COSTA BLANCA TRAILS
Finestrat

RETO EVEREST

3ª Prueba Copa de España Ultra FEDME (Ultra-Trail® Costa Blanca – 84K)

16 de Noviembre de 2019

Reglamento

1.- ORGANIZACIÓN

1.1:El Club de Montaña Reto Everest de Elche, con la colaboración del Excmo. Ayto. de Finestrat y de otros clubs de la provincia de Alicante organizan el evento deportivo **Costa Blanca Trails (CBT)** que se celebrará el día 16 de Noviembre de 2019 en el ámbito geográfico de las sierras de Aitana, Puig Campana y La Serrella, ascendiendo sus principales cumbres, con salida y meta en la localidad de Finestrat (Alicante).

1.2: CBT constará de cinco carreras por montaña:

Gran Trail Costa Blanca (**GTCB 101K**)
3ª Prueba de la **Copa de España Ultra FEDME (UTCB 84K)**
(Ultra-Trail® Costa Blanca 84K)
Maratón Costa Blanca (**MCB 46K**)
Trail Puig Campana (**TPC 29K**)
Mini Trail Finestrat (**MTF 20K**)

El presente reglamento regula la **3ª Prueba de la Copa de España Ultra de la FEDME (UTCB 84K).**

Tendrá carácter de semi-suficiencia y discurrirá por los términos municipales de Finestrat, Polop de la Marina, Benimantell, Benifato, Beniardá, Quatretondeta, Confrides y Sella.

1.3: Aquellos corredores que concluyan el recorrido completo en el tiempo máximo establecido obtendrán diploma descargable y 4 puntos ITRA.

Se recogerá su tiempo de llegada en la clasificación general y por categorías, pudiendo optar a los trofeos según lo establecido en el apartado 4 de este Reglamento.

1.4: Para poder participar hay que ser mayor de 21 años.

1.5: Además habrá que presentar un certificado médico de aptitud para la práctica deportiva expedido con posterioridad al 1 de Enero de 2019 con fecha límite de presentación el 10 de Noviembre.

La inscripción no quedará finalizada hasta la presentación y comprobación de los documentos, el hecho de la no presentación dentro de plazo del documento requerido implicará la no participación en la prueba y la perdida de todos los derechos que da la inscripción.

2.- RECORRIDO

2.1: El itinerario recorre terreno de montaña, por caminos y sendas de la Sierra de Aitana, Puig Campana y La Serrella; cada participante debe ser plenamente consciente de la longitud y dificultad de la prueba que puede desarrollarse en parte de noche, bajo posibles condiciones climáticas de frío, lluvia, viento. Por tanto, debe prever que su indumentaria, calzado, así como las condiciones físicas necesarias, sean las más apropiadas para realizar la prueba.

2.2: 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, siendo responsabilidad de cada participante localizar la señalización y seguirla.

2.3: Los tramos del recorrido que discurran por carreteras o calles de poblaciones no estarán cortados al tráfico rodado debiendo atenerse los participantes a las normas generales de Tráfico o a las indicaciones de la Organización. Será obligatorio cruzar las carreteras por los lugares habilitados para la ocasión y debidamente señalizados.

2.4: Será obligatorio seguir el itinerario marcado, así como pasar por los controles establecidos.
La Organización establecerá cuantos controles sorpresa estime oportunos a lo largo del recorrido. El corredor que no efectúe el paso por los mismos será descalificado.

2.5: Se establecen los siguientes avituallamientos y tiempos máximos de paso. Aquellos corredores que los sobrepasen deberán entregar su dorsal en el control más próximo, retirarse de la prueba y seguir las instrucciones de los responsables del control para llegar a meta.

UTCB 84 K: Salida sábado 16 a las 06:00 h. Tiempo total: 20 horas

Km.	Situación	Hora de cierre
0,000	Plaza Unión Europea	06:00
8,000	Coll del Pouet	
17,800	Font del Pi	
24,200	Benimantell	11:30
37,100	Racó de Llosa	
42,200	Confrides	16:00
51,800	Aitana	
60,000	Font del Alemany	
65,500	Sella	22:00
77,100	Coll de Sacarest	
83,700	Plaza Unión Europea	02:00/ 17-11

Punto de agua en el Km. 28,100

2.6: La organización podrá realizar las modificaciones que considere necesarias en el recorrido o incluso la suspensión de la prueba, si las condiciones meteorológicas así lo aconsejasen o por otras causas de fuerza mayor. En este caso los derechos de inscripción no serán devueltos.

2.7: Si la prueba se debiera interrumpir y suspender 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.

2.8: Si algún participante decide abandonar la competición, debe hacerlo en algún punto de avituallamiento.
Los puntos de abandono preferentes son, Benimantell, Confrides y Sella, únicos lugares donde se garantiza la evacuación a meta con vehículo, en el resto de los controles se indicará hacía donde dirigirse, salvo en caso de lesión que se activará el dispositivo de emergencias.

3.- SEMI-SUFICIENCIA

3-1: Las pruebas se desarrollan en un tiempo máximo limitado, en una sola etapa y en régimen de SEMI-AUTOSUFICIENCIA.
Por ello el participante debe tener la capacidad de organizarse y orientar con su propia autonomía la supervivencia entre los diferentes avituallamientos; tanto desde el punto de vista alimentario, de vestuario o de su seguridad, permitiendo la resolución sin ayuda de los posibles problemas previsibles en un complicado entorno de montaña.

3.2: Dado el carácter de semi-suficiencia de la prueba cada corredor deberá prever y portar la cantidad de alimentos, bebidas, sales y complementos que estime necesario para poder completar el recorrido. Se establece un mínimo por corredor de 1 litro de agua en el momento de la salida y 500 calorías.

3.3: Como apoyo la Organización dispondrá de nueve avituallamientos que contarán con bebidas y alimentos en cantidades estimadas como razonables que los corredores habrán de consumir en el mismo lugar.
- La organización no facilitará vasos en los avituallamientos, debiendo llevar los participantes un vaso plegable o recipiente para líquidos.

3.4: Solamente estará permitido recibir ayuda externa en los avituallamientos de Benimantell, Confrides y Sella, en las zonas específicamente reservadas e indicadas para ello (salvo caso de accidente o emergencia) siendo penalizado el participante que la reciba fuera de los lugares establecidos.

3.5: Es obligación de cada participante llevar sus desperdicios hasta la llegada o lugares señalados por la Organización. El corredor que no los deposite o los tire en una zona no preparada, será descalificado.

3.6: Cada participante deberá portar el **material obligatorio según modalidad:**

Material (X obligatorio) (+ recomendable)	**UTCB 84K**
Vaso o recipiente para líquidos	**X**
Frontal con pilas de repuesto (o dos frontales)	**X**
Luz roja trasera	**X**
Recipiente para líquiodos con capacidad mínima de un litro	**X**
Manta térmica o de supervivencia de 1,20 x 2,10 m mínimo.	**X**
Gorra, gorro, bandana, visera o similar	**X**
Chaqueta cortaviento de manga larga con capucha de la talla del corredor.	**X**
Pantalones o mallas, mínimo por debajo de las rodillas.	**X**
Recipiente/s para líquido con capacidad mínima de 1 litro.	**X**
Mochila o riñonera con capacidad mínima de 3 litros.	**X**
Teléfono móvil, operativo, cargado y con el nº facilitado.	**X**
Crema solar.	+
Gafas de sol.	+
Calzado adecuado.	**X**
Reserva alimentaria.	**X**
Camiseta térmica de manga larga o manguitos.	+
Silbato.	+
GPS con el track grabado	+

3.6: La Organización podrá solicitar otro material obligatorio si las condiciones meteorológicas así lo aconsejasen, esta circunstancia de ser necesaria se comunicará con antelación a la salida.

3.7: Se autoriza la utilización de bastones, no estando permitido el abandono o entrega de los mismos en ningún lugar del recorrido. Será penalizado el corredor que lo incumpla.
Un bastón roto se podrá dejar en los puntos de avituallamiento.

3.8 Transporte de bolsas

Cada corredor del UTCB 84K recibirá junto con el dorsal, dos bolsas dentro de las cuales podrá meter aquel material que considere que pueda necesitar para ser transportadas a los avituallamientos de, Confrides y Sella.

Estas bolsas, debidamente identificadas con la etiqueta que facilitará la Organización, y cerradas sin que sobresalga nada, se entregarán antes de la salida en el punto habilitado para ello

Las bolsas serán transportadas por la Organización al avituallamiento, para que el corredor recoja de la bolsa el material que necesite y luego deposite en ella el material que le sobre. También deberá ser cerrada sin que sobresalga nada para ser enviada de regreso a Finestrat una vez usada.

El transporte de las bolsas una vez haya pasado el corredor por el avituallamiento no será inmediato, sino que se transportará a Finestrat al cierre de ese avituallamiento,

pudiendo ocurrir que el corredor llegue a meta antes que su bolsa y deberá por tanto esperar.

4.- CATEGORÍAS (Masculina y Femenina)

CATEGORÍA ABSOLUTA: Todos los participantes.
SUB-CATEGORÍA SENIOR: de 21 a 39 años.
SUB-CATEGORÍA VETERANA "A": de 40 a 50 años.
SUB-CATEGORÍA VETERANA "B" 51 años en adelante.
Años cumplidos en el de la competición.

4.1 CLASIFICACIONES
Se harán dos clasificaciones, una con los corredores con licencia federativa FEDME, que son los únicos que optan a la Copa de España de carreras Ultra y otra con el resto de los participantes.

5.- TROFEOS

Tendrán trofeo los tres primeros clasificados de la categoría Absoluta y de las sub-categorías Senior, Veterana "A" y Veterana "B".

6.-DESCALIFICACIÓN Y PENALIZACIÓN

6.1 Faltas Leves: De 3 minutos a 1 hora de penalización
No llevar el Dorsal en un lugar visible, modificar la forma o composición del Dorsal.

6.2 Faltas graves: De 15 minutos a 2 horas de penalización
Anticiparse a la señal de salida
No llevar alguna de las piezas del material obligatorio
Recortar o atajar el recorrido saliéndose del itinerario marcado
Recibir asistencia externa fuera de las áreas de avituallamiento
No pasar por los Controles de Paso (2 a 3 horas de penalización por cada Control de Paso)

6.3 Faltas muy graves: Se penalizarán con la descalificación del participante
Lanzar objetos o desperdicios fuera de los puntos asignados
Utilizar cualquier medio de transporte durante todo o parte del recorrido
No respetar las normas deportivas de compañerismo
No respetar la naturaleza
Cualquier desconsideración a los miembros de la organización, participantes o voluntarios de la prueba.

6.4 Motivos de descalificación
Finalizar la prueba fuera de la hora de cierre fijada por la organización
Pasar por los Controles de Paso más tarde del horario de cierre de Control
No ayudar o auxiliar a un corredor accidentado
Alterar la señalización del recorrido
Perder el Dorsal o el chip de cronometraje

7.- Derechos de imagen

La organización del CBT se reserva los derechos exclusivos de las imágenes, de tomar y recopilar fotografías, video e información de las carreras en las que los participantes estén implicados, así como utilizar este material para anuncios, relaciones públicas o cualquier otro propósito periodístico, publicitario o de promoción del evento. Cualquier proyecto mediático o publicitario deberá tener el consentimiento de la organización.

8.- Protección de datos.

Al inscribirse en CBT los participantes dan su consentimiento para que la organización de la prueba trate automáticamente y con finalidad únicamente deportiva, promocional o comercial sus datos de carácter personal.
Conforme con lo dispuesto en la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre de Protección de Datos de Carácter Personal, el participante puede ejercer su derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición mediante el envío de un correo electrónico a la dirección info@costablancatrails.com
Asimismo, los inscritos ceden de manera expresa a la organización el derecho de reproducir el nombre, apellidos, categoría y resultado obtenido.

9.- Modificaciones

Este reglamento puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la Organización.
El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con este reglamento.

Para todo lo no contemplado en este reglamento esta prueba se basará en lo dispuesto en el Reglamento de Carreras por Montaña de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada.

10.- Aceptación reglamento y consentimiento informado.

Los participantes en el momento de completar la inscripción se comprometen a respetar este reglamento y se da por enterado de todo lo especificado en el documento adjunto de consentimiento informado.

ANEXO 1: INSCRIPCIONES

ANEXO 2: CONSENTIMIENTO INFORMADO

ANEXO 1

INSCRIPCIONES

La fecha de apertura de inscripciones será el 17 de Junio de 2019 y finalizará el 10 de Noviembre de 2019 o al completarse el cupo.

Los precios y plazos de inscripción son los siguientes:

UTCB 84K (400 plazas)

Del 17 de Junio al 31 de Julio: 75 euros federados y 85 euros no federados.

Del 1 de Agosto al 30 de Septiembre: 80 euros federados y 90 euros no federados.

Del 1 de Octubre al 10 de Noviembre: 85 euros federados y 95 euros no federados.

Bolsa del corredor valorada en 50 €:

Camiseta

Media compresiva Accapi Energy Wave Relax & Sport Recovery

Medalla Finisher

Por necesidades de fabricación hay un número limitado de prendas por talla, la talla se podrá elegir por orden de inscripción y hasta final de existencias.

De no completarse las plazas en alguna modalidad se podrá ampliar cualquier otra modalidad hasta completar las 1.300 plazas.

El número total de inscripciones se gestiona por el sistema de "overbooking" con el fin de compensar las posibles bajas, no habrá lista de espera.

La inscripción da derecho a:

Participación en la modalidad elegida.

Bolsa del corredor según modalidad elegida.

Dorsal y chip de control.

Avituallamientos líquidos y sólidos (semi-autosuficiencia).

Avituallamiento completo final.

Duchas al finalizar la prueba.

Consigna en meta y transporte de material a los avituallamientos especificados en el reglamento (101K y 84K).

Diploma descargable.

Medalla Finisher en todas las modalidades.

Política de devoluciones:

Para solicitar la devolución deberán remitir solicitud por correo electrónico a inscripciones@costablancatrails.com o bien solicitarlo desde su área de usuario registrado.

Las devoluciones seran atendidas siguiendo estas instrucciones

Con seguro de cancelación se reintegrará el total de la inscripción hasta el 31 de Octubre.

Coste del seguro de cancelación:

GTCB-101K: 10 euros, UTCB-84K: 8 euros, MCB-47K: 6 euros, TPC-29K: 4 euros, MTF-20K: 3 euros

Devolución sin seguro de cancelación:

Del 17 de Junio al 15 de Octubre se devolverá el 60 % del importe.

Del 16 al 31 de Octubre se podrá solicitar la devolución del 60 % de la inscripción en caso de lesión y con envío del justificante médico.

Transferencia de inscripción o cambio de modalidad

Durante el periodo en el que las inscripciones estén abiertas se podrá solicitar el cambio de titularidad (cesión de dorsal) o de modalidad.

El coste de este servicio será del 10% con una comisión mínima de 2€ y en el caso de realizar el cambio de una modalidad a otra de inferior precio la diferencia en el precio no será reembolsada.

ANEXO 2

CONSENTIMIENTO INFORMADO

COSTA BLANCA TRAILS

Finestrat 16 de Noviembre de 2019

Por favor, leer con atención este documento, ya que al completar la inscripción te das por enterado del contenido de este.
Yo como futuro participante del en alguna de las carreras de Costa Blanca Trails, acepto y certifico:

1. Que estoy físicamente bien preparado para esta prueba de ultra-resistencia, que tengo buena salud sin padecer enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse con mi participación en esta prueba. Si durante la prueba, padeciera algún tipo de lesión o cualquier otra circunstancia que pudiera perjudicar gravemente mi salud, lo pondré en conocimiento de la Organización lo antes posible.

2. Que soy consciente de que este tipo de competiciones, al desarrollarse en montaña, donde hay lugares de difícil control y acceso, conllevan un riesgo adicional para los participantes. Por ello, asisto por propia voluntad e iniciativa asumiendo íntegramente los riesgos y consecuencias derivadas de mi participación.

3. Que dispongo de capacidad física, técnica y recursos suficientes como para garantizar mi propia seguridad, bajo las condiciones de semi-suficiencia en las que se desarrolla la prueba, así como el conocimiento del lugar por el que discurre, un Espacio Natural protegido. Soy consciente de que las montañas de la Marina Baixa son complicadas en todas las épocas del año, pero el correr en invierno y por la noche las hace más severas, ya que la noche disminuye la percepción del relieve y exige mayor atención sobre los tramos más técnicos, por lo que valoraré y seré consciente de lo que voy a acometer, conociendo y aceptando estas dificultades y dimensiones específicas.

4. Que debo saber gestionar, aun encontrándome solo, los problemas físicos o mentales resultantes de la fatiga, los problemas digestivos, los dolores musculares o articulares, así como las pequeñas heridas. Esto supone de manera clara y consecuente que tengo la capacidad suficiente para solucionar los problemas previsibles que encontraré, remediándolos con el material obligatorio u otros propios que puedo suponer necesitar.

5. En este contexto, tengo en cuenta que es imposible tener un miembro de la organización en todo momento cerca de mí para ayudarme, por lo que serán muchas las ocasiones en que deberé solucionar por mí mismo los problemas.

6. Que valoraré si además del material mínimo obligatorio exigido debo añadir algo más que pueda necesitar en función de mi capacidad física y de la previsión meteorológica.

Acepto que no es responsabilidad del Organizador el inspeccionar o supervisar mi material de competición, por lo que únicamente solo yo soy el responsable de llevar todo el material exigido por la organización.

7. Que domino y me comprometo a cumplir las normas y protocolos de seguridad establecidos por la Organización, así como a mantener un comportamiento responsable que no aumente los riesgos para mi integridad física o psíquica. Seguiré las instrucciones y acataré las decisiones que tomen los responsables de la Organización (jueces, médicos, organizadores y/o voluntarios) en temas de seguridad.

8. Que autorizo a los Servicios Médicos de la prueba, a que me practiquen cualquier cura o prueba diagnóstica que pudiera necesitar estando o no en condiciones de solicitarla; ante sus requerimientos me comprometo a abandonar la prueba si ellos lo estiman necesario para mi salud.

9. Que, antes o durante la prueba, no consumiré sustancias prohibidas, consideradas como dopping por las federaciones de atletismo y montaña.

10. Que autorizo a la Organización de la prueba a utilizar cualquier fotografía, filmación o grabación que tome siempre que esté exclusivamente relacionada con mi participación en este evento.

11. Que mi dorsal es personal e intransferible por lo que no podrá llevarlo otro participante o persona alguna en mi lugar.