

Pre competición

Sábado 6 de junio 2020 Pruebas de 10 y 15km

- 8:15am. Todos los nadadores nos reuniremos en la oficina del Barco Turístico, punto 7 en el mapa. en el puerto deportivo de Riaño.
- 8:30am Salimos en el barco a esa hora todos juntos y sin poder esperar a nadie. El capitán nos llevará por la ruta de los Fiordos Leoneses. Al navegar bajo el gran viaducto, estaremos sobre los restos del viejo Riaño, sumergido a unos 65 metros de profundidad. Llegaremos al Valle de Anciles situado en un enclave de gran belleza natural. Si tenemos suerte podréis ver bisontes en los alrededores o laderas de las montañas. En este punto y una vez todos en el agua se dará la señal de inicio de la travesía.
- Tendréis que llevar al barco el neopreno puesto, la boya, silbato, las gafas, el gorrito de natación y vuestros propios geles o barritas. En el barco se os entregará una bolsa numerada para poner los efectos personales de cada nadador y devolvérselos a la llegada.
- El gorro de natación es vuestro ticket para subir al barco.



DURANTE LA TRAVESÍA DE NATACIÓN

- No se permite el uso de auriculares.
- El traje de neopreno será obligatorio salvo para aquellos nadadores que han pedido permiso expreso a la organización por sus planes de entrenamiento y se les haya permitido excepcionalmente. Para ello debéis contactar con nosotros en rellenando en formulario de contacto.
- El uso de la boya y el silbato es **OBLIGATORIO**.
- Todos llevaréis el gorro que se repartirá a la salida.
- Salida a las 09:00 horas desde el valle de Aciles.
- En el caso de malas condiciones la organización se reserva la potestad de suspender la travesía por motivos de seguridad. Dado que estamos en un embalse y no en mar abierto es difícil que tengamos unas condiciones tan adversas como para tener que tomar estas medidas. Un ejemplo de causa de suspensión sería tormenta eléctrica, en tal caso la organización aplazaría la travesía al domingo.

- Los nadadores estaréis acompañados en todo momento por embarcaciones a motor, kayaks y paddle surf.
- Es imprescindible seguir la embarcación que va en cabeza y no salirse de los límites marcados por la línea de kayaks , stand Up Paddle o resto de embarcaciones. No cumplir esta norma *****SERÁ MOTIVO DE DESCALIFICACIÓN Y EN CONSECUENCIA LA INMEDIATA SALIDA DEL AGUA*****
- El avituallamiento que la organización dará será agua, isotónico y plátanos. Estos estarán ubicados en los kms 3, 6, 9 y 12 aprox. Se explicará en el briefing y durante el trayecto en barco al punto de inicio.
- Podéis llevar el avituallamiento que consideréis, tales como geles o barritas. Un detalle importante que os pedimos es que entreguéis los desperdicios al personal de las embarcaciones o avituallamientos con el fin de no generar ningún impacto negativo a nuestro entorno.

Horas de Corte

- 10:20 en el primer avituallamiento km 3
- 11:40 en el segundo avituallamiento km 6
- 13:00 tercer avituallamiento km 9
- 14:20 cuarto avituallamiento en el km 12 para los de la travesía de 15km
- Los participantes que a las 10:20 no hayan llegado al primer avituallamiento serán remontados con el fin de cumplir con el horario de cortes de tiempo. Lo mismo sucederá para aquellos que a las 11:40 no hayan llegado al segundo punto de avituallamiento y así sucesivamente.

SEGURIDAD

- En el caso de que algún nadador se fatigue, maree, o tenga cualquier incidencia, se quedará quieto y llamará con su silbato, haciendo señales constantes a la embarcación más próxima para que lo recojan. En ese momento se le dará por finalizada la travesía quedando en la embarcación hasta que finalice la travesía, salvo emergencia, en cuyo caso se le evacuará a tierra. Una vez en la embarcación, el nadador deberá cumplir las pautas de comportamiento que el patrón de la misma indique.

- Debéis tener en cuenta que se trata de una prueba no competitiva, y que por lo tanto el compañerismo se debe hacer patente ante las dificultades que podáis detectar en algún/a compañero/a de brazada. Prestad atención y auxilio a quien lo necesite mientras se aproxima una embarcación de rescate.
- No se permite la salida a tierra en ningún punto del recorrido si no se ha autorizado por la organización. Además dicha salida se realizará a través del dispositivo de seguridad existente.

A la llegada.

Es muy importante que os identifiquéis ante los miembros de la organización que estarán en la zona de llegada con el fin de verificar el recuento de participantes y vuestro tiempo.

Categorías y Troféos

Trofeo para los 3 primeros y primeras absolutas del los 10 y 15 km

Medalla Finisher para todos los participantes

Además de las clasificaciones absolutas se establecerán Clasificaciones por categorías

JUNIOR16-19 años (2000-2003)

MASTER 20.....20+20-29 años (1990-1999)

MASTER 30.....30+30-39 años (1980-1989)

MASTER 40.....+40-49 años (1970-1979)

MASTER 50.....+50-59 años (1960-1969)

MASTER PLUS.....60 años o más (1919-1959)

Cuida el entorno

Desde la organización debemos poner todo nuestro empeño en conseguir que nuestras travesías tengan el mínimo impacto sobre el entorno, más aun si cabe estando en paraje natural como en el que nos encontramos.

Recordad por tanto no dejar ningún desperdicio a vuestro paso o brazada. Guardadlos hasta la llegada o bien entregadlos a las embarcaciones o en los puntos de avituallamiento.

Tanto a la salida de la prueba como a la llegada tendréis a vuestra disposición contenedores para la recogida selectiva de residuos. Queremos un evento respetuoso con el medio ambiente :)

- Es responsabilidad del nadador ser apto para realizar la prueba, es decir, gozar de buena salud en general, así como tener el nivel suficiente de preparación física, técnica y mental para afrontar una prueba de natación de 15, 10 o 4 kilómetros. Deben de abstenerse quienes no reúnan o no crean reunir las condiciones de salud y preparación deportiva suficiente para afrontar la competición.
- Exención de toda responsabilidad a la Organización ante robo o pérdida de objetos personales, etc.
- La Organización y sus colaboradores no serán responsables de cualquier lesión o padecimiento. El tiempo total para realizar el recorrido completo estará limitado a 6 horas. Transcurrido este tiempo la Organización retirará a los participantes que no hayan completado la prueba.
- En el caso de que las condiciones meteorológicas sean adversas para la realización de la prueba y pongan en peligro la seguridad de los nadadores, la Organización podrá decidir la cancelación de la misma o traspasar la prueba al día siguiente.

- Autorización a la Organización para utilizar el nombre del participante y su foto en medios de difusión (programas de TV, radio) en la prensa o en cualquier otro tipo de medio acreditado o relacionado con la prueba. Cualquier participante podrá prohibir la utilización de su imagen previa solicitud por escrito a la entidad organizadora.
- Conforme a la L.O. 15/1999, se informa que los datos personales de los participantes pasarán a formar parte de un fichero, cuya responsabilidad corresponde a la entidad organizadora. Su finalidad es llevar a cabo la gestión de datos para la travesía a nado así como de informarle en ediciones futuras. Los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición podrán ejercerse dirigiéndose por escrito a la organización, adjuntando una fotocopia del DNI.

Prueba de 4 km del 7 de Junio 2020

Se aplica el mismo reglamento que para las travesías de 10 mil y 15 mil metros, con las particularidades obvias de ser distancias diferentes con horarios diferentes
Así mismo queremos resaltar algunos puntos.

El uso de neopreno es obligatorio salvo las excepciones de aquellos nadadores que por su experiencia o condiciones no quieran hacer uso de el. En ese caso deberán escribirnos a través del formulario de contacto.

No es un dato oficial ya que no se puede saber con exactitud, pero se espera que la temperatura del agua pueda estar entorno a los 16° o 17° como mínimo.

La boya de seguridad para la distancia de 4.000m no es obligatoria

El recorrido tiene salida y entrada en un mismo punto.

Horario

9:30 - 10:30 Entrega de gorros de natación y briefing en el puerto deportivo de Riaño, punto 7 en el mapa.

11:00 Salida

Hora de corte en meta. 2 horas tras la salida.

Categorías y Troféos

Trofeo para los 3 primeros y primeras absolutas

Medalla Finisher para todos los participantes

Además de las clasificaciones absolutas se establecerán Clasificaciones por categorías

JUNIOR16-19 años (2000-2003)

MASTER 20.....20+20-29 años (1990-1999)

MASTER 30.....30+30-39 años (1980-1989)

MASTER 40.....+40-49 años (1970-1979)

MASTER 50.....+50-59 años (1960-1969)

MASTER PLUS.....60 años o más (1919-1959)