

# REGLAMENTO

## III ELA Trail Gascones Solidario

### 1. ORGANIZACIÓN

La 3ª edición de la **Trail Gascones Solidario**, a favor de **adELA Madrid**, se celebrará el **1 de junio de 2024** y estará organizada por **adELA Madrid**, promovido y coordinado por **Josete el Alpi de Useras**, en colaboración con el **Ayuntamiento de Gascones**, y con el asesoramiento técnico de **YouEvent**.

Dentro de la jornada, se llevarán a cabo tres salidas o modalidades, y una salida para infantiles:

- **Carrera Solidaria 22K** con salida a las **9:00 horas**.
- **Carrera Solidaria 15K** con salida a las **9:45 horas**.
- **Caminata Solidaria 7K** con salida a las **10:00 horas**.
- **Carrera Infantil (entre 800 y 1000 m)** con salida a las **10:05 horas**

La salida y la meta estarán ubicadas en la Plaza Mayor de Gascones, municipio de la zona norte de Madrid.

### 2. PARTICIPACIÓN Y RECORRIDOS

Se establece el nº máximo de participantes en **400 corredores** entre las tres modalidades.

Cada participante, a la hora de formalizar su inscripción, deberá elegir su prueba en las que desee participar. Se detallan a continuación:

**Caminata Solidaria 7K:** Recorrido de **7 Km** con un desnivel de **220 metros en positivo**. Partirá de la vía pecuaria Cordel de las Asomadillas, para pasar después por la Calleja de los Palomares, lugar en el que había un antiguo asentamiento de Gascones y donde podremos observar el desgaste de las piedras tras el paso de los carros. Después, subiremos hasta Los Cerrillos, haciendo una circular para pasar después por el antiguo molino, donde veremos restos de la Guerra Civil y el antiguo asentamiento de Las Cabezas. Cogemos después por el Cordel de las Asomadillas y retornaremos al pueblo.

Podrán tomar parte de la Caminata Solidaria todas aquellas personas a partir de los 6 años de edad acompañados de padre, madre o tutor legal. Los menores de edad deberán tener la correspondiente autorización de su padre/madre/tutor para poder formalizar la inscripción.

*Nivel de dificultad bajo.*

**Carrera Solidaria 15K:** Recorrido de **15 Km** con un desnivel de **460 metros en positivo**. Siguiendo el anterior recorrido, a mitad de la circular de Los Cerrillos nos desviaremos hacia La Dehesa La Mata, disfrutando de la sombra de los robles. Cogemos posteriormente la pista forestal del Buitraguillo hasta desviarnos por un sendero a través del cual llegaremos al cerro de la Cabeza, ubicado a 1400 m de altitud. Desde allí podremos observar más restos de la Guerra Civil, punto desde el que bajaremos hasta juntarnos de nuevo con la circular de Los Cerrillos, dirección al municipio.

Podrán participar en esta carrera todas las personas mayores de 18 años de edad.

*Nivel de dificultad medio.*

**Carrera Solidaria 22K:** Recorrido de **22 Km** con un desnivel de **650-700 metros en positivo**. Salida desde la plaza con unos 500 m de carrera neutralizada. Se abrirá la carrera a la salida del

pueblo dirección sur (camino hacia Buitrago), llegamos a la vía pecuaria y a lo largo del arroyo de la cigüeñuela cogemos dirección norte donde nos desviamos a la Calleja de los Palomares, donde conectamos con los cerrillos dirección Dehesa la Mata. Pasamos por el arrollo Buitraguillo dirección Dehesa de Roblasco, pasamos por la antigua Casa del Guarda y conectamos el recorrido con el tramo final de 15 Km, subiendo a la cima de la Dehesa la Mata con una altitud de 1400 m como punto más alto del recorrido. Todo el recorrido esta pensado para gozarlo, con sombra prácticamente todo él.

Podrán participar en esta carrera todas las personas mayores de 18 años de edad.

Tiempo de Fuera de Control: 3h 30m.

*Nivel de dificultad medio.*

Los distintos recorridos se desarrollan por la sierra de Gascones, terreno de montaña, recorriendo caminos, pistas y senderos, con un reparto aproximado de:

- 35% sendero
- 60% camino forestal
- 5% pista

### 3. CATEGORIAS

Se establecen las siguientes categorías, según años cumplidos a fecha 31 de diciembre:

#### **Caminata solidaria 7K:**

- Sin categorías.

Todos los asistentes que terminen la prueba recibirán una medalla finisher.

#### **Carrera Solidaria 15K y 22K:**

- Absoluta Masculina y Femenina (todos los participantes a partir de 18 años)
- Vet A Masculina y Femenina: de 40 a 54 años.
- Vet B Masculina y Femenina: de 55 en adelante.

### 4. PREMIOS Y REGALOS

Se otorgarán trofeos y premios a los tres primeros de cada categoría en las 2 carreras de 15 y 22 Km.

Los premios no son acumulables.

También se hará entrega de **un jamón al club con mayor número de participantes** en las tres modalidades (Caminata, Trail 15K y Trail 22K).

Sorteo de regalos para todos los participantes.

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.

Se hará entrega a todo participante de la bolsa del corredor.

### 5. PROGRAMA

08:00 h – Entrega de dorsales para todas las pruebas

08:50 h – Control de Salida Carrera Solidaria 22K

09:00 h – Salida Carrera Solidaria 22K

09:30 h – Control de Salida Carrera Solidaria 15K

09:45 h – Salida Carrera Solidaria 15K  
09:50 h – Control de Salida Caminata Solidaria 7K  
10:00 h - Salida Caminata Solidaria 7K  
13:30h – Entrega de Premios  
14:00 h – Clausura

## 6. DORSAL Y CHIP

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.

De igual manera, a todo corredor se le hará entrega de una ‘tarjeta-chip’ que deberá llevar en el lugar indicado por la Organización (no es un chip de zapatilla) y 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.

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.

## 7. PUNTOS DE CONTROL Y AVITUALLAMIENTO

Los participantes deberán seguir el recorrido marcado por la Organización y se establecerán los siguientes puntos de control intermedios, que serán punto de paso obligatorio para todos los participantes:

- Punto kilométrico 4 >> Avituallamiento y Control
- Punto kilométrico 10 >> Avituallamiento y Control
- Punto kilométrico 19 >> Avituallamiento y Control

También se realizará un control de salida de todos los participantes así como el correspondiente control de meta.

Se aplicará una penalización (o incluso descalificación) a aquel participante que ataje el trazado marcado por la Organización.

Además de los avituallamientos líquidos habilitados a lo largo del recorrido, también se habilitará un avituallamiento líquido y sólido en la zona de meta.

**En los puestos de avituallamiento la organización no facilitará vaso o botella alguno, ni se permitirá beber directamente de las garrafas (simplemente proveerá el correspondiente líquido en los avituallamientos) siendo por tanto necesario que cada participante porte el recipiente que considere más adecuado para poder recibir el líquido.**

## 8. MATERIAL Y CONDICION FÍSICA

Dado que la carrera transita por terreno de montaña, cada participante deberá prever que su indumentaria, calzado, así como su condición física, sean las más apropiadas para realizar la prueba.

La organización, en base a la distancia de la carrera y a la zona por la que transita ésta, no establece ningún material obligatorio **pero sí recomienda**, en base a las condiciones meteorológicas que puedan presentarse en la fecha de celebración de la prueba, el siguiente material: mallas por debajo de las rodillas, cortavientos, chubasquero, gafas, gorro o buff, guantes, bastones, teléfono móvil y recipiente adecuado (bidón, vaso plegable o mochila de hidratación) para recibir el avituallamiento líquido durante el recorrido.

No obstante la Organización estará atenta a las condiciones meteorológicas una vez se acerque la fecha de celebración de la prueba e informará a través de la página web del evento de la necesidad de tener que hacer uso de cualquier material que se considere obligado.

## 9. INSCRIPCIONES

Se establecen los siguientes períodos de inscripciones:

### Del 23 de enero al 30 de abril

- Caminata solidaria **7K – 10 €**
- Carrera solidaria **15K – 15 €**
- Carrera solidaria **22K – 22 €**

### Del 1 al 31 de mayo

- Caminata Solidaria **7K – 13 €**
- Carrera Solidaria **15K – 19 €**
- Carrera Solidaria **30K – 27 €**

Las inscripciones se podrán cerrar antes de los plazos definidos, si se alcanza el nº máximo de participantes (400 participantes entre las 3 modalidades).

La inscripción infantil (hasta los 13 años) será de **3 €**

También se puede elegir la opción de **Dorsal 0** (no participativa):

- Adultos (a partir de 14 años) – **10 €**
- Infantil (hasta los 13 años) – **3 €**

Las inscripciones se podrán realizar a través de **Internet** en:

- [www.youevent.es](http://www.youevent.es)

## 10. POLÍTICA DE CANCELACIÓN

Una vez realizada la inscripción y solo por causas de fuerza mayor, se podrá solicitar la cancelación hasta el domingo **26 de mayo**, descontándose 5 € por gastos de gestión. A partir de dicha fecha, no se aceptará cancelación alguna bajo ningún concepto.

## 11. OTROS SERVICIOS DE LA ORGANIZACIÓN

- Todos los participantes estarán cubiertos por un Seguro de Responsabilidad Civil y un Seguro de Accidentes.
- Servicio de guardarropa y aseos.
- Cronometraje con CHIP.
- Tiempos de paso en tiempo real con Live YouEvent.
- Avituallamiento tanto en puntos del recorrido como en zona de meta.

## 12. DERECHOS DE IMAGEN

La participación en este evento deportivo implica que el participante cede sus derechos de imagen, la explotación audiovisual, fotográfica y periodística de la competición a la Organización, para que ésta las utilice como crea preciso en la promoción de éste o de cualquier otro evento deportivo que pudiera organizar. Cualquier proyecto mediático o publicitario que se pudiera generar por la celebración de este evento, deberá contar previamente con el consentimiento de la organización.

### 13. CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

Los participantes se comprometen a:

- Aceptar todos los artículos del presente Reglamento.
- Garantizar la validez de los datos aportados en el momento de formalizar la inscripción.
- Garantizar que su condición física les permite participar sin riesgo alguno en una competición de estas características (Carrera por Montaña).
- Realizar la totalidad el recorrido, respetando en todo momento las indicaciones de la Organización.
- No salirse del trazado señalado por la Organización, no realizar atajos, no tirar envoltorios ni ningún otro tipo de desperdicio durante el recorrido y tener en todo momento un comportamiento respetuoso con el entorno y el Medio Natural por el que se desarrolla la competición.
- Llevar el dorsal durante toda la prueba de manera bien visible, no doblándolo y respetando toda su publicidad.
- Llevar el chip de control durante todo el recorrido en el lugar indicado por la organización y entregarlo a la llegada.
- Aceptar las posibles modificaciones de la prueba a las que la Organización se vea obligada por causas ajenas a su voluntad.

Los participantes están obligados a prestar auxilio a los accidentados y a seguir las indicaciones de la Organización.

Se descalificará a todo corredor que no complete el recorrido oficial de la prueba, arroje cualquier tipo de desperdicio al suelo, corra sin el dorsal visible, corra con el dorsal de otro corredor, no devuelva el chip, no se atenga al presente Reglamento o modifique, deteriore o manipule el dorsal.

La Organización podrá realizar las modificaciones que considere necesarias en el recorrido, o bien la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas así lo aconsejan o por causa de fuerza mayor.

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.

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.