

# **VI Manzanera Trail Run**

**Manzanera (Teruel), 26 de mayo de 2024**

## **REGLAMENTO DE LA PRUEBA**

La IV Trail Run Manzanera es una carrera por montaña que está regulada por el presente Reglamento, basado en el reglamento FAM de Carreras por Montaña. Para lo no dispuesto en este texto se regirá por la normativa vigente de la FAM y, en su defecto, de la FEDME.

El objetivo de la VI Trail Run Manzanera es fomentar la práctica federada del deporte de la Carrera 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.

La VI Trail Run Manzanera es prueba oficial del Circuito de Carreras Populares de la Comarca de Gúdar-Javalambre en su modalidad de montaña, larga y corta.

### **Artículo 1. Organización**

La organización de la VI Manzanera Trail Run corre a cargo del Ayuntamiento de Manzanera con el asesoramiento técnico del Servicio de Deportes de la Comarca de Gúdar-Javalambre.

### **Artículo 2. Descripción**

La modalidad larga es una carrera por montaña de 20,9 kilómetros de recorrido con 1720 metros de desnivel acumulado (860 D+/860 D-) que transcurre en su mayoría por sendas y monte abierto. El coeficiente de Circuito es de 30.

La modalidad corta es una carrera por montaña de 11,3 kilómetros de recorrido y 8940 metros de desnivel acumulado (470 D+/470 D-) que transcurre en su mayoría por sendas y monte abierto. El coeficiente de Circuito es de 16.

### **Artículo 3. Condiciones**

La edad mínima para participar en la VI Manzanera Trail Run se establece en los dieciocho años, cumplidos durante el año 2024, es decir, nacidos en el año 2006 o con anterioridad. No obstante, todo aquel menor de edad que quiera participar en la prueba deberá hacerlo previa autorización por escrito de tutor legal del menor, debiendo utilizar para ello el impreso oficial que aparece al final de este Reglamento como Anexo 1.

En cuanto a la modalidad corta podrán participar corredores que como mínimo cumplan en el año 2024 los quince años, es decir, nacidos en 2009 o con anterioridad. También en este caso los menores de edad que cumplan el requisito anteriormente reseñado lo harán previa autorización escrita del tutor legal utilizando para ello el citado modelo reseñado en el Anexo 1 de este Reglamento.

Todos los participantes correrán bajo su propia responsabilidad, realizando la totalidad o parte de la prueba. La organización no se hace, por tanto, 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 todos los participantes.

En caso de retirada de la prueba se deberá avisar al personal de organización. Si la misma fuera debido 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 no estará cerrado al tráfico por lo que es responsabilidad de cada participante velar por su seguridad extremando las precauciones si bien en los puntos conflictivos, de manera particular en los

cruces con carreteras, existirá personal de la organización velando por la seguridad de los participantes. Todo participante estará obligado a cumplir las normas de circulación vial, siendo responsable de cuantas infracciones pudiesen cometer.

Cualquier participante, con el hecho de inscribirse de manera libre y voluntaria a la VI Manzanera Trail Run, declara conocer y aceptar el presente Reglamento. Asimismo declara conocer que se trata de una prueba deportiva de alta exigencia física y manifiesta encontrarse 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 la VI Manzanera Trail Run, 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 que se abrirá el próximo 15 de enero a las 10.00 horas y se cerrará el jueves 16 de junio a las 12.00 horas. Así, al margen de promociones especiales, se establece una cuota de inscripción general de 19€ para la carrera larga. Para la modalidad corta se establece una cuota de inscripción de 16€. No obstante lo dicho se establece los siguientes tramos de inscripción:

 <b>Tabla Precio Inscripciones IV Manzanera Trail Run</b>			
<b>Modalidad</b>	<b>Tramo Promo 15/01/22 al 28/02/22</b>	<b>Tramo General 01/03/22 al 05/06/22</b>	<b>Tramo Final <sup>(1)</sup> 06/06/22 al 16/06/22</b>
<b>Montaña Larga</b>	<b>16 €</b>	<b>19 €</b>	<b>23 €</b>
<b>Montaña Corta</b>	<b>14 €</b>	<b>17 €</b>	<b>20 €</b>
<b>Carreras Infantiles</b>	<b>0 €</b>	<b>0 €</b>	<b>3 €</b>

(1) No se garantiza prenda de la Bolsa del Corredor

- Del 15 de enero al 28 de febrero de 2024; se establece una cuota corta de 16€ en el caso de la modalidad larga y de 14€ en el caso de la corta. Para el caso de las carreras infantiles la inscripción será gratuita.
- Del 1 de marzo al 5 de junio de 2024: se establece una cuota general de 19€ en el caso de la modalidad larga y de 17€ en el caso de la corta. Para el caso de las carreras infantiles la inscripción será gratuita.
- Del 6 al 16 de junio de 2024: se establece una cuota gravada de 23€ modalidad larga y de 20€ en el caso de la corta. Para el caso de las carreras infantiles la cuota de inscripción será de 3€. Los inscritos en este último periodo no tendrán garantizados los detalles de la Bolsa del Corredor y únicamente recibirán los mismos en caso de disponibilidad.
- Las inscripciones el mismo día de la prueba, en caso de autorizarse, tendrán un precio de 25€ en el caso de la modalidad larga, 22€ para la modalidad corta y 5€ para las carreras infantiles. Los

inscritos el día de la prueba no tendrán garantizados los detalles de la Bolsa del Corredor y únicamente recibirán los mismos en caso de disponibilidad.

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 modalidad larga y de 300 en la modalidad corta. Alcanzado dicho límite se cerrará automáticamente el proceso de inscripción a la prueba. Bajo ningún concepto se admitirán inscripciones fuera de plazo ni, por supuesto, el mismo día de la prueba. Para el caso de las carreras infantiles el límite de inscritos se fija en los 200 corredores.

#### **Política de devoluciones**

Una vez formalizada la inscripción la organización no devolverá importe alguno de la misma si el participante deseara anularla después del 5 de junio de 2022. En caso de decidir anularla antes de esa fecha límite deberá realizar la comunicación rellenando el formulario que aparece en la dirección <https://www.runatica.com/contacto> solicitando la anulación de la inscripción, procediendo la organización en tal caso a devolver el 70% del importe de la inscripción.

La inscripción dará derecho, además, a recibir la bolsa del corredor en la que, aparte de la prenda técnica oficial de la prueba, habrá cuantos detalles se puedan conseguir hasta el día de la carrera (para los corredores inscritos con posterioridad al 5 de junio, la entrega de estos detalles estará sujeta a disponibilidad). De igual manera dará derecho a los avituallamientos durante la carrera y al llegar a meta, seguro de responsabilidad civil y accidentes y duchas.

En caso de que la carrera tenga que aplazarse o suspenderse por causas ajenas al corredor la organización de la IV Manzanera trail Run se compromete a reservar el dorsal de la prueba para la nueva fecha en que se fije su celebración o, en caso de así solicitarlo el corredor, a la devolución íntegra de la cuota de inscripción.

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

Todo el recorrido de ambas modalidades estará balizado con cintas naranjas de tejido natural y reutilizable, yeso, puntos kilométricos cada kilómetro y flechas reutilizables. Asimismo los puntos especialmente conflictivos estarán señalizados con material reutilizable. En algún punto de especial interés se podrá utilizar cinta roja de balizar de forma continua. Toda esta señalización se verá reforzada por la señalización permanente que tiene el recorrido.

Todo el material de señalización temporal será retirado por la organización el mismo día de la prueba que establecerá un equipo escoba y otro de recogida de residuos.

#### **Artículo 6. Meteorología**

El mal tiempo no será motivo de suspensión de la prueba si bien la organización se reserva el derecho a suspenderla 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 ambulancias medicalizadas con Soporte Vital y con el pertinente servicio médico. De la misma manera la organización dispondrá vehículos para acudir si fuera necesario a algún punto del recorrido.

Al mismo tiempo la organización dispondrá de personal (corredores escoba) que irá cerrando la carrera tras el último de los corredores. Además la organización colocará personal para orientar y ayudar a los participantes en todos aquellos puntos que considere que pueden resultar conflictivos.


#### Artículo 8. Avituallamientos

Dentro del objetivo de respeto al medio en el que transcurre la prueba, en los avituallamientos se evitará entregar a los corredores alimentos, sólidos o líquidos, con envoltorio inorgánico o envases no desechables. Igualmente no se dispondrán vasos para el avituallamiento líquido por lo que será obligatorio llevar consigo mismo recipiente no desechable. Pese a ello en cada avituallamiento se dispondrá de dos puntos de recogida de residuos, uno para material orgánico y otro para inorgánico. Fuera del punto de avituallamiento no existirá ningún punto para depositar basura por lo que este punto se convierte en inicio y fin del mismo.

Fuera de los avituallamientos se prohíbe recibir ayuda externa, sea o no de un corredor, salvo, claro está, la asistencia sanitaria o auxilio.

Se establecen cuatro puntos de avituallamiento a lo largo del recorrido, según la tabla que aparece al final este artículo en la que se detalla punto kilométrico, tipo y composición de cada uno de ellos. Además de estos, en la zona de meta existirá un último punto de avituallamiento que incluirá almuerzo para los corredores.

En la carrera corta serán tres los puntos de avituallamiento (kilómetros 5,7 y 9), coincidentes respectivamente con el 1, 2 y 4 de la carrera larga. Además de estos, en la zona de meta existirá un último punto de avituallamiento que incluirá almuerzo para los corredores.

 <b>AVITUALLAMIENTOS IV Manzanera Trail Run</b>					
AVITUALLAMIENTO	KM Larga	KM Corta	TIPO		COMPOSICIÓN
<b>SIMA DEL PAUL</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>SÓLIDO/LÍQUIDO</b>		<b>AGUA, ISOTÓNICA</b>
<b>EL COBEZO</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>SÓLIDO/LÍQUIDO</b>		<b>AGUA, ISOTÓNICA, COLA</b>
<b>COCIOLES</b>	<b>15</b>		<b>SÓLIDO/LÍQUIDO</b>		<b>AGUA, ISOTÓNICA, COLA</b>
<b>MES DE MORÓN</b>	<b>17</b>	<b>9</b>	<b>LÍQUIDO</b>		<b>AGUA, ISOTÓNICA, COLA</b>
<b>META</b>	<b>20,9</b>	<b>10,8</b>	<b>SÓLIDO/LÍQUIDO</b>		<b>AGUA, ISOTÓNICA, COLA, CERVEZA</b>
					<b>FRUTA VARIADA, FRUTOS SECOS, ALMUERZO</b>

#### Artículo 9. Tiempos de paso

Se establece un tiempo máximo de cinco horas para realizar el recorrido de la modalidad larga, cerrándose la meta para ambas distancias a las 13.30 horas. Todo aquel corredor que no haya traspasado la línea de meta superada esta hora será considerado como abandonado a efectos de clasificación. Además se establece un punto de corte para los corredores de la carrera larga en el tercer avituallamiento (Barranco de los Cocioles) que se cerrará a las 12.45 horas.

Cualquier corredor que supere ese tiempo límite será descalificado y deberá entregar el dorsal a la organización, la cual dispondrá de un sistema para llevar a dichos corredores hasta la línea de meta. Cualquier corredor que, pese a estar descalificado, siga adelante con el recorrido lo hará bajo su entera y única responsabilidad considerándose a todos los efectos como corredor fuera de carrera.

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

Como se ha dicho en la introducción de este reglamento uno de los objetos del evento es fomentar la práctica federada del deporte de la Carrera 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. Por ello la organización quiere incidir de manera muy especial en que se respeten esos valores que se presuponen al practicante de esta disciplina. Por ello, será motivo de descalificación:

- Destruir alguna de las señalizaciones del itinerario.
- Utilizar cualquier tipo de vehículo o material no permitido.
- Participar con un dorsal asignado a otro participante o no autorizado por la Organización.
- Participar, sin comunicarlo a la organización antes de la salida, en una modalidad distinta a la que se encuentra inscrito.
- Realizar la inscripción con datos alterados.
- Abandonar cualquier tipo de residuo o basura en el recorrido.
- Recibir ayuda externa fuera de los puntos de avituallamiento establecidos por la organización, incluyendo en este punto el acompañamiento por parte de alguna persona no inscrita.
- No prestar auxilio en caso de necesidad a otro participante.
- Provocar, de manera voluntaria, un accidente.
- Desobedecer las instrucciones e indicaciones del personal identificado como de la organización.
- La falta de cumplimiento en el material obligatorio, especialmente en aquel que se estableciese para prevenir la Covid19.

De igual manera, será motivo de penalización:

- Atajar o salirse del itinerario señalado por la organización de manera involuntaria. En caso de probarse la voluntariedad de este hecho se procederá a la descalificación del corredor implicado (el tiempo que la organización considere que el corredor ha ganado con un mínimo de 10 minutos).
- La desconsideración o falta de respeto hacia el resto de corredores o cualquier persona miembro de la organización (30 minutos). En caso de reincidencia en este comportamiento la organización podrá decidir la descalificación del corredor o corredora implicado.
- No llevar el dorsal bien visible (10 minutos).
- 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**

Se establece como obligatorio un sistema de hidratación consistente en un recipiente (botellín, vaso, camel,...) no desechable. Al margen de ello, y en función de las condiciones meteorológicas previstas para el día de la prueba, la organización propondrá unos días antes el material aconsejado. Tened en cuenta

que la organización realizará un control aleatorio del material obligatorio antes de la salida de las pruebas y sancionará según el régimen disciplinario recogido en el presente reglamento a todo aquel corredor o corredora que no lleve dicho material obligatorio.

En cuanto a los bastones se autoriza su uso, siempre teniendo en cuenta que su utilización deberá ser en condiciones que no suponga un riesgo para el resto de participantes, y que deberán llevarse desde la salida hasta meta, no pudiéndose dejar ni recoger en ningún punto del recorrido.

Respecto a la posibilidad de tener que establecer medidas de prevención relacionadas con la epidemia de Covid19, la organización podrá establecer nuevo material obligatorio que se comunicaría en los medios oficiales de la prueba así como por correo electrónico enviado a todos los corredores inscritos.

#### **Artículo 12. Ecoresponsabilidad**

El itinerario de la VI Manzanera Trail Run transcurre por parajes de alto valor ecológico. Por ello se deben respetar las pautas de comportamiento habituales en los espacios protegidos, esto es, no dejar residuos, ni encender fuego, no producir ruidos que molesten a la fauna, no salirse del recorrido señalado...

Se trata de no dejar rastro de nuestra actividad por lo que además de estas pautas de comportamiento la organización reducirá al mínimo el uso de plásticos en el monte, tanto en los avituallamientos como en los elementos de señalización. 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.

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

La organización de la VI Manzanera Trail Run establece en la carrera larga una categoría absoluta (M/F) integrada por todos los corredores y corredoras inscritas a la prueba. Además de esta categoría absoluta, se establecen las siguientes subcategorías:

**Categoría Sub 20 M/F; integrada por todos aquellos corredores nacidos entre 2005 y 2006.**

**Categoría Sub 23 M/F; integrada por todos aquellos corredores nacidos entre 2002 y 2004.**

**Categoría Senior M/F; integrada por todos aquellos corredores nacidos entre 1990 y 2001.**

**Categoría Master A M/F; integrada por todos aquellos corredores nacidos entre 1985 y 1989.**

**Categoría Master B M/F; integrada por todos aquellos corredores nacidos entre 1975 y 1984.**

**Categoría Master C M/F; integrada por todos aquellos corredores nacidos en 1974 o con anterioridad.**

La organización entregará trofeos a los tres primeros clasificados, masculinos y femeninos, en categoría absoluta, así como a los tres primeros clasificados, masculinos y femeninos, en el resto de subcategorías. Además de ello entregará los siguientes premios:

**Trofeo y Jamón para el equipo más numeroso; para esta categoría se tendrán en cuenta ambas modalidades, de manera que el equipo más numeroso será aquel en el que más participantes participen en cualquiera de las dos modalidades.**

**Trofeo a los tres mejores corredores, masculinos y femeninos, locales.**

En cuanto a la carrera corta, la organización premiará con trofeo a los tres primeros clasificados de las siguientes categorías:

**Categoría Absoluta M/F ; integrada por todos los corredores y corredoras inscritas a la prueba.**  
**Categoría Sub 18 M/F; integrada por todos aquellos corredores nacidos entre 2007 y 2009.**

La organización entregará trofeos a los tres primeros clasificados, masculinos y femeninos, en categoría absoluta, así como a los tres primeros clasificados, masculinos y femeninos, en el resto de subcategorías. Además de ello entregará los siguientes premios:

**Trofeo a los tres mejores corredores, masculinos y femeninos, locales.**

#### **Artículo 14. Medidas de prevención Covid19**

En relación a la situación derivada por la emergencia sanitaria derivada de la pandemia de Covid19, la organización dispondrá de las medidas de prevención necesarias para que el desarrollo de la prueba se adecúe a la situación de la misma en el momento de la prueba. Dichas medidas, dada la cambiante situación de la pandemia, se anunciarán en los días previos a la disputa de la prueba para adaptarlas a las exigencias de las autoridades sanitarias.

Dichas medidas se anunciarán en los medios de comunicación oficiales de la prueba y del Circuito de Carreras Populares de la Comarca de Gúdar-Javalambre. De igual manera se enviará un mail a todos los inscritos confirmados con estas medidas.

#### **Artículo 15. Programa de actividades**

El programa previsto para la IV Trail Run Manzanera es el siguiente:

**Sábado 15 de enero a las 10.00 horas: apertura del periodo de inscripciones. Como ha quedado reflejado en el presente reglamento existen distintos tramos y precios de inscripción.**

**Jueves 16 de junio**

**A las 12.00 horas; cierre del periodo de inscripciones.**

**Sábado 3 de septiembre**

**Desde las 17.30 horas hasta las 20.30 horas: entrega de dorsales y bolsa del corredor en la zona de salida de la localidad de Manzanera.**

**Domingo 4 de septiembre**

**Desde las 7.00 horas hasta las 8.15 horas entrega de dorsales y bolsa del corredor en la zona de salida. Los dorsales se entregarán hasta quince minutos antes de la salida de cada modalidad.**

**A las 8.15 horas, apertura del control de acceso a la zona de salida para la carrera Larga. Control de dorsales y de material obligatorio.**

**A las 8.30 horas; salida de la carrera larga.**

**A las 8.45 horas; apertura del control de acceso a la zona de salida para la carrera corta. Control de dorsales y de material obligatorio.**

**A las 9.00 horas; salida de la carrera corta.**

**A partir de las 9.10 horas. Carreras infantiles que se disputarán según las categorías que se indican en el Artículo 15 de este Reglamento**

**A las 12.30 horas; entrega de trofeos.**

**A las 13.30 horas; cierre de meta.**



La organización se reserva el derecho de modificar este programa. Cualquier modificación en el presente programa irá colgándose en la web oficial del Circuito, [www.circuitogudarjavalambre.com](http://www.circuitogudarjavalambre.com), así como el muro de Facebook del Circuito y del Trail Run Manzanera.

#### **Artículo 16. Categorías infantiles**

Dentro del Circuito de Carreras Populares de la Comarca de Gúdar-Javalambre se disputarán carreras para los más peques. Las categorías y distancias a recorrer de cada una de ellas serán las siguientes:

- Categoría Prebenjamin M/F; atletas nacidos en el año 2015 o posteriores. Completarán una distancia aproximada de 500 metros.
- Categoría Sub10 M/F; atletas nacidos entre 2013 y 2014. Completarán una distancia aproximada de 1000 metros.
- Categoría Sub12 M/F; atletas nacidos entre 2011 y 2012. Completarán una distancia aproximada de 2000 metros.
- Categoría Sub14 M/F; atletas nacidos entre 2009 y 2010. Completarán una distancia aproximada de 3000 metros.
- Categoría Sub16 M/F; atletas nacidos entre 2007 y 2008. Completarán una distancia aproximada de 3000 metros.
- Categoría Sub18 M/F; atletas nacidos entre 2005 y 2006. Completarán una distancia aproximada de 3000 metros.

La organización premiará con trofeo a los tres primeros clasificados, masculinos y femeninos, de cada una de estas categorías. Además todos los participantes en estas carreras infantiles tendrán derecho a recibir su Bolsa del Corredor que incluirá almuerzo. La inscripción a las carreras infantiles, gratuita hasta el domingo 5 de junio a las 24.00 horas y de tres euros a partir de este plazo hasta el día de la prueba, se realizará a través de la plataforma de inscripciones [www.runatica.com](http://www.runatica.com)

#### **Artículo 17.Reclamaciones**

Las reclamaciones deberán ser realizadas de manera verbal al Director de Carrera, no más tarde de treinta minutos después de comunicarse oficialmente los resultados. La decisión de Director de Carrera será inapelable.

Manzanera, 15 de enero de 2024