

## **REGLAMENTO:**

- La organización de la prueba correrá a cargo del Club Xatos del Nalón de Llaviana.
- La carrera tendrá lugar el próximo día 3 de noviembre de 2019, con salida a las 11 horas desde el piscina municipal de Llaviana, con una distancia de 12,3 km y un desnivel de 600m positivos y otros tantos negativos y el siguiente recorrido: Piscina municipal de Laviana-Avda. Real Titánico-Ctra de Carrio-Polígono del Sutu-Les Llinariegues-Los Xerrones-Canzana-Meruxalín-Mardana-Cantiquín-Sarambiello-La Brañueta-L'Esteyeru-Pozu Carrio-Puente La Sota-Colegio Maximiliano Arboleya-Carril bici-Piscina. La meta también se sitúa en el piscina municipal de Llaviana, así como los servicios ofrecidos por la organización.
- Podrán inscribirse los mayores de 15 años (o de 14 siempre que cumplan 15 antes del 31 de diciembre) de cualquier sexo o nacionalidad.
- Las inscripciones, con un precio de 12 euros con un suplemento de 3 euros para los corredores no federados en montaña, podrán formalizarse en [www.empa-t.com](http://www.empa-t.com).
- La inscripción da derecho al uso de los servicios establecidos por la organización, como dorsal personalizado –excepto inscripciones en los últimos días- con chip para cronometraje, avituallamiento en carrera y meta, bolsa del corredor con camiseta conmemorativa, seguro de accidentes (ver condiciones), duchas y consigna, así como a los trofeos y premios y a los obsequios sorteados entre todos los participantes.
- El número máximo de participantes será de 350 por riguroso orden de inscripción.
- Los dorsales se retirarán el día 2 de noviembre de 17 a 20 horas en el edificio CIDAN de Pola de Laviana o el día de la prueba en el Piscina hasta media hora antes de la salida. Deberán llevarse visibles en la parte delantera del cuerpo entre rodillas y pecho durante toda la prueba. Estos son personales e intransferibles, no pudiendo cederse a terceros salvo autorización previa de los organizadores (Ello invalidaría la cobertura del seguro de accidentes). Para la retirada del mismo será IMPRESCINDIBLE la presentación del DNI y la licencia federativa. Se permite la utilización de portadores pero respetando siempre la situación en la parte delantera.
- El control de llegada se cierra 100 minutos después de la salida.
- Se establecerá, con la colaboración de la Policía Local y Protección Civil de Laviana, un servicio de seguridad durante el recorrido. Aún así, y para evitar accidentes, en las travesías y pistas por las que discurre el trazado los participantes observarán las normas de seguridad vial aplicables. Sólo los vehículos autorizados por la organización podrán permanecer en el recorrido durante la prueba.

- La organización aportará un médico y ambulancia SVB propios a fin de colaborar con el correcto transcurrir del evento.
- Por respeto al entorno, en el avituallamiento de carrera se servirán líquidos sólo en vasos, que será obligatorio dejar antes de abandonar dicha zona en los recipientes habilitados para ello. Todo abandono de residuos o desechos durante la prueba será motivo de descalificación.
- Los participantes se agrupan en las siguientes categorías de acuerdo al vigente reglamento FEMPA:

Categorías Masculino y Femenina: Absoluta, Cadete, Júnior, Promesa, Sénior, Veterana A y Veterana B.

– Categoría absoluta: A partir de los 18 años

-Categoría cadete: 14 (cumpliendo 15 antes de 31/12/18), 15, 16 y 17 años, es decir que no cumplan los 18 años el año de referencia.

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

– Categoría Promesa: 21,22 y 23 años, es decir, que no cumplan 24 años en el año de referencia.

– Categoría Sénior: A partir de los 24 años cumplidos el año de referencia y hasta los 39 años.

– Categoría veterana A:

Masculina y femenina de 40 a 50 años que no cumplan los 51 el año de referencia.

– Categoría veterana B:

Masculina y femenina a partir de los 51 años cumplidos 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. En todas las categorías será necesario para validar la clasificación tener una participación mínima de 4 competidores. Por lo que por debajo de dicho número no será obligatorio el protocolo de entrega de premios en dichas categorías, salvo decisión a favor del organizador.

- Se permite el uso de bastones pero con la obligatoriedad de portarlos desde la salida y conservarlos hasta la meta, siendo su toma o abandono durante el recorrido motivo de descalificación. Todo bastón roto será entregado a un control o conservado hasta meta. Se prohíbe la utilización de bastones de fortuna, es decir, aquellos obtenidos in situ del medio natural.
- Las clasificaciones de la prueba podrán consultarse en [www.empa-t.com](http://www.empa-t.com) después de la celebración de la misma.
- Tendrá premio los tres primeros clasificados de cada categoría.
- La participación supone la aceptación íntegra de estas bases. En todo lo no recogido en las mismas, será de referencia el reglamento FEMPA 2019.

