



REGLAMENTO IX VALDELAGUA CROSS

1. El día 25 de mayo de 2024 a las 17:00 horas, y coincidiendo con la celebración del VI Cross de Valdelagua del Cerro, se celebrará la prueba de 21 kilómetros, media maratón, y la prueba de 7 kilómetros.

2. La carrera principal se desarrollará sobre la distancia de 21.300 metros con salida y meta en la Carretera de Trébago s/n de Valdelagua del Cerro. Habrá puntos de avituallamiento siendo éstos: 4km líquido, 7km sólido y líquido, 12,5km sólido y líquido y finalmente sólido y líquido en meta.

3. La carrera de 7 kilómetros partirá del mismo punto que la prueba general y en el mismo momento que dé comienzo ésta. La distancia será de 7.210 metros, teniendo origen y fin en la misma ubicación anteriormente comentada.

4. Las categorías serán individual absoluta masculina y femenina para ambas pruebas. Se establece como edad mínima de participación los 16 años previa autorización del padre o tutor.

5. La prueba de media maratón ha sido federada cumpliendo con los requisitos necesarios que marca la Real Federación Española de Atletismo y la Federación de Atletismo de Castilla y León.

6. Tendrán trofeo los 3 primeros en categoría individual MASCULINA y FEMENINA en ambas pruebas. El cronometraje de la prueba de media maratón y 7 kilómetros será realizado por miembros de la propia Federación ajustándose a los estándares habituales prefijados.

7. Las inscripciones serán:

On-line. A través de la página web, www.valdelaguacross.com (www.avaibooksports.com), se podrá realizar la inscripción previo pago con tarjeta de crédito o transferencia bancaria.

Precio:

Hasta las 12 horas del 24/05/2024:

- 20 € para la prueba de 21K
- 14 € para la prueba de 7K

Los participantes podrán acogerse al descuento que otorga estar en posesión del Carné Joven en vigor.

Plazas: 200 corredores



Habrá una lista de inscritos en la web de la carrera, recomendamos consultarla una vez realizada correctamente la inscripción. Cualquier duda podrá resolverse a través de correo electrónico valdelaguacross@gmail.com

No se realizará devolución de la inscripción por causas ajenas a la organización. Excepcionalmente, y por causa justificada se permitirá transferir la inscripción a otro corredor enviando correctamente la causa y todos los datos a la organización. No será efectiva hasta no recibir la aprobación de la organización. Si por circunstancias ajenas a la organización se suspendiera la prueba, la inscripción será válida para la nueva fecha que se determinara para la carrera o para la edición del año siguiente.

Los dorsales se entregarán el mismo día de la carrera, sábado 25 de mayo, desde las 10:00 hasta las 16:00 en el salón social (Teleclub) de Valdelagua del Cerro. Será necesaria la presentación del resguardo de inscripción o documento acreditativo oficial.

El precio de inscripción incluye: avituallamientos, bolsa obsequio junto con el dorsal, derecho a participar al corredor y a sus acompañantes en todas las actividades organizadas durante la jornada, seguro de accidentes al corredor y responsabilidad civil (Allianz) y merienda después de la carrera.

8. La organización har  pública la clasificación oficial en el momento en que la prueba se d  por finalizada por el Director de la misma. Todo lo no previsto en este reglamento será resuelto por el Director de la prueba con arreglo a las normas vigentes para este tipo de competiciones.

9. La organización dispone del correspondiente seguro de responsabilidad civil. Se organizar  un dispositivo médico en la zona de salida y de meta. La organización recomienda hacerse una revisión médica y/o prueba de esfuerzo a todos los participantes, sobre todo si no han corrido antes una prueba de estas características o llevan un tiempo prolongado sin realizar actividad física.

10. Se establece un tiempo máximo de 3 horas en la prueba principal, no habiendo límite para la carrera de 7 kilómetros siempre y cuando ésta finalice en el plazo de tiempo establecido para la general.

11. Se ruega no se abandonen bolsas ni desperdicios en otros lugares que no sean los contenedores instalados para tal efecto. Teniendo en cuenta que el recorrido transcurre en su mayoría por caminos, se ruega depositar los desperdicios no orgánicos de los avituallamientos en los puntos instalados para ello.

12. El recorrido estará debidamente señalizado y controlado por miembros de la organización dispuestos estratégicamente en puntos como cruces de caminos, cruces con carreteras, puntos de avituallamiento, etc. de modo que no d  lugar a confusiones o malentendidos por parte de los corredores o usuarios de las vías.



● PROTOCOLO COVID-19 VIII VALDELAGUA CROSS

En el presente documento se expone la normativa y acciones para evitar la propagación del virus con motivo del VIII Valdelagua Cross. En este se encuentran articuladas las acciones necesarias en la planificación y la ejecución del evento.

La aceptación de este protocolo y su estricto cumplimiento por parte de organización, corredores, voluntarios y cualquier persona que participe de una u otra forma en el evento, es vital para el desarrollo de una prueba segura.

MEDIDAS PARA LA ORGANIZACIÓN

- Realización un estudio pormenorizado de espacios comunes, lugares de atención a los asistentes, puestos de voluntarios y centros de logística para la ubicación estratégica de servicios y materiales, disponiendo del material necesario de protección y desinfección.
- Disposición de estrategias para minimizar el riesgo de contagio durante la recepción de participantes y la competición.
- Se creará una base de datos con todas las personas (participantes, organización, voluntarios y empresas contratadas), facilitando la trazabilidad. Además estos datos se recogerán en una Declaración de Salud en la que certifican encontrarse sin sintomatología del COVID y/o ser posible transmisor del virus.
- Aumentar el número de voluntarios en determinados servicios que requieran atención al público, como la entrega de dorsales y el guardarropa.
- Instalación elementos informativos en los espacios donde se desarrolla el evento recordando las medidas de protección y las conductas correctas.
- Se facilitará, con las indicaciones oportunas, el flujo unidireccional de personas en espacios abiertos y cerrados donde puedan producirse aglomeraciones.
- Envío a todos los miembros de la organización y voluntarios el presente documento con toda la información de las medidas más importantes. Cada miembro de la organización deberá tener total conocimiento de las medidas concretas de su área de actuación.

MEDIDAS PARA LOS PARTICIPANTES

- Se realizará toma de temperatura, a todos los participantes previamente a la realización de la prueba.**
- Se garantizará la participación escalonada, ordenada y con la separación mínima de seguridad de 1,5m evitando la concentración de participantes.
- Se evitarán los espacios cerrados y locales públicos donde las medidas de distanciamiento puedan resultar difíciles de cumplir.
- Se facilitará el acceso a soluciones hidroalcohólicas para mantener una exquisita higiene de manos en todo momento.
- Los participantes deberán evitar los saludos y muestras de afecto con contacto físico con



terceros ajenos al ámbito familiar o susceptibles de pertenecer a un grupo de riesgo.

–Las zonas de salida y calentamiento quedarán debidamente delimitadas y únicamente podrán acceder personas autorizadas y participantes.

–El uso de mascarilla será obligatorio en todo momento, con la única excepción de la práctica deportiva.

–En los puntos de avituallamiento serán los voluntarios los encargados de facilitar el acceso a bebidas y alimentos, evitando así cualquier contacto de los participantes. La mascarilla será también obligatoria.