

REGLAMENTO
IV RUTA SENDERISTA
“EL POCITO” .

”MEMORIAL FRAN PARDO”

CALAMONTE.

- ▶ **ORGANIZA:** ***CA PASITO A PASITO CALAMONTE***
- ▶ **COLABORA:** **CONCEJALÍA DE DEPORTE, POLÍTICA SOCIAL MUJER Y MAYOR**



I. INTRODUCCIÓN.

II. REGLAMENTO.

III. DATOS TÉCNICOS DE LA RUTA

IV. INSCRIPCIONES.

V. COMPORTAMIENTO GENERAL DE LOS SENDERISTAS

VI. AVITUALLAMIENTOS.

VII. MAPA Y PERFIL DE LA IV RUTA SENDERISTA.

I. INTRODUCCIÓN.

El año pasado se celebraba por tercera vez la Ruta Senderista "El Pocito". No podemos estar mas que satisfecho por la tremenda acogida que tuvo, ya que tuvimos que ampliar participantes pues se agotaron los dorsales. Este año también podremos participar en **la IV EDICIÓN de la RUTA SENDERISTA.**

Esta prueba como quien dice está naciendo. Como todo nacimiento nos trae esperanza de que se convierta en una prueba de referencia en el tan apretado calendario deportivo de Extremadura. Del mismo modo estamos poniendo todo nuestro compromiso con la misma para que crezca de la mejor manera posible.

Por otra parte decir que la prueba se realizará el día 26 de Marzo de 2023 a las **10:00 horas**, teniendo su salida y meta en el Pabellón Laura Campos, en la C/ Cervantes. En cuanto a lo deportivo decir cómo novedad éste año, la ruta se podrá hacer **andando** o **corriendo** y que la misma **NO** es competitiva, y la podrán realizar todos aquellos participantes que deseen, hasta un máximo de **300** senderistas.

Esta prueba discurrirá por diferente tipos de terrenos; pistas, trochas, senderos, etc..., del mismo modo también tiene zonas bastantes técnicas, zonas donde se puede andar rápido, subidas interesantes, bajadas repentinas, etc... todos estos condicionantes hacen que esta ruta sea de un atractivo único, además de contar con el aliciente del paisaje por donde pasa y la época del año en la que se celebra. La primavera.

Consiste en una ruta relativamente corta y no con mucho desnivel. Es una prueba abierta al público en general ideal para iniciarse y en la que se requiere una cierta preparación específica, ya que aunque es asequible no olvidemos que estamos ante una prueba de **15 km** de recorrido de subidas y bajadas, y otra más corta de **10 km** más asequible para aquellos que no estén también preparados.

II. REGLAMENTO.

La prueba está sometida al presente reglamento y a las siguientes normas:

Los participantes en esta prueba DEBERAN

- 1.- Realizar el recorrido integro marcado por la organización.
- 2.- No ensuciar y degradar el itinerario (los desperdicios se dejarán en los puntos de avituallamiento)
- 3.- Prestar auxilio a las personas que lo requiera.
- 4.- Respetar las instrucciones de los miembros de la organización.
- 5.- El participante asume su responsabilidad desde que abandona la prueba voluntariamente.
- 6.- Los participantes deben saber desenvolverse en situaciones típicas de montaña y entiende los riesgos que supone, por lo que asume su responsabilidad en la participación. Deberán saber escoger y utilizar la equipación adecuada para el evento(chaquetas corta-viento, impermeable...) teniendo en cuenta la fecha en la que se realiza la prueba, ya que se pueden presentar condiciones meteorológicas adversas.
- 7.- Todo senderista-participante debe conocer y respetar el reglamento de la prueba. La inscripción implica la aceptación del reglamento.
- 8.- Los senderistas entienden los riesgos que supone esta actividad, por lo tanto la organización se exime de la responsabilidad de los accidentes producidos por imprudencias por parte de los participantes que deberán tomar las medidas de precaución oportunas para un evento de estas características.
- 14.- La prueba contará con un seguro que se adquiere cuando se formaliza el pago de la inscripción.

III. DATOS TÉCNICOS DE LA RUTA

MODALIDAD	DISTANCIA	DESNIVEL ACUMULADO
RUTA SENDERISTA	15 KM	285 m

IV. INSCRIPCIONES.

El plazo de inscripciones va desde el 1 de febrero, hasta el jueves antes de la ruta (23 de marzo de 2023), o hasta agotar las 300 inscripciones.

Las inscripciones se podrán hacer presencialmente en la tienda de bicicletas CALAMONTEBIKE, o en MUEBLES DIEGO HERNÁNDEZ. Para aquellos que sean de fuera de la localidad, deberán hacer una transferencia al N° cuenta:

ES28 2100 6074 6801 0022 9661, poniendo en concepto nombre, apellidos y D.N.I.

(En caso de hacer transferencia , es necesario enviar por watsat una foto de la transferencia de los datos antes indicados, al número de tfno 644 27 77 55).

Para cualquier consulta dirigirse al tfno antes indicado o por el email pasitoapasitocalamonte@gmail.com

La cuota incluye:

- Seguro de accidente
- Dos avituallamientos en ruta de agua y fruta.
- Tiket de bebida, paella.
- Mochila diputación.

V. COMPORTAMIENTO GENERAL DE LOS SENDERISTAS

Todo senderista solicitado tiene que prestar socorro a otro participante que esté en peligro o accidentado, estando obligado a comunicarlo al personal de la organización.

Todo senderista deberá realizar el recorrido marcado por la organización, evitando coger otra ruta diferente a la señalizada.

Los participantes, durante el recorrido, deberán seguir en todo momento las instrucciones de los miembros de la organización.

Está PROHIBIDO tirar envoltorios, geles, recipientes o cualquier tipo de deshecho a lo largo del recorrido EXCEPTO en los lugares destinados a ellos.

VI. AVITUALLAMIENTOS.

Se establecen Puntos de Avituallamientos (PA), tanto líquidos como Sólidos en determinados puntos según estime la organización. Los puntos de Avituallamiento estarán colocados en los siguientes puntos kilométricos (PK).

AVITUALLAMIENTO 1: **Km 5**

AVITUALLAMIENTO 2: **Km 11**

VII. MAPA Y PERFIL DE LA IV RUTA SENDERISTA.

