

XXXVI CROSS DE CUERDA LARGA

REGLAMENTO

Art. 1.- El XXXVI Cross de Cuerda Larga, organizado por la Real Sociedad Española de Alpinismo Peñalara, es una prueba abierta a todos los deportistas de ambos sexos con edad mínima de 15 años cumplidos a 31.12.2024 (incluido) y una participación máxima de 400 atletas.

Fecha de celebración: 2 de Junio de 2024.

Prueba puntuable para Copa de Hierro de la R.S.E.A. Peñalara 2023 (<https://www.copadehierro.es/>).

Art. 2.- Se establecen las siguientes categorías:

- Absoluta (masculina y femenina). Todos los participantes de un mismo sexo y recorrido. Se incluyen en esta categoría las siguientes subcategorías:

- Veteranos y Veteranas A, quienes cumplan en el año en curso entre 40 y 49 años, ambos incluidos.
- Veteranos y Veteranas B, quienes cumplan en el año en curso 50 o más años.
- Veteranos y Veteranas C, quienes cumplan en el año en curso 60 o más años.

En todas las categorías y subcategorías será necesario para validar la clasificación tener una participación mínima de 4 competidores. Por lo que por debajo de dicho número no habrá protocolo de entrega de premios en dichas categorías y subcategorías.

Art. 3.- La prueba se celebrará en su mayor parte en terreno de montaña, recorriendo carreteras, 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, debiendo ser consciente de la dureza del recorrido y las dificultades de evacuación.

Recorridos de la prueba:

Recorrido A – Categoría Absoluta:

- Plaza Miraflores de la Sierra
- Aparcamiento Fuente del Cura
- Puerto de la Morcuera
- Bailanderos
- Cabeza de Hierro (mayor)
- Valdemartín
- Guarramillas
- Pto. de Navacerrada, RMD Navacerrada (Residencia Militar)

Distancia: ±26 Km.

Desnivel acumulado positivo: ±1.500m.

Controles de Paso Obligatorios:

- Plaza de Miraflores de la Sierra. Control de SALIDA
- Pto de la Morcuera (parking). Control/Corte Carrera
- Valdemartín. Control
- Pto Navacerrada (RM Navacerrada) Control de META.

Art. 4.- Los participantes que sobrepasen los 90 minutos en el paso por el Puerto de Morcuera o las 5,30 horas por la cumbre de Valdemartín deberán retirarse de la prueba y seguir las instrucciones de los responsables del control para llegar a meta.

Todo corredor deberá atender en todo momento las indicaciones que se le hagan por parte de los responsables de cada control establecido o por los corredores responsables del cierre de carrera (corredores escoba).

Art. 5.- El recorrido estará SEÑALIZADO por la organización siendo obligatorio seguir el itinerario marcado, así como el paso por los controles establecidos. El corredor que ataje o recorte el itinerario marcado será penalizado.

La Organización está autorizada y podrá realizar las modificaciones que estime necesarias en el recorrido e incluso la suspensión de la carrera si las condiciones meteorológicas así lo aconsejasen. Cualquier modificación se notificará previamente en la salida.

Art. 6.- A cada corredor inscrito se le entregará un dorsal **NOMINATIVO E INTRANSFERIBLE**, que deberá llevar durante todo el recorrido situado en el pecho y bien visible, sin doblar ni recortar. La inobservancia de esta norma dará lugar a la descalificación.

ES IMPRESCINDIBLE LA PRESENTACIÓN DEL DNI Y TARJETA FEDERATIVA (SI PROCEDE) PARA RETIRAR EL DORSAL.

Asimismo, 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 de manera inmediata.

Art. 7.- Si un corredor decide retirarse una vez comenzada la carrera deberá comunicarlo en el control más próximo haciendo entrega de su dorsal y chip.

Art. 8.- Se otorgarán trofeos a los tres primeros clasificados en cada categoría.

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

Art. 9.- Todo participante está obligado a prestar auxilio a cualquier accidentado, a no deteriorar ni ensuciar el entorno y a seguir las indicaciones de la Organización. El no cumplimiento de este artículo implicará las sanciones oportunas incluidas la descalificación.

Art. 10.- Todo participante por el hecho de inscribirse, acepta las condiciones establecidas en el presente reglamento. Cualquier circunstancia no prevista en él será resuelta por la Organización basándose en el reglamento de la Copa de Hierro. Las decisiones serán apelables según dicho reglamento.

Art.11: Las inscripciones se podrán realizar únicamente online a través del enlace en la web www.copadehierro.es hasta agotar los dorsales disponibles.

Cuota de Inscripción:

- Federados FEDME 25 €
- No Federados 32 €
- Socios Peñalara 18€

La cuota incluye:

- i. Cronometraje en meta y tiempos intermedios
- ii. Servicio de médico en meta
- iii. Avituallamientos en carrera y meta
- iv. Trofeos según categorías
- v. Bolsa de corredor

NO HABRÁ SERVICIO DE DUCHAS EN ZONA DE META.

Art.12.- *Una vez realizada la inscripción y solo por causas de fuerza mayor, y hasta siete (7) días antes de la celebración de la prueba, el corredor inscrito podrá solicitar la anulación de su inscripción y la devolución de la cuota abonada, reteniendo la RSEA Peñalara en concepto de gastos de anulación la cantidad de 8 €.*

El procedimiento de solicitud de cancelación se deberá realizar a través del siguiente enlace:
http://youevent.es/sport/desinscribir_Deportista.asp

Art. 13.- La Organización declina toda responsabilidad en caso de accidente o negligencia ajena, así como por la pérdida o rotura de los objetos de cada participante. Cada corredor 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. 14.- Los participantes inscritos lo hacen de manera voluntaria, siendo plenamente conscientes de la longitud, desnivel y exigencia física de la prueba, que se podrá desarrollar bajo posibles condiciones climáticas adversas de frío o calor, lluvia y viento, por terreno de montaña a través de caminos, pistas o sendas.

Los participantes deben tener experiencia previa en pruebas de carreras en montaña y asegurarse de que sus condiciones físicas sean las más apropiadas para afrontar la prueba, siendo de su responsabilidad las incidencias que puedan surgirles en el desarrollo de la prueba por ignorar estos requisitos.

Art. 15.- Todos los participantes aceptan cumplir la legislación vigente del Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama.

<https://www.parquenacionalsierraguadarrama.es/es/descargas/category/6-legislacion>

AVITUALLAMIENTOS

Se establecen los siguientes puestos de avituallamiento:

- Puerto de Morcuera (líquido)
- Asómate de Hoyos (líquido)
- Valdemartín (líquido)
- Meta (líquido y sólido)

MATERIAL OBLIGATORIO

Se establece como obligatorio el siguiente material que será revisado en la salida, no pudiendo tomar parte en la carrera aquel participante que no lo lleve:

- Chubasquero o cortavientos
- Manta Térmica de supervivencia
- Bidón, mochila de hidratación o vaso plegable (no se facilitarán vasos ni estará permitido beber directamente de las botellas).

En función de las condiciones meteorológicas se podrá exigir (comunicación en web) material de protección adicional:

- Mallas por debajo de las rodillas, chaqueta con membrana, gorro/tubular o guantes.

Cada corredor debe ser consciente de la distancia entre los avituallamientos y el entorno en el que se desarrolla la prueba, debiendo prever sus necesidades personales de avituallamiento adicional si lo considera necesario.

TRANSPORTE

Se dispondrá de servicio de autocar, con coste adicional de 12€/pax, desde la META (RM Navacerrada) a la zona de SALIDA a las 7.15 AM

En caso de modificación se comunicará previamente en la Web.

GUARDARROPA

Se trasladará un bulto por corredor desde la zona de SALIDA a META que se identificará debidamente con número de dorsal.

PROGRAMA RECORRIDO A - Absoluta

- * 06.45 h: Entrega de dorsales para los inscritos en Servicio de Autobús (Meta – Salida). DNI y Tarjeta federativa (FEDME) presentación obligatoria. R.M. Navacerrada (Residencia Militar)
- * 07.15 h: Salida de autocares desde el Puerto de Navacerrada (META - Residencia Militar) a Miraflores de la Sierra.
- * 08,00 a 8.30 h: Entrega de dorsales en la zona de SALIDA. DNI y Tarjeta federativa (FEDME) presentación obligatoria.
- * 08.45 h: Control de dorsales (Obligatorio)
- * 08,55 h: Información de aspectos técnicos
- * **09,00 h: SALIDA del XXXVI Cross de Cuerda Larga – Recorrido A (Absolutos + Veteranos A, B, C).**
- * 10,30 h: Cierre del control de paso de Pto de Morcuera (90 min)
- * 14,30 h: Cierre del control de paso de Valdemartín (5h 30 min)
- * 15,00 h: Cierre del control de META (RM Navacerrada, Residencia Militar)

Entrega de trofeos: al completar los pódiums de Absolutos y Veteranos A

-----XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX-----