

# REGLAMENTO XV XTREMELAGOS, V MINIXTREME y I PEQUEXTREME 2023

La prueba se regirá por el Reglamento vigente establecido por la F.E.M.P.A. El resto del Reglamento Interno será el que se especifica a continuación:

## CELEBRACIÓN

Todas las carreras se celebrarán el **sábado 13 de Mayo** de 2023. La – XV Xtremelagos se iniciará en El Repelao (Covadonga) a las 08:00 h, mientras que las V MiniXtreme y la I RecielleXtreme tomarán la salida en Cangas de Onís a las 10.00h para la MiniXtreme , en la PequeXtreme los alevines saldrán a las 10.20h mientras que los infantiles tomarán la salida a las 10.30h

## LA PRUEBA

Constará de tres recorridos:

1. **XV Maratón Xtremelagos de Covadonga:** 42 kilómetros en media montaña con un desnivel acumulado de más de 6.000 metros.
2. **V MiniXtreme:** 15 kilómetros en media montaña y con un desnivel acumulado de 2.000 metros.
3. **I PequeXtreme:** 2 km para la categoría Alevín, con un desnivel de  $\pm 100$  m, y 4 km para la categoría Infantil, con un desnivel de  $\pm 200$ m.

La Xtremelagos discurre por terrenos del Parque Nacional de los Picos de Europa, con salida de Covadonga (El Repelao) y paso por los lugares de Cruz de Priena, La Huesera, limite circundante de la Vega de Comeya, el Escaleru, Minas de Buferrera, Lago Ercina, Las Reblagas, Picos Mosquital y Bricial, Vega de Enol, Porra de Enol, Fana, Severín, Orandi, Covadonga, Peñalba, Najuentes, Pozobal, y ya fuera del Parque Nacional desciende al Repetidor de Següencu, carretera Nieda-Següenco, Nieda, Capilla de San Antonio, Aula de la Monarquía, y meta en la Plaza de la Estrella de Cangas de Onís.

La MiniXtreme, con salida en Cangas de Onís, discurre por Capilla de San Antonio, margen derecho del arroyo Ricao, depósito de agua, La Valleya, Valdegranda, Vega Oñañes, Repetidor de Següenco, carretera Nieda-Següenco, Nieda, Capilla de San Antonio, Aula de la Monarquía, y meta en la Plaza de la Estrella de Cangas de Onís.

La PequeXtreme, con salida en Cangas de Onís, discurre por Capilla de San Antonio, margen derecha del arroyo Ricao, cortafuegos de las Llanas, El Cascayu, Aula de la Monarquía y meta en la Plaza de la Estrella de Cangas de Onís para la categoría Infantil. Para la categoría Alevín el itinerario se acorta subiendo por la Capilla de San Antonio, margen derecha del arroyo Ricao, y bajada por el Cascayu, Aula de la Monarquía y meta en la Plaza de la Estrella de Cangas de Onís.

## **CATEGORÍAS**

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que el participante tenga el 31 de diciembre del año de la competición según el Reglamento F.E.M.P.A. 2020 para Carreras de montaña.

### **Maratón Xtremelagos de Covadonga**

Podrán participar las personas mayores de 18 años, según las siguientes categorías:

- Junior femenino y masculino de 18 a 20 años
- Promesa femenino y masculino de 21 a 23 años
- Senior femenino y masculino de 24 años a 39 años
- Veterano A femenino y masculino de 40 años a 49 años
- Veterano B femenino y masculino de 50 años en adelante
- Categoría por clubs –suma de los tiempos de los cuatro mejores clasificados de cada club (independientemente de su género) –

### **MiniXtreme**

- Cadete femenino y masculino de 15 a 16 años
- Juvenil femenino y masculino de 17 a 18 años
- Junior femenino y masculino de 19 a 20 años
- Promesa femenino y masculino de 21 a 23 años
- Senior femenino y masculino de 24 años a 39 años
- Veterano A femenino y masculino de 40 años a 49 años
- Veterano B femenino y masculino de 50 años en adelante

### **PequeXtreme**

- Alevín femenino y masculino de 11 a 12 años
- Infantil femenino y masculino de 13 a 14 años

0

## PREMIOS

### Maratón Xtremelagos de Covadonga

Recibirán trofeo y/o detalle especial los participantes que alcancen la meta en las tres primeras posiciones de cada categoría.

Además, recibirán premio en metálico los tres primeros clasificados y las tres primeras clasificadas en categoría absoluta.

- Primer y primera clasificada: 300€
- Segundo y segunda clasificada: 150€
- Tercer y tercera clasificada: 100€

Existirá un premio especial al corredor que establezca un nuevo récord absoluto de la prueba, consistente en 500€ para la mujer y/u hombre que lo baje, fijado en 05:00:36 y 04:04:04 respectivamente.

También hay un premio especial 'Meta Volante' consistente en 100€ al primer corredor (masculino y femenino) que pase por Covadonga y consiga finalizar la prueba.

### MiniXtreme

Recibirán trofeo y/o detalle especial los participantes que alcancen la meta en las tres primeras posiciones de cada categoría.

Además, recibirán premio en metálico el primer clasificado y la primera clasificada en categoría absoluta.

- Primer y primera clasificada: 100€

### PequeXtreme

Recibirán trofeo y/o detalle especial los participantes que alcancen la meta en las tres primeras posiciones de cada categoría. Así como todos los participantes obtendrán un pequeño detalle

## INSCRIPCIONES

Se abrirán el 25 de noviembre de 2022 a las 20:00 horas y se podrán realizar hasta el 7 de mayo de 2023 o hasta que se cubra el cupo de la carrera (300 dorsales en cada distancia). Toda la información estará disponible en [www.xtremelagos.com](http://www.xtremelagos.com).

## DORSALES

La recogida se realizará presentando obligatoriamente el DNI del participante y la licencia de montaña en caso de estar inscrito como federado para las carreras Xtremelagos y MiniXtreme. En el caso de la PequeXtreme se requiere el DNI del participante. Igualmente, deberá aceptarse en el momento de la inscripción este reglamento y el documento de descargo de responsabilidad (habilitado en el anexo de este reglamento. La inscripción se hará por riguroso orden de pago hasta agotar las plazas previstas por la organización. A su vez, supone la conformidad con los artículos del presente Reglamento.

En el caso de que no se pueda recoger el dorsal, se debe firmar la autorización habilitada en el anexo de este reglamento para que lo pueda hacer otra persona.

## PRECIO

Todos los participantes deberán contar con seguro en vigor al comienzo de la prueba. Es aconsejable poseer licencia federativa en curso (2023) que cubra este tipo de actividades en territorio del Principado de Asturias. Para los inscritos en la Xtremelagos y en la MiniXtreme que no estén federados o que no presenten su licencia en vigor durante la recogida de dorsales, deberán abonar 5 € que serán destinados a la gestión de un seguro para la carrera con la entidad que la organización estime apropiada. La organización no permitirá la participación de ningún deportista sin estar cubierto por el seguro obligatorio.

La inscripción da derecho a participar en la prueba, chip de control de tiempos, seguros, bolsa del corredor, avituallamientos, guardarropa, duchas, optar a los premios y cuantos obsequios ofrezca la organización.

El importe de las inscripciones para participar en las carreras será el siguiente:

	<b>Xtremelagos</b>		<b>MiniXtreme</b>		<b>PequeXtreme</b>
	Con Licencia de montaña	Sin Licencia de montaña	Con Licencia de montaña	Sin Licencia de montaña	
01/12/22-31/12/22	40€	45€	15€	18€	3€
01/01/23-31/03/23	50€	55€	18€	21€	3€
01/04/23-7/05/23	55€	60€	20€	23€	3€

## ANULACIONES y CAMBIOS DE DORSAL

Las posibles anulaciones que puedan surgir seguirán los siguientes criterios de devolución del importe de la inscripción:

TODAS LAS CARRERAS	
01/12/22-31/03/23	Devolución del 90% del importe de la inscripción
01/04/23-30/04/23	Devolución del 70% del importe de la inscripción
A partir del 01/05/23	No se causará devolución de inscripción ni cesiones de dorsal

La organización permitirá el cambio de titularidad del dorsal hasta el 30 de abril de 2023 por causas debidamente justificadas.

Tanto para solicitar la devolución y/o anulación como para ceder el dorsal a otra persona se realizará desde la zona privada de cada participante, a la cual se accederá según las instrucciones que recibirá junto al justificante de su inscripción.

## SEÑALIZACIÓN Y CONTROLES

El recorrido estará señalizado con cinta de plástico de color vivo y banderas, siendo obligatorio el paso por los controles establecidos. En los avituallamientos, habrá un panel informativo que indique el punto de carrera transitado.

## RETIRADAS

La **Maratón Xtremelagos de Covadonga** contará con un punto de control intermedio en Covadonga. Será necesario rebasar dicho punto de control en tiempo inferior a 5 horas para poder continuar la prueba hasta meta donde el corte estará fijado en 9 horas. Además, los 'corredores escoba' o el personal autorizado por la organización tendrán potestad para retirar de prueba a cualquier corredor si su estado físico así lo aconseja. El corredor que se retire deberá avisar al control más próximo.

Las **MiniXtreme** y **PequeXtreme** no dispondrán de tiempos de corte. Pero se tendrá en cuenta el cierre de La Maratón Xtremelagos de Covadonga para el cierre de todas las carreras

## **FICHA DE SEGURIDAD**

Se contará con la máxima implicación de los Voluntarios del Grupo de Montaña Peña Santa, en coordinación con los medios locales de seguridad. Conformarán un protocolo de actuación en coordinación con Cruz Roja, Guardia Civil-GREIM y Policías Locales.

La organización se dotará de una ambulancia y un médico que pondrá a disposición de los coordinadores de Protección Civil y Cruz Roja, a fin de destinarlos a los puntos que éstos estimen más adecuados.

Los corredores serán informados por escrito de la obligatoriedad de comunicar todo abandono, voluntario o no, directamente a un control de la prueba o a un miembro de los cuerpos de seguridad. Si le resultara imposible hacerlo por sí mismo, lo tendrán que hacer mediante otro participante.

Se fijan una serie de puntos de acceso para la recogida de atletas que decidan o deban abandonar la prueba, con vehículos, voluntarios, ropa de abrigo y otros medios a su disposición suficientes para garantizar su ordenado y correcto traslado hasta la meta en Cangas de Onís donde podrán obtener los servicios habituales en todo evento deportivo: Servicios higiénicos, duchas, guardarropas y consigna, fisioterapeutas y/o masajistas.

Estos puntos de recogida coinciden con los avituallamientos que tengan acceso rodado, y serán igualmente los utilizados para posibles evacuaciones de heridos y/o accidentados por parte de la ambulancia disponible o de cualesquiera otros medios que se pudieran utilizar en función de la emergencia generada. Todos ellos se encuentran identificados con waypoints de avituallamientos en el track del recorrido y durante la prueba contarán con presencia continua de voluntarios.

### **Maratón Xtremelagos de Covadonga**

Zona de Prieda  
Cañavalles  
La Tiese  
Covadonga  
Zona de Pozabal  
Nieda  
Cangas de Onís

### **MiniXtreme**

Proximidades de Caño  
Nieda  
Cangas de Onís

## ACCIDENTES Y LESIONES

En caso de necesidad de evacuación por accidente o lesión que impida alcanzar un punto de control, llame al teléfono de emergencia: 639-603506.

En caso de que el corredor accidentado o lesionado no disponga de teléfono, el corredor que le sucede deberá llamar al teléfono de emergencias y quedarse con el corredor accidentado hasta que llegue otro corredor o el equipo de rescate si llega antes que otro corredor. Si tampoco tiene teléfono, deberá quedarse con el corredor accidentado hasta que llegue otro corredor, para así poder ir al punto de control más cercano para que el control active el plan de emergencias.

En caso de que la organización considere necesaria la ayuda de un equipo externo para realizar un rescate, los gastos asociados irán a cargo del seguro que el corredor ha declarado tener al realizar la inscripción, ya sea licencia federativa, o el seguro contratado para participantes sin federar (en este caso la organización hará los trámites pertinentes). Si el participante ha declarado estar en posesión de una licencia que en realidad no tiene, la organización no se hará cargo de los gastos del rescate.

En caso de necesidad de evacuación por accidente o lesión que impida la aproximación a pie a algún punto de control, deberá avisarse a la organización a través del teléfono de emergencias para activar el operativo de rescate.

En caso de lesión que requiera tratamiento sanitario es obligatorio llamar al 917376342 en un plazo inferior a 24 horas y seguir las instrucciones recogidas en la ficha de seguridad del reglamento de la prueba.

## AVITUALLAMIENTOS

### Maratón Xtremelagos de Covadonga

La prueba discurre dentro de los límites del Parque Nacional de los Picos de Europa por lo que, para cumplir la normativa en materia medioambiental recogida en la **Memoria Ambiental**, será obligatorio que cada participante porte su propio envase para acceder a los avituallamientos líquidos, donde se le servirán las bebidas almacenadas en bidones.

No estará permitido abandonar las zonas de avituallamiento con envases, envoltorios u otros residuos diferentes a los obligatorios.

Queda prohibido arrojar cualquier tipo de residuo fuera de las zonas y recipientes habilitados para ello. El no cumplimiento de este punto supondrá la descalificación automática del infractor y otros participantes testigos de la infracción que no notifiquen de ello a la organización.

Es recomendable el uso de Camel Back, botella o bidón que permitan beber con regularidad durante el recorrido entre los puntos de avituallamiento.

Existirán 8 avituallamientos: 4 serán líquidos, mientras que 3 intermedios y el de meta serán sólidos y líquidos.

Km 7, aparcamiento de Cañavalles (Huesera) (750 m) - Líquido.  
Km 12, aparcamiento de la Tiese en el Lago Ercina (1100 m) - Sólido y líquido.  
Km 19, Vega de Fana (800 m) - Líquido.  
Km 25, Covadonga (200 m) - Sólido y líquido.  
Km 31, Pozobal (700 m) - Líquido.  
Km 34, subida al repetidor de Següencu (600 m). Sólido y líquido.  
Km 37 Nieda (250 m) - Líquido.  
Km 42, meta en Cangas de Onís - Sólido y líquido.

### **MiniXtreme**

Existirán 3 avituallamientos: 2 serán líquidos, mientras el de meta será con sólidos y líquidos.

Km 5, proximidades de Caño (150 m) - Líquido.  
Km 11, Nieda (250 m) - Líquido.  
Km 14, meta en Cangas de Onís - Sólido y líquido.

Los avituallamientos contarán con indicaciones de 'comienzo avituallamiento' y 'fin de avituallamiento' situadas 100m antes y después del mismo y con un recipiente para depositar basura en el límite de salida de este.

### **SERVICIO SANITARIO**

La organización dispondrá de ambulancias con personal médico con potestad para retirar el dorsal a cualquier corredor cuando considere que su salud está en peligro. Se encontrarán en distintos puntos del recorrido y en la zona de meta. Además, cada avituallamiento contará con un botiquín básico para primeros auxilios. En la zona de meta, un grupo de fisioterapeutas que atenderá a los atletas tras la finalización de la prueba.

### **VOLUNTARIOS**

Prestarán asistencia y facilitarán información a los corredores un grupo de voluntarios identificados con prendas oficiales de la organización situados en cruces, avituallamientos y zonas peligrosas.



## DESCALIFICACIÓN

Será descalificado todo el corredor que no cumpla el presente reglamento, no complete la totalidad del recorrido, deteriore o ensucie el entorno, no lleve su dorsal bien visible o desatienda las indicaciones de la organización.

## LOS PARTICIPANTES

Para participar en la prueba cada deportista deberá llevar en el pecho, durante toda la prueba, el dorsal personal que le facilite la organización, con lo que se facilitará la labor de controles y jueces, así como el chip obligatorio para el cronometraje debidamente situado según las indicaciones de la organización.

- Todos los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados y a respetar las normas de circulación en los cruces de carretera.
- Todos los participantes están obligados a utilizar ropa y calzado adecuado para carreras por montaña y recipiente adecuado para cargar líquido en los puntos de avituallamiento. Podrá ser requerido otro material como reserva alimentaria, frontal y pilas de repuesto, chaqueta cortavientos, manta de emergencia, gorro o cinta tubular y guantes en función de las condiciones climatológicas. Dicho material será controlado en distintos puntos del itinerario y su extravío o abandono serán motivo de sanción o descalificación.
- Todos los participantes deberán respetar el entorno y cumplir la normativa en materia medioambiental dentro del Parque Nacional de los Picos de Europa recogida en la **Memoria Ambiental**. Cualquier incumplimiento de esta supondrá la descalificación inmediata.
- Se autoriza el uso voluntario de bastones. Si se opta por su uso, se portarán durante toda la carrera y sin poner en peligro en ningún momento al resto de participantes y quedando prohibido bajo descalificación recogerlos o aceptarlos por el camino de otra persona o participante.
- Los participantes corren bajo su responsabilidad. Sobre ellos recae la decisión de la salida y realización de la carrera. Es responsabilidad de cada participante estar físicamente preparado para realizar la prueba.
- Los participantes eximen a la organización de las reclamaciones o demandas basadas en supuestas acciones o no acciones de los participantes u otros que actúen a su favor, así como de las demandas resultantes de los daños que puedan sucederles a ellos o a sus materiales.
- Los participantes deberán aceptar o firmar los documentos que se requiera para evidenciar más claramente este apartado del reglamento.

## LA ORGANIZACIÓN

- Declina toda responsabilidad en caso de accidente o negligencia, así como sobre la pérdida o daño de los objetos de cada participante.
- Se reserva el derecho a realizar las modificaciones que considere necesarias en función de los diferentes condicionantes, así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas lo obligan o por fuerza mayor.
- A su vez, los participantes exoneran a la organización de toda responsabilidad en caso de accidente o lesión.
- En todo lo no contemplado en este reglamento, la prueba se basará en los reglamentos de la Federación de Montaña de Asturias y de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME).
- Los dorsales contarán con un teléfono de contacto con el centro de organización para tal fin. El competidor asume toda su responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado.
- El recorrido no estará cerrado al tráfico por lo que hay que respetar el código de circulación y extremar las precauciones al cruzar la carretera o al llegar a algún cruce. Los puntos exactos de cruce de carretera estarán cubiertos por personal de la organización y deberán ser conocidos por los corredores.
- La organización de la prueba garantizará la seguridad de los participantes disponiendo para ello las medidas y personal necesarios. Se contempla la presencia de vehículos oficiales, tanto de la organización como de medios de seguridad, debidamente identificados.
- La organización se reserva los derechos exclusivos de las imágenes, fotografías, video e información de la prueba, en las que puedan aparecer los participantes, así como de utilizar ese material para anuncios, relaciones públicas o cualquier otro propósito periodístico o de promoción del evento. Cualquier proyecto mediático o publicitario deberá contar previamente con el consentimiento de la organización.
- Para todo lo no especificado en el Reglamento, se acogerá a lo dispuesto por el Comité Organizador de la prueba.
- El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con el presente reglamento.

## ANEXO

A continuación se adjunta la documentación y autorización mencionada en el reglamento para su entrega formalizada y firmada a la entrega de dorsal.