

# VII Marató Penyagolosa Xodos

Xodos (Castelló), sábado 4 de mayo de 2024

## **REGLAMENTO DE LA PRUEBA**

La Marató Penyagolosa Xodos es una carrera por montaña que está regulada por el presente reglamento. El objetivo de la Marató Penyagolosa Xodos es fomentar la práctica del deporte de las carreras por montaña en un entorno de respeto por el medio y dentro de los valores de compañerismo y deportividad que debe regir la práctica de esta modalidad deportiva.

Se trata de un evento deportivo compuesto por dos carreras por montaña, con salida y llegada en Xodos, en el corazón del Parc Natural de Penyagolosa. Las competiciones discurren a través de antiquísimos senderos locales, recuperados por el CIM Penyagolosa Xodos, del cual toma el nombre la competición, y por pistas forestales del término municipal de Xodos, uno de los más montañosos de la provincia, en el cual se sitúa la cumbre de Penyagolosa.

### **Artículo 1. Organización**

La prueba está organizada por el club CIM Penyagolosa Xodos en colaboración con el Ayuntamiento de Xodos y la Diputación de Castellón.

### **Artículo 2. Descripción**

La prueba se celebrará el sábado 4 de mayo de 2024; se compone de dos carreras independientes: la Marató Penyagolosa Xodos (42K) y la Pujada al Marinet (15K).

La Marató Penyagolosa Xodos (42K) es una carrera por montaña de 42.200 metros y 4.734 metros de desnivel acumulado (2.367 metros D+ / 2.367 metros D-) que transcurre mayoritariamente por sendas y caminos forestales. Es un recorrido de dificultad media-alta.

La Pujada al Marinet (15K) es una carrera por montaña de 15.200 metros y 1.600 metros de desnivel acumulado (800 metros D+ / 800 metros D-) que transcurre mayoritariamente por sendas y caminos forestales. Es un recorrido de dificultad media.

### **Artículo 3. Condiciones**

La edad mínima para participar en la Marató Penyagolosa Xodos (42K) se establece en los dieciocho años, cumplidos durante el año 2024. Todos los participantes correrán bajo su propia responsabilidad, realizando toda o parte de la prueba. Así, la organización no se hace responsable de los accidentes o daños que puedan recibir o producir los participantes; no obstante la organización dispondrá de un seguro de responsabilidad civil y de accidentes para los participantes no federados en montaña.

La edad mínima de participación en la Pujada al Marinet (15K) se fija en los quince años, cumplidos durante el año 2024, siempre con el permiso firmado de quien disponga la tutoría legal en el caso de menores de edad. Este documento se facilitará en el momento de la inscripción.

En caso de retirada de la prueba, se deberá comunicar obligatoriamente al personal de organización. Si la misma fuera debida a lesión o cualquier otro impedimento para regresar por los propios medios hasta la zona de meta, se pedirá ayuda a la organización para que gestione el rescate.

El circuito puede no estar cerrado al tráfico, por lo que es responsabilidad de cada participante velar por su seguridad extremando las precauciones. En los puntos conflictivos, habrá personal de la organización velando por la seguridad de los participantes que estarán obligados a cumplir las

normas de circulación vial, siendo los corredores responsables de cuantas infracciones pudiesen cometer.

Los participantes, por el hecho de inscribirse de manera libre y voluntaria a la Marató Penyagolosa Xodos, en cualquiera de sus modalidades, declaran conocer y aceptar el presente reglamento. Asimismo, cada participante declara conocer que se trata de una prueba deportiva de cierta exigencia física y manifiesta encontrarse en una adecuada forma, física y mental, que le permite afrontar dicho esfuerzo, asumiendo el riesgo de esta práctica deportiva.

En concreto, en el momento de la inscripción el participante declara que “me encuentro en adecuado estado de salud para participar en las pruebas de la Marató Penyagolosa Xodos, eximiendo de toda responsabilidad a la organización, patrocinadores u otras instituciones participantes en el evento ante cualquier accidente o lesión que pudiera sufrir antes, durante y/o después del evento deportivo, renunciando desde este momento a ejercer acción legal en contra de cualquiera de dichas entidades. Autorizo además a que la organización haga uso de fotos, vídeos y nombre en la clasificación de la prueba, en los medios de comunicación y/o Internet, sin esperar pago, compensación o retribución por este concepto”.

#### **Artículo 4. Inscripciones a la prueba**

Se establece un periodo de inscripciones a la prueba de acuerdo con la siguiente tabla:

Oferta inicial 22, 23 y 24 de diciembre de 2023	Promoción de apertura 25/12/23 – 31/01/24	Inscripción general 1/02/24 – 21/04/24	Tramo final 22/04/24 al 1/5/24
<b>35 €</b>	<b>42 €</b>	<b>52 €</b>	<b>52 €</b> <b>sin camiseta</b>
<b>15 €</b>	<b>19 €</b>	<b>23 €</b>	<b>23 €</b> <b>sin camiseta</b>

En el tramo final, no puede garantizarse la prenda técnica en el momento de la recogida del dorsal; si deseas una camiseta, contacta con la organización para adquirir una.

La gestión de las inscripciones podrá realizarse a través de la web [www.runatica.com](http://www.runatica.com).

Se establece un límite de participantes fijado en 300 corredores en la Marató Penyagolosa Xodos (42K) y de 200 en la Pujada al Marinet (15K). Alcanzado dicho límite, se cerrará el proceso de inscripción a la prueba.

En caso de decidir anular la inscripción, siempre por causa justificada, el participante deberá realizar la comunicación mediante correo electrónico a [info@runatica.com](mailto:info@runatica.com) solicitando la anulación de la inscripción y adjuntando el justificante de la causa que motiva la solicitud, procediendo la organización en tal caso a devolver un porcentaje de la inscripción en función de la fecha de comunicación.

- Si la comunicación se produce antes del 7 de abril de 2024, se devolverá el importe de la inscripción. Los gastos de gestión bancaria de la devolución correrán a cargo del participante.

- Si la comunicación se produce entre el 8 de abril y el 21 de abril, se devolverá el 70% de la inscripción. Los gastos de gestión bancaria de la devolución correrán a cargo del participante.
- Para comunicaciones posteriores al 21 de abril, no se devolverá ningún importe.

La inscripción da derecho, además, a recibir la bolsa del corredor. De igual manera, dará derecho a servicio de guardarropía y duchas, cronometraje, seguro de accidentes y a los avituallamientos durante la carrera y al llegar a meta.

### **Artículo 5. Señalización de la prueba**

Todo el recorrido de ambas modalidades estará balizado con materiales específicos y señalado en los puntos conflictivos. Además, el recorrido contará con carteles indicando los puntos kilométricos cada 5 km en la Pujada al Marinet (15K) y cada 10 en la Marató Penyagolosa Xodos (42K). El material de señalización será retirado por la organización el mismo día de la prueba.

### **Artículo 6. Meteorología**

El mal tiempo no será motivo de suspensión de la prueba. La organización se reserva el derecho a suspender o a modificar el recorrido si existiese algún problema de seguridad para los participantes.

### **Artículo 7. Servicio médico y aspectos de seguridad**

Durante la carrera se dispondrá de ambulancia medicalizada con soporte vital y con el pertinente servicio médico. De la misma manera, la organización dispondrá de vehículos para acudir, si fuera necesario, a algún punto del recorrido o sus cercanías.

La organización dispondrá de servicio de *escoba* que irán cerrando la carrera tras el último de los corredores, siempre dentro del horario de las pruebas. Además, la organización dispondrá de personal para orientar y ayudar a los participantes en todos aquellos puntos que considere que pueden resultar conflictivos.

### **Artículo 8. Avituallamientos**

Para cumplir el objetivo de respeto al medio en el que transcurre la prueba, en los avituallamientos no se dispondrán vasos para el avituallamiento líquido, por lo que será obligatorio llevar consigo un recipiente reutilizable.

Además, se dispondrá de dos puntos de recogida de residuos, uno para orgánico y otro para envases. Fuera de los avituallamientos, se prohíbe depositar basuras y recibir ayuda externa, salvo la asistencia sanitaria o auxilio.

El avituallamiento sólido podrá consistir en membrillo, frutos secos, rosquilletas y frutas, según la disponibilidad del mercado. El avituallamiento líquido consistirá en agua, bebida isotónica y de cola.

Para la Marató Penyagolosa Xodos (42K), se establecen siete puntos de avituallamiento a lo largo del recorrido que se distribuirán según la tabla adjunta. Además de éstos, en la zona de meta habrá una zona de avituallamiento que incluirá almuerzo para los corredores.

### **Avituallamientos de la Marató Penyagolosa Xodos (42K)**

<b>Nombre</b>	<b>Punto kilométrico</b>	<b>Tipo de avituallamiento</b>
La Lloma Bernat	7,8	Sólido y líquido
Les Roques Llises	15,7	Sólido y líquido
El Mas de Montoliu	19	Sólido y líquido
El Mas del Sord	23,6	Sólido y líquido
El Mas de Vela	27,3	Sólido y líquido
El Molí	32,7	Sólido y líquido
La Pista del Mas de la Solana	37,4	Líquido

En cuanto a la Pujada al Marinet (15K), se establecen tres puntos de avituallamiento a lo largo del recorrido que se distribuirán según la tabla adjunta. Además de éstos, en la zona de meta habrá una zona de avituallamiento que incluirá almuerzo para los corredores.

### **Avituallamientos de la Pujada al Marinet (15K)**

<b>Nombre</b>	<b>Punto kilométrico</b>	<b>Tipo de avituallamiento</b>
El Mas del Sord	4,1	Líquido
El Mas de Vela	8,25	Sólido y líquido
La Pista del Mas de la Solana	11	Líquido

### **Artículo 9. Tiempos de paso**

Para la Marató Penyagolosa Xodos (42K), se establece un tiempo máximo para completar el recorrido de nueve horas. La salida será a las 8.00 h, por ello la meta de esta modalidad se cerrará a las 17.00 horas.

En cuanto a la Pujada al Marinet (15K), se establece un tiempo máximo de cinco horas. La salida será a las 8.30 h; así, la meta de esta modalidad se cerrará a las 13.30 horas.

### **Artículo 10. Régimen Disciplinario**

Uno de los objetivos del evento es fomentar la práctica de las carreras por montaña en un entorno de respeto por el medio y dentro de los valores de compañerismo y deportividad.

Será motivo de descalificación:

- Abandonar residuos fuera de los recipientes habilitados en los avituallamientos.
- Denegar auxilio a cualquier participante que lo necesite.
- Desobedecer las instrucciones y/o indicaciones del personal de la organización.
- No llevar el dorsal en un lugar visible.
- Provocar de manera voluntaria un accidente.
- No superar los controles de paso en el tiempo establecido.
- No realizar el circuito completo y/o acortar por sendas o caminos no balizados.

- No portar el material obligatorio fijado por la organización.

Será motivo de penalización:

- Recibir ayuda externa, exceptuando la sanitaria o de auxilio, fuera de los avituallamientos.
- Cualquier comportamiento considerado como no deportivo, irrespetuoso con el resto de corredores, miembros de la organización o medio ambiente.
- El abandono de la prueba sin comunicarlo a la organización provocará la imposibilidad de participar en futuras ediciones de la prueba.

### Artículo 11. Material obligatorio y/o aconsejado

La organización establece como material obligatorio y/o aconsejado el que se indica en la tabla adjunta, en función de la modalidad escogida.

En cuanto a los bastones, se autoriza su uso, teniendo en cuenta que deberá realizarse en condiciones que no supongan un riesgo para el resto de participantes.

Material	Marató (42K)	Pujada (15K)
Reserva de agua	Obligatorio, al menos ½ litro	Recipiente obligatorio
Manta térmica	Obligatoria	Aconsejada
Silbato	Obligatorio	Aconsejado
Teléfono móvil	Obligatorio	Aconsejado
Cortavientos	Aconsejado, obligatorio en caso de mal tiempo	Aconsejado, obligatorio en caso de mal tiempo
Chubasquero	Aconsejado, obligatorio en caso de previsión de lluvia	Obligatorio en caso de previsión de lluvia
Prenda de cabeza	Aconsejada	Aconsejada
GPS con track	Aconsejado	Aconsejado

Se recuerda que en los avituallamientos no habrá vasos y no se permitirá beber directamente de los recipientes de la organización. Además, la organización se reserva el derecho a cambiar el material obligatorio según la previsión meteorológica.

### Artículo 12. Ecorresponsabilidad

El itinerario de la Marató Penyagolosa Xodos transcurre por parajes de alto valor ecológico. Por ello se deben respetar las pautas de comportamiento habituales en los espacios protegidos: no dejar residuos, no encender fuego, no producir ruidos que molesten a la fauna, ni salirse del recorrido señalizado.

Se trata de no dejar rastro de nuestra actividad, por lo que además de estas pautas de comportamiento, la organización reducirá el uso de plásticos tanto como sea posible. Asimismo, la organización utilizará, en la medida de lo posible, material reutilizable o reciclable. Por todo ello, tal y como se indica en apartados anteriores de este reglamento, no se servirá líquido en vasos y cada participante deberá llevar su propio recipiente.

Xodos se encuentra en una de las puertas del Parc Natural de Penyagolosa, ligado históricamente a la comarca de l'Alcalatén. La filosofía del CIM Penyagolosa Xodos, responde al total respeto al entorno, tanto en su aspecto natural, como de sus habitantes. Precisamente, es la necesidad de la conservación y mejora de nuestro entorno, la que nos mueve a la realización de las actividades de montaña. El itinerario de las pruebas respeta los caminos y las sendas existentes.

Los corredores deben proteger y respetar el entorno natural en que se celebran las carreras, especialmente en cuanto a señalización, papeleras, limpieza del recorrido, zonas señalizadas por su fácil degradación o por cualquier otro motivo, etc. La Marató Penyagolosa Xodos, es una carrera en régimen de semi-autosuficiencia, entendida como la capacidad de los corredores para ser autónomos entre dos puntos de avituallamiento, tanto en la alimentación e hidratación como en la indumentaria y la seguridad, para poder adaptarse a los problemas encontrados o imprevisibles (mal tiempo, problemas físicos, etc.). Es obligación de los competidores llevar sus desperdicios, envases, papeles, etc., hasta la meta o los lugares señalados por la organización.

Cualquier elemento propio deteriorado, usado en la competición (bastones, mochilas, cinturones, etc.), se puede entregar en un control para ser retirado. Los corredores que no los depositen en una zona habilitada, serán descalificados. Todos los corredores deben realizar el recorrido marcado por la organización; no respetarlo o no pasar por alguno de los controles establecidos será causa de penalización o descalificación. Queda expresamente prohibido atajar por terrenos no balizados.

Se prohíbe el dopaje o uso de sustancias, grupos farmacológicos y métodos destinados a aumentar artificialmente las capacidades físicas de los deportistas, siendo de aplicación la Ley Orgánica 3/2013, de 20 de junio de Protección de la salud del deportista y de lucha contra el dopaje en la actividad deportiva, su reglamento y demás disposiciones federativas. Esta norma es básica y no respetarla comporta la descalificación, además de las consecuencias legales derivadas del hecho.

### **Artículo 13. Categorías y premios**

Para determinar las categorías se cuentan los años cumplidos a fecha de 31 de diciembre de 2024.

#### **Marató Penyagolosa Xodos (42K)**

La edad mínima para participar en la prueba de 42 km es de 18 años ya cumplidos. La organización entregará trofeos a los tres primeros clasificados, masculinos y femeninos, de la Marató (42K); estos premios son acumulables a los de cada categoría. Se entregará trofeo a los tres primeros clasificados en las siguientes subcategorías, masculina y femenina.

- Senior: entre 18 y 40 años
- Veteranos: entre 41 y 59 años
- Máster 60+: a partir de 60 años
- Mejor club (mínimo 4 corredores). Para ello se sumará el tiempo de los mejores cuatro corredores, dentro de los cuales deberá haber, al menos, un componente masculino y otro femenino.

## **Pujada al Marinet (15K)**

La edad mínima para participar en la prueba de 15 km es de 15 años ya cumplidos, siempre con el permiso citado en el artículo 3. Para determinar las categorías, también se cuentan los años cumplidos a fecha de 31 de diciembre de 2024. En la Pujada, la organización entregará premios a los tres primeros clasificados, masculinos y femeninos, absolutos. También se establecen las siguientes categorías:

- Júnior: entre 15 y 18 años
- Senior: entre 19 y 40 años
- Veteranos: entre 41 y 59 años
- Máster 60+: a partir de 60 años

## **Club más numeroso**

Recibirá un trofeo el club más numeroso: se tendrá en cuenta la suma de los corredores que completen tanto la Marató (42K) como la Pujada (15K).

## **Artículo 14. Programa**

El viernes, 3 de mayo de 2024, a partir de las 18.00 hasta las 20.30 horas, se entregaran dorsales y bolsa del corredor en Xodos (al final del carrer del Calvari, en el local de fiestas). Allí se hará público el horario de actividades. Además, se comunicará a través de las redes sociales. Los horarios pueden retrasarse en función de las circunstancias del momento.

## **Artículo 15. Protección de datos**

De acuerdo con el reglamento europeo de protección de datos “GDPR”, 2016/679, de entrada en vigor el 25 de mayo de 2016, los datos de los participantes recogidos en el formulario de inscripción serán incluidos en unos ficheros automatizados cuya titularidad corresponde a los organizadores de la Marató Penyagolosa Xodos. Los datos serán utilizados para la gestión de la prueba, con fines informativos y publicitarios. Los interesados podrán ejercer los correspondientes derechos de acceso, rectificación, cancelación, oposición y supresión mediante una comunicación electrónica dirigida a [info@runatica.com](mailto:info@runatica.com)

## **Artículo 16. Reclamaciones**

Las reclamaciones formales deberán ser realizadas por escrito ante el juez árbitro designado por la organización, no más tarde de treinta minutos después de comunicarse oficialmente los resultados. La decisión del juez árbitro será inapelable.

Xodos, 18 de diciembre de 2023