

FEMPA

**FEDERACIÓN DE DEPORTES DE MONTAÑA,
ESCALADA Y SENDERISMO DEL PRINCIPADO DE
ASTURIAS**



Reglamento por el que se rigen las

**COMPETICIONES OFICIALES
FEMPA de CARRERES por MONTAÑA**

2016

Vocalía de CARRERES por MONTAÑA

Índice

1.- INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS pag.3

2.- COMPETICIONES AUTONOMICAS. TIPOS pag.3

2.1.- Copa de Asturias de Carreres por Montaña en línea-FEMPA.

2.2.- Campeonato d'Asturies de Carreres por Montaña en línea-FEMPA.

2.3.- Carrera vertical por Montaña.

2.3.1- Generalidades Copa y Campeonato d'Asturies de Carreres Verticales por Montaña FEMPA.

2.3.2- Copa d'Asturies de Carreres Verticales por Montaña-FEMPA.

2.4.- Carreres por Montaña Llarga Distancia FEMPA.

2.5.- Copa d'Asturies de Carreres por Montaña Llarga Distancia FEMPA.

2.6.- Otras competiciones de ámbito Autonómico.

2.7.- Premio especial FEMPA.

3.- ORGANIZACIÓN pag.10

3.1.- Control de la competición: Equipo Arbitral y Supervisión

3.2.- Personal de Organización

3.3.- Jurado de Competición

4.- REGLAMENTO DE COMPETICIÓN PARA CORREDORES pag. 12

4.1.- Inscripción para la competición

4.2.- Material y equipamiento

4.3.- Supervisión control de material y avituallamiento

4.4.- Comportamiento general de los competidores

4.5.- Penalización o descalificación de un corredor o un equipo

4.6.- Descalificación con posible sanción

4.7.- Aplazamiento, interrupción y anulación de la prueba.

5.- DOPAJE pag.15

6.- NORMAS PARA LA CONFECCIÓN DE TRÍPTICOS Y CARTELES pag.15

7.- RECLAMACIONES Y SISTEMA DE APELACIÓN pag.16

7.1.- Reclamaciones

7.2.- Reclamación posterior a la competición

8.- SEGURIDAD Y HOMOLOGACIÓN DE LAS COMPETICIONES pag.16

8.1.- Preámbulo

8.2.- El itinerario

8.3.- Seguridad

8.4.- Zonas de salida y de llegada

8.5.- Los controles. Labores y responsabilidades que se les atribuye.

8.6.- Avituallamiento

8.7.- Tiempo de paso por los controles

8.8.- Mapas

8.9.- El dorsal

8.10.- Supervisión y control de material

8.11.- Itinerarios alternativos

8.12.- Reunión informativa

8.13.- Clasificaciones

ANEXOS pag.23

Anexo 1: Hoja de reclamación

Anexo 2: Bibliografía

1. - INTRODUCCIÓN y OBJETIVOS

Las **Carreras por Montaña** es una disciplina incluida dentro del conjunto de actividades que recogen los estatutos de la **Federación de Montaña, Escalada y Senderismo del Principado de Asturias FEMPA**.

Las **Carreras por Montaña** es una especialidad deportiva que se manifiesta a través de carreras por baja, media y alta montaña, ya sea estival o invernal, realizándose el itinerario a pie y en el menor tiempo posible.

Las competiciones de **Carreras por Montaña** tienen como objetivo:

Reunir en competición a los corredores de montaña y equipos de los **Clubes de Montaña de Asturias**, así como fomentar la participación en pruebas de otras zonas y atraer a nuestra región a atletas foráneos, siempre con el fin de enriquecer nuestra disciplina.

Mejorar el nivel deportivo de los corredores de montaña y ayudar a la evolución de esta especialidad deportiva.

Servir de referencia para la selección de los deportistas que deban representar a la **FEMPA** en las competiciones oficiales.

2. - COMPETICIONES AUTONOMICAS: TIPOS

La **FEMPA** es la única responsable que puede autorizar el **sello COPA D'ASTURIES o CAMPEONATO D'ASTURIES** en los siguientes tipos de competiciones de **Carreras por Montaña**:

2.1: La **Copa d'Asturies de Carreres por Montaña-FEMPA**.

2.2: **Campeonato d'Asturies de Carreres por Montaña-FEMPA**.

2.3: La **Copa y/o Campeonato d'Asturies de Carreres Verticales por Montaña-FEMPA**.

2.4: La **Copa y/o Campeonato d'Asturies de Carreres por Montaña Larga Distancia-FEMPA**

2.5: Cualquier otra competición de **ámbito Autonómico**, reconocida por la **FEMPA**.

2.1. - COPA D'ASTURIES de CARRERES por MONTAÑA

2.1.1. - De acuerdo con las condiciones establecidas por la **FEMPA** en el contrato con los organizadores, éstos organizarán pruebas valederas para la **Copa d'Asturies de Carreres por Montaña**, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

2.1.2. - El número de pruebas será como **mínimo de tres y como máximo de seis**, cada una de las cuales se celebrará en un único día.

2.1.3. - Las pruebas se desarrollarán individualmente.

2.1.4. - Las salidas de las pruebas se realizarán en línea. Podrán ser establecidas más de una línea de salida distintas y consecutivas, una para cada itinerario y/o establecer líneas según ranking o primeras posiciones.

2.1.5. - Para obtener los puntos **FEMPA**, todos los participantes estarán en posesión de la licencia federativa de Montaña FEDME o Autonómica del año en curso, apta para participar en este tipo de competiciones en nuestra región, incluyendo seguro deportivo que cubra la participación en la competición según el **Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio**. Para obtener puntos para la clasificación por clubes sólo se admitirá la pertenencia al club que figure en la licencia.

2.1.6. - Para obtener los puntos **FEMPA**, los participantes **no españoles** estarán en posesión de la licencia de su país, y deberán acreditar tener contratado un seguro de responsabilidad civil y uno de accidentes que tenga cobertura en el territorio español, y que sea equivalente al que rige

en España (**Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio**), expedida con anterioridad al inicio de la carrera. Para obtener puntos para la clasificación por clubes sólo se admitirá la pertenencia al club que figure en la licencia.

2.1.7. – A efectos de la **Copa d'Asturies de Carreres por Montaña**, los participantes estarán divididos en las categorías siguientes:

Categorías Masculino y Femenina: Júnior y Sénior

Sub categorías Masculino y Femenina: Promesa (Sub-23) y Veteran@s A y B.

- Categoría júnior: 18, 19 y 20 años, es decir que no cumplan los 21 años el año de referencia.

- Categoría sénior: a partir de 21 años cumplidos el año de referencia hasta cumplir 39 en el año de referencia.

- Sub categoría promesa: 21, 22 y 23 años, es decir que no cumplan los 24 años el año de referencia.

- Sub categoría veteran@s A: Masculina y femenina de 40 a 50 años, es decir, que no cumplan los 51 en el año de referencia.

-Sub categoría Veteran@s B: Masculina y femenina a partir de los 51 años cumplidos en el año de referencia..

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que el participante tenga el día 31 de diciembre del año de la competición.

Las categorías Junior y la sub-categoría Promesa (Sub-23) sólo de dotarán de clasificación y premios en caso de contar con un mínimo de cuatro participantes, salvo decisión a favor del organizador.

2.1.8.- Cada participante recibirá una puntuación de acuerdo con la clasificación de federados (FEDME, FEMPA o autonómico) en la prueba. **Sólo podrán puntuar los atletas que entren dentro del tiempo máximo establecido por la organización.** Se utilizarán **TRES** sistemas de puntuación para la clasificación final de **Copa d'Asturies**, según desnivel y distancia:

a) Carreres con un desnivel positivo hasta 2.000 metros aproximadamente.

b) Carreres con un desnivel positivo superior a 2.000 metros aprox.

c) La última prueba

El sistema de puntuación para cada categoría será el siguiente:

a) Carreres con un desnivel positivo hasta 2.000m :

1:100 puntos	10: 58 puntos	19: 40 puntos	28: 22 puntos	37: 4 puntos
2: 88 puntos	11: 56 puntos	20: 38 puntos	29: 20 puntos	38: 2 puntos
3: 78 puntos	12: 54 puntos	21: 36 puntos	30: 18 puntos	
4: 72 puntos	13: 52 puntos	22: 34 puntos	31: 16 puntos	
5: 68 puntos	14: 50 puntos	23: 32 puntos	32: 14 puntos	
6: 66 puntos	15: 48 puntos	24: 30 puntos	33: 12 puntos	
7: 64 puntos	16: 46 puntos	25: 28 puntos	34: 10 puntos	
8: 62 puntos	17: 44 puntos	26: 26 puntos	35: 8 puntos	
9: 60 puntos	18: 42 puntos	27: 24 puntos	36: 6 puntos	

A los restantes participantes que finalicen la prueba se les otorgarán 2 puntos y, a efectos de la clasificación final, 0 puntos a los que no participen en alguna prueba de las que componen la Copa.

b) Carreres con un desnivel positivo superior a 2.000m. : Se le aplicará un coeficiente de 1,2 sobre la tabla anterior

c) La última prueba tendrá un 20% más de puntuación que el resto, es decir: 120-106-94-86-82-79-77-74-72-70-67-65-62-60-58-55-53-50-48-46-43-41-38-36-34-31-29-26-24-22-19-17-14-12-10-7-5-2-2-2-2 y ya este valor fijo hasta el último clasificado.

2.1.9.- Para participar en la **Copa d'Asturies de Carreres por Montaña** será necesario puntuar en el siguiente número de pruebas:

En los casos en que la **Copa d'Asturies** tenga **TRES pruebas o menos**, se valorarán los resultados obtenidos en **TODAS ellas**.

En los casos en que la **Copa d'Asturies** tenga **CUATRO pruebas**, se valorarán los **TRES mejores** resultados obtenidos de ellas.

En los casos en que la **Copa de Asturias** tenga **CINCO o SEIS pruebas**, se valorarán los **CUATRO mejores** resultados obtenidos en ellas.

Se adjudicarán 0 puntos cuando el deportista no participe en alguna o algunas de las pruebas de la Copa d'Asturies.

2.1.10.- En caso de empate entre dos o más competidores se tendrá en cuenta el **mejor resultado obtenido en la última carrera celebrada**.

2.1.11.- Al finalizar la **Copa d'Asturies** y acabada la entrega de premios de la última prueba celebrada se proclamará y se hará entrega de los trofeos, premios o diplomas correspondientes a los **campeones, sub-campeones y terceros clasificados** en las categorías descritas en el apartado 2.1.7., **al Campeón y Campeona Absolutos** (Que se obtendrán de sumar los cuatro mejores resultados tras aplicar la tabla de puntuación correspondiente en cada prueba sobre las clasificaciones de Federados absolutas Masculina y Femenina. En caso de empate, prevalecerá el resultado de la última prueba) **así como a los tres primeros clubes clasificados**. Para obtener esta última clasificación por clubes, se sumarán de acuerdo con el punto 2.1.9 los puntos adjudicados por club en cada prueba aplicando los criterios siguientes:

a) Todos los participantes especificarán su club al hacer la inscripción y puntuarán para el mismo, pero sólo se admitirá la pertenencia al club que figura en la licencia.

b) Para entrar en la clasificación por clubes deberán puntuar como **mínimo TRES corredores** del mismo club (independientemente de su género), y como máximo sumarán puntos los **CUATRO mejores corredores** (independientemente de su género) del mismo club.

Nota aclaratoria: Si por circunstancias de la carrera un club no consigue clasificar el **mínimo de TRES componentes**, este club no se clasificará.

c) A cada uno de los corredores se les otorgarán puntos de la tabla oficial (punto 2.1.8) de Copa de Asturias en función de su puesto en la clasificación absoluta masculina y absoluta femenina de federados, sin tener en cuenta las clasificaciones por categoría

El Club que obtenga mayor puntuación acumulada en las pruebas puntuables para la Copa de Asturias de acuerdo al apartado 2.1.9 será proclamado Campeón de la Copa de Asturias. En caso de empate entre dos o más clubes será decisorio el resultado obtenido en la última carrera disputada, en la anterior si persistiera el empate, y así sucesivamente. En última instancia, se realizaría un sorteo.

2.2.- CAMPEONATO D'ASTURIAS de CARRERES por MONTAÑA

2.2.1.- De acuerdo con las condiciones del contrato establecidas por la **FEMPA**, los Clubes favorecidos organizarán el **Campeonato d'Asturies de Carreres por Montaña**, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

2.2.2.- El **Campeonato de Asturias de Carreres por Montaña FEMPA**, constará de **UNA** única prueba de un día, siendo de carácter individual y de clubes.

2.2.3.- Los participantes tendrán como mínimo 15 años de edad.

2.2.4.- La salida de las pruebas se realizará en línea. Podrán ser establecidas más de una línea de salida distinta y consecutiva, una para cada itinerario y/o establecer líneas según ranking, prueba previa, primeras posiciones o establecimiento de categorías inferiores.

2.2.5.- Solo optarán al **Campeonato d'Asturies** los participantes que estén en posesión de la **licencia federativa de montaña expedida por la FEMPA del año en curso**, incluyendo seguro deportivo que cubra la participación en la competición según **Real Decreto 849/1993 de 4 de**

Junio, expedida con anterioridad al inicio de la carrera. De igual modo, sólo optarán al **Campeonato d'Asturies de Clubes** aquellos que estén adscritos a la FEMPA.

2.2.6.- A efectos del Campeonato d'Asturies de carreres por montaña los corredores estarán divididos en las siguientes categorías:

Categorías Masculino y Femenina:

Sénior : A partir de 18 años cumplidos en el año de referencia.

Sub categorías Masculino y Femenina: Promesa (Sub-23) y Veteran@s A y B.

- Sub categoría promesa(sub-23): 21, 22 y 23 años, es decir que no cumplan los 24 años el año de referencia.

- Sub categoría veteran@s A: Masculina y femenina de 40 a 50 años, es decir, que no cumplan los 51 en el año de referencia.

- Sub categoría Veteran@ B: Masculina y femenina a partir de los 51 años cumplidos en el año de referencia..

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que el participante tenga el día 31 de diciembre del año de la competición.

Las categorías Cadete, Junior y la sub-categoría Promesa sólo se dotarán de clasificación y premios en caso de contar con un mínimo de cuatro participantes, salvo decisión a favor del organizador.

2.2.7.- Al finalizar la carrera se obtendrán dos clasificaciones: De la prueba, con todos los participantes, y del **Campeonato d'Asturies**, con todos los federados FEMPA. En base a esta última, se proclamarán y se les hará entrega de los trofeos, premios y diplomas correspondientes a los **campeones, sub-campeones y terceros clasificados** en las categorías definidas en el apartado **2.2.6.** así como a los **tres primeros clubes clasificados.**

2.2.8.- A efectos de elaborar la clasificación del **Campeonato d'Asturies de clubes**, se seguirán los criterios siguientes:

a) Todos los inscritos que especifiquen su club al hacer la inscripción serán susceptibles de puntuar para el mismo, pero sólo se admitirá la pertenencia al club que figura en la licencia.

b) Para entrar en la clasificación por clubes deberán puntuar como **mínimo TRES corredores** del mismo club (independientemente de su género), y como máximo sumarán puntos los **CUATRO mejores corredores** (independientemente de su género) del mismo club.

Nota aclaratoria: Si por circunstancias de la carrera un equipo no consigue clasificar el **mínimo de TRES componentes**, este club no se clasificará.

c) A cada uno de los corredores se les otorgarán puntos de la tabla oficial (punto 2.1.8) de Copa de Asturias en función de su puesto en la clasificación absoluta masculina y absoluta femenina de federados FEMPA, sin tener en cuenta las clasificaciones por categoría

El Club que obtenga mayor puntuación será proclamado Campeón d'Asturies.

2.2.9.- La FEMPA fijará dentro de su calendario un Campeonato d'Asturies Cadete (15, 16 y 17 años) y Junior(18,19 y 20) que podrá celebrarse -con las características adecuadas para esas categorías de acuerdo al punto 8.2 de este reglamento- de manera conjunta con alguna de las pruebas oficiales si así se estima conveniente.

2.3.- CARRERES VERTICALES por MONTAÑA

2.3.1.- De COPA y CAMPEONATO D'ASTURIES de CARRERA VERTICAL por MONTAÑA

General:

2.3.1.1 - De acuerdo con las condiciones establecidas por la **FEMPA** en el contrato con los organizadores, éstos organizarán pruebas **de Carreras Verticales** valederas para la **Copa d'Asturies de Carreres por Montaña**, o bien el **Campeonato d'Asturies de Carrera Vertical por Montaña**, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

2.3.2. - CARRERA VERTICAL por MONTAÑA de COPA

2.3.2.1. – Constará de pruebas de carácter individual, de un día de duración, siendo las normas a aplicar las mismas en las que se aplican en **Copa d'Asturies**.

2.3.2.2. - Las salidas de las pruebas se podrán realizar:

a) EN MASA. Podrán ser establecidas más de una línea de salida distintas y consecutivas, una para cada categoría y/o establecer líneas según ranking o primeras posiciones.

b) INDIVIDUAL. Se establecerá una diferencia de entre **TREINTA segundos y DOS minutos** entre competidores, a criterio de los organizadores, y de común acuerdo con los árbitros.

2.3.2.4. – Para obtener puntos **FEMPA** para la **Copa de Asturias** nos remitiremos a los apartados **2.1.5, 2.1.6. y siguientes.**

2.3.2.5.- El sistema de puntuación para cada categoría, independientemente de la distancia y desnivel de la prueba, será la definida en el apartado 2.1.8 (a) que se refiere a Carreres de hasta 2000m. de desnivel positivo.

2.3.2. - CAMPEONATO D'ASTURIES DE CARRERES VERTICALES por MONTAÑA

2.3.2.1. – Constará de una única prueba de carácter individual y por clubes, de un día de duración, siendo las normas y categorías a aplicar las mismas que se utilizan en el **Campeonato d'Asturies de Carreres por montaña.**

2.3.2.2. - Las salida de la prueba se podrán realizar:

a) EN MASA. Podrán ser establecidas más de una línea de salida distintas y consecutivas, una para cada categoría y/o establecer líneas según ranking o primeras posiciones.

b) INDIVIDUAL. Se establecerá una diferencia de entre **TREINTA segundos y DOS minutos** entre competidores, a criterio de los organizadores, y de común acuerdo con los árbitros.

2.3.2.3.- El sistema de puntuación para cada categoría y para clubes, así como la obtención de los vencedores Absolutos del campeonato independientemente de la distancia y desnivel de la prueba, será idéntico al aplicado en el Campeonato d'Asturies de Carreres por Montaña.

2.3.2.4.- Desniveles y distancias para las pruebas de Carrera Vertical de Montaña FEMPA. Las competiciones de Carrera Vertical constarán de una única subida, permitiéndose un máximo de **5% de bajadas** propias de las características del terreno y no provocadas.

El desnivel mínimo en subida será de 700 metros.

La distancia máxima será de 8 kilómetros.

El porcentaje de pendiente media estará siempre entre el 20% y el 45%, siguiendo la fórmula:

- Distancia en vertical x 100 / Distancia en horizontal = Pendiente%

La tipología del terreno debe ser adecuado para la **progresión sin material de protección personal**, y **podrán ser empleadas cuerdas fijas** si las condiciones del itinerario lo requieren.

2.3.3.5.- Sólo se considerará **Kilómetro Vertical** aquella competición de **1.000 metros de desnivel positivo** entre salida y llegada (+/- 5% tolerancia) que se desarrolle sobre terreno irregular de gran pendiente, el recorrido del cual no exceda de **5 Kilómetros.**

2.3.3.6.- La organización dispondrá de un sistema de cronometraje que garantice la **correcta toma de tiempos.** Se recomienda el uso de sistema de chip electrónico y/o célula fotoeléctrica como mínimo en la zona de meta, y sistema informático que permita conocer y publicar los resultados de forma inmediata.

2.3.3.7.- En las competiciones con **más de 1.200 metros de desnivel** la organización dispondrá de un **avituallamiento líquido a mitad del recorrido.** Si la competición **supera los 1.800 metros de desnivel**, la organización dispondrá de **avituallamientos líquidos cada 600 metros** de desnivel, uno de ellos será además **avituallamiento sólido**, situado en la segunda mitad del recorrido.

2.3.3.8.- Uso de Bastones: Si su uso está permitido por la organización, se hará con las siguientes limitaciones:

1) En las carreras con salida en masa se llevarán en la mano, si son plegables, éstos deberán estar plegados en el momento de la salida, si no son plegables deberán tener las puntas tapadas y no se utilizarán hasta que la dispersión de los participantes garantiza poder hacerlo sin peligro para los otros.

2) En el transcurso de la carrera deberán utilizarse con precaución y en el momento de superar o ser superados por otro participante se deberá guardar una distancia de seguridad no inferior a tres metros. En caso de no ser posible mantener esta separación, deberá limitarse su uso hasta completar el adelantamiento. La mínima comunicación verbal entre ambos corredores debe darse para evitar accidentes.

3) Sólo se permite el llevarlos desde la salida, quedando prohibido bajo descalificación el recogerlos o aceptarlos por el camino de de otra persona o participante. Si se opta por su uso, se portarán toda la carrera.

2.4.- CARRERES por MONTAÑA DE LLARGA DISTANCIA:

General:

2.4.1.- De acuerdo con las condiciones establecidas por la **FEMPA** en el contrato con los organizadores, éstos organizarán pruebas de **Larga Distancia** valederas para la **Copa d'Asturies de Carreres por Montaña de Llargu Distancia**, o bien el **Campeonato d'Asturies de Carreres por Montaña de Llargu Distancia**, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

2.4.2.- Se tratará de pruebas con las siguientes características:

- Distancia mínima de 80 kilómetros.
- Desnivel acumulado no inferior a 8.000 metros.

2.4.3.- Por tratarse de pruebas de especial dureza y características, cada organizador, en función de la idiosincrasia de cada prueba, dictará aquellas normas de obligado cumplimiento que considere para garantizar la seguridad de los participantes, tanto en lo que atañe al material de uso obligatorio o recomendable, al grado de autosuficiencia exigible, requisitos médicos o de cualquier otra índole.

2.5.- CAMPEONATO D'ASTURIES DE CARRERES POR MONTAÑA DE LLARGA DISTANCIA

2.5.1. - De acuerdo con las condiciones establecidas por la **FEMPA** en el contrato con el organizador, éste organizará el **Campeonato d'Asturies de Carreres por Montaña de Llargu Distancia** cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

2.5.2. – El Campeonato se celebrará en una única prueba a realizar en un único día.

2.5.3. - Las pruebas se desarrollarán individualmente y por clubes.

2.5.4. - Las salidas de las pruebas se realizarán en línea. Podrán ser establecidas más de una línea de salida distintas y consecutivas, una para cada itinerario y/o establecer líneas según ranking o primeras posiciones.

2.5.5. – Para obtener los puntos **FEMPA**, todos los participantes estarán en posesión de la licencia federativa de Montaña **FEMPA** o Autónoma del año en curso, apta para participar en este tipo de competiciones en nuestra región, incluyendo seguro deportivo que cubra la participación en la competición según el **Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio**. Para obtener puntos para la clasificación por clubes sólo se admitirá la pertenencia al club que figure en la licencia.

2.5.6. - Para obtener los puntos **FEMPA**, los participantes **no españoles** estarán en posesión de la licencia de su país, y deberán acreditar tener contratado un seguro de responsabilidad civil y uno de accidentes que tenga cobertura en el territorio español, y que sea equivalente al que rige en España (**Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio**), expedida con anterioridad al inicio de la

carrera. Para obtener puntos para la clasificación por clubes sólo se admitirá la pertenencia al club que figure en la licencia.

2.5.7. – A efectos del Campeonato d’Asturies de Carreras por Montaña de Larga Distancia, los participantes estarán divididos en las categorías siguientes:

Categorías Masculino y Femenina: Sénior, a partir de 21 años –cumplidos dentro del año de referencia, hasta los 39 años cumplidos en el año de referencia.

Sub categoría Veteran@ A:

MASCULINA Y FEMENINA: Desde los 40 años y hasta los 50, sin que cumplan 51 en el año de referencia.

Sub Categoría Veteran@ B: masculina y femenina, desde los 51 años cumplidos en el año de referencia.

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que el participante tenga el día 31 de diciembre del año de la competición.

2.5.8.- Cada participante recibirá una puntuación de acuerdo con la clasificación de federados FEMPA y Autonómicos en la prueba. **Sólo podrán puntuar los atletas que entren dentro del tiempo máximo establecido por la organización.**

El sistema de puntuación para cada categoría será el siguiente:

1: 100 puntos	10: 58 puntos	19: 40 puntos	28: 22 puntos	37: 4 puntos
2: 88 puntos	11: 56 puntos	20: 38 puntos	29: 20 puntos	38: 2 puntos
3: 78 puntos	12: 54 puntos	21: 36 puntos	30: 18 puntos	
4: 72 puntos	13: 52 puntos	22: 34 puntos	31: 16 puntos	
5: 68 puntos	14: 50 puntos	23: 32 puntos	32: 14 puntos	
6: 66 puntos	15: 48 puntos	24: 30 puntos	33: 12 puntos	
7: 64 puntos	16: 46 puntos	25: 28 puntos	34: 10 puntos	
8: 62 puntos	17: 44 puntos	26: 26 puntos	35: 8 puntos	
9: 60 puntos	18: 42 puntos	27: 24 puntos	36: 6 puntos	

A los restantes participantes que finalicen la prueba se les otorgarán 2 puntos.

2.5.9.- Al finalizar el **Campeonato d’Asturies Larga Distancia** y acabada la entrega de premios de la prueba se proclamará y se hará entrega de los trofeos, premios y diplomas correspondientes a los **campeones, sub-campeones y terceros clasificados** en las categorías descritas en el **apartado 2.5.7.**, así como a los **tres primeros clubes clasificados**. Para obtener esta última clasificación por clubes se aplicarán los criterios siguientes:

a) Todos los inscritos que especificarán su club al hacer la inscripción y puntuarán para el mismo, pero sólo se admitirá la pertenencia al club que figura en la licencia.

b) Para entrar en la clasificación por clubes deberán puntuar como **mínimo TRES corredores** del mismo club (independientemente de su género), y como máximo sumarán puntos los **CUATRO mejores corredores** (independientemente de su género) del mismo club.

Nota aclaratoria: Si por circunstancias de la carrera un equipo no consigue clasificar el **mínimo de TRES componentes**, este club no se clasificará.

c) A cada uno de los corredores se les otorgarán puntos de la tabla oficial (punto 2.1.8) de Copa de Asturias en función de su puesto en la clasificación absoluta masculina y absoluta femenina de federados FEMPA, sin tener en cuenta las clasificaciones por categoría

El Club que obtenga mayor puntuación será proclamado Campeón d’Asturies.

2.5.10 - Definición: la competición de carrera de Ultra por montaña, es una prueba deportiva que se caracteriza por su desarrollo en recorridos que transcurren por caminos de baja, media y alta montaña, con una distancia mínima de 80 kilómetros y un desnivel positivo acumulado de mínimo

3.500 m. en una sola etapa. La carrera de Ultra, no deberá sobrepasar inclinaciones del 40% ó dificultades técnicas de II grado.

2.5.11 - El recorrido: deberá de estar debidamente señalado, en su totalidad, en especial se prestará atención en el marcaje de cruces y otros lugares de posibles pérdidas y siempre que sea necesario la organización ubicará físicamente alguna persona en esos lugares. Existirá como mínimo un indicador kilométrico cada 10 kilómetros, con la cifra kilométrica bien definida. Los tramos asfaltados o cimentados, no podrán superar el 15% del total del recorrido, sin contar tramos urbanos.

2.5.12 - Avituallamientos: durante el recorrido la organización dotará de avituallamientos la carrera, no obstante, los Ultras FEMPA podrán también ser de autosuficiencia o de semi-autosuficiencia, por lo que los árbitros de la carrera y el organizador establecerán esa especificación que detallarán en todo momento en la reunión técnica y en la información previa que se da a los participantes. En los controles de los avituallamientos, la organización de la prueba colocará recipientes donde los participantes puedan depositar los desechos a una distancia de 100 metros del lugar de control y donde habrá un indicador de finalización del avituallamiento, y otro cartel, 100 metros antes del mismo inicio del avituallamiento.

2.5.13 - Controles de paso: la organización situará controles de paso de corredores, a su criterio, según la seguridad, estrategia y accesos. También podrá poner controles secretos, a criterio de la organización. La organización podrá marcar un tiempo máximo de paso para los controles, según los criterios que crean convenientes, teniendo como referencia una velocidad mínima de entre, 4 a 5 kilómetros por hora. Estos tiempos máximos deberán de ser calculados, para permitir a los participantes completar la carrera dentro del tiempo máximo, incluyendo eventuales paradas de descanso y comidas.

2.5.14 - Material obligatorio: todos los participantes estarán obligados como mínimo a llevar el siguiente material:

- Zapatillas de trail-running.
- Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor/a
- Manta térmica o de supervivencia, (mínimo 1,20 X 2,10)
- Contenedor para reserva de agua (mínimo 1 litro)
- Frontal ó linterna con pilas de repuesto
- Gorra, Visera ó Badana
- Pantalones ó mallas, mínimo por debajo de las rodillas

El material obligatorio, será requerido por los Árbitros de la FEMPA, en el control de dorsales y en cualquier parte del recorrido y todos los corredores estarán obligados a someterse a dicho control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera.

Material recomendable:

- Guantes
- Luz roja posición trasera
- Silbato
- Teléfono móvil
- GPS o Brújula

2.5.15 - Seguridad de los participantes: la organización de la prueba preverá los siguientes servicios:

- Servicios de asistencia sanitaria, ambulancias y un médico, como mínimo en la salida y llegada.
- Equipo escoba que recorrerá la totalidad del itinerario a pie en el mismo sentido de la prueba.
- La comunicación entre los controles, equipo escoba, salida y llegada y director de carrera.
- Plan de emergencia y evacuación de participantes durante la carrera.

2.5.16 - Itinerario Alternativo: la organización deberá tener, como mínimo, un itinerario alternativo, para que en el caso de que las condiciones meteorológicas sean peligrosas, poder reconducir la carrera por otro lugar, que garantice la seguridad de los corredores.

2.5.17 - Control de material: antes de dar la salida a la prueba, la organización realizará una verificación de dorsales y material obligatorio, pasando los participantes a un recinto cerrado hasta el momento de la salida. Y unos minutos antes de la misma, la organización, recordará a todos los corredores la previsión meteorológica, las novedades de última hora y la importancia de conservar el medio ambiente a nuestro paso.

2.5.18 - Retirada de un corredor: los árbitros de la FEMPA y/o el médico de la organización podrán retirar de la competición a un corredor, y quitarle su dorsal, cuando consideren que éste tenga mermadas sus capacidades físicas o técnicas como causa de la fatiga y el desgaste de la prueba garantizando así su salud.

2.6.- OTRAS COMPETICIONES DE ÁMBITO AUTONÓMICO:

El Comité de Competición de Copa d'Asturies podrá homologar cualquier otra prueba de Carreres por Montaña que lo solicite; u otra modalidad, como por ejemplo Carreres contra reloj, de ascenso, de descenso, por etapas, etc.

3. - ORGANIZACIÓN

La Vocalía de Carreres por Montaña de la FEMPA, es la responsable de coordinar todos aquellos aspectos relacionados con las Carreres por Montaña a nivel Autonómico.

La Vocalía de Carreres por Montaña tiene autoridad técnica con respecto a todas las competiciones de Carreres por Montaña en el ámbito regional, organizadas u otorgadas por la FEMPA (como se especifica en el apartado 3).

La Vocalía de Carreres por Montaña es la responsable de recibir y dar respuesta a las solicitudes de los clubes de montaña, instituciones y empresas para organizar alguna competición cuyo ámbito sea Autonómico.

Todas las competiciones oficiales regionales se organizarán según la aplicación del presente reglamento. Aquellos aspectos no contemplados en el Reglamento, serán solucionados por la Vocalía de Carreres por Montaña de la FEMPA.

Las Competiciones oficiales regionales podrán estar integradas en el calendario de Copa España o de otras federaciones relacionadas con la especialidad.

En el caso de que las circunstancias lo aconsejen, la Vocalía de Carreres por Montaña podrá aprobar itinerarios con desniveles inferiores o superiores a los especificados en el Reglamento, así como permitir carreras con características especiales de autosuficiencia, siempre especificando claramente esas circunstancias a fin de evitar problemas de seguridad a los participantes.

3.1.- CONTROL DE LA COMPETICIÓN: EQUIPO ARBITRAL Y SUPERVISIÓN

La Vocalía Carreres por Montaña de la FEMPA nombrará a las siguientes personas para controlar cualquier competición de acuerdo con los organizadores:

- a) – Presidente del jurado. (Árbitro principal)
- b) - Juez árbitro de itinerario. (Árbitro de recorrido)

c) - **Juez árbitro de inscripciones, Salida y Llegada. (Árbitro de meta)**

d) - **Delegado de la FEMPA**

Estas personas, delegado y jueces árbitros, constituyen el Comité de Carrera.

a) - **Presidente del Jurado**

Las funciones del **Presidente del Jurado**: **Será el máximo responsable de la Carrera asignada**, efectuando un seguimiento previo de todo lo relacionado con la misma, **estando en contacto con los organizadores** para ver que todo se está desarrollando con normalidad, **que se cumple y se cumplirá el Reglamento**, solucionará sus dudas; procurará que llegado el día de la competición todo esté bajo control, etc.

Asignará al equipo arbitral las funciones a realizar, supervisará el desarrollo general de la competición y firmará el acta de competición.

El **Presidente del Jurado** informará al responsable del **Comité de Carreres por Montaña**, estando en contacto permanente para garantizar la buena marcha de la competición.

El Presidente del Jurado debe estar en posesión de la titulación de árbitro autonómico de Carreres por Montaña, no obstante, la Vocalía de Carreres por Montaña FEMPA podrá nombrar Presidente del Jurado a uno no titulado si no hubiera ninguno disponible.

b) - **Juez árbitro de itinerario**

Por solicitud del **Comité de Carreres por Montaña de la FEMPA**, en competiciones donde su dificultad, longitud o inaccesibilidad hagan más difícil la supervisión del itinerario, **esta función podrá ser asignada a dos supervisores de itinerario.**

Supervisa el trazado del itinerario especialmente en todo lo que hace referencia a la **seguridad, marcaje, situación de los controles** tanto de paso como los controles informativos e instalaciones de cuerdas fijas si hubiere. **Será acompañado por una persona de la organización responsable del itinerario.**

El Juez árbitro de itinerario debe estar en posesión de la titulación de árbitro autonómico de Carreres por Montaña.

c) - **Juez árbitro de inscripciones, Salida y Llegada**

Supervisa la lista de participantes en la competición, situación y zona de la Salida y la Llegada, control de material y control de dopaje.

Supervisa que todos los participantes dispongan de la correspondiente licencia federativa, según los parámetros del **punto 2**, procurando que la organización destaque a estos en **una lista específica y por categorías**, en la que solo aparezcan reflejados los competidores que cumplan con los requisitos establecidos para puntuar en la **Copa o Campeonato d'Asturies**.

Valida la salida. Supervisa la toma de tiempos de llegada de los participantes realizada por la organización.

Colabora con la organización en la elaboración final de la clasificación, procurando que la organización elabore una clasificación específica y por categorías, en la que solo aparezcan reflejados los competidores que cumplan con los requisitos establecidos para puntuar en la **Copa o Campeonato d'Asturies**. Velará para que en tiempo justo la clasificación provisional esté expuesta al público. **Informa y asesora al Comité de Carrera.**

El Juez árbitro de itinerario debe estar en posesión de la titulación de árbitro autonómico de Carreres por Montaña.

d) - **Delegado de la FEMPA**

Forma parte del Comité de Carrera, debe estar presente en todas las reuniones y sesiones de competición. Supervisará la entrega de trofeos y el cumplimiento del protocolo medioambiental.

Si la Vocalía de Carreres por Montaña lo estima oportuno, una misma persona puede desempeñar más de una responsabilidad.

3.2.- PERSONAL DE ORGANIZACIÓN

La organización deberá cubrir las siguientes funciones (siempre que no existan modificaciones explícitas en el contrato firmado entre ésta y la **FEMPA**).

Organización pre-competición:

- **Administración.**
- **Controles.**
- **Trazado del itinerario, marcaje y equipamientos del mismo.**
- **Información meteorológica.**
- **Equipamientos de las zonas de salida y llegada.**
- **Mapa con el itinerario trazado y perfil del mismo.**
- **Garantizar una difusión de la prueba 30 días antes de la celebración de la misma.**
- **Recibir y registrar a todo el personal acreditado para la competición (competidores, técnicos acompañantes, técnicos de la FEMPA, prensa, etc.).**
- **Registrar y controlar el acceso a las zonas de salida, llegada y zonas restringidas acatando las indicaciones realizadas por los supervisores.**
- **Toma tiempos en los controles de paso y los de llegada.**
- **Velar por la seguridad en todo el itinerario de competición.**
- **Asistir a los competidores que abandonen la competición.**
- **Ofrecer servicios para los supervisores, prensa y medios de comunicación.**
- **Ofrecer servicios médicos, salvamento y otros equipamientos pactados.**
- **Organizar las ceremonias de apertura, entrega de premios y clausura.**
- **Colaborar con los supervisores en todo lo necesario.**

NOTA: La organización deberá prever una zona de vestuario, guardarropía y WC para los competidores equipada con duchas.

3.3- JURADO DE COMPETICIÓN

El Jurado de Competición es un órgano consultivo que actuará de acuerdo con el (apartado 7) de este Reglamento.

Composición:

- Los árbitros de la prueba.
- El director de la prueba (o director técnico).
- El delegado de la FEMPA.
- Un representante de los deportistas (elegido por sorteo de entre los 10 primeros clasificados de la última Copa / Campeonatos o inscritos en la prueba).

Funciones:

El jurado de competición es el responsable de atender las posibles reclamaciones derivadas del desarrollo de la competición durante y dentro de la fecha de la prueba. Este se convocará en el momento que se produzca una reclamación.

4.- REGLAMENTO COMPETICIÓN para CORREDORES

4.1.- INSCRIPCIÓN PARA LA COMPETICIÓN

4.1.1.- Para participar en la prueba es necesario realizar una inscripción que quedará cerrada cuando lo determine la organización. La organización podrá poner una cuota de inscripción para la participación en la prueba.

4.1.2.- Las inscripciones se efectuarán de acuerdo con lo que dispongan los organizadores.

4.1.3.- Para formalizar la pre-inscripción y/o inscripciones, **los organizadores deberán exigir a los participantes la presentación del DNI o pasaporte, o documento equivalente para extranjeros, siendo la edad mínima exigida los 18 años, excepto Ultra Trails en que será de 21 años. También podrán autorizarse competiciones para categorías inferiores, pero siempre adaptando los recorridos a esas circunstancias; Licencia federativa del año en curso, apta para participar en este tipo de competiciones de Carreres por Montaña, expedida por la F.E.D.M.E., F.E.M.P.A., o resto de Federaciones Autonómicas de Montaña, incluyendo seguro deportivo que cubra la participación en la competición, según Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio, o licencia equivalente para extranjeros (apartado 2.1.6).**

4.1.4.- La Organización impedirá la participación en Copa Asturias de los deportistas que no cumplan estos requisitos.

Sin embargo **y con un acuerdo convenido con la Vocalía de Carreres por montaña FEMPA**, los organizadores de forma excepcional y como forma de **PROMOCION de Carreres por Montaña**, podrán hacer competir a deportistas **sin Licencia Federativa -previo pago de un Seguro Deportivo por parte de los participantes-** que cubra su participación en la prueba; no teniendo esta excepción validez para poder clasificarse en **las Copas o Campeonatos d'Asturies**.

4.1.5.- Los organizadores podrán solicitar un **Certificado Médico de aptitud para el deporte de competición**, expedido como máximo **tres meses antes del inicio de la temporada** de competiciones de **Carreres por Montaña** en papel oficial.

4.1.6.- Para un adecuado control de los competidores, la organización de todas las competiciones oficiales FEMPA **exigirá la presentación de la licencia del año en curso a la retirada del dorsal. De igual modo, TODOS los participantes mostrarán su acuerdo y firmarán el documento de aceptación de condiciones incluido como anexo a este reglamento.**

4.1.7.- La organización establecerá, si lo cree conveniente, un período especial **-hasta 10 días antes de la celebración de la carrera-** en el que solo se podrán inscribir deportistas federados **FEMPA**, garantizando de esta manera que los interesados no se queden sin posibilidad de participación.

4.2.- MATERIAL Y EQUIPAMIENTO

4.2.1.- Para participar en la prueba cada deportista deberá llevar consigo el material siguiente: **Calzado y vestimenta adecuados para la práctica de Carreres por Montaña que exija la organización.**

4.2.2.- En el caso que los organizadores lo crean oportuno, y muy especialmente en las carreras de **Llarga Distancia**, los competidores estarán obligados a llevar el material que se especifique en el folleto informativo. La organización podrá autorizar o vetar también el uso de **bastones**, y en ningún caso estará permitido el uso de raquetas de nieve o esquís.

4.3.- SUPERVISIÓN, CONTROL DE MATERIAL Y AVITUALLAMIENTO

4.3.1.- Antes de entrar en el recinto de salida se procederá al control del dorsal y del material. A todos los participantes que no cumplan con los requisitos referidos al material y expuestos en el apartado 4.2 se les impedirá la participación en la prueba.

4.3.2.- En todos los controles podrá ser supervisado el material autorizado por la organización, **será motivo de descalificación inmediata la manipulación o cesión del dorsal.**

4.3.3.- Está terminantemente prohibido recibir ayuda o avituallamiento durante el desarrollo de la prueba -exceptuando los puntos dispuestos por la organización y descritos en la reunión informativa- **de cualquier persona sea competidor o no.**

4.3.4.- Podrá ser recibida ayuda, según el punto anterior y en un radio de más o menos **100 metros antes y después del punto dispuesto por la organización.**

4.3.5.- Está igualmente prohibido sacar ningún tipo de envase fuera de los límites de la zona de avituallamiento, excepto los portados por los propios atletas desde la salida. El abandono de los mismos o el vertido de cualquier desperdicio será motivo de descalificación.

4.4.- COMPORTAMIENTO GENERAL DE LOS COMPETIDORES

4.4.1.- Todo corredor solicitado tiene que **prestar socorro a otro participante** que esté en peligro o accidentado, estando obligado a comunicarlo al control más cercano inmediatamente. **La privación de auxilio será penalizado con la descalificación inmediata.**

4.4.2.- Es obligación de cada competidor llevar sus desperdicios, latas, papeles, etc. hasta la llegada o lugares señalados por la organización. Un bastón roto durante la competición podrá ser entregado en un control. **El corredor que no los deposite o los tire en una zona no preparada, será descalificado.**

4.4.3.- Todo corredor deberá realizar el recorrido marcado por la organización, no respetarlo o no pasar por alguno de los controles establecidos, será causa de penalización o descalificación.

4.4.4.- Los participantes, durante el recorrido, deberán seguir en todo momento las instrucciones de los miembros de los controles.

4.4.5.- Los participantes deberán someterse a los controles del dopaje que se les solicite.

4.4.6.- Los competidores deben comportarse deportivamente en todo momento y mostrarse respetuosos con los demás deportistas, jueces, supervisores, controles y miembros de la organización.

4.4.7.- Todo participante debe ser conocedor y respetar el **REGLAMENTO DE COMPETICIÓN** aceptando las modificaciones que pueda adoptar el Comité de Carrera por causas ajenas a la organización, antes y/o durante la competición. Dicho reglamento estará a disposición de los corredores en la charla previa y en la zona de recogida de dorsales. De igual modo, siempre podrá consultarse en www.fempa.net

4.4.8.- Un corredor podrá retirarse de la prueba siempre que él lo desee, pero lo deberá realizar de acuerdo con los puntos siguientes:

-Se retirará en un control y entregará el dorsal.

-El competidor asume toda su responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado, si bien la organización velará por facilitarle el acceso al punto de llegada en las mejores condiciones posibles.

4.5.- PENALIZACIÓN O DESCALIFICACIÓN DE UN CORREDOR

4.5.1.- 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 = 3 minutos a descalificación.**
- ❖ **Recibir ayuda o avituallamiento fuera de las zonas permitidas (excepto auxilio) de cualquier persona sea competidor o no = 3 minutos a descalificación.**
- ❖ **Rehusar a llevar puesto el dorsal o recortarlo = descalificación.**
- ❖ **Rehusar, quitar o cambiar las marcas del material puestas por la organización = descalificación.**
- ❖ **Reincidir dos veces el mismo corredor en una salida falsa = descalificación.**
- ❖ **Sacar envases de la zona de avituallamiento o tirar desperdicios durante el recorrido = descalificación.**
- ❖ **Sustituir algún material obligado por la organización = descalificación.**
- ❖ **Impedir ser adelantado u obstaculizar voluntariamente a otro corredor = 3 minutos a descalificación.**
- ❖ **No llevar el material requerido por la organización en cada control = 3 minutos a descalificación**
- ❖ **No hacer caso a las indicaciones de la organización y árbitros = 3 minutos a descalificación.**

4.5.2.- Será responsabilidad del Comité de Carrera establecer las penalizaciones y las cuantías de estas.

4.6.- DESCALIFICACIÓN CON POSIBLE SANCIÓN

4.6.1.- Incurrir en lo siguiente supondrá la descalificación inmediata del corredor y podría suponer una sanción disciplinaria para el competidor:

- ❖ **No participar sin causa justificada en la ceremonia oficial de entrega de premios.**
- ❖ **Provocar un incidente deportivo (agresión o insulto) a un competidor, miembro de la organización, del equipo arbitral o espectador.**
- ❖ **Provocar un accidente de forma voluntaria.**
- ❖ **Participar bajo una identidad falsa o suplantando a otra persona.**

4.7.- APLAZAMIENTO, INTERRUPCIÓN Y ANULACIÓN DE LA PRUEBA

4.7.1.- Las pruebas no podrán ser aplazadas ni anuladas, excepto en condiciones extremadamente desfavorables. Por tal motivo las organizaciones están obligadas a dotarse y prever **itinerarios alternativos** diseñados para recorrer en las diferentes anomalías climatológicas (nieblas, nieve, etc.), con el fin de evitar la suspensión o aplazamiento.

4.7.2 Si las circunstancias lo requieren, se podrá interrumpir la prueba en un punto del recorrido. En este caso, se tomarán las posiciones y tiempo de llegada en el punto de interrupción o en su defecto, en el último control realizado. **El reparto de puntos se realizará aplicando el coeficiente de dificultad que resulte del cálculo de distancia y el desnivel positivo acumulado** hasta dicho punto de corte o último control, en su caso.

4.7.3.- Si en el momento de la neutralización existen corredores que han pasado del control y tienen condiciones suficientemente buenas para seguir compitiendo:

-Se neutralizarán en el siguiente control dando por finalizada la prueba por el orden de llegada a este último control, los siguientes serían los corredores del control anterior o del punto de neutralización.

-Si no existe ningún control hasta la meta, se toman los tiempos de llegada a meta y los demás en el punto de neutralización

-En el caso que las condiciones no permitan seguir compitiendo, se tomarán los tiempos de punto de neutralización anterior.

4.7.4.- En el caso de interrupción o anulación de la prueba, porque las condiciones climatológicas así lo requieran, a la vez que haga impracticable todos los itinerarios alternativos los derechos de inscripción no serán devueltos. De producirse estas circunstancias y cuando la organización no tenga previstos unos itinerarios alternativos, ésta deberá devolver los derechos de inscripción, y se podrá abrir a la organización un expediente sancionador por incumplimiento del reglamento.

5.- DOPAJE

Está rigurosamente prohibido el uso de sustancias, grupos farmacológicos y métodos destinados a aumentar artificialmente las capacidades físicas de los deportistas, siendo de aplicación la Ley Orgánica 3/2013, de 20 de junio de protección de la salud del deportista y de lucha contra el dopaje en la actividad deportiva, el reglamento y demás disposiciones de la FEDME.

En materia de dopaje, el Comité Anti-Dopaje de la FEMPA sigue lo establecido en la ley orgánica 3/2013, de 20 de junio de protección de la salud del deportista y de lucha contra el dopaje en la actividad deportiva. Dicho comité sigue las directrices de la Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD) y será el encargado de relacionarse con la AEPSAD, a los efectos procedentes. La competencia sancionadora en materia de dopaje a partir de la ley orgánica 3/2013, de 20 de junio de protección de la salud del deportista y de la lucha contra el dopaje en la actividad deportiva, corresponde a la AEPSAD y sólo cuando se trate de deportistas calificados oficialmente de nivel internacional o que participen en competiciones internacionales, la competencia corresponderá a la FEMPA. En este caso y delante de una muestra con resultado

adverso, el comité Anti-Dopaje de la FEMPA informará de su resolución al comité de disciplina de la FEDME para que tome la decisión definitiva y establezca las sanciones pertinentes.

6.- NORMAS CONFECCIÓN TRIPTICOS Y CARTELES

Los programas (dípticos, trípticos, posters, etc.) que elaboran las distintas organizaciones de Competiciones de Carreres por Montaña deben tener en cuenta el siguiente apartado:

Portada

- **Nombre y logotipo de la entidad o club organizador.**
- **Nombre y logotipo de la FEMPA.**
- **Nombre de la competición y número de la edición.**
- **Fechas de celebración.**
- **Lema oficial FEMPA Copa Asturias de Carreres por Montaña, Campeonato, Gran Premio, etc con su logotipo asociado.**
- **Logotipos de los patrocinadores FEMPA.**

Interior del programa

- **Emplazamiento de salida y llegada.**
- **Distancia.**
- **Desnivel acumulado (subida y bajada).**
- **Coeficiente de dificultad de la prueba (junto al kilometraje y desnivel).**
- **Perfil de la competición, el perfil del itinerario de la carrera será confeccionado a escala, siendo esta de proporción 1 km por cada 100 metros de desnivel.**
- **Ubicación de controles de paso y avituallamiento.**
- **Material obligatorio o recomendado por el organizador.**
- **Hora y emplazamiento de la reunión, previo a la competición, si la hubiere.**
- **Servicios que la organización pone a disposición de los corredores.**

En el caso de ser prueba puntuable para la **Copa de España de Carreras por Montaña**, publicitar las otras competiciones complementarias, nombre del organizador, fechas, lugar de la competición.

-Horarios generales, salida, puntos de corte, entrega de trofeos, etc.

Inscripciones

- **Lugar, periodo de inscripciones y horario.**
- **Teléfono, fax, correo electrónico para realizar las inscripciones.**
- **Importe de la inscripción y lo que incluye en el precio.**
- **Especificar descuentos en caso de que existan.**
- **Número máximo de corredores.**
- **Lugar, periodo de inscripciones y horario, destacando el plazo especial para federados FEMPA, según punto 4.1.7.**

Reglamento

Indicar que el Reglamento de la FEMPA de Carreres por Montaña establece las pautas a seguir.

7.- RECLAMACIONES Y SISTEMA DE APELACIÓN

7.1.- RECLAMACIONES

7.1.1.- Las reclamaciones se harán por escrito debiendo cumplir un tipo de formato mínimo, donde constará lo siguiente:

- **Nombre de la persona que la realiza.**

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

Notas: Se depositarán 50 € por reclamación que se devolverán si ésta prospera. Ver modelo anexo (Anexo 1).

7.1.2.- Las reclamaciones serán entregadas al **Comité de Carrera**, quién extenderá una copia a reclamante.

7.1.3.- Se podrán presentar reclamaciones referentes a las clasificaciones provisionales hasta 30 minutos después de su publicación.

7.2.- RECLAMACIÓN POSTERIOR A LA COMPETICIÓN

7.2.1.- Las reclamaciones contra las decisiones del **Comité de Carrera** se deberán presentar mediante escrito dirigido a la **Vocalía de Carreres por Montaña de la FEMPA** en un **plazo máximo de 7 días naturales** desde el día siguiente de la publicación de las clasificaciones. La **Vocalía de Carreres por Montaña de la FEMPA** 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.

7.2.2.- Los recursos contra los fallos de la **Vocalía de Carreres por Montaña de la FEMPA** se interpondrán ante el **Comité de Disciplina** de la **FEMPA** en el plazo de los **30 días naturales** siguientes a la recepción de la decisión correspondiente

8.- SEGURIDAD Y HOMOLOGACIÓN COMPETICIONES

8.1.- PREÁMBULO

8.1.1.- Los organizadores de una competición oficial deben observar las reglas que se describen a continuación.

8.1.2.- Un itinerario, para ser homologado, deberá cumplir una serie de requisitos que garanticen la seguridad de los competidores en todo momento.

8.2.- EL ITINERARIO

8.2.1.- Todas las competiciones autorizadas por la **FEMPA** se desarrollarán en terreno de montaña. Estos estarán debidamente trazados, marcados, balizados y controlados.

8.2.2.- El único medio de locomoción será a pie. Eventualmente, a exigencia del terreno elegido, podrán realizarse trepas, ascensos y descensos por cuerdas y deslizamientos.

8.2.3.- La revisión del trazado se realizará con suficiente antelación para garantizar la calidad del mismo y se realizará una última el día anterior a la prueba para finalizar el balizaje.

Nota: Se recomienda evitar los pasajes muy técnicos (ejemplo: escalada de aristas rocosas, rappel, etc.) con el fin de evitar embotellamientos, riesgos innecesarios y el ralentizar la competición. Las zonas de trepada no podrán exceder de más de un II grado de dificultad, y 40º de pendiente.

8.2.4.- Desniveles y distancias para las pruebas de Carreres por Montaña del calendario oficial de la **FEMPA**:

- Para las carreras en línea:

Distancia mínima medio maratón (21 km)

a) Carreres hasta 34 km. un desnivel positivo mínimo de 1.000 metros

b) Carreres de más de 34 km. un desnivel positivo mínimo de 1.500m.

Para categoría Cadete distancia de 9 a 12 km y 600 m de desnivel positivo máximo acumulado. (+- 20%)

- Para carreres verticales:

Las competiciones de Carrera Vertical constarán de una única subida, permitiéndose un máximo del 5% de bajadas propias de las características del terreno y no provocadas.

El desnivel mínimo en subida será de 700 metros.

La distancia máxima será de 8 kilómetros.

El porcentaje de pendiente media estará siempre entre el 20% y el 45%, siguiendo la fórmula:

$\text{Distancia en vertical} \times 100 / \text{Distancia en horizontal} = \text{Pendiente}\%$

La tipología del terreno debe ser adecuado para la progresión sin material de protección personal, y podrán ser empleadas cuerdas fijas si las condiciones del itinerario lo requieren.

Sólo se considerará Kilómetro Vertical aquella competición de 1.000 metros de desnivel positivo entre salida y llegada (+/- 5% tolerancia) que se desarrolle sobre terreno irregular de gran pendiente, el recorrido del cual no exceda de 5 Kilómetros.

Los participantes de la categoría cadete no podrán participar en competiciones de desnivel superior a los 1.000 metros.

- Respecto a los Ultratrails:

Distancia mínima de 80 Km de recorrido y un desnivel positivo acumulado mínimo de 3.500 m. entre salida y meta.

8.2.5.- Señalización del itinerario: El itinerario deberá señalizarse **con banderas, cintas, flechas marcadas en paneles de la organización, de color que contraste claramente con el entorno**, no debiendo ser necesarias técnicas de orientación para seguirlo. **Los elementos de marcaje son recomendables que estén fabricados con materiales biodegradables.**

En condiciones de visibilidad normales, desde una marca tendrán que ser visibles las dos siguientes. En el caso de condiciones meteorológicas adversas, éstas deberán ser reforzadas con el doble de ellas o más, garantizando siempre la máxima seguridad de los competidores.

Los lugares que puedan conducir a confusión estarán debidamente señalizados con cinta de balizar de color que contraste claramente.

Se podrán usar señales de pintura únicamente en asfalto y siempre cerca de poblaciones. No se permitirá en árboles, piedras, etc. Tampoco en el interior de poblaciones o sobre monumentos históricos.

Al término de la competición los organizadores están obligados a retirar todos los materiales utilizados para la señalización, control de la prueba y puestos de avituallamiento en un plazo máximo de una semana. De no cumplir este punto se les podrá abrir expediente disciplinario por contaminar el Medio Natural. *La Vocalía de Carreres de la FEMPA girará una visita de inspección y control al respecto con una posterioridad máxima de 8 días con respecto a la fecha de celebración de la prueba.*

Existirán indicadores kilométricos como mínimo en los puntos de avituallamiento, indicados con un color distinto de las marcas de baliza y con la cifra kilométrica bien definida.

8.2.6.- Controles de salida y de llegada:

La prueba contará con un control de salida y otro de llegada, pudiendo estar situados o no en el mismo lugar (ver apartado 8.4).

Existirá un control de cronometraje en las líneas de salida y llegada

8.2.7.- Controles de paso:

Se situarán **controles de paso identificados y balizados como tal** en aquellos puntos más significativos. En los **Controles de paso se tomarán tiempos intermedios en previsión de interrupción de la prueba.**

En cada control deberá haber tantos miembros de la organización como sean necesarios.

Existirá como mínimo un avituallamiento sólido. Existirán papeleras en la zona de avituallamiento, no permitiendo sacar envases más allá de este.

8.2.8.- Controles orientativos:

Si las condiciones del terreno lo exigen, en las zonas de peligro o que puedan conducir a confusión (collados, cumbres, piedras, barrancos, ríos, cambios de dirección, bosques, cruces de pistas, etc.) además de estar debidamente señalizados y balizados, la organización, deberá situar un **control orientativo**.

8.2.9.- El itinerario estará marcado y balizado el día anterior a la competición, con el fin de que los supervisores puedan recorrerlo para su homologación posterior. En el caso de realizarse un itinerario alternativo por condiciones meteorológicas adversas, este deberá estar marcado y balizado 12 horas antes del inicio de la carrera.

8.2.10.- Características del itinerario:

El recorrido de las competiciones será siempre por pistas y caminos no asfaltados, senderos, barrancos, collados o cumbres, etc., a pesar de todo se considerará válido un máximo del 15% del total del recorrido para que este transcurre sobre asfalto.

8.2.11.- En todos los casos, el recorrido de la carrera no superará el 50% de pista transitable para vehículos.

8.2.12.- La organización de la carrera contará con un Control de Cierre de Carrera (Equipo escoba).

8.3.- SEGURIDAD

8.3.1.- Durante la competición se deberán tomar todas las medidas necesarias de seguridad. El itinerario estará diseñado de tal manera que el riesgo residual sea el mínimo, velando en todo momento por la seguridad de los competidores.

8.3.2.- En las zonas con **peligros objetivos** en que no se pueda evitar el riesgo residual se deberá destinar controles orientativos para alertar del peligro y **siempre deberán ponerse carteles bien visibles indicando el tipo de peligro existente.**

8.3.3.- Todo material usado en la protección de la competición, deberá cumplir con los estándares de seguridad.

8.3.4.- Los supervisores deberán inspeccionar el itinerario con el fin de asegurarse que se está cumpliendo con el Reglamento y la Normativa.

8.3.5.- La organización deberá disponer de un médico con el equipo adecuado para facilitar la asistencia sanitaria necesaria. Se recomienda contar con la colaboración de Cruz Roja, Protección Civil, etc.

8.3.6.- La organización deberá prever la intervención de un grupo de salvamento y material adecuado para ello (112, GREIM, etc), para actuar en el caso de producirse un accidente, asegurando la evacuación y traslado del herido a un hospital con la máxima rapidez. (Prever el supuesto que, por condiciones adversas, no se pueda realizar un salvamento aéreo).

8.3.7.- Un sector del itinerario ya supervisado y aprobado la víspera de la competición que se vea afectado por un peligro objetivo (peligro de avalancha, desprendimientos de piedras, etc.), del cual no se pueda disminuir su riesgo hasta minimizarlo al residual, por motivos de seguridad, podrá ser anulado. La organización en este caso no está obligada a sustituirlo con otro tramo de las mismas características, aunque esto afecte al desnivel total de la prueba

8.3.8.- En cualquier punto del recorrido, el médico de carrera o los árbitros de la FEDME podrá determinar la retirada de competición de un corredor si este muestra síntomas evidentes de agotamiento u otro síntoma que aconseje la no continuidad de este en la competición.

8.4.- ZONAS DE SALIDA Y DE LLEGADA

8.4.1.- Zona de salida:

La zona de salida tendrá en lo posible un frente de 10 metros. La zona de salida estará debidamente balizada formando un recinto cerrado, con un paso obligado de acceso para poder realizar las verificaciones oportunas.

La zona de salida estará equipada con un cronómetro conectado a la llegada que se pondrá en funcionamiento en el momento de dar la salida.

Antes de acceder a la zona de salida, **los competidores deberán pasar los controles siguientes:**

- **Material.**

- **Dorsales, vigilando su adecuada colocación y los nºs que toman la salida** (Esto último podrá hacerse por sistema de chips).

En la salida deberá haber un servicio de recogida y guarda de material de los competidores, para que éste pueda ser recuperado por ellos mismos en la llegada.

8.4.2.- Zona de llegada:

El punto de llegada cronometrado estará situado donde lo establezca la organización, pudiendo ser el mismo que el de salida.

La entrada en meta de los corredores se determinará por la parte anterior del tórax.

Los últimos 50/100 m. deberán de estar balizados de forma suficiente para evitar el cruce de personas por esta zona.

La zona post-llegada deberá estar debidamente balizada formando un recinto impermeable al público en general, solo podrá acceder al interior los corredores y personal acreditado. En el interior del recinto de llegada se encontrará un sistema de cronometraje, **una zona equipada** debidamente con una o varias mesas para realizar el **control de material** y **una zona reservada para avituallamiento, vestuario y duchas**, pudiendo estas últimas estar situadas en una zona cercana o comunicada de algún modo con la meta, siempre que se haya comunicado con anterioridad tal circunstancia a los participantes para facilitarles el acceso por medios propios o de la organización.

8.5.- CONTROLES. LABORES Y RESPONSABILIDADES

8.5.1.- La organización designará un responsable de cada punto, el cual debe ser fácilmente identificable.

8.5.2.- Cada punto de control de paso estará comunicado con el director de la prueba, una libreta de control, lápiz y un botiquín de primeros auxilios.

8.5.3.- Los miembros de un control de paso anotarán en la libreta: El Núm. de dorsal, la hora de paso de cada corredor, participantes que se retiren y las irregularidades que se puedan producir por incumplimiento del reglamento, debiendo entregarla al Comité de Carrera al finalizar la prueba.

8.5.4.- Los miembros del control estarán facultados para denunciar a los competidores, en el caso que éstos infrinjan el **reglamento de competición** e informarán al **Comité de Carrera** de tales infracciones. **En ningún caso el control podrá sancionar o retener a un corredor.**

8.5.5.- Los miembros de los controles deberán ser buenos conocedores de la zona que se les ha asignado.

8.5.6.- Los miembros de un control deben velar por la seguridad de los competidores en la zona que se les ha asignado.

8.5.7.- Los controles están facultados para indicar la conducta a seguir en todo momento a los participantes, como:

- ✓ *En caso de peligros objetivos: como debe actuar el competidor.*
- ✓ *Cruces: orientar para evitar confusiones.*
- ✓ *Cambio de itinerario: mal tiempo, imprevistos, etc.*
- ✓ *Accidente: socorrer.*

- ✓ **Neutralización: cronometrar.**
- ✓ **En caso de abandonar: itinerario a seguir.**
- ✓ **Suspensión de la prueba: itinerario a seguir.**
- ✓ **Uso del material concreto: quitar o poner.**

8.5.8.- Todos los controles, deberán estar situados en el sitio indicado para realizar el control 30 minutos antes de la hora de la salida de la prueba.

8.6.- AVITUALLAMIENTO

8.6.1.- La organización dotará de un avituallamiento sólido y líquido al finalizar la prueba en el recinto de llegada.

8.6.2.- Está prohibido el avituallamiento y la ayuda durante el desarrollo de la competición de cualquier persona sea competidor o no, exceptuando los servidos por la organización y/o los autorizados por el **Comité de Carrera** en las zonas previstas.

8.6.3.- Durante el recorrido se situarán controles de avituallamiento. Nunca deberán estar distanciados más del equivalente a un 25% del total del recorrido, salvo circunstancias excepcionales y bajo aprobación previa de la **Vocalía**. Estos controles estarán provistos, como mínimo, de agua o refrescos. Este punto se tendrá en especial consideración **en subidas y llanos**, no así en las bajadas. En cada competición existirá como mínimo un avituallamiento sólido a mitad del recorrido. Estarán dotados de contenedores o papeleras para dejar los desperdicios.

8.7.- TIEMPO DE PASO POR LOS CONTROLES

8.7.1.- La organización podrá marcar unos tiempos de paso por los controles según los criterios que crea convenientes. Los corredores que no puedan superar el control dentro del tiempo establecido, serán dirigidos a la llegada por un itinerario de salida.

8.7.2.- Se establecerá un tiempo límite de finalización para la prueba, este tiempo variará dependiendo de la distancia, dureza y características del terreno, y será establecido por los supervisores del itinerario.

8.7.3.- La organización deberá indicar los itinerarios de regreso a los competidores que no puedan superar los controles con el tiempo de paso previsto, así como facilitarles en la medida de lo posible el retorno a la línea de meta.

8.7.4.- Los corredores que entren fuera de control figurarán en la clasificación general en los últimos puestos y perderán el derecho a puntuar en las competiciones implicadas.

8.8.- MAPAS

8.8.1.- La organización está obligada a facilitar un mapa o croquis a cada participante. Éste deberá especificar la situación de:

- ✓ **El itinerario previsto y el alternativo, si hubiera.**
- ✓ **Los controles de paso.**
- ✓ **Salida y Llegada.**
- ✓ **Puntos de servicio médico y de socorro.**
- ✓ **Puntos conflictivos.**
- ✓ **Avituallamientos.**
- ✓ **Puntos de corte y horarios**
- ✓ **Normas de seguridad.**

8.8.2.- La organización facilitará por participante un perfil de los itinerarios con cotas y km. de recorrido. El perfil del itinerario de la carrera será confeccionado a escala si es posible, siendo aconsejable la proporción de 1 km. por cada 100 metros de desnivel.

8.9.- EL DORSAL

8.9.1.- El dorsal será proporcionado por la organización. Uno por corredor.

8.9.2.- El dorsal será de tela o material resistente al agua y de unas medidas de 20 x 20 cm. como mínimo.

8.9.3.- Los competidores están obligados a llevar el dorsal facilitado por la organización. Éste se llevará en un lugar visible y en la parte delantera entre las rodillas y el pecho durante toda la prueba y no podrá ser doblado ni recortado.

8.9.4.- Antes de entrar en el recinto de salida se efectuará un control de dorsal.

8.9.5.- El dorsal deberá guardarse hasta la clasificación final definitiva.

8.10.- SUPERVISIÓN Y CONTROL DE MATERIAL

8.10.1.- Antes de comenzar la prueba, la organización supervisará el material siguiente:

- ✓ **Calzado**
- ✓ **Dorsal**
- ✓ **Vestimenta**
- ✓ **Material exigido por la organización.**

8.10.2.- Todo el material que no cumpla los requisitos especificados en el apartado 4.2. del Reglamento de competición será rechazado.

8.10.3.- El control del material requerido por la organización se efectuará a la llegada, penalizando, si este fuera el caso, de acuerdo con el Reglamento de competición apartado 4.6.

8.10.4.- Antes de entrar al recinto de salida se efectuará un control dorsal. A todo participante que no cumpla con los requisitos expuestos en el apartado 4.2.1 se le impedirá la participación en la prueba.

8.11.- ITINERARIOS ALTERNATIVOS

8.11.1.- Sabiendo que la prueba discurre por terreno de montaña y que éste está muy influido por las condiciones meteorológicas y nivológicas, la organización deberá disponer de uno o más itinerarios alternativos. Éstos deberán poder ser recorridos en el caso de que las condiciones meteorológicas o nivológicas sean adversas.

8.11.2.- La organización deberá prever las peores condiciones meteorológicas y nivológicas con la finalidad de estudiar un itinerario alternativo para estas circunstancias.

8.11.3.- Estos itinerarios están sujetos a todos los apartados de este Reglamento.

8.12.- REUNIÓN INFORMATIVA

8.12.1.- La tarde anterior al inicio de la prueba la organización podrá realizar una reunión informativa si lo cree necesario, en la que se informará a los participantes de:

- **Itinerario previsto, características: longitud y desnivel.**
- **Hora de salida.**
- **Tiempo estimado para el primer corredor.**
- **Ubicación de los controles y tiempos de paso máximos.**
- **Avituallamientos.**
- **Tiempo máximo de finalización de la carrera.**
- **Situación de lugares peligrosos o conflictivos.**
- **Lugares donde será necesario el uso de material especial, si los hubiese.**
- **Lugares equipados con cuerdas, si los hubiese.**
- **Material obligatorio para la prueba.**
- **Meteorología prevista.**
- **Información nivológica, si fuese necesaria.**
- **Derechos y obligaciones de los participantes.**

- **Presentación del Equipo arbitral si hubiere y responsable FEMPA.**

Notas:

- **Se recomienda:** Si hubiera la reunión informativa prepararla entre la organización, juez y supervisores.
- **Se recomienda:** Igualmente si a hubiere documentar la descripción del itinerario con transparencias o diapositivas del mismo.

8.12.2.- Toda esta información deberá ser expuesta en un tablón de anuncios en el lugar que se realice dicha reunión.

8.12.3.- Por la mañana antes del inicio de la prueba, la organización deberá realizar un recordatorio de:

- ✓ **Recordar los puntos importantes expuestos en la charla y recordar los sistemas de balizaje del recorrido.**
- ✓ **Modificaciones de última hora.**

8.13.- CLASIFICACIONES

8.13.1.- Se establecerá una clasificación por cada categoría de acuerdo con el tiempo necesitado para recorrerlo. A este tiempo se le añadirá las posibles penalizaciones que pueda haber tenido el competidor.

8.13.2.- El corredor que haya contabilizado el menor tiempo en su categoría, una vez aplicadas las posibles penalizaciones, será el ganador de la prueba en su categoría.

8.13.3.- Al finalizar la prueba, la organización debe facilitar las clasificaciones por categorías al delegado de la FEMPA en papel y formato informático y hacerlas públicas a los competidores..

8.14.4.- Los corredores que entren fuera de control figurarán en la clasificación general en los últimos puestos y perderán el derecho a puntuar en todas las competiciones implicadas.

Reglamento de Competiciones de Carreras por Montaña FEMPA, supervisado por la Vocalía de carreras por montaña FEMPA en diciembre de 2015

9.- ANEXOS

ANEXO 1: HOJA DE RECLAMACIÓN

Esta hoja deberá estar impresa en papel oficial de la **FEMPA**, rellena en todos sus apartados y firmada por el reclamante, y un miembro del **Comité de Carrera**. El recibo del depósito deberá ir firmado por el delegado de la **FEMPA**, quien percibirá tal cantidad. Deberá entregarse una copia o fotocopia de la reclamación al reclamante.

HOJA DE RECLAMACIÓN

De la competición celebrada el...../...../..... Núm. Reclamación:
en

Organizada por el Club.....

Reclamante:

Nombre:

Club o Federación a la
que representa:

Núm. DNI:

(o equivalente para extranjeros):

Dirección:

Teléfono:

Deportistas afectados:

Nombre: Dorsal: Club o Federación:

Exposición de los hechos:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Solicitud del corredor:

.....
.....
.....

En....., a..... de de.....

El reclamante Miembro del Comité de Carrera

La FEMPA ha recibido la cantidad de 50€:

del señor/a

en concepto de depósito de reclamación número del día/...../.....

Esta cantidad será devuelta si la reclamación prospera.

En....., a..... de de.....

El delegado de la FEMPA

ANEXO 2: DOCUMENTO DE ACEPTACIÓN DE CONDICIONES

DOCUMENTO DE ACEPTACION DE CONDICIONES

D....., mayor de edad, con domicilio en
..... y DNI Con licencia Federativa en
vigor de la FEMPA, FEDME o autonómica o licencia-seguro de día.

Mi firma sobre esta declaración personal, que representa mi voluntad libre y voluntaria, no limita –no obstante- de la obligación del organizador de la competición de preparar y mantener la misma con los estándares de seguridad vigentes en este momento.

DECLARACION

PRIMERO.- REGULACIONES DE LA FEMPA

1. Entiendo y acepto que mi participación como deportista en cualquier evento que forme parte del calendario oficial de la FEMPA supone mi aceptación de todas las reglas y normativas de la FEMPA que me sean de aplicación.
2. Por lo tanto me someto a las normativas y regulaciones de la FEMPA, a la normativa general deportiva del CSD, a las circulares y a las instrucciones que la propia FEMPA dicte en su momento, así como a la jurisdicción encargada de su cumplimiento.
3. Declaro que conozco dichas normativas, regulaciones y en especial la que hace referencia a la obligación de estar en posesión de una licencia federativa para poder practicar cualquier deporte de montaña.
4. Admito que el abonar una cantidad de dinero por participar en este evento deportivo no es un contrato, sirve para sufragar los gastos que genere (Comida, bebida, recuerdos, etc.)

SEGUNDO.- CONOCIMIENTO DE LOS RIESGOS

1. Soy consciente de los riesgos potenciales que incluye la competición y/o prueba de..., así como del riesgo originado por la velocidad y las exigencias técnicas, sea durante el entrenamiento o durante la competición o actividades organizadas por la FEMPA
2. Reconozco que existen riesgos vinculados con la intención de conseguir los mejores resultados posibles si es competición, los cuales requieren que desarrolle al máximo mis habilidades físicas. Y amor propio si se trata de una prueba.
3. También conozco y acepto que en los factores de riesgo influye el equipamiento técnico, las condiciones medio ambientales y atmosféricas, los desplazamientos hacia donde se desarrolle la competición o actividades organizadas por la FEMPA, así como cualquier obstáculo natural provocado por el hombre.
4. Soy consciente también de que ciertos movimientos o acciones no pueden ser previstas ni controladas y por eso no se pueden evitar o prevenir mediante medidas de seguridad.

TERCERO.- ACEPTACIÓN DE LOS RIESGOS

1. Consecuentemente, conozco y acepto que cuando participo en dicha competición o actividades organizadas por la FEMPA, mi integridad física y, en casos extremos, incluso mi vida pueda correr peligro, por las circunstancias propias del deporte que practico.
2. Además, conozco y acepto que los peligros mencionados anteriormente vinculados con mi participación puedan amenazar a terceras personas durante el entrenamiento y la competición o actividades organizadas por la FEMPA por lo que debo procurar siempre practicar mi deporte pensando en la seguridad de los terceros.
3. Declaro que gozo de buena salud y que no tengo problemas físicos, ni de salud, que me impidan realizar este evento deportivo.

CUARTO.- INSPECCIÓN DEL ENTRENAMIENTO

1. Declaro expresamente que voy a realizar mi propia inspección del material de entrenamiento y el de la competición u actividades organizadas por la FEMPA
2. Notificaré inmediatamente cualquier tema relativo a la seguridad que pueda ocurrirme.
3. Por otro lado, únicamente yo soy el responsable de escoger el material de competición, la velocidad con la que participo y la elección de los elementos técnicos a través del que compito.

QUINTO.- RESPONSABILIDAD PERSONAL

1. Entiendo que soy el responsable personal de los daños ocasionados a terceras personas derivados de lesiones físicas o daños a su propiedad, que puedan originarse como resultado de cualquier suceso en el que yo esté involucrado durante el entrenamiento, competición o actividades organizadas por la FEMPA.

3. Acepto que no es responsabilidad del organizador, ni de la FEMPA inspeccionar o supervisar mi material.

SEXTO.- EXONERACIÓN DE RESPONSABILIDAD A LA FEMPA

1. Por todo lo dicho, de forma expresa libero a la FEMPA, a los organizadores y sus respectivos miembros, directores, oficiales, empleados, voluntarios, contratistas y agentes, de cualquier responsabilidad por cualquier pérdida, lesión, o daño sufrido en relación con mi participación en las competiciones o actividades organizadas por la FEMPA

SÉPTIMO.- DERECHOS DE IMAGEN

1. Por otro lado, entiendo que, con la intención de promocionar los deportes pueda utilizar sin contraprestación ninguna mi nombre y mi imagen EN CALIDAD DE DEPORTISTA.

2. Declaro que esta utilización de mi imagen está limitada a las actividades estrictamente relacionadas con los campeonatos o actividades organizadas por la FEMPA, tales como carteles, anuncios, entradas, ruedas de prensa, reproducciones gráficas, visuales (mediante televisión e internet) o sonoras relacionadas con el campeonato o actividades organizadas por la FEMPA.

3. Por todo lo expuesto, autorizo expresamente a la FEMPA y a la organización de la competición o actividades organizadas por la FEMPA, la utilización de los derechos de explotación de mi imagen con los fines mencionados en los apartados anteriores.

OCTAVO.- PROTECCIÓN DE DATOS

En relación con la actual Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, doy mi conformidad para que la FEMPA realice un tratamiento de mis datos personales para los fines deportivos necesarios, así como para la calificación y organización de sus competiciones o actividades organizadas por la FEMPA.

En a de de 2015

Fdo: D.....