

REGLAMENTO 2024

Art. 1: ORGANIZACIÓN

El XXXIII Cross 3 Refugios, organizado por la Real Sociedad Española de Alpinismo Peñalara, es una prueba abierta a todos los deportistas de ambos sexos con edad mínima de 18 años cumplidos a 31.12.2024 (incluido) y una participación máxima de 400 atletas.

Fecha de celebración: 27 de Octubre de 2024.

Prueba puntuable para Copa de Hierro de la R.S.E.A. Peñalara 2024 (www.copadehierro.es).

Art. 2: CATEGORÍAS

Se establecen las siguientes categorías:

- Absoluta (masculina y femenina). Todos los participantes de un mismo sexo y recorrido.
- 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 será necesario para validar la clasificación tener una participación mínima de 5 competidores. Por lo que por debajo de dicho número no habrá protocolo de entrega de premios en dichas categorías.

Art. 3: RECORRIDOS

La prueba se celebrará sobre un recorrido lineal partiendo de Manzanares el Real y llegando al albergue de Peñalara situado en el Puerto de Navacerrada.

La organización dispondrá de autobuses para trasladar a los corredores que lo deseen desde el albergue a la zona de salida. Esta opción tiene un coste de 12€ y puede realizarse en el momento de la inscripción.

La carrera transitará 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.

El recorrido estará marcado por la Organización con cinta plástica de color vivo, banderolas y otros elementos de señalización, ubicados a intervalos regulares, dependiendo de la tipología del terreno y de los caminos. Es responsabilidad de cada participante localizar la señalización y seguirla.

La organización podrá realizar las modificaciones que considere necesarias en el reco-

rrido, incluso la suspensión de la prueba, si las condiciones meteorológicas así lo aconsejasen, o por otras causas de fuerza mayor. En este caso, si ya se hubiera efectuado la salida, el importe de la inscripción no sería devuelto.

Si fuera necesario interrumpir y suspender la prueba en un punto del recorrido, la clasificación se determinará según el orden y tiempo de llegada en el punto de interrupción o, en su defecto, en el último control realizado.

Art. 4: CONTROLES

Será obligatorio seguir el itinerario marcado, así como pasar por los controles establecidos. El corredor que ataje o recorte el itinerario marcado, será penalizado en función de las características del tramo recortado (desnivel, distancia, dificultad, etc.) El corredor que no pase por todos los controles establecidos y valide correctamente su tarjeta chip, será descalificado.

Controles Obligatorios:

- Salida (Manzanares el Real)
- Charca Verde
- Puente de los Manchegos
- Collado de las Vacas
- Meta (Albergue Puerto Navacerrada)

Art. 5: AVITUALLAMIENTOS

- Km 6 - Charca Verde
- Km 13 - Puente de los Manchegos
- Km 23 - Meta

No se facilitarán vasos en los puestos de avituallamiento. Cada corredor deberá portar y utilizar su propio vaso para consumir las bebidas.

Art. 6: DORSALES

Cada corredor deberá marcar de manera legible su número de dorsal, con rotulador indeleble, en los envoltorios de barritas, geles, bolsas de comida, etc.

Es obligación de cada participante llevar sus desperdicios hasta la meta o lugares señalados en los avituallamientos.

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 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: 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:

- Vaso
- Chubasquero o cortavientos
- Manta Térmica de supervivencia
- Mallas por debajo de las rodillas
- Gorro o Buff
- Guantes

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.

El material obligatorio podrá ser controlado en la salida, en la llegada y/o en cualquier otro punto de control. **Los corredores que no lleven todo el material obligatorio serán sancionados según dispone el Reglamento en el apartado de penalizaciones.**

Art. 8: RETIRADOS

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.

Art.9: AUXILIO

Los participantes están obligados a prestar auxilio a los accidentados, a no deteriorar ni ensuciar el entorno, a permitir el adelantamiento de los corredores que les pidan paso y a seguir las indicaciones de la organización.

En caso de accidente, enfermedad o herida que precise asistencia, se deberá avisar al teléfono de emergencias de la Organización. Se recuerda que la prueba discurre por lugares donde solo se puede llegar a pie. Por tanto, en algunos casos, puede llevar varias horas que los servicios de emergencia lleguen hasta el herido.

Art. 10: METEOROLOGÍA

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.**

Art. 11: INSCRIPCIONES

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	25 €
No Federados	32 €
Socios Peñalara	18 €

La cuota incluye:

Cronometraje en meta y tiempos intermedios
Servicio Médicos en meta
Bebida en los avituallamientos señalados
Picnic en meta
Trofeos según categoría
Camiseta conmemorativa
Seguro de accidentados y responsabilidad civil

Una vez realizada la inscripción y hasta siete 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.12: ACEPTACION Y RESPONSABILIDAD

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.

12.1: 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 responsabilidad suya los problemas que puedan surgirles en el desarrollo de la prueba por ignorar estos requisitos.

12.2: La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente por negligencia del corredor, así como por la pérdida o rotura de los objetos personales 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 y a la RSEA Peñalara de cualquier responsabilidad en caso de accidente o lesión.

12.3: La formalización de la inscripción implica el conocimiento y aceptación de este Reglamento de carrera, así como la cesión de los derechos de imagen al Organizador y la utilización de los datos aportados, según lo establecido por la Ley de Protección de Datos del Estado español.

12.4: Asimismo, los inscritos ceden de manera expresa a la organización el derecho de publicar el nombre y apellidos, clasificación obtenida, la categoría, la marca realizada y su imagen.

12.5: Todo participante, por el hecho de inscribirse, acepta las condiciones establecidas en el presente Reglamento, que debe conocer y tener en consideración. Cualquier circunstancia no prevista en este Reglamento será resuelta por la organización,

basándose en el reglamento de carreras por montaña de la Federación Madrileña de Montañismo y el de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME).

12.6: 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>