

# **TRAIL**

---

## **VALLE DE TENA**

### **REGLAMENTO**

**VII TRAIL VALLE DE TENA**  
**2 - 4 de Septiembre de 2022**

**[www.trailvalledetena.com](http://www.trailvalledetena.com)**

# REGLAMENTO

*La participación en el Trail VALLE DE TENA® conlleva la aceptación sin reserva del presente reglamento y de la ética de la prueba.*

## 1. CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

Para participar es indispensable:

- Ser plenamente consciente de la longitud, del desnivel y del tipo de terreno por el cual se desarrolla la prueba. Consecuentemente, estar preparado física y psíquicamente para poder afrontarla.
- Tener experiencia real en montaña que nos permita administrar los problemas inducidos por este tipo de pruebas.
- Saber afrontar sin ayuda exterior condiciones climáticas adversas debido a la altitud, noche, viento, frío, niebla, lluvia o nieve.
- Saber gestionar, aunque se esté aislado, los problemas físicos o mentales que se desprenden de un gran cansancio, los problemas digestivos, los dolores musculares o articulares, las pequeñas heridas, etcétera.
- Admitir que el pago de la inscripción no es un contrato, sirve para sufragar los gastos que genera la participación en la prueba.
- Ser plenamente consciente que el papel de la organización no es el de ayudar a un participante para administrar sus problemas, y por tanto, se desprende que de tal actividad en montaña la seguridad depende de la capacidad del participante a adaptarse a los problemas encontrados o previsibles.

Estas pruebas están abiertas a toda persona, hombre o mujer, mayor de **18 años**, **excepto**:

- Recorrido 8K cuya edad mínima será 21 años.
- Recorrido 1K en la que podrán participar menores entre 15 y 18 años, aportando debidamente firmada y cumplimentada la autorización paterna que la organización pondrá a disposición de los corredores en el proceso de inscripción.

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que el participante tenga el día 31 de diciembre del año de la competición.

## 2. SEMI – AUTONOMÍA

La semi-autonomía en esta prueba, la hemos definido como la capacidad para ser autónomo entre dos puntos de avituallamiento, tanto en el aspecto alimentario, indumentario y de seguridad, permitiendo sobre todo **adaptarse** a los problemas encontrados o imprevisibles (mal tiempo, problemas físicos, etcétera).

Este principio implica en particular las siguientes reglas:

- Antes de entrar en el recinto de salida se procederá al control del dorsal y del material. A todos los participantes que no cumplan con los requisitos referidos al material obligatorio, se le impedirá la participación en la prueba.
- Cada participante debe tener con él y transportar durante la totalidad de la prueba su material obligatorio (ver MATERIAL OBLIGATORIO). Durante la prueba se podrá comprobar dicho material. El participante tiene la obligación de someterse a este control o controles con cordialidad, so pena de exclusión de la prueba.
- Los Avituallamientos (**AV**) están aprovisionados de bebidas y alimentos a consumir in situ. El participante procurará disponer, a la salida de cada punto de avituallamiento, la cantidad de líquido y de alimentos necesarios para llegar al puesto siguiente.
- La asistencia personal está permitida exclusivamente en las zonas de AV, en las zonas específicamente reservadas a este uso o bajo la apreciación del responsable de un AV. Esta asistencia está permitida a **una sola persona**.
- Está prohibido ser acompañado o asistido por una persona sin dorsal, fuera de las zonas de tolerancia claramente señaladas en los AV (**100 metros**).

### 3. CONDICIONES DE INSCRIPCIÓN

Un certificado médico específico publicado en la web o el que disponga un organismo oficial es requisito indispensable para validar la inscripción (8k /4k) expedido en el año en curso y en vigor para la prueba. En él deberá figurar claramente:

*“ninguna contraindicación médica para la práctica de una actividad física a pie por terreno de alta montaña de larga distancia o ultra resistencia y por tanto, a su participación en dicha prueba”*

El certificado médico deberá datar menos de un año al inicio de la prueba. A falta de recepción del certificado médico 30 días naturales antes del comienzo de la prueba, la inscripción será anulada con un reembolso del 50% del precio de la inscripción (aparte de gastos anexos).

#### 3.1 INSCRIPCIÓN

Inscripciones exclusivamente sobre internet y pago formalizado por plataforma electrónica. Los derechos de inscripción comprenden todos los servicios descritos en el presente reglamento.

Los corredores deberán estar en posesión de la licencia federativa FEDME en vigor, (habilitada o Autónoma) con la modalidad que cubra CxM y cumpla con todos los requisitos que implica participar en Trail Valle de Tena para la cobertura propia del seguro de la licencia.

En caso de no disponer de licencia federativa:

Los participantes que no dispongan de la tarjeta federativa de montaña en vigor estarán obligados a tramitar el seguro que la organización pone a disposición de los participantes para este caso y que se abonará en el momento de la inscripción, junto al importe de ésta, no siendo reembolsable por ningún concepto.

Todos los participantes deberán presentar el original de la licencia federativa y DNI en el proceso de inscripción y este será comprobado por nuestro equipo de inscripciones. En caso de no presentarla, el corredor no podrá tomar la salida.

### 3.2 ANULACIÓN DE UNA INSCRIPCIÓN

**3.2.1** En el momento de formalizar la inscripción se podrá contratar un seguro de anulación de inscripción por importe de 10€

“No habrá derecho a devolución en caso de no haber pagado el seguro de anulación correspondiente.”

**3.2.2** Toda anulación de inscripción debe ser hecha por e-mail. Se puede anular la inscripción y recobrar el 100% del importe siempre y cuando se haya contratado el seguro de anulación y se justifique hasta 30 días antes de la prueba, debido a uno de los acontecimientos siguientes:

- Un accidente, una enfermedad grave o el fallecimiento del participante mismo.
- Una enfermedad grave requiriendo una hospitalización o el fallecimiento de su cónyuge, sus ascendientes o descendientes de primer grado, en los treinta días que precedan a la prueba.
- En caso de accidente o de enfermedad grave del participante, es necesario suministrar un certificado médico firmado y sellado por el médico que testifique la contra-indicación a participar en la prueba. Toda otra causa de anulación debe ser justificada por un certificado firmado, sellado y concedido por la autoridad competente. Toda solicitud de anulación debe enviarse, a no más tardar 10 días naturales de su causa.

**3.2.3** En los demás casos el seguro contratado dará derecho al siguiente criterio de devolución.

FECHA DE ENVÍO	DEVOLUCIÓN
Hasta el 1 de Mayo	100%
Antes del 1 Junio	70%
Después 1 de Junio	50%
30 días naturales antes inicio prueba no habrá devolución	0%

**IMPORTANTE:** No se admiten intercambios o cesiones de dorsal sin la autorización de la organización.

#### 4. MATERIAL OBLIGATORIO

Para participar en las pruebas, hay un material **MÍNIMO** y **OBLIGATORIO**

Es importante saber que se trata de un mínimo vital que cada participante debe adaptar en función de sus propias capacidades. No elegir la ropa “a la ligera” con el fin de ganar algunos gramos, sino tratar de elegir ropa que permita realmente una buena protección en montaña contra el frío, el viento y la nieve, y por tanto una seguridad mayor y de mejores prestaciones.

“No hay que olvidar que circunstancias de toda clase, vinculadas al medio ambiente y a la propia prueba, pueden hacer esperar el socorro mucho más tiempo de lo previsto”.

MATERIAL OBLIGATORIO	8K	4K	2K	1K
	El material señalado en esta lista es OBLIGATORIO llevarlo puesto o transportarlo en la mochila DURANTE TODA LA CARRERA.			
	Según condiciones meteorológicas la organización podrá prescindir de algún elemento del material obligatorio notificándolo previamente, tanto en RRSS y web, como en el briefing previo a la carrera.			
Telefono móvil (guardado nº organización)	X	X	X	X
Frontal	2 frontales	1 frontal	NO	NO
Chaqueta de membrana impermeable y transpirable (Gore-Tex o similar) con capucha de la talla del corredor	X	X	X	Cortavientos
Pantalón largo, malla larga o combinación de prendas cubran totalmente la pierna de la talla del corredor	X	X	NO	NO
Segunda capa de manga larga y de la talla del corredor	X	X	NO	NO
Gorra, bandana o similar	X	X	X	X
Guantes calientes	X	X	X	NO
Cubrepantalón	X	X	NO	NO
Guantes impermeables	X	X	NO	NO
Reserva alimentaria	X	X	X	NO
Recipiente(s) para mínimo 1,5l.	X	X	0,5L	NO
Vaso o recipiente 15cl mínimo (no hay vasos en los avituallamientos)	X	X	X	X
Manta de supervivencia mínimo 140x200 cm)	X	X	NO	NO
Venda elastica adhesiva (mínimo 100 x 6)	X	X	NO	NO
Track de la prueba en reloj o dispositivo electrónico similar	X	X	NO	NO

NO ESTÁ PERMITIDO EL CALZADO MINIMALISTA

#### 4.2 MATERIAL RECOMENDADO

- Bastones.
- Ropa caliente de recambio indispensable en caso de tiempo frío y lluvioso o en caso de ritmo lento.
- Crema solar, vaselina, baterías recambio frontal, GPS o brújula.
- Mapa recorrido (entregado en bolsa del corredor)

#### 5. DORSALES

Para recoger el dorsal y la bolsa del corredor:

- D.N.I
- Tarjeta federativa en caso de no haber contratado el seguro
- **No se aceptarán certificados médicos en la recogida de dorsales**

El dorsal debe llevarse visible permanentemente y en su totalidad durante toda la prueba. Debe ser posicionado por tanto siempre encima de toda ropa o mochila. En ningún caso el nombre y el logotipo de los patrocinadores deben ser modificados ni escondidos.

El dorsal es personal e intransferible y es el pase necesario para acceder a los servicios ofrecidos por la organización.

En caso de retirada de la prueba el dorsal será retirado por un miembro de la organización, previamente firmado por el corredor y le será devuelto en la base de acogida (línea de meta).

#### 5.1 BOLSAS DE VIDA (8K)

Cada participante recibe con su dorsal dos bolsas de vida. Después de haberla llenado con los enseres de su elección y haberlas cerrado, la pueden depositar en la base de acogida y entrega de dorsales. Las bolsas estarán a su disposición en la BASE DE VIDA situada en Balneario de Panticosa (km 27) y en La Sarra (Km 56±).

Recuperación de las bolsas: Las bolsas serán entregadas o bien al participante o bien a cualquier allegado, exclusivamente con la presentación del D.N.I. Las bolsas deberán recuperarse en la base de acogida (línea de meta).

El uso de los bastones se impone durante toda la prueba y no se aceptarán bastones en las bolsas de vida.

**Es recomendable no dejar objetos de valor.**

#### 6. SEGURIDAD Y ASISTENCIA MÉDICA

Habrán Puestos de Control (PC) en diversos puntos del recorrido.

Es obligación por parte de todo participante auxiliar a cualquier herido serio que se encuentre en el recorrido y esté sin ningún tipo de acompañamiento personal.

Igualmente comunicar toda situación de peligro de la siguiente manera:

- presentándose en un (PC) o Avituallamiento (AV)
- solicitando a otro participante que prevenga del socorro.
- llamando a los teléfonos facilitados por la organización. En caso de no poder establecer comunicación con la organización, se podrá llamar al 112 o GREIM de montaña.

Insistimos, no hay que olvidar que circunstancias de toda clase, vinculadas al medio ambiente y a la propia prueba, pueden hacer esperar el socorro mucho más tiempo de lo previsto.

***“La seguridad dependerá entonces de lo que hayamos puesto en la mochila.”***

Todo participante examinado por un médico o socorrista habilitado por la organización está sometido a su autoridad y se compromete a aceptar sus decisiones.

Los socorristas habilitados y médicos oficiales tienen estas capacidades:

- poner fuera de prueba todo participante sin capacidades para continuar la prueba
- prestar ayuda a su conveniencia a los participantes que juzguen en peligro.
- hospitalizar a los participantes cuyo estado de salud lo requiera.

Una enfermería estará abierta en Meta (Panticosa) durante el transcurso de las pruebas. Los participantes que tengan un problema médico severo podrán dirigirse allí.

## **7. PUESTOS DE CONTROL (PC) AVITUALLAMIENTOS (AV)**

Cada participante estará provisto de microchip electrónico fijado en el dorsal. Los participantes que no tengan permanentemente el microchip serán penalizados. Un control de paso será realizado al llegar a todo puesto de control o de avituallamiento. Se colocarán puestos de control **que no serán comunicados** al participante. Sólo los participantes con un dorsal visible y debidamente controlado tienen acceso a los puestos de avituallamiento.

Habrán cuatro tipos de avituallamientos. Su composición estará descrita en un apartado específico dentro de la web: Ligeros, Medios, Sólidos y la Base de Vida.

***Todo participante que sea visto dejando desperdicios sobre el recorrido será penalizado con la descalificación directa de la prueba.***

### **7.1 TIEMPO MÁXIMO AUTORIZADO Y BARRERAS DE CIERRE**

El tiempo máximo de las pruebas y las barreras de cierre estarán descritos y actualizados en una ficha específica en la web, anulando cualquier otra publicación.

Todo participante puesto fuera de la prueba y que quiera continuar deberá entregar el dorsal firmado, y lo hará bajo su propia responsabilidad y en autonomía completa.

El equipo responsable de cierre (escoba), bajo su juicio, tiene potestad para poner fuera de la prueba a todo participante sin capacidad física o psíquica para continuar sin poner en peligro

su salud, la del resto de participantes o miembros de la organización, aunque se esté dentro del tiempo permitido y marcado en la barreras de cierre.

## 7.2 ABANDONO Y RETORNO A LA SALIDA

Salvo herida grave, un participante no puede abandonar en otro sitio que no sea alguno de los siguientes previstos por la organización:

Puntos de Evacuación:

- **Refugio Casa de Piedra ( Balneario de Panticosa)**
- **Aparcamiento de La Sarra**
- **Población de Sallent de Gállego.**

Entonces, deberá comunicarlo inmediatamente a la organización. El dorsal será retirado por un miembro de la organización para ser devuelto en la línea de meta y poder acceder a los servicios prestados por la organización para los corredores.

El regreso a la línea de salida estará en función y condicionado por los vehículos disponibles en los diferentes puntos de evacuación.

Los participantes que abandonan en un PC pero cuyo estado de salud no requiera ser evacuado deberán llegar por sus propios medios al punto indicado por la organización.

En lo que concierne a los PC o socorro accesibles en coche o 4x4:

- en el momento del cierre del puesto, a más tardar, la organización recogerá en la medida de los medios disponibles, a los participantes que han abandonado.
- en caso de condiciones meteorológicas desfavorables justificando la interrupción parcial o total de la prueba, la organización asegura la vuelta de los participantes detenidos en el menor plazo posible.

En caso de abandonar antes de un PC, es imperativo volver al punto de control anterior e indicar su abandono. Una vez allí, esperará las indicaciones del responsable de puesto. En el momento de esta vuelta hacia atrás, si el participante encuentra a los “escoba” o equipo de cierre, estos últimos invalidarán su dorsal y el participante ya no estará bajo el control de la organización, **SI DECIDE** continuar el camino en sentido inverso a estos últimos.

## 8. BALIZAJE

Habrán diferentes medios de señalización:

Cintas de marcaje, banderines y postes indicativos, todos ellos reutilizables y/o biodegradables.

En la medida de lo posible, las marcas estarán distribuidas a una distancia regular. Es obligatorio seguir los recorridos balizados, sin acortar. El efecto “atajar o alcorzar” un

sendero provoca una erosión perjudicial del paraje y está penalizado. Cada participante deberá seguir el recorrido balizado. Todo participante que se aleje voluntariamente del balizado no estará bajo la responsabilidad de la organización.

## 9. COMITÉ DE LA PRUEBA

Se compone: Director de prueba + responsable de seguridad + 1 corredor (elegido al azar entre los diez primeros clasificados)

Los jueces de prueba estarán presentes en el recorrido; juntamente con los responsables de los diferentes puntos de control, de socorro o el equipo de cierre están habilitados para hacer respetar el reglamento y poder aplicar inmediatamente una penalización, según el cuadro siguiente:

### 9.1 PENALIZACIÓN – DESCALIFICACIÓN

FALTAS DE REGLAMENTO	PENALIZACIÓN/ DESCALIFICACIÓN
No realizar el recorrido marcado por la organización, no respetando o no pasando por alguno de los controles establecidos.	Decisión del jurado: penalización/descalificación
Ausencia de material obligatorio de seguridad	Decisión del jurado: penalización/descalificación
Rechazar un control del material obligatorio	Decisión del jurado: penalización/descalificación
No respetar a las personas (organización o participantes)	<b>Descalificación inmediata</b>
No asistir a una persona en dificultades serias	<b>Descalificación inmediata</b>
Asistencia fuera de las zonas autorizadas	Decisión del jurado: penalización/descalificación
Acompañamiento sobre el recorrido fuera de las zonas de tolerancia claramente señaladas cerca de los puestos de avituallamiento	Decisión del jurado: penalización/descalificación

No depositar los desperdicios propios (Envoltorios, papeles...) en los lugares señalados por la organización. <i>Un bastón roto tiene esta consideración</i>	Descalificación inmediata
Atajar campo a través o recortar por el interior de la curvas con el consiguiente impacto erosivo.	Decisión del jurado: penalización/descalificación
Rechazo a obedecer una orden de la dirección de la prueba, de un árbitro de prueba, de un médico, socorrista o voluntario.	Descalificación inmediata
Salida de un puesto de control más allá de la hora límite	Descalificación inmediata

Toda otra falta al reglamento será objeto de una sanción decidida por el Jurado de Prueba.

## 9.2 RECLAMACIONES

Toda reclamación debe ser formulada por escrito, y depositada en el Centro de Control de Panticosa como máximo 2 horas después de la llegada del participante afectado o de la penalización aplicada.

## 10. MODIFICACIONES DEL RECORRIDO, DE LAS BARRERAS HORARIAS Y ANULACIÓN DE LAS PRUEBAS.

La organización se reserva el derecho de aplazar la salida unas horas, modificar el recorrido (a otro alternativo), los emplazamientos de los puestos de socorro y de avituallamiento, sin previo aviso, en caso de condiciones meteorológicas desfavorables o existir un aviso AEMET.

En caso de fuerza mayor, en particular en caso de malas condiciones meteorológicas o alerta AEMET y por razones de seguridad, la organización se reserva el derecho de no dar inicio a la prueba, detener la prueba en curso, modificar las barreras horarias y ejecutar o no recorridos alternativos

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.

## 11. CLASIFICACIONES Y RECOMPENSAS.

### **Categorías de competición:**

Categoría Absoluta: tanto masculina como femenina, a partir de 18 años cumplidos en el año de referencia. (Recorrido 1K a partir de 15 años cumplidos en el año de referencia)

– Subcategoría Veterana A: tanto masculina como femenina, de 40 a 50 años que no cumplan los 51 el año de referencia.

– Subcategoría Veterana B: tanto masculina como femenina, a partir de los 51 años cumplidos el año de referencia.

### **Trofeos y Recompensas:**

- Trofeo recordatorio a los 3 primeros clasificados categorías y sub-categorías (ACUMULATIVOS).
- **Ningún premio en metálico.**

## 12. DERECHOS DE IMAGEN.

Todo participante renuncia expresamente a prevalecerse del derecho de su imagen durante la prueba, renunciando a todo recurso en contra del organizador por la utilización de su imagen. Sólo la organización puede transmitir este derecho a todos los medios de comunicación, vía una acreditación o un permiso adaptado.

## 13. MEDIDAS Y RECOMENDACIONES MEDIOAMBIENTALES

- 1.- Corredores y asistentes colaboraran con la organización de la prueba, realizando el depósito de residuos en el contenedor adecuado conforme a la normativa de recogida selectiva de residuos, y habilitado al efecto.
- 2.- Conveniencia de no utilizar fósforos y cigarrillos, si se utilizan deberán apagarse cuidadosamente, depositando los restos y colillas en los contenedores.
- 3.- Respetar el entorno. No dañar los recursos naturales, geológicos o culturales.
- 4.- Recomendación de uso compartido de vehículo privado o de transporte colectivo previsto por la organización, para el acceso a los lugares de salida.
- 5.- Denunciar cualquier conducta medioambiental negligente de otros corredores.
- 6.- No gritar durante el recorrido. Mantener el silencio.
- 7.- Evitar pisar en el interior de zonas húmedas: charcas, arroyos, turberas, etc.
- 8.- Prohibición de provocar alteraciones sobre las especies de fauna y flora, su captura o molestia intencionada y el daño o recolección de las especies de flora o cualquiera de sus partes (flores, frutos, etc.).

***Cualquier procedimiento omitido en este reglamento  
quedará sujeto al reglamento de competición de  
pruebas por montaña FEDME / FAM***