

REGLAMENTO

REGLAMENTO II ULTRA TRAIL **DESAFIOSOMIEDO**

La prueba se regirá por el Reglamento vigente establecido por la F.E.M.P.A. para las competiciones de COPA ASTURIAS de Carreres por Montaña de los que habrá copias en el lugar de recepción de participantes.

El resto del **Reglamento Interior** será el que se especifica a continuación:

1. El II Ultra Trail DesafiOSomiedo se celebrará el 2/3 de Agosto de 2014 en SOMIEDO. La hora de la salida serán a las 07:00 horas del SÁBADO 2 en Pola de Somiedo.

2. La prueba se desarrolla en un tiempo máximo limitado de DIECISIETE horas, en una SOLA ETAPA y en régimen de SEMI-AUTOSUFICIENCIA.

Por ello el participante debe tener la capacidad de organizarse y orientar con su propia autonomía, la supervivencia entre los diferentes avituallamientos; tanto desde el punto de vista alimentario, de vestuario o de su seguridad -permitiendo la resolución sin ayuda- de los posibles problemas previsibles en un complicado entorno de Alta Montaña.

3. La prueba discurre por el concejo de Somiedo, con paso por La Peral, Braña Viecha, Cornón, Puerto de Somiedo, Valle del Lago, Villarín, Arbeyales, Saliencia, Farrapona, Lagos de Saliencia, Valle del Lago y llegada a Pola de Somiedo, manteniendo un recorrido de **86 kilómetros en **Alta Montaña** con un desnivel acumulado de **9.450 metros**.**

4. Los participantes serán mayores de 21 años, y NO SERÁ OBLIGATORIO estar en posesión de licencia alguna, expedida por la F.E.D.M.E. F.E.M.P.A. o las diferentes **Federaciones Autonómicas de Montaña**.

“Al no estar en posesión de dicha licencia la inscripción se encarecerá 10€ para el correspondiente seguro de día que la organización gestionara”.

5. Los participantes estarán divididos en las categorías siguientes

- **FEMENINA**: Sub 23, de 21 a 23 años; Senior, de 24 a 39; Veteranas A, de 40 a 49 años; Veteranas B, más de 50 años.)
- **MASCULINA**: Sub 23, de 21 a 23 años; Senior, de 24 a 44 años; Veteranos A, más 45 a 54 años; Veteranos B, más de 55 años.

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.

6. La recogida de los dorsales, se hará presentando obligatoriamente el DNI del participante así como la licencia federativa en vigor. Igualmente habrá de entregarse cumplimentado con los datos del atleta el documento que se adjunta. ([ley de protección de datos](#)) .La inscripción se hará por riguroso orden de pago hasta agotar las plazas previstas por la organización del Ultra Trail DesafiOSomiedo. Estableciéndose de todas formas unas normativas enumeradas en el apartado de inscripciones de la página web: www.desafiosomiedo.com/incriciones/

7. Los participantes deberán asegurarse disponer de la suficiente autonomía, en cantidad de líquidos y alimentos necesarios para llegar desde la salida, al siguiente punto de control de avituallamiento, y así sucesivamente al resto.

8. Habrá avituallamientos y líquidos y combinados (sólidos y líquidos). Será obligatorio que los participantes vayan provistos de un vaso o recipiente adecuado para beber.

9. El principio de *auto-suficiencia* -implica obligatoriamente- el que cada participante debe de llevar durante toda la prueba el material obligatorio siguiente:

Calzado adecuado para Carreras por Montaña.

Mochila para transportar el material, que será marcada en la entrega del dorsal y no podrá ser sustituida durante la prueba, con el material exigido siguiente:

Chaqueta impermeable.

Chupona o cantimplora de 1 litro mínimo con líquidos.

Reserva alimentaria y activos energéticos.

Linterna con pilas de repuesto.

Luz roja intermitente de posición trasera.

Gorro o similar.

Manta térmica de 1,40x2 metros mínimo.

Silbato.

Mapa del UTDS que entregara la organización.

Guantes

Ropa para soportar condiciones adversas, si las previsiones meteorológicas prevén un descenso acusado de temperaturas en la altura y la organización así lo exige.

Teléfono móvil con batería cargada y el n° grabado de la organización

Siendo aconsejable:

Brújula y Altímetro.

Gps.

Calcetines y ropa de recambio.

Bastones (si se decide a utilizarlos estará obligado a llevarlos durante toda la prueba).

Si el participante lo cree conveniente, se podrá dejar material de repuesto en las bolsa del participante, para su recambio en el control habilitado en Valle del Lago. (No se permitirá dejar en la bolsa ni sustituir ningún material obligatorio).

10. La mochila y el material obligatorio pueden ser requeridos por la organización a la entrega de dorsales, en la salida y en cualquier momento de la prueba, por los controles acreditados que pueden solicitar una comprobación.

Todos los participantes estarán en la obligación de someterse a dicho control con amabilidad, bajo la sanción de descalificación de la prueba.

11. Dependiendo de las condiciones meteorológicas la organización podrá exigir un aumento de materiales, variar el recorrido y tiempos de paso o incluso suspender la prueba.

12. Para facilitar la labor de los controles y jueces, cada deportista deberá llevar en el pecho visible durante toda la prueba, el dorsal personal facilitado por la organización, o en portadorsales

13. La organización prevé para el UTDS unos tiempos de paso y corte en los controles de:

UTDS

PUNTOS DE CONTROL, HORA DE CIERRE Y AVITUALLAMIENTO						
Puntos carrera	Km	Altitud	Hora paso	Hora cierre	Tipo de avituallamiento	Punto de retirada
Pola de Somiedo	0	697	07:00	07:00	Cierre de accesos a zona de salida 06:45	Salida
La Peral	6,7	1350	08:00	/	Líquido	/
Braña Viecha	13	1730	09:00	/	Agua	/
Sta. Mª del Puerto	26,5	1486	10:15	13:00	Líquido + fruta + sólido + barritas	Si
Valle del Lago	37,5	1280	11:15	15:00	Líquido + fruta + sólido + pasta	Si
Farraona	54	1707	13:30	17:45	Líquido + fruta	/
Saliencia	61,5	1100	14:45	20:00	Líquido + fruta + sólido + pasta	Si
Arbeyales	69,5	1034	15:45	/	Agua	/
Valle del Lago	76,5	1280	16:45	23:00	Líquido + fruta + sólido + pasta	Si
Coto de Buenamadre	81	1000	17:05	/	Agua	/
Pola de Somiedo	84	697	17:15	23:45	Líquido + fruta + sólido + pasta	Meta
Líquido: agua, cola y refresco isotónico. Fruta: plátano, naranja y melón. Sólido: barritas energéticas, frutos secos, sándwiches y gominolas.						

14. Dentro del recorrido existen unas secciones de avituallamiento:

Por respeto al entorno, será obligatorio depositar los restos de basura generada en las zonas habilitadas a tal fin en cada control, no permitiéndose el sacar alimentos ni botellas con bebidas fuera de este. El incumplimiento de esta norma será motivo de descalificación.

15. Por motivos de SEGURIDAD, los que se retiren o se encuentren en problemas, deberán comunicarlo al control más próximo y serán evacuados por la organización en el periodo de tiempo mas breve posible.

Al tiempo otros participantes cercanos a un compañero que se encuentra con dificultades, estarán en la obligación de ayudarlo si fuera necesario, y notificarlo a cualquier miembro de la organización o servicio de socorro.

Al tiempo el participante que habiéndose retirado voluntariamente no lo comunique, obligará a los equipos de socorro a iniciar su falsa búsqueda, por lo que deberá de hacerse cargo de todos los gastos originados por el contratiempo.

16. Para tener derecho a premio es necesario hacer todo el recorrido indicado en el itinerario, debiendo efectuar el paso de los controles establecidos en el tiempo previsto.

17. La Organización declina toda responsabilidad por daños personales a propios o a terceros. No obstante, se proveerá un servicio de Socorro a disposición de los participantes.

18. Para todo lo no especificado en este Reglamento, se acogerá a lo dispuesto por el Comité Organizador y al reglamento por el que se rigen las competiciones oficiales Fempa de carreras por montaña, que es público (www.fempa.net) y del que habrá copia en la salida y meta de la prueba.

19. La inscripción supone la conformidad con los artículos del presente Reglamento.

PREMIOS

Trofeo a los 3 primeros clasificados Absolutos.

Trofeo a las 3 primeras clasificadas Absolutas.

Trofeo a los TRES primeros clasificados del resto de categorías.

Trofeo al CLUB con más participantes clasificados.

Trofeo al CLUB mejor clasificado.

Los premios son acumulables entre sí.

REGLAMENTO II MARATÓN DESAFIOSOMIEDO . MDS

La prueba se registrará por el Reglamento vigente establecido por la F.E.M.P.A. del que habrá copias en el lugar de recepción de participantes.

El resto del **Reglamento Interior** será el que se especifica a continuación:

1. El II Maratón DesafíoSomiedo (MDS) se celebrará el 2 de Agosto de 2014 en SOMIEDO. La hora de la salida serán a las 09:30 horas del SÁBADO 2 en Valle del Lago.

2. La prueba se desarrolla en un tiempo máximo limitado a NUEVE horas, en una SOLA ETAPA y en régimen de SEMI-AUTOSUFICIENCIA.

Por ello el participante debe tener la capacidad de organizarse y orientar con su propia autonomía, la supervivencia entre los diferentes avituallamientos; tanto desde el punto de vista alimentario, de vestuario o de su seguridad -permitiendo la resolución sin ayuda- de los posibles problemas previsibles en un complicado entorno de Alta Montaña.

3. La prueba discurre por el concejo de Somiedo, con paso por La Farrapona, Saliencia, Valle del Lago y llegada a Pola de Somiedo, manteniendo un recorrido de 46 **kilómetros en **Alta Montaña** con un desnivel acumulado de **5.000 metros**.**

4. Los participantes serán mayores de 18 años, y **NO SERÁ OBLIGATORIO estar en posesión de licencia alguna, expedida por la **F.E.D.M.E. F.E.M.P.A.** o las diferentes **Federaciones Autonómicas de Montaña**.**

“Al no estar en posesión de dicha licencia la inscripción se encarecerá 10€ para el correspondiente seguro de día que la organización gestionara”

5. Los participantes estarán divididos en las categorías siguientes

- **FEMENINA:** Categoría Sub 23, de 18 a 23 años; Senior, de 24 a 39; Veteranas A, de 40 a 49 años; Veteranas B, más de 50 años.)
- **MASCULINA:** Categoría Sub 23, de 18 a 23 años; Senior, de 24 a 44 años; Veteranos A, más de 45 a 54 años; Veteranos B, más de 55 años.

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.

6. La recogida de los dorsales, se hará presentando obligatoriamente el DNI del participante. Igualmente habrá de entregarse cumplimentado con los datos del atleta el documento que se adjunta. ([ley de protección de datos](#)) Y ADJUNTES AQUÍ EL DOCUMENTO EN CUESTIÓN La inscripción se hará por riguroso orden de pago hasta agotar las plazas previstas por la organización del Maratón DesafíoSOmiedo. Estableciéndose de todas formas unas normativas enumeradas en el apartado de inscripciones de la página web:

www.desafiosomiedo.com/inccripciones/

7. Los participantes deberán asegurarse disponer de la suficiente autonomía, en cantidad de líquidos y alimentos necesarios para llegar desde la salida, al siguiente punto de control de avituallamiento, y así sucesivamente al resto.

8. Habrá avituallamientos y líquidos y combinados (sólidos y líquidos). Será obligatorio que los participantes vayan provistos de un vaso o recipiente adecuado para beber.

9. El principio de *auto-suficiencia* -implica obligatoriamente- el que **cada participante debe de llevar durante toda la prueba el material obligatorio siguiente:**

Calzado adecuado para Carreras por Montaña.

Chaqueta o cortavientos impermeable.

Manta térmica de 1,40x2 metros mínimo.

Mapa del MDS que entregara la organización.

Ropa para soportar condiciones adversas, si las previsiones meteorológicas prevén un descenso acusado de temperaturas en la altura y la organización así lo exige.

Siendo aconsejable:

Brújula y Altimetro.

Gps.

Calcetines y ropa de recambio.

Bastones (si se decide a utilizarlos estará obligado a llevarlos durante toda la prueba).

Si el participante lo cree conveniente, se podrá dejar material de repuesto en las bolsa del participante, para su recambio en el control habilitado en Valle del Lago. (No se permitirá dejar en la bolsa ni sustituir ningún material obligatorio).

10. La mochila y el material obligatorio pueden ser requeridos por la organización a la entrega de dorsales, en la salida y en cualquier momento de la prueba, por los controles acreditados que pueden solicitar una comprobación.

Todos los participantes estarán en la obligación de someterse a dicho control con amabilidad, bajo la sanción de descalificación de la prueba.

11. Dependiendo de las condiciones meteorológicas la organización podrá exigir un aumento de materiales, variar el recorrido y tiempos de paso o incluso suspender la prueba.

12. Para facilitar la labor de los controles y jueces, **cada deportista deberá llevar en el pecho visible durante toda la prueba, el dorsal personal facilitado por la organización,**o en portadorsales

13. La organización prevé para el MDS unos tiempos de paso de los primeros corredores y de corte para los últimos corredores en los siguientes puntos de:

PUNTOS DE CONTROL, HORA DE CIERRE Y AVITUALLAMIENTO						
Puntos carrera	Km	Altitud	Hora paso	Hora cierre	Tipo de avituallamiento	Punto de retirada
Valle del Lago	0	1280	09:30	09:30	Cierre de accesos a zona de salida 09:15	Salida
Lago del Valle	7	1580	10:15	/	Agua	/
Farrapona	15	1707	11:00	/	Líquido + fruta	/
Saliencia	21,5	1100	12:00	14:00	Líquido + fruta + sólido + pasta	Si
Arbeyales	29,5	1034	13:00	/	Agua	/
Valle del Lago	36,5	1280	13:45	/	Líquido + fruta + sólido + pasta	/
Coto de Buenamadre	41	1000	14:05	/	Agua	/
Pola de Somiedo	44	697	14:15	18:30	Líquido + fruta + sólido + pasta	Meta
Líquido: agua, cola y refresco isotónico. Fruta: plátano, naranja y melón. Sólido: barritas energéticas, frutos secos, sándwiches y gominolas.						

14. Dentro del recorrido existen unas secciones de avituallamiento:

Por respeto al entorno, será obligatorio depositar los restos de basura generada en las zonas habilitadas a tal fin en cada control, no permitiéndose el sacar alimentos ni botellas con bebidas fuera de este. El incumplimiento de esta norma será motivo de descalificación.

15. Por motivos de SEGURIDAD, los que se retiren o se encuentren en problemas, deberán comunicarlo al control más próximo y serán evacuados por la organización en el periodo de tiempo mas breve posible.

Al tiempo otros participantes cercanos a un compañero que se encuentra con dificultades, estarán en la obligación de ayudarlo si fuera necesario, y notificarlo a cualquier miembro de la organización o servicio de socorro.

Al tiempo el participante que habiéndose retirado voluntariamente no lo comunique, obligará a los equipos de socorro a iniciar su falsa búsqueda, por lo que deberá de hacerse cargo de todos los gastos originados por el contratiempo.

16. Para tener derecho a premio es necesario hacer todo el recorrido indicado en el itinerario.

17. La Organización declina toda responsabilidad por daños personales a propios o a terceros. No obstante, se proveerá un servicio de Socorro a disposición de los participantes.

18. Para todo lo no especificado en este Reglamento, se acogerá a lo dispuesto por el Comité Organizador y al reglamento por el que se rigen las competiciones oficiales Fempa de carreras por montaña, que es público (www.fempa.net) y del que habrá copia en la salida y meta de la prueba.

19. La inscripción supone la conformidad con los artículos del presente Reglamento.

PREMIOS

Trofeo a los 3 primeros clasificados Absolutos.

Trofeo a las 3 primeras clasificadas Absolutas.

Trofeo a los TRES primeros clasificados del resto de categorías.

Trofeo al CLUB con más participantes clasificados.

Trofeo al CLUB mejor clasificado.

Los premios son acumulables entre sí.