



REGLAMENTO

1.- ORGANIZACIÓN.

La Cabra Trail está organizada por el Ayuntamiento de Puntallana bajo la dirección técnica de Víctor Manuel Guerra Hernández con la colaboración de diversas instituciones y patrocinadores. La carrera forma parte de la Copa Spar La Palma y la ITRA (*International Trail Running Association*).

2.- PRUEBA.

Se trata de una carrera por montaña que discurre en su mayor parte por los senderos del municipio de Puntallana, en la parte noreste de la isla de La Palma, con salida desde el anexo al Ayuntamiento de Puntallana y llegada al anexo al Ayuntamiento de Puntallana. La prueba se disputará el día 7 de Octubre de 2017.

MODALIDAD	DISTANCIA	DESNIVEL	HORA DE SALIDA
42	42'700 Km	+2779 m	8:00h
21	21km	+1285 m	9:00h
10	10km	+731 m	9:30h

3.- CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN.

La participación está abierta a todos los corredores que hayan formalizado debidamente su inscripción.

La cuota de inscripción sería:



	Del 23 / 01 / 2017 hasta El 01 / 05 / 2017	Del 02 / 05 / 2017 hasta El 11 / 09 / 2017
Puntallana Cabra Trail 42km	FEDERADOS 25€	FEDERADOS 35€
	NO FEDERADOS 30€	NO FEDERADOS 40€
Puntallana Cabra Trail 21km	25€	25€
Puntallana Cabra Trail 10km	FEDERADOS 10€	FEDERADOS 15€
	NO FEDERADOS 15€	NO FEDERADOS 20€
Puntallana Cabrito Trail	0€	0€

A un mes de la celebración de la prueba no se devolverá el importe de ninguna inscripción.

Todos los participantes deberán tener 18 años cumplidos en la fecha de carrera y poseer un nivel físico de condición física adecuado para afrontar una prueba de estas características. En caso de no tener cumplidos a fecha de la carrera la mayoría de edad los corredores con edades de 16 y 17 años podrán participar en la prueba con una autorización paterna.

Está terminantemente prohibido recibir ayuda externa o avituallamiento durante el desarrollo de la prueba fuera de los puntos dispuestos por la organización. Asimismo está prohibido ir acompañado de otras personas que no sean participantes inscritos en la prueba.

4.- RECORRIDO

1. La prueba comenzará en el anexo del Ayuntamiento de Puntallana y el recorrido transcurrirá por senderos de montaña y pistas forestales para llegar de nuevo al punto de partida donde estará instalada la meta.



2. El recorrido estará publicado en la páginas oficiales de la prueba puntallanacabratrail.com y en la de la serie europea emmseries.com. Cualquier cambio o modificación en el mismo se hará público por los mismos medios.

MODALIDADES	MATERIAL					
42km	Calzado y vestimenta adecuados para la práctica de carreras por montaña	Manta termica	Cinturón con botellín o mochila con camelback	Teléfono móvil con el número que completó en su inscripción con la batería cargada al 100%.	Chaquet a cortaviento en caso de mala climatología	Aconsejable Gorra o Buff. Asimismo se autoriza el uso de bastones
21km	Calzado y vestimenta adecuados para la práctica de carreras por montaña	Manta termica	Cinturón con botellín o mochila con camelback	Teléfono móvil con el número que completó en su inscripción con la batería cargada al 100%.	Aconsejable Chaquet a cortaviento en caso de mala climatología	Aconsejable Gorra o Buff. Asimismo se autoriza el uso de bastones

10km	Calzado y vestimenta adecuados para la práctica de carreras por montaña	Manta termica	Cinturón con botellín o mochila con camelback	Teléfono móvil con el número que completó en su inscripción con la batería cargada al 100%.	Aconsejable Chaqueta cortaviento en caso de mala climatología	Aconsejable Gorra o Buff. Asimismo se autoriza el uso de bastones
-------------	---	---------------	---	---	---	---

El recorrido estará convenientemente señalizado en su totalidad y controlado por personal de la organización y dispositivo de seguridad.

5.- CONTROLES DE PASO.

La organización establecerá una serie de controles de paso ubicado en puntos conocidos por los participantes y publicados en el rutómetro de cada modalidad. Para poder clasificarse los participantes deberán realizar íntegramente el recorrido y haber pasado por todos los puestos de control. Es responsabilidad de cada participante seguir el recorrido marcado. No respetarlo será causa de penalización o descalificación.

Todos los controles de paso tendrán control horario de cierre. Los participantes que alcancen un punto de control después del horario de cierre establecido quedarán automáticamente fuera de carrera.

6.- AVITUALLAMIENTOS

La organización dispondrá 6 puestos de avituallamiento para la prueba de repartidos a lo largo del recorrido, aprox. cada 6'5 km de carrera, menos el primer avituallamiento para la distancia de 42km que estará a los 11km de la salida. En la distancia de 21km habrá tres avituallamientos y la de 10km tendrá un avituallamiento. En los mismos los participantes dispondrán de frutas (naranjas, sandías, peras, manzanas, etc.), bebidas isotónicas, agua, barritas energéticas, frutos secos, etc. Al llegar a meta tendrán un avituallamiento común para las tres distancias.



7.- MATERIAL OBLIGATORIO.

Los participantes de la carrera deberán portar el siguiente material:

La organización de la carrera podrá verificar el material obligatorio en cualquier momento antes o durante el desarrollo de la prueba.

No aportar o no colocarse algún elemento del material establecido como obligatorio o que lo presenten inutilizable o defectuoso será motivo de descalificación.

La organización se reserva el derecho a añadir elementos a la lista de material obligatorio en función de circunstancias excepcionales.

8.- CATEGORÍAS Y PREMIOS.

a. Las categorías que se establecen son las siguientes:

42km 21km 10km	HOMBRES	MUJERES	AÑOS
	ABSOLUTO	ABSOLUTA	16 - 100
	JUNIOR	JUNIOR	16 - 19
	SUB 23	SUB 23	20 - 23
	SENIOR	SENIOR	24 - 39
	MASTER 40	MASTER 40	40 - 49
	MASTER 50	MASTER 50	50 - 59
	MASTER +60	MASTER +60	> 60



	POR EQUIPOS	POR EQUIPOS	
	PALMERO	PALMERA	

b. Se entregará trofeo a los 3 primeros de cada categoría. Será imprescindible estar presentes en la entrega de premios para recogerlos.

c. Independientemente de la competición individual se establece además una modalidad por equipos. En ella participarán todos los competidores inscritos bajo el nombre de su club, sin diferenciación de categorías, sumando los tiempos de los tres mejores corredores de cada formación. Para optar a esta clasificación es obligatorio la uniformidad de todos los componentes del equipo.

Se realizará una clasificación independiente para cada una de las modalidades.

10.-DIRECCIÓN DE CARRERA.

La dirección de carrera será la responsable de la toma de decisiones que afecten al desarrollo de la competición tales como modificación de límites horarios, etc. La dirección de carrera tendrá asimismo la potestad para suspender, acortar, neutralizar o detener la carrera por seguridad o cualquier otra causa de fuerza mayor.

Los comisarios deportivos son los responsables de aplicar las normas de competición y velar por la seguridad e igualdad de condiciones de todos los participantes. Estos comisarios irán debidamente identificados. No obedecer las indicaciones de un comisario deportivo supone la descalificación del participante.

11.- JURADO DE LA PRUEBA.

El jurado de la prueba es el responsable de resolver las posibles reclamaciones derivadas del desarrollo de la competición, así como cualquier otra cuestión no contemplada en el presente reglamento. El jurado de la prueba estará formado por el director de la carrera, un responsable de la organización y el director de cronometraje.

Cualquier reclamación se tiene que presentar a la organización por escrito hasta media hora antes de la entrega de premios.



12.- DORSALES

Los dorsales se recogerán el día 4, 5 y 6 de Octubre de 2017 en el lugar y horario designado por la organización, tras la presentación de la declaración del documento de descargo de responsabilidad civil.

Si no puedes estar en el horario indicado para recoger tu dorsal, puedes enviar a alguien que lo haga por ti, llevando una fotocopia de tu D.N.I. y el documento de descargo de responsabilidad civil firmado y cumplimentado por ti.

No se podrán recoger dorsales el día de la carrera.

Los participantes deberán llevar en todo momento el dorsal facilitado por la organización en un lugar visible, de tal manera que pueden facilitar la labor de control por parte del personal de la organización. Los dorsales no se podrán recortar, ni doblar ni modificar. En el dorsal van impresos los números de teléfono del Centro de Organización y del dispositivo de Emergencias de la prueba.

El tiempo máximo para completar la prueba es de 8 horas. Asimismo, se establece el siguiente horario máximo de cierre de control:

MODALIDADES	SALIDAS	TIEMPO DE CARRERA	HORA DE CIERRE
42 km PESADORA (26'9 km)	8:00	5:30	13:30
21 km PESADORA (15'6 km)	9:00	4:30	13:30
10 km META	9:30	3:00	12:30

El tiempo límite está calculado para poder finalizar en el horario máximo establecido. No se permitirá seguir en carrera a los que superen este límite horario.



14.- CRONOMETRAJE.

La prueba estará controlada por un equipo humano que controlará el paso de cada corredor por los diferentes puntos de control de la prueba.

Estos puntos de control estarán situados por la organización para asegurarse de que todos los corredores completan el recorrido y para registrar los tiempos de paso.

15.- COMPORTAMIENTO GENERAL DE LOS CORREDORES.

Todo corredor deberá realizar el recorrido marcado y balizado por la organización sin salirse del mismo y sin tomar ningún camino que pueda acortar la distancia a recorrer. No respetarlo será causa de penalización que será determinada por los comisarios de carrera y que podrá ir desde la amonestación hasta la descalificación total.

16.- ABANDONOS

En caso de abandonar la prueba el corredor deberá indicarlo **OBLIGATORIAMENTE** al personal de Organización dispuesto en el control más cercano o poniéndose en contacto con el Centro de Organización a través del número de teléfono impreso en el dorsal. El competidor asume toda su responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado.

17.- AYUDA EXTERNA.

Está terminantemente prohibido recibir ayuda externa o avituallamiento durante el desarrollo de la prueba fuera de los puntos dispuestos por la organización. Asimismo está prohibido ir acompañado de otras personas que no sean participantes inscritos en la prueba. Serán descalificados todos los corredores que no cumplan esta norma.

18.- PENALIZACIONES

Se producirá la penalización o descalificación de un corredor cuando incurra en cualquiera de las faltas indicadas a continuación:

- No respetar el itinerario balizado o la señalización expresa del recorrido.



- No pasar por cualquiera de los puntos de control.
- Negarse a llevar puesto el dorsal o cualquier otra identificación como corredor proporcionada por la organización.
- No llevar el material requerido por la organización durante toda la carrera.
- Correr acompañado por una persona que no esté inscripto en dicha prueba.
- Recibir ayuda o avituallamiento externo de cualquier persona (excepto en caso de auxilio).
- No obedecer las indicaciones de la organización y comisarios de carrera.
- Impedir ser adelantado u obstaculizar a otro corredor de forma deliberada.
- La privación de auxilio hacia otro participante que esté en peligro o accidentado.
- Arrojar basura durante el recorrido o producir un daño al entorno por donde transcurre la prueba.

19.- COMPORTAMIENTO DEPORTIVO.

Los competidores deberán observar un comportamiento deportivo en todo momento con los demás deportistas y mostrarse respetuosos con los comisarios, personal voluntario y demás miembros de la organización. Además deberán ser cuidadosos con las instalaciones habilitadas para la prueba.

20.- COMPORTAMIENTO HACIA EL MEDIO AMBIENTE.

Los participantes deberán respetar el medio ambiente en el que se realiza la prueba y mantener escrupulosamente limpio el entorno. Para ello se deberá comer y **beber sin dejar un solo envase fuera de los recipientes habilitados para ello**. El incumplimiento de este punto implica la descalificación inmediata.

En los avituallamientos se dispondrá, a 50 metros de cada uno de ellos, de recipientes habilitados para que el corredor deje los residuos que pudiera portar.

Asimismo será obligatorio respetar los cultivos, el ganado y la propiedad privada en general siendo cada participante responsable de los daños ocasionados como consecuencia de su comportamiento en carrera.



21.- SEGURIDAD

La organización de la prueba garantizará la seguridad de los participantes disponiendo para ello las medidas y personal necesarios. Se contempla la presencia de vehículos oficiales, tanto de la organización como de los medios de seguridad, debidamente identificados. Se dispondrá de personal médico y ambulancias en puntos estratégicos del recorrido para intervenir en caso de necesidad.

El recorrido no estará cerrado al tráfico por lo que hay que respetar el código de circulación y extremar las precauciones al cruzar la carrera o al llegar algún cruce. Los puntos exactos de cruce de carretera estarán cubiertos por personal de la organización y deberán ser conocidos por los corredores.

En los controles de paso habrá personal que velará por la seguridad de los corredores. El personal de control está facultado para indicar la conducta a seguir en todo momento a los participantes en caso de peligros objetivos, cambio de itinerario, accidente o en caso de abandono.

22.- DESARROLLO DE LA PRUEBA.

En caso de malas condiciones meteorológicas, por razones de seguridad u otras causas de fuerza mayor, se podrá interrumpir la prueba, modificar el recorrido o variar los límites horarios. En caso de neutralización de la prueba se clasificara según el orden y tiempo de llegada de dicho punto o en su defecto, en el último control realizado.

Asimismo la organización se reserva el derecho de suspensión de la prueba en cualquier momento previo a su celebración siempre por causas ajenas a la misma y bajo las órdenes de las autoridades competentes tales como alerta por fenómenos meteorológicos adversos. En tal caso, no se reembolsará el importe de las inscripciones ni se cubrirán los gastos de los participantes.

23.- RESPONSABILIDADES.

Los participantes lo hacen bajo su responsabilidad. Sobre ellos recae la decisión de la salida y realización de la carrera. Es responsabilidad de cada participante estar físicamente preparado para realizar la prueba. El personal médico tendrá potestad para retirar el dorsal a cualquier corredor cuando considere que su salud está en peligro.



Los participantes eximen a la organización de las reclamaciones o demandas basadas en supuestas acciones o no acciones de los participantes u otros que actúen a su favor. Así como de las demandas resultantes de los daños que puedan sucederles a ellos o a sus materiales. Los participantes deberán firmar los documentos que se requiera para evidenciar más claramente este apartado del reglamento.

24.- DERECHOS DE IMAGEN.

La organización se reserva los derechos exclusivos de las imágenes, fotografías, videos e información de la prueba, en las que puedan aparecer los participantes, así como de utilizar ese material para anuncios, relaciones públicas o cualquier otro propósito periodístico o de promoción del evento. Cualquier proyecto mediático o publicitario deberá contar previamente con el consentimiento de la organización.

Será obligatorio para los participantes la utilización y ubicación en el espacio del material facilitado por la organización.

Al inscribirse en la prueba, los participantes ceden sus datos y dan su consentimiento para que la organización trate los mismos para la gestión de la competición así como cualquier finalidad promocional relacionada con su participación en la misma que implique a patrocinadores o colaboradores del evento.

25.- MODIFICACIONES

El presente reglamento puede ser corregido, ampliado o mejorado en cualquier momento por parte de la organización. El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con el presente reglamento