presente Reglamento.

La Organización podrá cerrar anticipadamente las inscripciones una vez alcanzado el límite máximo de participantes.

Artículo 9. Precio de inscripción

El precio general de inscripción será de: **20 euros (20 €)**

La inscripción comprenderá, al menos:

- participación en la prueba;
- dorsal con chip de cronometraje;
- seguro obligatorio durante la competición;
- asistencia sanitaria durante el desarrollo de la prueba;
- avituallamientos establecidos por la Organización;
- bolsa del corredor
- clasificación oficial;

Artículo 10. Política de cancelación y devoluciones

La inscripción tiene carácter personal e intransferible, salvo que la Organización autorice expresamente la cesión del dorsal conforme a las condiciones que se establezcan.

Como norma general, **no se realizarán devoluciones del importe de la inscripción**, salvo en los siguientes supuestos:

- a) Suspensión definitiva de la prueba por decisión exclusiva de la Organización.
- b) Error imputable a la Organización en el proceso de inscripción.
- c) Aquellos otros supuestos que la Organización acuerde expresamente.

En caso de suspensión o modificación de la prueba por causas de fuerza mayor, fenómenos meteorológicos adversos, decisiones administrativas o circunstancias ajenas a la Organización, esta podrá ofrecer alternativas tales como el cambio de fecha, la entrega de la bolsa del corredor, la reserva de plaza para futuras ediciones o cualquier otra medida que considere adecuada, sin que ello genere necesariamente derecho al reintegro del importe abonado.

La política definitiva de devoluciones podrá desarrollarse mediante una normativa específica publicada junto con la apertura de inscripciones.

Artículo 11. Modificación de datos y cesión de dorsal

Hasta la fecha que determine la Organización, los participantes podrán solicitar la modificación de determinados datos personales facilitados durante el proceso de inscripción.

La cesión del dorsal a otra persona únicamente será válida cuando:

- esté expresamente autorizada por la Organización;
- se realice dentro del plazo establecido;
- el nuevo participante reúna todos los requisitos exigidos por este Reglamento.

No estará permitida la participación con un dorsal asignado a otra persona sin la correspondiente autorización de la Organización.

La utilización fraudulenta de un dorsal podrá suponer la descalificación inmediata y la prohibición de participar en futuras ediciones de la prueba.

CAPÍTULO III

CATEGORÍAS, DORSALES Y MATERIAL

Artículo 12. Categorías

Con el fin de garantizar una clasificación ordenada de los participantes, el **I Trail La Pomar** establecerá las siguientes categorías, diferenciadas por sexo.

Categoría	Edad
Absoluta	Todos los participantes
Sénior	De 18 a 39 años
Veterano A	De 40 a 49 años
Veterano B	De 50 a 59 años
Veterano C	60 años o más

La edad a tener en cuenta será la cumplida por el participante a **31 de diciembre de 2026**.

La Organización podrá modificar las categorías o incorporar nuevas clasificaciones especiales antes de la apertura de las inscripciones, informándolo a través de los canales oficiales de la prueba.

Los premios no serán acumulables, salvo decisión expresa de la Organización.

Artículo 13. Dorsal y chip de cronometraje

Todos los participantes recibirán un dorsal oficial y el correspondiente sistema de cronometraje, que serán personales e intransferibles.

El dorsal deberá colocarse obligatoriamente en la parte delantera del cuerpo, permaneciendo completamente visible durante toda la prueba.

No estará permitido:

- doblarlo;
- recortarlo;
- taparlo parcial o totalmente;
- modificar su contenido;
- ocultarlo mediante prendas, mochilas u otros elementos.

El incumplimiento de estas obligaciones podrá dar lugar a penalización o descalificación cuando impida la correcta identificación del corredor.

El chip deberá utilizarse conforme a las instrucciones facilitadas por la empresa de cronometraje.

La pérdida del chip durante la competición podrá impedir la obtención de tiempo oficial.

Artículo 14. Recogida de dorsales

La recogida de dorsales se efectuará en el lugar, fecha y horario que determine la Organización, siendo publicados con suficiente antelación en los medios oficiales de la prueba.

Para retirar el dorsal será obligatorio presentar:

- Documento Nacional de Identidad, pasaporte o documento equivalente.
- En su caso, autorización escrita cuando el dorsal sea retirado por otra persona, acompañada de copia del documento identificativo del participante.

La Organización podrá solicitar cualquier documentación adicional necesaria para comprobar la identidad o el cumplimiento de los requisitos de participación.

No se entregarán dorsales una vez cerrado el horario establecido, salvo decisión expresa de la Dirección de Carrera.

Artículo 15. Material obligatorio

Con el objetivo de garantizar la seguridad de todos los participantes, la Organización podrá establecer material obligatorio atendiendo a las condiciones meteorológicas previstas y a las características del recorrido.

Con carácter general, todos los corredores deberán portar:

- teléfono móvil con batería suficiente;
- recipiente para hidratación (bidón, soft flask o similar), **al no facilitarse vasos desechables en los avituallamientos**, salvo indicación expresa en contrario;
- **manta térmica de supervivencia (si así se establece en la información previa a la prueba);**
- silbato (recomendado, pudiendo pasar a ser obligatorio si la Dirección de Carrera lo comunica previamente).

En función de la previsión meteorológica, la Dirección de Carrera podrá declarar obligatorio material adicional, como:

- chaqueta impermeable con capucha;
- prenda térmica;
- guantes;

- gorro;
- cualquier otro elemento que considere necesario.

La relación definitiva del material obligatorio será publicada con antelación suficiente.

La Organización podrá efectuar controles de material antes de la salida, durante la prueba o en la línea de meta.

La ausencia del material obligatorio podrá suponer la no autorización para tomar la salida o la descalificación del participante.

Artículo 16. Material recomendado

Sin perjuicio del material obligatorio, la Organización recomienda a todos los participantes portar:

- zapatillas específicas para trail running;
- reserva adicional de agua;
- alimentación energética;
- pequeño botiquín personal;
- cortavientos ligero cuando las condiciones meteorológicas puedan variar.

Cada corredor será responsable de valorar sus necesidades personales en función de su experiencia y de las condiciones previstas para la prueba.

Artículo 17. Uso de bastones

Con carácter general, **se permitirá el uso de bastones**, siempre que el participante los porte desde la salida hasta la meta.

No estará permitido recoger o abandonar bastones durante el recorrido, salvo en los puntos expresamente habilitados por la Organización, si los hubiera.

El uso de bastones deberá realizarse respetando en todo momento al resto de participantes, evitando cualquier actuación que pueda poner en riesgo su integridad física.

La Organización podrá prohibir su utilización cuando las características del recorrido o razones de seguridad así lo aconsejen, circunstancia que será comunicada con la suficiente antelación.

CAPÍTULO IV

DESARROLLO DE LA PRUEBA, SEGURIDAD Y ASISTENCIA

Artículo 18. Avituallamientos

La Organización establecerá los puntos de avituallamiento que considere necesarios para garantizar el adecuado desarrollo de la prueba, atendiendo a las características del recorrido, la distancia y las condiciones meteorológicas previstas.

Como mínimo, la prueba dispondrá de:

- Un avituallamiento líquido durante el recorrido.
- Un avituallamiento sólido y líquido en la línea de meta.

La ubicación exacta de los avituallamientos será comunicada previamente a los participantes mediante el perfil oficial del recorrido y el Manual del Corredor.

Con el fin de reducir el impacto ambiental de la prueba, la Organización podrá eliminar el uso de vasos desechables. En tal caso, cada participante deberá portar su propio recipiente reutilizable.

Los corredores deberán hacer un uso responsable de los avituallamientos, evitando aglomeraciones innecesarias y respetando las indicaciones del personal voluntario.

Artículo 19. Controles de paso

La Organización establecerá los controles de paso que considere necesarios para garantizar la seguridad de los participantes y el correcto seguimiento del recorrido.

Los controles podrán ser:

- De paso obligatorio.
- De cronometraje.
- De material.
- De seguridad.

Todos los participantes estarán obligados a pasar por la totalidad de los controles establecidos siguiendo el recorrido oficial.

La omisión de un control supondrá la descalificación, salvo que la Dirección de Carrera aprecie la existencia de una causa de fuerza mayor debidamente acreditada.

La Organización podrá establecer tiempos máximos de paso en determinados puntos del recorrido cuando las circunstancias de seguridad así lo aconsejen.

Artículo 20. Tiempo máximo y cierre de carrera

El tiempo máximo para completar el recorrido será de **tres (3) horas**, contadas desde el momento de la salida oficial.

Transcurrido dicho plazo, la Dirección de Carrera podrá ordenar el cierre de la prueba.

Los participantes que superen el tiempo máximo podrán ser retirados del recorrido y deberán seguir las indicaciones del personal de la Organización.

Cuando un corredor decida continuar por su cuenta una vez fuera del control de la Organización, lo hará exclusivamente bajo su responsabilidad, perdiendo automáticamente la cobertura del dispositivo deportivo y organizativo de la prueba.

Artículo 21. Abandono de la prueba

Todo participante que decida abandonar la carrera deberá comunicarlo obligatoriamente al personal de la Organización en el control más próximo o, en su defecto, a cualquier miembro de la Dirección de Carrera, Protección Civil o personal debidamente identificado.

En ningún caso un participante podrá abandonar la prueba sin comunicarlo, salvo que concurra una situación de emergencia que lo imposibilite.

Cuando el abandono se produzca en un lugar distinto de los puntos habilitados, el participante deberá seguir las instrucciones de la Organización para su evacuación, que dependerá de las condiciones del terreno y de la disponibilidad de medios.

La Organización podrá retirar de la prueba a cualquier participante que presente síntomas de agotamiento extremo, lesión, desorientación o cualquier otra circunstancia que suponga un riesgo para su integridad física o la de terceros.

Artículo 22. Seguridad y asistencia sanitaria

La Organización dispondrá del correspondiente dispositivo de seguridad y asistencia sanitaria, integrado por los medios humanos y materiales que resulten necesarios para el adecuado desarrollo de la prueba.

La cobertura sanitaria comprenderá exclusivamente la atención prestada durante el desarrollo oficial del evento y dentro del dispositivo organizado para la prueba.

Todos los participantes estarán obligados a seguir las instrucciones de la Dirección de Carrera, personal sanitario, Protección Civil, Fuerzas y Cuerpos de Seguridad y resto del personal autorizado.

En caso de accidente, prevalecerán en todo momento las decisiones adoptadas por el personal sanitario.

La negativa injustificada a seguir las indicaciones de los servicios médicos podrá dar lugar a la retirada del participante.

Artículo 23. Comportamiento de los participantes

Todos los corredores deberán mantener durante toda la prueba un comportamiento respetuoso con:

- el resto de participantes;

- el personal voluntario;
- la Organización;
- los vecinos de las localidades por las que transcurra el recorrido;
- las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad;
- los servicios sanitarios;
- el medio natural.

Queda expresamente prohibido:

- arrojar cualquier tipo de residuo fuera de las zonas habilitadas;
- alterar o retirar la señalización del recorrido;
- recibir ayuda externa fuera de los puntos autorizados por la Organización;
- utilizar medios de transporte durante la prueba;
- realizar conductas antideportivas o que supongan una ventaja respecto del resto de participantes;
- desobedecer las instrucciones de la Organización.

Los participantes deberán prestar auxilio a cualquier corredor que se encuentre en situación de peligro, comunicando inmediatamente la incidencia al personal de la Organización.

La omisión del deber de auxilio cuando resulte posible prestarlo podrá dar lugar a la descalificación, sin perjuicio de las responsabilidades que pudieran derivarse conforme a la legislación vigente

CAPÍTULO V

CRONOMETRAJE, CLASIFICACIONES, PREMIOS Y RECLAMACIONES

Artículo 24. Cronometraje

El cronometraje oficial del **I Trail La Pomar** será realizado por la empresa designada por la Organización, mediante sistema electrónico de control de tiempos.

El tiempo oficial de cada participante será el registrado por el sistema de cronometraje desde el disparo de salida hasta el momento en que el corredor cruce la línea de meta, salvo que la Organización establezca otro sistema de medición debidamente comunicado con anterioridad.

Para figurar en la clasificación oficial será obligatorio:

- Completar íntegramente el recorrido oficial.
- Pasar por todos los controles establecidos.
- Portar correctamente el dorsal y el sistema de cronometraje.
- No haber sido objeto de descalificación.

La Organización publicará las clasificaciones provisionales tan pronto como resulte técnicamente posible.

Las clasificaciones definitivas se publicarán una vez resueltas las reclamaciones que pudieran presentarse.

Artículo 25. Clasificaciones

La prueba contará, como mínimo, con las siguientes clasificaciones:

- Clasificación General Absoluta Masculina.
- Clasificación General Absoluta Femenina.
- Clasificaciones por categorías.
- Cualesquiera otras clasificaciones especiales que la Organización pueda establecer.

La Organización podrá incorporar clasificaciones específicas para clubes, equipos, corredores locales u otras categorías promocionales, siempre que sean anunciadas previamente.

En caso de empate en la clasificación oficial, prevalecerá el tiempo registrado por el sistema de cronometraje. Si persistiera el empate, resolverá la Dirección de Carrera atendiendo a los registros disponibles y a los informes de los jueces o responsables de control.

Las clasificaciones oficiales serán publicadas en la página web de la empresa de cronometraje y en los medios oficiales del evento.

Artículo 26. Premios

La Organización establecerá los premios correspondientes a las distintas clasificaciones de la prueba.

Con carácter general, se entregarán trofeos, como mínimo, a:

- Los tres primeros clasificados de la clasificación general masculina.
- Las tres primeras clasificadas de la clasificación general femenina.

Asimismo, podrán otorgarse premios a los primeros clasificados de cada categoría y cuantos reconocimientos especiales determine la Organización.

La relación definitiva de premios será publicada antes de la celebración de la prueba.

Salvo indicación expresa en contrario, los premios no serán acumulables, prevaleciendo siempre la clasificación de mayor rango.

Los participantes premiados deberán asistir al acto oficial de entrega de premios. En caso de imposibilidad justificada, podrán designar a otra persona para recoger el premio, previa comunicación a la Organización.

Artículo 27. Penalizaciones y descalificaciones

La Dirección de Carrera podrá imponer penalizaciones o acordar la descalificación de aquellos participantes que incumplan el presente Reglamento.

Serán causa de **descalificación**, entre otras:

- No completar la totalidad del recorrido oficial.
- Omitir un control de paso.
- Abandonar el recorrido señalado con el fin de obtener ventaja.
- Utilizar un dorsal o chip asignado a otra persona.
- Ceder el dorsal sin autorización de la Organización.
- Recibir ayuda externa fuera de los supuestos autorizados.
- Arrojar residuos fuera de las zonas habilitadas.
- Alterar la señalización del recorrido.
- Mostrar un comportamiento antideportivo o irrespetuoso.
- Agredir, insultar o faltar gravemente al respeto a otros participantes, voluntarios o miembros de la Organización.
- Negarse a seguir las instrucciones de la Dirección de Carrera o del personal autorizado.
- Incumplir las normas relativas al material obligatorio cuando ello comprometa la seguridad del participante o el desarrollo de la prueba.

La relación anterior tiene carácter meramente enunciativo, pudiendo la Dirección de Carrera sancionar cualquier otra conducta que resulte contraria al espíritu deportivo de la prueba o que comprometa la seguridad, igualdad o normal desarrollo del evento.

Artículo 28. Reclamaciones

Las reclamaciones relativas a la clasificación, cronometraje o incidencias deportivas deberán formularse por escrito ante la Dirección de Carrera dentro de los **treinta minutos siguientes** a la publicación provisional de los resultados.

Las reclamaciones deberán contener:

- Identificación del reclamante.
- Dorsal.
- Exposición clara de los hechos.
- Fundamentación de la reclamación.
- En su caso, documentación o pruebas que la sustenten.

La Dirección de Carrera resolverá las reclamaciones a la mayor brevedad posible.

Las decisiones adoptadas por la Dirección de Carrera tendrán carácter ejecutivo en el ámbito deportivo de la prueba.

Artículo 29. Facultades de la Dirección de Carrera

La Dirección de Carrera será el órgano competente para interpretar el presente Reglamento y resolver todas aquellas cuestiones que no se encuentren expresamente previstas en el mismo.

Podrá adoptar cuantas decisiones resulten necesarias para garantizar:

- La seguridad de los participantes.
- La igualdad de condiciones durante la competición.
- La protección del medio natural.
- El correcto desarrollo de la prueba.

Entre otras medidas, podrá:

- Modificar horarios.
- Alterar parcialmente el recorrido.
- Neutralizar determinados tramos.

- Establecer recorridos alternativos.
- Suspender temporalmente la prueba.
- Cancelar la competición cuando concurren circunstancias de fuerza mayor o exista riesgo para personas o bienes.

Estas decisiones serán inmediatamente ejecutivas y deberán ser acatadas por todos los participantes.

CAPÍTULO VI

DISPOSICIONES FINALES

Artículo 30. Seguro

La Organización contratará los seguros legalmente exigibles para la celebración de la prueba, de conformidad con la normativa vigente y las autorizaciones administrativas concedidas.

Todos los participantes correctamente inscritos estarán cubiertos durante el desarrollo oficial de la competición por el seguro de accidentes contratado por la Organización, en los términos, condiciones y límites establecidos en la correspondiente póliza.

La cobertura del seguro únicamente comprenderá los accidentes ocurridos durante el desarrollo oficial de la prueba y dentro del recorrido establecido por la Organización.

Quedan excluidos de la cobertura, entre otros supuestos:

- Los accidentes derivados del incumplimiento del presente Reglamento.
- La participación fuera del recorrido oficial.
- La actuación negligente o temeraria del participante.
- Las patologías o enfermedades preexistentes.
- Los daños derivados del desgaste físico propio de la competición.

La Organización no responderá de los daños ocasionados por los participantes a terceros cuando deriven de actuaciones dolosas o gravemente negligentes.

Artículo 31. Protección del medio natural

El I Trail La Pomar se desarrolla en un entorno natural de especial valor ambiental.

Todos los participantes deberán contribuir a su conservación mediante un comportamiento responsable y respetuoso.

Queda expresamente prohibido:

- Arrojar cualquier tipo de residuo fuera de las zonas habilitadas.
- Alterar la flora o la fauna.
- Dañar elementos naturales o patrimoniales.
- Abandonar el recorrido oficial.
- Encender fuego.
- Alterar la señalización instalada por la Organización.

Los participantes deberán respetar igualmente las propiedades privadas, instalaciones ganaderas, cierres, caminos y demás infraestructuras existentes a lo largo del recorrido.

La Organización podrá descalificar inmediatamente a cualquier participante que realice conductas contrarias a la conservación del medio natural.

Artículo 32. Derechos de imagen

La participación en el I Trail La Pomar implica la autorización para que la Organización pueda captar fotografías, imágenes y grabaciones audiovisuales durante el desarrollo de la prueba.

Dichas imágenes podrán ser utilizadas para fines informativos, promocionales o divulgativos relacionados exclusivamente con el evento, a través de la página web oficial, redes sociales, medios de comunicación, cartelería o publicaciones de la Organización.

En ningún caso las imágenes serán utilizadas con fines distintos de los anteriormente indicados ni cedidas a terceros para usos incompatibles con la naturaleza del evento, salvo consentimiento expreso de las personas afectadas o en los supuestos legalmente previstos.

Todo tratamiento de imágenes se realizará conforme a la normativa vigente en materia de protección de datos y derecho a la propia imagen.

Artículo 33. Protección de datos personales

Los datos personales facilitados por los participantes serán tratados por la Organización con la finalidad de gestionar las inscripciones, el desarrollo de la prueba, la elaboración de clasificaciones y el cumplimiento de las obligaciones legales derivadas de la organización del evento.

El tratamiento de los datos personales se realizará de conformidad con el **Reglamento (UE) 2016/679, General de Protección de Datos (RGPD)**, y la **Ley Orgánica 3/2018, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales**.

Los participantes podrán ejercer en cualquier momento sus derechos de acceso, rectificación, supresión, oposición, limitación del tratamiento y portabilidad mediante comunicación dirigida a la Organización, conforme a la información que se facilitará durante el proceso de inscripción.

Artículo 34. Suspensión, modificación o cancelación de la prueba

La Organización podrá modificar el recorrido, neutralizar tramos, retrasar la salida, suspender temporalmente o cancelar definitivamente la prueba cuando concurren circunstancias que puedan afectar a la seguridad de los participantes, voluntariado, personal de organización o terceras personas.

Entre otras, podrán justificar la adopción de estas medidas:

- Condiciones meteorológicas adversas.
- Riesgo de incendio forestal.
- Resoluciones de las autoridades competentes.
- Emergencias sanitarias.
- Incidencias en el recorrido.
- Cualquier otra circunstancia de fuerza mayor.

La adopción de estas decisiones corresponderá exclusivamente a la Dirección de Carrera, sin perjuicio de las competencias de las autoridades públicas.

Artículo 35. Aceptación del reglamento

La formalización de la inscripción implica el conocimiento, comprensión y aceptación íntegra del presente Reglamento.

Todos los participantes se comprometen a respetar las normas contenidas en el mismo, así como las instrucciones que, durante el desarrollo de la prueba, puedan impartir la Dirección de Carrera, la Organización, el personal voluntario, los servicios sanitarios, Protección Civil y las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad.

La participación en la prueba supone igualmente la aceptación de los riesgos inherentes a la práctica del trail running y el compromiso de actuar en todo momento con prudencia, deportividad y respeto hacia el resto de participantes y hacia el entorno natural.

Disposición final

La Organización se reserva el derecho a modificar el presente Reglamento cuando resulte necesario para garantizar la seguridad, el correcto desarrollo de la prueba o el cumplimiento de la normativa aplicable.

Cualquier modificación será comunicada a través de los canales oficiales del evento con la mayor antelación posible.

Los aspectos no previstos en este Reglamento serán resueltos por la Dirección de Carrera, atendiendo a los principios de seguridad, igualdad entre los participantes y buen desarrollo de la competición

LA ORGANIZACIÓN

«Nada de esto sería posible sin las personas.»

[ESPACIO PARA FOTOGRAFÍA]

Áreas de trabajo

Área	Responsabilidad
Dirección de carrera	Coordinación general
Seguridad	Emergencias y protocolos
Voluntariado	Controles y atención al corredor
Logística	Montaje y desmontaje
Cronometraje	Resultados oficiales
Comunicación	Prensa, fotografía y redes sociales

Compromiso medioambiental

- Balizamiento temporal y retirada completa de la señalización.
- Gestión selectiva de residuos.
- Respeto absoluto a flora y fauna.
- Impacto ambiental mínimo.
- Promoción de buenas prácticas entre corredores y público.

[ESPACIO PARA ORGANIGRAMA Y FOTOGRAFÍA DEL EQUIPO]

PATROCINADORES Y COLABORADORES

«Los grandes proyectos siempre se construyen en equipo.»

[ESPACIO PARA FOTOGRAFÍA / LOGOTIPOS]

El I Trail La Pomar es posible gracias al compromiso de instituciones, empresas, clubes deportivos y personas que han confiado desde el primer momento en este proyecto. Cada aportación, grande o pequeña, ha contribuido a hacer realidad esta primera edición.

Patrocinador principal

[LOGOTIPO A PÁGINA COMPLETA]

Patrocinadores oficiales

[CUADRÍCULA DE LOGOTIPOS]

Instituciones y colaboradores

Entidad	Espacio
Ayuntamiento de Langreo	[Logo]
Protección Civil	[Logo]
Policía Local	[Logo]
Servicios Sanitarios	[Logo]
Clubes colaboradores	[Logo]
Empresas patrocinadoras	[Logo]

CARTA AL CORREDOR

«Gracias por formar parte del comienzo.»

[ESPACIO PARA FOTOGRAFÍA / LOGOTIPOS]

Querido corredor:

Cuando abras estas páginas probablemente todavía falten unos días para colocarte el dorsal. Quizá sea tu primera carrera de montaña o quizá acumules cientos de kilómetros a tus espaldas. Sea cual sea tu historia, queremos darte las gracias por confiar en esta primera edición.

Esperamos que recuerdes la dureza de las subidas, la satisfacción de cada descenso, el ánimo de los voluntarios, el paisaje y la emoción de cruzar la línea de meta en nuestra querida Pomar, para celebrarlo donde siempre.

Más que una carrera, queremos que te lleves el recuerdo de un territorio y de las personas que lo hacen posible.

Gracias por escribir con nosotros la primera página de esta historia.

NOS VEMOS EN LA LÍNEA DE SALIDA.

El Comité Organizador

CRÉDITOS FINALES

Dirección de Carrera: _____

Organización: _____

Diseño y edición: _____

Fotografía oficial: _____

Cronometraje: _____

Agradecimiento especial a todas las personas voluntarias y colaboradoras.

NOS VEMOS EN LA POMAR

Donde la montaña guarda memoria.

[FOTOGRAFÍA FINAL DEL SENDERO HACIA LA META]