

REGLAMENTO

Fecha y Lugar: Carrera de alta montaña Ultra Trail “Picos de La DEMANDA - EZCARAY”, que se celebrará el día 16 y 17 de septiembre de 2023, con comienzo a las 7,00 horas de la mañana, en Ezcaray (La Rioja).

Recorrido: La Prueba discurre por la Sierra de La Demanda, en su vertiente riojana, con salida y llegada en el parque de Tenorio (junto al río)

Día 16 de septiembre:

Se realizarán tres carreras como en años anteriores y como novedad una carrera infantil:

- **Maratón UTPD:** tiene un recorrido de 42 Km., con un desnivel acumulado positivo de 2500 metros. La salida será a las 7:00 horas.
- **Media UTPD:** tiene un recorrido de 20 Km. con un desnivel acumulado positivo de 800 metros. La salida será a las 10:00 horas.
- **Corta UTPD:** tiene un recorrido de 11 Km., con un desnivel acumulado positivo de 500 metros. La salida será a las 9:30 horas.
- **Infantil UTPD:** tiene un recorrido de 4,5 km. La salida será a las 11 horas.

Día 17 de septiembre:

Se realizará el KM vertical y como novedad KM vertical Infantil.

- **KV Valdezcaray:** Salida parking Valdezcaray – meta pico San Lorenzo. Desnivel 750 m+, distancia 3 km, salida individual cada minuto. La prueba comenzará a las 10 horas.
- **KV Infantil:** Salida parking Valdezcaray – meta Nucleo principal Valdezcaray. Desnivel 100 m+, distancia 400 m, salida individual cada ½ minuto. La prueba será a continuación del KV de adultos.

Participación: Podrán participar todos los atletas, montañeros o deportistas mayores de 18 años que lo deseen, hasta un máximo previsto de 1000 corredores entre las 3 carreras, siempre que se atengan a lo indicado en este reglamento y cumplan los requisitos aquí detallados. En la Carrera Corta podrán inscribirse menores desde 15 años cumplidos, con autorización paterna por escrito.

En las carreras infantiles que hay como novedad este año (tanto en la de trail UTPD como en el KV Valdezcaray) podrán participar todos los atletas entre 10 y 14 años.

Categorías: (Años cumplidos el día de la prueba).

❖ **Categoría masculina:**

- **Sub 18** (Nacidos en 2006 y 2007)
- **Absoluta**
- **Veteranos A:** desde 40 hasta 49 años
- **Veteranos B:** a partir de 50 años

❖ **Categoría femenina:**

- **Sub 18** (Nacidas en 2006 y 2007)
- **Absoluta**
- **Veteranas A:** desde 40 hasta 49 años
- **Veteranas B:** a partir de 50 años.

❖ **Equipos:** (Solo en la Media) Compuestos por 3 a 6 corredores, pueden ser mixtos, puntuando los tres primeros. (Los componentes de los equipos deberán inscribirse con el mismo nombre de equipo LITERAL, debiendo dividirse en equipos diferentes (A, B, C...) si tienen más de 6 componentes). En caso de duda ponerse en contacto con la organización para solicitar ayuda.

❖ **Infantil: Masculina y Femenina**

- **Sub 12** (Nacidos/as 2012 y 2013)
- **Sub 15** (Nacidos/as 2009, 2010 y 2011)

Inscripción: Se realizará exclusivamente por internet del 7 de abril hasta el 9 de septiembre 2023 como fecha tope. La inscripción se realizará a través de la página web buscametas.com

La inscripción implica el conocimiento y aceptación de este reglamento.

Precio:

MARATÓN UTPD

- 40 €

MEDIA UTPD

- 25 €

CORTA UTPD

- 15 € sin camiseta y 20 € con camiseta.

INFANTIL UTPD

- 6 €

Precio:

KV VALDEZCARAY

- 10 €

KV INFANTIL VALDEZCARAY

- 3 €

El importe de la inscripción da derecho a participar en la prueba, seguro de responsabilidad civil y de accidentes, hacer uso de todos los servicios establecidos por la Organización para los participantes (duchas, comida, etc.) así como de diferentes obsequios.

Devolución de la inscripción y cambio de titularidad.

Cualquier corredor podrá solicitar el reembolso de la misma, en caso de que decida no participar. Para ello se establecen los siguientes plazos:

- Hasta el 8 de agosto de 2023: 100 % inscripción.
- A partir del 9 de agosto y hasta el 9 de septiembre de 2023 se devolverá el 70% del importe de la inscripción.
- Del 10 de septiembre hasta el día de la prueba no habrá devolución.

Para el cambio de titularidad se establece como fecha tope el 9 de septiembre de 2023. A partir de dicha fecha no se harán modificaciones en las inscripciones.

Tanto las devoluciones como el cambio de titularidad se pueden solicitar desde el enlace que facilitamos en el justificante de inscripción

Entrega de dorsales: La entrega de dorsales se efectuará en la Plaza de la Constitución (plaza del Ayuntamiento) el día 15 de septiembre, entre las 18:00 y las 21:00 horas. Y el mismo día de la prueba una hora antes de cada carrera, en el lugar de salida (parque de Tenorio). La entrega de dorsales para el KM vertical, se efectuará igualmente el viernes día 15 y sábado día 16 como las anteriores y el domingo día 17, una hora antes de la prueba en el parking de Valdezcaray.

Para recoger el dorsal será necesario presentar el DNI, Pasaporte, Carné de Conducir o documento equivalente para extranjeros. No está permitido ningún cambio o cesión de dorsal o de tarjeta chip. Esta circunstancia, de producirse, sería causa de descalificación.

Señalización: El recorrido estará debidamente señalizado con carteles indicadores y cintas y banderines de color naranja bien visibles. Los tracks son una herramienta útil, pero lo válido serán las señalizaciones del día de la prueba puestas por la organización, ya que por cualquier circunstancia puede variar). Existirán referencias kilométricas durante el recorrido, en los propios avituallamientos.

Controles:

Existirán controles cronometrados intermedios, además de los de salida y llegada. Se instalarán también controles manuales y controles sorpresa donde la Organización estime oportuno a lo largo del recorrido.

El kilómetro vertical tendrá puntos de cronometraje electrónico en el comienzo y en el final, así como algunos puntos cronometrados intermedios.

Avituallamientos: Habrá los siguientes avituallamientos. En estos puntos se ofrecerá a los participantes productos energéticos y refrescantes (agua, bebida isotónica, fruta, frutos secos y lo que la organización estime oportuno).

- MARATÓN UTPD: 6 avituallamientos más meta. Con distancia aproximada de 6 km entre avituallamientos consecutivos.
- MEDIA UTPD: 3 avituallamientos más meta.
- CORTA UTPD: 1 avituallamiento más meta.

SEMI-AUTOSUFICIENCIA.

Dado el carácter de semi-autosuficiencia de la prueba, cada corredor deberá prever y portar la cantidad de alimentos, bebidas, sales y complementos que estime necesario para poder completar el recorrido.

Solamente estará permitido recibir ayuda externa en los puestos de avituallamiento, en las zonas específicamente reservadas e indicadas para ello (salvo en caso de accidente o emergencia), siendo penalizado el participante que la reciba fuera de los lugares establecidos. Se entiende por ayuda externa el avituallamiento y también, el acompañamiento por parte de personas que no participan en la prueba.

Es obligación de cada participante llevar sus desperdicios hasta la llegada o lugares señalados por la Organización. El corredor que no los deposite o los tire en una zona no preparada, será descalificado.

Nota: Cada corredor deberá llevar su recipiente para bebida (la organización no dará envases de plástico)

Tiempos de paso:

El tiempo máximo de entrada en meta será de 8 horas para el MARATÓN UTPD y de 4 horas para la MEDIA UTPD, por lo que quienes excedan el tope de tiempo establecido perderán toda opción a figurar en la clasificación final. En cualquier caso, los responsables de la organización tendrán la potestad para retirar de la prueba a los corredores que no cumplan las expectativas de los **tiempos establecidos para los controles de cronometraje intermedio**, así como a cualquiera que haya infringido las normas de la prueba, no haya completado el recorrido marcado, no lleve el dorsal reglamentario de forma visible, desatienda las indicaciones de los organizadores o mantenga una actitud poco deportiva hacia los demás corredores. A estos efectos, la organización tiene previsto medios que actuarán como cierre de carrera. Todos aquellos participantes que se vean afectados por una decisión de descalificación deberán hacer entrega del dorsal en el puesto de control más cercano y abandonar la prueba atendiendo a las indicaciones de los miembros de la Organización. Se establecen dos cortes de tiempos de obligatorio cumplimiento.

Cortes:

- MARATÓN UTPD

Punto kilométrico	Lugar	Hora
17	Azárrulla	9:30
28	Ormazal	13:00

- MEDIA UTPD

Punto kilométrico: 10 km

Lugar: Márulla

Hora: 12:00h

Jurado de Competición:

Estará compuesto por el Director de Carrera y los responsables de cada zona.

Abandono y Evacuación: No estará permitido abandonar la carrera fuera de un control o avituallamiento, a excepción de que el corredor se encuentre herido. Decidido el abandono, el corredor deberá advertir al responsable del control o avituallamiento su deseo de abandonar la prueba y éste le retirará el dorsal. La evacuación será decidida por el responsable de control o avituallamiento del puesto, con arreglo a las reglas generales siguientes:

En algunos controles de paso y en todos los avituallamientos existirán medios de transporte para evacuar a los corredores que abandonen la prueba.

Los corredores que, no estando heridos, abandonen en un control donde no existan estos medios de evacuación, deberán alcanzar lo antes posible y por sus propios medios el punto de evacuación más cercano.

En caso de abandonar pasado un punto de control o avituallamiento, será necesario volver a dicho punto y comunicar la retirada al responsable del puesto. Si al regreso el corredor se encuentra con la gente de la organización que cierra la carrera, "escoba", será ésta la que le retire el dorsal.

En el caso de condiciones meteorológicas desfavorables que obliguen a la parada total o parcial de la carrera, la Organización garantiza la evacuación en el menor tiempo posible.

Medio Ambiente: La carrera se desarrolla en su mayor parte por parajes de excepcional belleza natural, por lo que será obligación de todos preservar el entorno evitando arrojar desperdicios fuera de las áreas de avituallamiento.

A tal efecto se colocarán contenedores/bolsa de basura hasta una distancia máxima de 100 metros desde el puesto de avituallamiento.

Será motivo de descalificación el incumplimiento de esta norma elemental por parte de los corredores.

Asistencia sanitaria: La Organización dispondrá de servicio Médico, puesto de Socorro y Salvamento en los puntos más estratégicos del recorrido. Así mismo, ofrecerá en meta servicios de duchas, aseo (siempre que las condiciones sanitarias lo permitan) y atención médica de primeros auxilios para los deportistas que tuvieran alguna necesidad excepcional.

Seguridad: La Organización se reserva el derecho a desviar la carrera por un recorrido alternativo y 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. Siempre previo acuerdo del Jurado de Competición.

Auxilio de accidentes: Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados que necesiten ayuda, así como a informar de cualquier percance en los controles de paso.

Responsabilidad: La Organización declina toda responsabilidad en caso de accidente o negligencia. Los participantes serán responsables de todo perjuicio que puedan causarse a sí mismo o a terceros.

Material obligatorio:

➤ **MARATÓN UTPD:**

Todos los participantes están obligados a llevar el siguiente material, el cual será verificado en la salida y podrá ser de nuevo verificado en cualquier otro punto de la carrera.

- ❖ **Mochila o similar con recipiente/s para líquido con capacidad mínima de 1 litro.**
- ❖ **Chaqueta cortaviento.**
- ❖ **Frontal**
- ❖ **Silvato**
- ❖ **Manta térmica**

Por otra parte, la Organización aconseja llevar, además, el siguiente material:

- ✓ Gorro, gorra, visera o similar.
- ✓ Crema solar.
- ✓ Teléfono móvil.
- ✓ Gafas de sol.
- ✓ Sales minerales.
- ✓ Alimentos energéticos.

- **MEDIA y CORTA UTPD:**
+ Recipiente para líquidos

Premios:

- Tres primeros de carrera y categoría (masculino y femenino).
- Primeros clasificados locales (masculino y femenino).
- Tres primeros clasificados por equipos solo en la media.

Entrega de premios:

La entrega de premios se realizará una vez completado en pódium de cada categoría y realizadas las correspondientes comprobaciones de cronometrajes oficiales, en el parque de Tenorio.

La no presencia en el acto de entrega de premios y trofeos se entenderá como renuncia a los mismos. Toda delegación en otra persona por parte de los ganadores para la recogida de los premios y trofeos deberá ser conocida y autorizada por la Organización.

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD

Los corredores inscritos al "VII UTPD", reconocen que su participación en el evento es voluntaria y bajo su propia responsabilidad. Por tanto, los organizadores, colaboradores, patrocinadores y otros participantes están exentos de cualquier responsabilidad civil. Todos los participantes por el mero hecho de suscribir el formulario de inscripción, declaran aceptar y firmar el Descargo de Responsabilidad.

ANEXO AL REGLAMENTO DE CARRERA. DESCARGO DE RESPONSABILIDAD

Como participante de la Carrera VIII UTPD a celebrar el próximo 16 y 17 de septiembre de 2023 afirmo y verifico que:

1. Conozco y acepto íntegramente el Reglamento de la Carrera, el cual está publicado en la página de la organización www.picosdelademanda.com y en la página <https://www.buscametas.com>
2. Participo voluntaria y únicamente bajo mi propia responsabilidad en esta prueba deportiva. Por ello, eximo de cualquier responsabilidad a la Organización, colaboradores, patrocinadores y otros participantes, y renuncio a interponer denuncia o demanda contra los mismos en caso de cualquier daño físico o material.
3. Estoy física y mentalmente preparado para esta competición, no padezco de enfermedades o defectos físicos o lesiones que impida mi participación en esta prueba o que pueda agravarse como consecuencia.
4. Si durante la prueba padeciera alguna lesión o circunstancia que pudiera perjudicar gravemente mi salud, me comprometo a ponerlo en conocimiento de la Organización lo antes posible.
5. Soy consciente del riesgo adicional que conlleva el hecho de que esta competición tenga lugar en el medio rural natural, en lugares de difícil acceso. Por ello, asisto de propia voluntad e iniciativa asumiendo íntegramente los riesgos y consecuencias derivadas de mi participación.
6. Dispongo de capacidad física, destreza técnica y recursos de supervivencia suficientes como para garantizar mi propia seguridad, bajo las condiciones de semi-autonomía en las que se desarrolla la prueba.
7. Dispongo de todo el material deportivo y de seguridad necesario para la realización de estas pruebas y garantizo que se encuentra en buen estado, estoy capacitado para utilizarlo adecuadamente y lo portaré durante la totalidad del recorrido
8. Seguiré todas las instrucciones y acataré todas las decisiones de los responsables de la Organización (jueces, médicos, organizadores) relativas a la seguridad y aspectos organizativos de la carrera.
9. Me comprometo a seguir las pautas generales de respeto al medio ambiente recogidas en el reglamento de esta prueba.

10. Autorizo a los servicios médicos de la prueba que me realicen las pruebas diagnósticas que pudiera necesitar y me comprometo a abandonar la carrera si ellos lo estiman necesario para mi salud.
11. Antes o durante la prueba no consumiré sustancias prohibidas, consideradas como Dopping, por las federaciones de atletismo y montaña. La Organización puede pasar control antidopping a los tres primeros clasificados en cualquier momento.
12. Autorizo a los organizadores del evento para publicar mi nombre y apellidos en las clasificaciones y/o listas de participantes del evento.
13. Autorizo también a la grabación total o parcial de mi participación en la misma, doy mi consentimiento para que pueda utilizar mi imagen para la promoción y difusión del evento en todas sus formas (radio, prensa, video, foto DVD, internet, carteles, medios de comunicación, etc.) y cedo todos los derechos relativos a su explotación comercial y publicitaria que consideren oportuno ejecutar, sin derecho por mi parte a recibir compensación económica alguna.
14. Mi dorsal es personal e intransferible por lo que no podrá llevarlo otro participante o persona alguna en mi lugar.
15. Al suscribir la inscripción en la carrera por cualquier medio, online o presencial, acepto suscribir la presente declaración de descargo de responsabilidad.

ACTUALIZACIÓN DEL REGLAMENTO

El presente reglamento puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la organización, así como cualquier dato, norma o apartado para una óptima realización de la prueba. El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con este reglamento.