

REGLAMENTO
I TRAIL LA DEHESA
DE BODONAL DE LA
SIERRA



REGLAMENTO CARRERA

I TRAIL LA DEHESA DE BODONAL DE LA SIERRA 15 DE OCTUBRE DE 2023

FECHA Y LUGAR:

La prueba se desarrollará por los términos municipales de Bodonal de la Sierra y Segura de León.

Entre los puntos más interesantes por donde pasará la prueba destacamos el paso por la Dehesa Boyal un paraje extraordinario, la subida al castillo de Segura de León, paso por el Cristo de la Reja y por la Ermita de nuestra señora de Flores.

La prueba se celebrará el Domingo 15 de octubre de 2023, la salida de la prueba será:

- 09:30 h la salida desde la Plaza de España tanto para el Trail largo como para el corto.

RECORRIDO: (2 POSIBLES RECORRIDOS 23 K / 14 K)

El recorrido Largo transcurre por los términos de Bodonal de la Sierra y Segura de León (24 Km) y el recorrido corto (14Km) por el termino de Bodonal de la Sierra.

PERFILES:

I Trail la Dehesa de Bodonal de la Sierra distancia larga 23 Km + 515m.



I Trail la Dehesa de Bodonal de la Sierra distancia corta 14 Km +353m de desnivel.



PARTICIPACIÓN:

Pueden tomar parte en las pruebas todas las personas que lo deseen hasta un máximo de 200 participantes, teniendo en cuenta las 2 distancias de las que constan las pruebas.

- ✓ I Trail la Dehesa de Bodonal de la Sierra distancia larga 23 Km. Mayores de 18 años
- ✓ I Trail la Dehesa de Bodonal de la Sierra distancia corta 14 Km. Mayores de 16 años.

CATEGORÍAS:

✓ Categorías Masculinas:

- Categoría Jóvenes (18-23 años)
- Categoría Senior Masculina (De 24 a 39 años)
- Categoría Veteranos A Masculina (De 40 a 49 años)
- Categoría Veteranos B Masculina (De 50 a 59 años)
- Categoría Veteranos B Masculina (+60 años)
- Local Masculina
- Inclusiva Masculina

✓ Categorías Femeninas:

- Categoría Jóvenes Fémica (18-23 años)
- Categoría Senior Fémica (De 24 a 39 años)
- Categoría Veteranas A Fémica (De 40 a 49 años)
- Categoría Veterana B Fémica (De 50 a 59 años)
- Categoría Veterana B Fémica (+60 años)
- Local Fémica
- Inclusiva Fémica

NOTA: Las categorías que tengan menos de 5 participantes, serán integradas en la inmediatamente superior.

INSCRIPCIONES:

En la web de [Chips Serena](#)

PRECIO:

El precio de la inscripción será de 10€ para ambas distancias.

La cuota incluye:

- ✓ Seguro de Accidentes.
- ✓ Asistencia en carrera
- ✓ Evacuaciones
- ✓ Avituallamientos en carrera
- ✓ Avituallamiento final
- ✓ Bolsa de corredor

SEÑALIZACIÓN:

El recorrido estará debidamente señalizado con cinta de balizamiento bien visibles, con yeso.

CONTROLES:

No van a ser desvelados por la organización y serán consensuados con el juez FEXME.

AVITUALLAMIENTOS Y HORARIOS DE CORTE:

Dichos puntos serán avituallamientos líquidos y avituallamientos líquidos y sólidos con agua, bebida isotónica y fruta.

Avituallamientos I Trail la Dehesa de Bodonal de la Sierra distancias 23 km:

- . Avi1 PK 7 Líquido. Dehesa Boyal.
- . Avi2 PK 17 Líquido y sólido. Segura de León.

Avituallamientos I Trail la Dehesa de Bodonal de la Sierra distancias 14 km:

- . Av1 PK 7 Líquido. Dehesa Boyal.

PREMIOS Y REGALOS A PARTICIPANTES:

Todos los participantes en nuestras pruebas tendrán de regalo una **bolsa del corredor**.

Y los **premios y regalo para los ganadores** son los siguientes:

3 primeros de cada categoría en ambas distancias 23k y 14 k de ambas ediciones del I Trail la Dehesa de Bodonal de la Sierra

A los 3 de la general en masculina y femenina premios.

Para la categoría de inclusión **premio a los 3 primeros/as**

Premio al vencedor corredor local masculino y femenino (se considera local aquellos atletas empadronados en Bodonal).

La organización podrá aumentar o disminuir la cantidad de premios según la participación en el Trail.

TIEMPOS DE PASO (TIEMPO LÍMITE HORARIO DE CORTE):

Serán los siguientes en función de cada prueba:

I Trail La Dehesa de Bodonal de la Sierra 22,8 Km:

Salida 09.30h

Avi 2 Pkm 17. Segura de León: 13.00 h

Meta: 4 horas y 30' (14.30h)

I Trail La Dehesa de Bodonal de la Sierra 14 Km:

Salida 9.30 h

Avi 1 Pkm 7. Paso por la dehesa Boyal: 13.00h

Meta: 4 horas y 30' (14.30h)

En cualquier caso, los responsables de la organización tendrán la potestad para retirar de la prueba a los corredores que no cumplan con las expectativas de los tiempos establecidos para los controles de cronometraje, Así como a cualquiera que haya infringido este reglamento, no haya completado el recorrido marcado, no lleve el dorsal reglamentario de forma bien visible, desatienda las indicaciones de los organizadores ó del Médico de la prueba o mantenga una actitud poco deportiva hacia los demás

corredores. A estos efectos, la organización tiene prevista la participación de corredores escobas que actuarán como cierre de carrera. Todos aquellos participantes que se vean afectados por una decisión de descalificación deberán hacer entrega del dorsal en el puesto de control más cercano y abandonar la prueba atendiendo a las indicaciones de los miembros de la organización.

Igualmente, todos aquellos atletas que deseen retirarse de la competición, podrán realizarlo en cualquiera de los controles de paso entregando el dorsal y comunicándolo al personal.

MATERIAL OBLIGATORIO

I TRAIL LA DEHESA DE BODONAL DE LA SIERRA ambas distancias 23 km y 14 km

Zapatillas específicas de carreras por montaña, con tacos con una suficiente longitud para el agarre en zonas técnicas.

Chaqueta cortaviento impermeable

Gorra, visera o bandana

La organización junto con la Fexme puede variar dicho material en función de las condiciones meteorológicas que se den para la fecha propuesta. Comunicándolo en web, facebook y otros medios el miércoles antes de la prueba.

TIMING DE LA PRUEBA

PARA TODAS LAS DISTANCIAS

Domingo 15 de Octubre 2023:

07:45-09.00h Entrega de Dorsales en la zona de salida Plaza de España.

09.30h Salida del I Trail la Dehesa de Bodonal de la Sierra distancia de 23 Km y 14 Km.

14.00h Comienzo entrega premios por este orden.

14.30h Cierre de Meta.

SERVICIOS A LOS PARTICIPANTES

Además de la contratación de los seguros de Responsabilidad Civil y Accidentes, la organización dispondrá de los siguientes servicios:

- *Asistencia Sanitaria:* La organización contará con ambulancias, además de vehículos de evacuación y un médico.

- *Avituallamiento final*: Todos los atletas que hayan finalizado la prueba tendrán un avituallamiento final y comida elaborada por la organización para todos los participantes.

- *Duchas*: Ubicadas en Pabellón Municipal.

MEDIO AMBIENTE:

La carrera se desarrolla en su parte por parajes naturales de belleza excepcional, por lo que será obligación de todos preservar el entorno estando terminantemente prohibido arrojar desperdicios fuera de las áreas de avituallamiento.

Será motivo de descalificación el incumplimiento de esta norma por parte de los corredores.

SEGURIDAD:

La organización se reserva el derecho de desviar la carrera por un recorrido alternativo y realizar las modificaciones necesarias que considere en función de los diferentes condicionantes, así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas lo obligan o por fuerza mayor. Siempre previo acuerdo del Comité de Carrera.

AUXILIO EN ACCIDENTES:

Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados que necesiten ayuda, así como a informar de cualquier percance en los controles de paso.

COMPORTAMIENTO GENERAL DE LOS COMPETIDORES:

Para el mismo se tendrá en cuenta el reglamento elaborado por la Federación Extremeña de Montaña y Escalada para el Circuito de Carreras de montaña 2022.

PROTOCOLO COVID19

Se cuenta con un reglamento contra el covid19, elaborado por la Federación Extremeña de Montaña y Escalada, de obligado cumplimiento y que se tendrá en cuenta para el desarrollo de la prueba. La no aceptación del mismo causará la descalificación de la

carrera a los deportistas implicados. Se informará del mismo minuciosamente en los diferentes canales de información de la prueba (Facebook, web, correos electrónicos y web de la FEXME)

OTRAS NORMAS IMPORTANTES

-El recorrido estará cortado al tráfico en su totalidad. Los participantes de todos modos actuarán de manera prudente ya que nunca se sabe lo pudiera ocurrir.

-Derechos de imagen, la participación en esta prueba implica ceder los derechos de imagen, la explotación audiovisual, fotográfica y periodística de la competición, para que la organización los utilice como crea preciso en la promoción de este o cualquier evento deportivo que pueda organizar.

-Todos los participantes estarán asegurados y cubiertos con una póliza de responsabilidad civil que cubrirá cualquier incidencia directa en el desarrollo de la prueba siempre que no sea consecuencia de un padecimiento o tara latente, imprudencia, negligencia, inobservación de las leyes y normas del reglamento, etc.

- Si el día de la carrera, por lesión o estado físico se realiza una distancia inferior (nunca superior) y distinta a la inscripción, el participante entrará en el cómputo de la distancia realizada, aunque no coincida con la elegida en principio, este tendrá que comunicarlo a la organización y no se le abonará ningún tipo de diferencia en concepto de inscripción.

ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO:

Todos los participantes por el hecho de formar parte en esta prueba, aceptan el presente reglamento, así como el reglamento FEXME de Carreras por Montaña 2023.