

REGLAMENTO

II desafío solidario MTB

Mengamuñoz

1 DESAFÍO

El II Desafío Solidario MTB Mengamuñoz tendrá lugar el día 21 de mayo del 2017 y comprenderá dos pruebas, ambas de carácter no competitivo y solidario (todo lo recaudado será entregado a ASPACE Ávila, Asociación de Parálisis Cerebral y Enfermedades Afines):

- » Distancia larga **Desafío Gladiador: 36 km**
- » Distancia corta **Desafío Centurión: 25 km**

La **hora de salida** será a las **10:00 h** desde la calle del Ayuntamiento

2 RECORRIDO

La **distancia larga (Desafío Gladiador)** constará de 36 km y un desnivel positivo acumulado de 1.200 m. El punto más alto está a una altura de 1.636 m y el más bajo a 1.218 m. Discurre por caminos, trochas y veredas del municipio de Mengamuñoz.

En las tres subidas principales, se llega a los puntos más altos. En la primera y después de pasar dos puentes romanos, se corona el Puerto de Menga girando a la derecha hasta llegar al Canto de la Zorra (1.636 m). Para llegar hasta aquí, se sigue la calzada romana en su paso por nuestro municipio y que recientemente se ha acondicionado para este evento. Tanto la subida, como su posterior bajada, se pueden considerar de carácter técnico.

La segunda subida fuerte nos lleva hasta la base de Valderromán (1.597 m). Se trata de una subida por camino para hacer su descenso por tramos técnicos de monte y roca. Después de varios kilómetros, combinando subidas por caminos y bajadas por trochas y veredas, llegamos a la última subida que tiene su final en el alto del Prado Chozza (1.515 m). Ésta es una subida por camino pero con unos últimos tramos de mucha pendiente, la bajada se realiza por terreno técnico de monte cruzando el jaral hasta llegar al Otro Barrio y finalmente nos aproximaremos al pueblo de Mengamuñoz donde se encuentra la llegada.

La distancia corta (Desafío Centurión) constará de 25 km y un desnivel positivo acumulado de 800 m. El punto más alto está situado a 1.636 m y el más bajo a 1218 m. El recorrido es el mismo que la distancia larga pero bajando dureza y kilómetros dado que no se hace la subida a la base de Valderromán y al Prado Choza. La que sí se hace en este recorrido es la primera gran subida a la calzada romana, tramo duro pero que a todos los valientes que toméis la salida en nuestro Desafío os dará unos paisajes inigualables (al norte vista de todo el Valle Amblés, hacia el sur la Sierra de Gredos, al este Sierra de Zapatero y al oeste La Serrota). Además en este II Desafío queremos promocionar ésta calzada romana que tiene su paso por Mengamuñoz prácticamente desaparecida y que mucha gente no conoce.

3 PARTICIPANTES

Podrán participar todas las personas mayores de 18 años. Dado el carácter de éste Desafío han de disponer de los conocimientos, experiencia, material y de los niveles físicos y psicológicos necesarios para superar este deporte de resistencia, desnivel y geografía.

4 INSCRIPCIONES

El **límite de plazas será de 200** entre las dos distancias.

El plazo de inscripción se abrirá la segunda quincena del mes de marzo (informaremos del día exacto en las redes sociales) finalizará el 14 de mayo de 2017 o cuando se complete el límite de plazas.

El precio es de **20 euros para las dos distancias** y da derecho a los siguientes servicios:

- » Dorsal para uno de los dos recorridos.
- » Bolsa de corredor con detalle de los chicos de ASPACE y camiseta 42K.
- » Avituallamientos (sólidos y líquidos).
- » Servicio de fisioterapia.
- » Comida (paella).
- » Seguro de responsabilidad civil.
- » Seguro de accidente.
- » Cronometraje.
- » Sesión de spa gratuito para los 50 primeros inscritos.
- » Servicio de ludoteca para niños de 3 a 12 años.
- » Sorteo de múltiples regalos.

5 DORSALES

La **recogida de dorsales** comenzará el día **21 de mayo del 2017 a las 8:00 h y hasta las 09:30 h.**

Tendremos la opción de **dorsal 0** para hacer donaciones a la Asociación ASPACE Ávila en el número de cuenta:

ES71 0081 0295 0600 0149 5854

Se podrá **colaborar** también comprando la **camiseta solidaria de la carrera** por el precio de 8 euros.

6 SEÑALIZACIONES

El recorrido estará señalizado con trozos de cinta de plástico blanca y roja y señales de tamaño visible indicando dirección y zonas técnicas y peligrosas.

Hay referencias kilométricas cada 5 km.

Aunque el Desafío no es competitivo sí tendremos control mediante chip y registro de dorsales en los puntos más altos del recorrido.

7 AVITUALLAMIENTOS

Tendremos dos avituallamientos (sólidos y líquidos) comunes a las dos distancias. Ambos ubicados en el pueblo de Mengamuñoz, uno a mitad de los recorridos y el otro a su finalización.

Además, tendremos dos avituallamientos líquidos en el caso de la distancia larga y uno para la corta.

8 REGALOS

Aún no siendo competitiva, sí tendremos obsequios para aquellos/as que terminen en los primeros puestos de las dos distancias.

Habrá un premio especial para el equipo con más participación.

Al finalizar el Desafío y después de la paella sortaremos regalos para los participantes.

9 ENTORNO NATURAL

La marcha se desarrolla en un entorno natural, por lo que será obligación de todos, preservar el mismo. Se ruega no abandonar desperdicios, fuera de las zonas de avituallamiento.

10 SEGURIDAD Y ASISTENCIA

Durante la celebración de la marcha, contamos con la ayuda y apoyo de miembros de Protección Civil así como de dos ambulancias de soporte vital básico.

Los corredores contarán con asistencia con quad y mecánica en avituallamientos en todo el recorrido.

11 FOTOGRAFÍAS Y GRABACIÓN DE IMÁGENES

La aceptación del presente reglamento, implica, que el corredor autoriza a la organización a la grabación y realización de fotografías del participante, durante la marcha.

12 RESPONSABILIDAD Y ACEPTACIÓN

Los participantes en el momento de inscribirse aceptan conocer que ésta es una actividad de riesgo que puede ocasionar lesiones y aceptan el presente reglamento.

La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia así como de los objetos de cada participante. Éstos exoneran a la organización de toda responsabilidad en caso de accidente o lesión.