

REGLAMENTO

Art. 1: El XXIV Cross de los 3 Refugios, organizado por la RSEA Peñalara, que se celebrará el día 25 de Mayo de 2014 en el Puerto de Navacerrada, será prueba puntuable para la Copa de Hierro de la RSEA Peñalara.

Art. 2: La prueba se celebrará sobre un recorrido aproximado de 30 Km. y 3.600 metros de desnivel acumulado, en terreno de montaña, recorriendo caminos, sendas o campo a través.

Por tanto, cada participante deberá prever que su indumentaria, calzado, así como las condiciones físicas, sean las más apropiadas para realizar la prueba.

Controles Obligatorios:

- Salida (Albergue Puerto Navacerrada)
- Maliciosa
- Canto Cochino
- Charca Verde
- Puente de los Manchegos
- Bola del Mundo
- Meta (Albergue Puerto Navacerrada)

Art. 4: Los participantes que sobrepasen 2h. 30min. a su paso por el control de Canto Cochino, deberán retirarse de la prueba y seguir las instrucciones de los responsables del control para llegar a meta.

Art. 5: La prueba está abierta a todos los deportistas con edad mínima de 18 años cumplidos.

Las categorías serán las siguientes (años cumplidos el 31 de Diciembre del año en curso):

MASCULINA FEMENINA

- Absoluta, todos los participantes - Absoluta, todas las participantes
- Veteranos, de 40 años hasta 49. -Veteranas, de 40 años hasta 49.
- Veteranos B, de 50 en adelante. -Veteranas B, de 50 en adelante.

Art. 6: Se otorgarán trofeos a los tres primeros de cada categoría establecida. Para optar a trofeo es necesaria la participación de, al menos, tres atletas en la categoría en la que se participe. De no cumplirse este requisito, se optará a trofeo sólo en caso de que su clasificación esté dentro de la primera mitad de la clasificación general.

La no presencia en el acto de la entrega de trofeos se entenderá como renuncia a trofeos o premios conseguidos. Toda delegación en otra persona, por parte de los ganadores para la recogida de los trofeos y premios, deberá ser conocida y autorizada por la organización al menos con media hora de antelación.

Art. 7: A cada corredor se le entregará un dorsal **NOMINATIVO E INTRANSFERIBLE** que deberá llevar durante todo el recorrido, situado en el pecho, bien visible, sin doblar ni cortar, estando penalizado con la descalificación el no cumplir con este artículo.

7.1: Así mismo, se entregará una 'tarjeta-chip' que servirá para registrar el paso por los controles obligatorios, **siendo responsabilidad de cada corredor validar la tarjeta en cada uno de los controles**. Una vez pasado el control de meta, la 'tarjeta-chip' deberá ser devuelta para su validación y descarga de datos, siendo descalificado el corredor que no efectúe la devolución inmediata.

Art. 8: La organización podrá realizar las modificaciones que considere necesarias en el recorrido, la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas así lo aconsejan o por causa de fuerza mayor. Si una vez iniciada la prueba, y pasado al menos el primer control, **debiera suspenderse por las condiciones meteorológicas, no se devolverá la cuota de inscripción.**

8.1: Se establece como material obligatorio el siguiente: mallas por debajo de las rodillas, cortavientos, gorro o buff, guantes y medio adecuado para recibir agua en los avituallamientos (bidón, vaso plegable o mochila de hidratación). **No podrán tomar la salida aquellos corredores que en el control de salida carezcan de alguno o varios de los elementos exigidos.**

8.2: Si las condiciones meteorológicas fueran lo suficientemente favorables la organización podrá desistir de exigir algunas de las prendas descritas en el punto anterior, tal circunstancia de producirse se notificara en la entrega de dorsales.

Art. 9: Si algún corredor decidiera retirarse, lo deberá comunicar en alguno de los controles establecidos, haciendo entrega del dorsal y de la 'tarjeta-chip' para conocimiento de la organización.

9.1: La organización no se responsabiliza del regreso de los corredores que abandonen, por otra causa que no sea lesión, a la meta.

Art. 10: Los participantes están obligados a prestar auxilio a los accidentados, a no deteriorar ni ensuciar el entorno y a seguir las indicaciones de la organización.

Art. 11: Todo participante, por el hecho de inscribirse, acepta las condiciones establecidas en el presente Reglamento, siendo motivo de descalificación el incumplimiento de cualquiera de sus puntos. Cualquier circunstancia no prevista en el presente Reglamento, será resuelta por la organización basándose en los reglamentos de la Federación Madrileña de Montañismo y de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada para Carreras por Montaña.

Art. 12: La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente o negligencia, así como de la pérdida o rotura de los objetos de cada participante. Cada participante será responsable de todo perjuicio o lesión que pueda causarse a sí mismo o a terceros, exonerando a la organización de cualquier responsabilidad en caso de accidente o lesión.

Art. 13: Cuota inscripción:

Federados FEDME: 21 Euros

No Federados: 25 Euros

La cuota incluye:

- Cronometraje y tiempos de paso intermedios por tarjeta electrónica
- Servicio de Fisioterapeutas en meta
- Comida y bebida en los puestos de avituallamiento previstos
- Picnic en meta
- Trofeos y premios
- Camiseta del Cross

Art.14 Una vez realizada la inscripción y solo por causas de fuerza mayor, y hasta siete días antes de la celebración de la prueba, el corredor inscrito podrá solicitar la anulación de su inscripción mediante correo electrónico a penalara@penalara.org y la devolución de la cuota abonada, reteniendo la RSEA Peñalara en concepto de gastos de anulación la cantidad de 6 €.

RECORRIDO

Salida Albergue Peñalara, Puerto de Navacerrada, Bola del Mundo, Maliciosa, Collado de las Vacas, Sierra de los Porrones, Canto Cochino, Charca Verde, Puente de los Manchegos, Bola del Mundo, Puerto de Navacerrada, Meta Albergue Peñalara.

AVITUALLAMIENTOS

En los puestos de avituallamiento no se facilitarán vasos, ni se permitirá beber directamente de las botellas, siendo obligatorio que cada participante lleve el medio que crea más adecuado y pertinente (bidón, camel-bak, vaso plegable, etc.), para poder recibir el líquido en los siguientes puestos:

- Pista Zetas Km 9 (Líquido y sólido)
- Charca Verde Km 17 (Líquido)
- Puente Manchegos Km 24 (Líquido y Sólido)
- Bola del Mundo Km 28 (Líquido)
- Meta Km 30 (Líquido y Sólido)

PROGRAMA

8:00h a 8:45h.- Retirada de dorsales (necesario presentar DNI y los federados deberán mostrar su licencia)
9:00h.- Control de Dorsales y de material obligatorio en zona de meta
9:10h.- Información aspectos técnicos carrera
9:15h.- Salida
11:45h.- Cierre control Canto Cochino
12:15h.- Llegada prevista del primer corredor
14:30h.- Entrega de Trofeos
15:15h.- Cierre Control de Meta

DUCHAS Y FISIOTERAPIA:

Existirá un servicio de duchas y fisioterapia en la zona de **META**, Albergue de la RSEA. Peñalara del Pto. de Navacerrada, exclusivo para los corredores.