



VIII CARRERA “ENTRE SIERRAS Y VALLES DEL GEOPARQUE DE EXTREMADURA” **CARRERA LARGA**

REGLAMENTO DE LA PRUEBA

Guadalupe, 20 de febrero de 2022

ORGANIZA: EXCMO. AYUNTAMIENTO DE GUADALUPE

1.- FECHA Y LUGAR:

La VIII CARRERA “Entre sierras y valles del Geoparque de Extremadura” se celebrará el próximo domingo, 20 de febrero de 2022, con salida en la Plaza Juan Carlos I a las 10:00 y llegada en la misma.

2.- RECORRIDO

A las 7:45 h. en el auditorio del Real Monasterio de Guadalupe, se abrirá la entrega de dorsales.

En este lugar, los participantes tendrán servicio de guardarropa, además hay vestuarios y duchas.

También estará expuesto el listado de corredores y diversos mapas de la carrera.

A las 9:30 h. se cierra la entrega de dorsales y antes de la salida será la verificación de los mismos dorsales y del material.

A las 10:00 h. en la plaza de Juan Carlos I, tendrá lugar la salida.

Los primeros 6 Km del recorrido transcurrirán por la conocida ruta de Isabel la Católica.

Durante un 1km, los participantes recorrerán un trayecto urbano pasando por la Plaza de Sta. M^a de Guadalupe, arco y calle Sevilla, plazuela de los Tres Chorros, calle Tinte, calle Ventilla para dar a la calle San Blas y terminar el recorrido urbano.

Dejando el recorrido urbano, bajaremos al río Guadalupejo. Se cruzará por el puente Cañamero, y desde este punto comenzaremos una subida hacia la Ermita de Santa Catalina.

Esta subida transcurre por campos de castaños, pinos y monte bajo típico de la zona como, la jara, retama, brezo, etc...

En la Ermita de Santa Catalina se encontrará el primer avituallamiento de líquidos a 3,75 Km de recorrido.

Desde este punto seguiremos con la ascensión hasta llegar al Castaño “El Abuelo”, este abuelo milenario, que diera cobijo por igual a nobles y reyes que a pastores y rebaños, al nido de las aves y al encame de garduñas y ginetas, tiene en su cercanía un nieto tan viejo como su misma ancianidad. Es un enclave único en Extremadura por su misteriosa belleza.

En este recorrido nos encontraremos entre una fragosa y tupida vegetación compuesta por robles, castaños y madroños. Entre los huecos del bosque se pueden ver los valles del Infierno y Valdegracia, donde se encuentra el Palacio de Mirabel, construido en el s. XV para recreo de priores y monarcas.

Una vez lleguemos al Castaño “EL Abuelo”, a 985 m de altitud, llevaremos realizados unos 6 Km de la prueba.

Dejamos a nuestra derecha el Pico Agudo, de 1092 m de altitud, al que en el siglo XIV llamaban Mojón de Maltravieso, y seguimos por la zona del Collado Llano y la Sierra de Sancho, donde nos encontraremos el segundo avituallamiento de líquidos en el kilómetro 8,25.

Desde este punto seguiremos hacia el Collado de la Era de la Celada donde iniciaremos una bajada hasta la zona conocida como el Mato, declarado Corredor Ecológico de la Biodiversidad.

Este trayecto cercano al río, nos deja ver un bosque de galería con abundante vegetación, es una zona de umbría donde las temperaturas son las más bajas del recorrido.

Tras subir una pronunciada cuesta que nos llevará a la presa de “ElMato”, kilómetro 13 del recorrido, donde nos encontraremos con avituallamiento de sólidos. El corredor/ra, podrá elegir entre varios productos para reponer energía, tales como fruta, chocolate, frutos secos, entre otros.

Tras dejar atrás la presa continuaremos por un tramo de pedreras y veredas angostas hasta llegar al “Arca del Agua”, Kilómetro 15 del recorrido.

Esta instalación de abastecimiento histórico de aguas a Guadalupe constituye una completa instalación, perfectamente diseñada en su conjunto y en cada uno de sus elementos, ejecutada para llevar al monasterio y a la puebla de Guadalupe el agua de unos manantiales existentes en la falda del pico Villuercas (1601 m.) Los mismos frailes consideraban al Arca de Agua la más importante obra del monasterio. En el código que lo describe, se señala que “La conducción de esta agua es la cosa más importante y el principal y más antiguo patrimonio de esta Casa”.

Desde el Arca del Agua subiremos al “Cerro Hurocao”, donde se comenzara el ascenso más duro de la prueba. Se subirá hacia el “Pozo de las Nieves” (1260 m) por una línea cortafuegos situada en la zona de “Los Hoyicios”, siendo el tramo con más pendiente de la prueba.

Antes de llegar a la línea cortafuegos se situara el 4º avituallamiento de líquidos.

Una vez que lleguemos al “Pozo de las Nieves”, situado en el kilómetro 18 de la prueba, comenzará entonces el intervalo más técnico de la carrera, un recorrido compuesto de por un tramo de pedreras donde encontramos una primera y breve subida junto con otro pequeño descenso siempre pisando esa pedrera característica de la montaña (800 m).

Hasta llegar a la vereda de la Ruta de Alfonso XI. Desde ahí bajaremos hasta la Ermita del Humilladero pasando por la única zona donde se comparten recorrido la carrera y la mini carrera.

Esta ermita también es conocida como la Ermita de la Santa Cruz, la famosa Ermita del Humilladero se encuentra en el cerro de las Altamiras.

Fue declarada monumento nacional en 1931 y posteriormente de interés cultural. Se levantó en el siglo XV siguiendo las mismas pautas que se usaron para construir

el templete mudéjar en el Real Monasterio de Guadalupe, con planta cuadrada, ladrillo aplantillado y decoración gótica en sus cuatro caras.

Desde este lugar los corredores ya podrán visualizar la maravillosa vista de la villa coronada por el Real Monasterio donde a sus pies se encontrará la meta.

A 1,5 Km de la Ermita del Humilladero y bajando por una vereda paralela a la carretera nos encontraremos con el 5º y último avituallamiento de líquidos (kilómetro 25 de la prueba) antes de llegar a la meta.

Seguimos bajando y entraremos en la zona del “Arca del Nuevo” donde entraremos en la parte alta de la puebla y villa de Guadalupe y comenzaremos el último tramo urbano antes de la llegada a meta, pasando por la calle del Matorral para bajar por la calle Real, pasando por el arco San Pedro y la calle Nueva de los Capellanes que nos llevará de nuevo a la Plaza de Santa María de Guadalupe.

Tomaremos la Avda. Alfonso Onceno para llegar a la plaza de Juan Carlos I donde se encontrará el final de la prueba a 27,3 Km.

3.- PUNTUABLE

Esta prueba puntuará dentro del Trofeo Diputación de Cáceres de carreras por montaña.

Sólo obtendrán puntos para el Trofeo Diputación de Cáceres FEXME, aquellos participantes españoles que estén en posesión de la licencia de la FEDME/FEXME del año en curso, incluyendo seguro deportivo que cubra la participación en la competición según el Real Decreto 489/1993 de 4 de Junio. Expedida con anterioridad al inicio de la carrera y que al mismo tiempo estén expedidas por la Federación Extremeña de Montaña y Escalada para toda la temporada.

4.- PARTICIPACIÓN

Pueden tomar parte en la prueba todas las personas mayores de 18 años que lo deseen hasta un máximo de 300 participantes.

5.- CATEGORÍAS

Masculinas y Femeninas

Jóvenes: 18-23

Senior: 24-39

Veteranas: 40-50

Superveteranos: +49

Inclusiva (Sólo campeón y campeona)

El día de referencia para la edad de cada categoría será el que tenga el/la atleta el 31 de Diciembre de 2022.

Aquellas categorías que no cuenten con al menos 4 participantes, se integran en la posterior.

6.- INSCRIPCIONES:

Se realizarán a través de página web habilitada para ello que la organización pondrá en conocimiento en los canales oficiales de la misma y en la FEXME, inicialmente en <https://carrerapormontanaguadalupe.wordpress.com/>

7.- PRECIOS Y PLAZOS:

PRIMER PLAZO : Desde el 18 de enero hasta el 11 de febrero de 2022(23.59)

IMPORTE INSCRIPCIONES: FEDERADOS 20 € y NO FEDERADOS 25 €

SEGUNDO PLAZO: Desde el 12 de febrero hasta el 16 de febrero de 2022 (23:59)

IMPORTE INSCRIPCIONES: FEDERADOS 25 € y NO FEDERADOS 30 €

La cuota de inscripción incluye:

- Seguro de Accidentes.
- Asistencia en carrera.
- Evacuaciones.
- Avituallamientos en carrera.
- Avituallamiento final.
- Bolsa del corredor (Camiseta, publicidad)
- Premios (ganadores)
- Duchas
- Cronometraje

8.- SEÑALIZACIÓN

El recorrido estará debidamente señalizado con cinta blanca de balizamiento bien visibles, con yeso y señales de madera en los cruces y con referencias kilométricas cada 5 kilómetros.

9.- CONTROLES

No van a ser desvelados por la organización y serán consensuados con los jueces de la FEXME.

10.- AVITUALLAMIENTOS

Dichos puntos serán avituallamientos líquidos y avituallamientos líquidos y sólidos con Agua, bebida isotónica, fruta, golosinas, etc).

Los avituallamientos para la prueba son los siguientes

- KM 3,25 Ermita de St. Catalina: LÍQUIDO
- KM 7,8 Sierra de Sancho: LÍQUIDO
- KM 13 Presa del Mato: LÍQUIDO SÓLIDO
- KM 15,4 Cerro Hurocao: LÍQUIDO
- KM 18,5 Pozo de las Nieves: LÍQUIDO SÓLIDO
- KM 25,4 Meaero del Burro: LÍQUIDO SÓLIDO
- Meta LÍQUIDO SÓLIDO

11.- TIEMPOS DE PASO (TIEMPO LÍMITE)

- AVI 1: KM 3,25 Ermita de St. Catalina – 43min
- AVI 2: KM 7,8 Sierra de Sancho – 1h y 35 min
- AVI 3: KM 13 Presa del Mato – 2h 30min
- AVI 4: KM 15,4 Cerro Hurocao – 3h y 8 min
- AVI 5: KM 18,5 Pozo de las Nieves – 3h y 33min
- AVI 6: KM 25,4 Meaero del Burro – 5h y 37 min
- Meta: 5h

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 de control y en caso de urgencia en cualquiera de los

avituallamientos. En caso contrario, la organización no se hace responsable de la evacuación del atleta hasta la meta.

12.- PREMIOS

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

13.- TIMING DE LA PRUEBA

Domingo 20 de Febrero:

- 08:00-09:30 horas. Entrega de Dorsales en el Auditorio del Real Monasterio de Guadalupe.
- 10:00 horas. Comienzo de la prueba.
- 13:45 horas. Cierre de la prueba.
- 14:00 horas. Entrega de premios.

14.- 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 dos ambulancias, con personal sanitario suficiente.
- **Guardarropa:** La organización dispondrá de **guardarropa**.
- **Avituallamiento final:** Todos los atletas que hayan finalizado la prueba tendrán un avituallamiento final.
- **Duchas.**

15.- 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 control.

A tal efecto se colocarán contenedores de basura hasta una distancia máxima de 100 metros desde los puntos de avituallamiento.

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

16.- 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.

17.- 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.

18.- MATERIAL OBLIGATORIO

- Zapatillas de Carreras por Montaña con tacos de una suficiente longitud para el agarre en zonas técnicas
- Vaso reutilizable o bidón

19.- MATERIAL ACONSEJABLE

- Móvil

20.- RESPONSABILIDAD

El mero hecho de inscribirse en esta prueba supone la aceptación del presente reglamento. En cuanto a la exención de responsabilidad, ésta estará sujeta a lo establecido en los artículos 50.1 y 51.D del Real Decreto 2816/1982 de 27 de agosto por el que se aprueba el Reglamento General de Policía de Espectáculos Públicos y Actividades Recreativas.

COMPORTAMIENTO GENERAL DE LOS COMPETIDORES (Extraído del reglamento elaborado por la Federación Extremeña de Montaña y Escalada para la Copa Extremadura de Carreras de montaña 2022).

21.- 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 para el ejercicio en el que se desarrolla la misma, es decir 2022.