



REGLAMENTO TCQ2018

ARTICULO 1. ORGANIZACIÓN

El Club Trail Costa Quebrada organiza la **VII EDICIÓN DEL TRAIL COSTA QUEBRADA y I CAMPEONATO REGIONAL DE CLUBS DE LA FEDERACIÓN CANTABRA DE ATLETISMO (REGLAMENTO ANEXO).**

ARTICULO 2. LA PRUEBA.

TRAIL COSTA QUEBRADA es un evento deportivo en semi-autosuficiencia. Con salida y llegada en la Plaza Adolfo Suarez, de Lieres. Transcurre a través de senderos y pistas varias de la costa y montaña prelitoral cántabra.

- **Trail Costa Quebrada (TCQ24km)]:** 24 km con 900 desnivel + y 900 desnivel
Salida a las 10:00 h. del 08/04/18. Tiempo máximo: 4 horas.
Prueba perteneciente a la **FEDERACION CANTABRA DE ATLETISMO.**

ARTICULO 3. PARTICIPACIÓN

Para participar es necesario:

- Ser consciente de las características técnicas de la prueba y estar preparado para ello.
- Ser plenamente consciente que para esta actividad en plena naturaleza la seguridad depende de la capacidad del corredor de solucionar los problemas previsibles que podemos encontrar.
- Ser mayor de edad el día de la carrera y aceptar las condiciones del presente reglamento.
- Haber realizado correctamente todos los pasos y requisitos para la inscripción.

Los participantes inscritos en esta carrera participan de forma voluntaria, bajo su responsabilidad y reuniendo las condiciones físicas y de salud necesarias para participar en una prueba de estas características.

ARTICULO 4. SEMI-AUTOSUFICIENCIA.

Estas carreras se rigen por el principio de la carrera individual en semi-autosuficiencia.

Este principio implica las siguientes reglas:

- Salvo en caso de accidente o emergencia, la asistencia personal está autorizada solo en determinados puntos de avituallamiento en las zonas reservadas a tal efecto o en los 100 metros anteriores y posteriores fuera del espacio delimitado para corredores.



- Está prohibido ser acompañado o permitir ser acompañado durante toda o parte de la carrera por una persona no inscrita, fuera de las zonas señaladas en los avituallamientos.
- Es obligación de cada participante llevar sus desperdicios hasta la llegada o lugares señalados por la organización. El corredor que no los deposite o los tire en una zona no preparada para ello, será descalificado.
- Cerrando las pruebas habrá corredores escoba, detrás de los cuales no podrá ir nadie, si bien cada participante que desee continuar lo hará bajo su propia responsabilidad.
- La organización podrá realizar las modificaciones que considere oportunas en el recorrido, incluso llegado el caso aplazar el evento si las condiciones meteorológicas así lo aconsejan o por otras causas de fuerza mayor.

ARTICULO 5. CONDICIONES DE INSCRIPCION.

Se establecen los siguientes precios de inscripción:

- **TCQ24KM (no federados): 30€**
 - **TCQ24KM (federados FCA): 25€**
- FCA: Federación Cántabra de Atletismo.**

El precio de la inscripción incluye:

- Tener acceso a todos los avituallamientos establecidos por la organización.
- Asistencia sanitaria durante el transcurso de la prueba y a la llegada a la meta.
- Duchas y masajes en las zonas habilitadas.
- Bolsa del corredor y dorsal personalizado.
- Poder optar a los trofeos y a los premios en metálico ofrecidos por la organización.
- Seguro de accidentes contratado por la organización.
- Servicio de guardarropa en meta.
- Comida Post Carrera en meta.
- Acceso a la galería fotográfica de la prueba.

Las inscripciones se consideran definitivas por lo que en el caso de no poder participar no se realizará la devolución de la misma

Las inscripciones son estrictamente personales e intransferibles, no pueden ser utilizadas por otra persona diferente de la inscrita. No es posible la sustitución de un participante por otro.



ARTICULO 6. INSCRIPCION.

Por razones de seguridad, de respeto al medio ambiente y de calidad (respeto a los propios corredores) es necesario limitar los corredores en la salida, por este motivo los dorsales serán 500.

Todas las inscripciones se realizarán exclusivamente rellenando el formulario por Internet. No se admitirán por teléfono ni por e-mail.

El período de **inscripción** será desde las **19:00 h. del 01/02/2018** hasta agotar las plazas asignadas.

Durante este período los corredores interesados en participar deberán rellenar una ficha completa con sus datos.

No existirá una lista de espera de corredores.

ARTICULO 7. ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO Y DE LA ETICA DEL EVENTO.

Los participantes inscritos en esta carrera participan de forma voluntaria, bajo su responsabilidad y reuniendo las condiciones físicas y de salud necesarias para participar en una prueba de estas características.

TRAIL COSTA QUEBRADA responde a una filosofía, con cada vez más adeptos, que combina el deporte al aire libre con el respeto a la naturaleza. Por esta razón, invitamos a todos los corredores a compartir nuestra filosofía y a contribuir, con su comportamiento eco-responsable, al mantenimiento del equilibrio del entorno natural del Parque Natural Dunas de Liencres y Parque Geológico Costa Quebrada.

Por ello proponemos:

- Luchar contra la erosión del suelo. Queda prohibido el uso de atajos fuera de los caminos y senderos marcados. Con especial atención al tramo del recorrido desde la entrada al Parque Natural de las Dunas de Liencres, conocido como el Pinar y el avituallamiento ubicado en el interior del citado pinar que da a la salida del Parque en la zona Sur.
- Limitación de residuos. La organización fomentará que los corredores tengan su propio vaso individual para poder servirse bebidas en los avituallamientos, ya que no facilitamos vasos en NINGÚN avituallamiento.
- Gestión de residuos:
 - o Todos los residuos durante la carrera deberán depositarse en los puntos de avituallamiento.
 - o No dejar a nuestro paso pañuelos de papel, ni papel higiénico.



ARTICULO 8. DORSALES Y BOLSAS DE LOS CORREDORES.

La entrega de dorsales será en la ***Feria del Corredor*** en Plaza de la Cruz, el **sábado 7 de abril de 2018 de 16:00h a 20:00h** y el **domingo día 8 de abril de 08:30 a 9:30**.

Para recoger el dorsal será imprescindible presentar el DNI o documento equivalente para extranjeros, y para los atletas federados presentar la licencia federativa correspondiente.

Recordamos que no está permitido ningún cambio o cesión de dorsal. Esta circunstancia, de producirse, sería causa de descalificación y veto para futuras ediciones.

El dorsal se llevará en la parte delantera y debe ser continua y totalmente visible en todo momento.

Se llevará siempre por encima de toda ropa y no puede ser fijado en ningún caso sobre la mochila o en una pierna.

El dorsal no podrá ser modificado, escondido ni doblado. El dorsal es el pase que permitirá acceder a los avituallamientos, enfermerías, zona de descansos, duchas y zonas de depósito o entrega de las bolsas.

Excepto en caso de no obedecer a una decisión de un árbitro de carrera, el dorsal no debe ser nunca retirado.

En caso de abandono de la carrera, el dorsal será desactivado.

Junto al dorsal se entregará la bolsa de los corredores que se podrán entregar a la organización, debidamente cerrada y claramente identificada con la identificación proporcionada si quieren hacer uso nuestro servicio de GUARDARROPA.

No se aceptarán reclamaciones por el extravío o rotura del contenido de las bolsas, ya que, no siendo comprobadas por la organización a la entrega de las mismas, no hay confirmación de dicho contenido. Se recomienda no introducir objetos de valor. **Dichas bolsas, cerradas y sin que sobresalga nada, se entregarán al personal de la organización en el lugar de la salida el mismo día de la prueba, una hora antes de la misma.**



ARTICULO 9. OBJETOS PERDIDOS.

Una vez finalizada la carrera, la organización guardará los objetos olvidados y perdidos **durante 15 días**. Al finalizar dicho plazo, la organización ya no responderá a las peticiones de sus propietarios.

ARTICULO 10. SEGURIDAD MEDICA.

Habrà equipo de asistencia sanitaria distribuido en distintos puntos de la carrera en función de las prioridades médicas del momento. Este equipo estará conectado por radio con la dirección de la carrera y tendrán capacidad de asistencia en cualquier punto. Dicho hecho no exime a los corredores de la obligación de ofrecer asistencia a cualquier otro participante que lo necesite.

Todos los corredores se someterán al juicio del médico, siendo su valoración la que prevalecerá ante cualquier otra, por lo que los socorristas y médico oficial podrán:

- Retirar de la carrera (anulando su dorsal) a todo corredor no apto para continuar.
- Ordenar la evacuación de cualquier corredor al que consideren en peligro.
- Ordenar la hospitalización de cualquier corredor si lo consideran necesario.

ARTÍCULO 11. PUESTOS DE CONTROL, AVITUALLAMIENTOS Y CORTES HORARIOS.

Todos los corredores llevarán un chip en el dorsal. Existirá un control a la llegada de todos los controles y puestos de control sorpresa cuya localización no será comunicada por la organización.

Para evitar en excesivo uso de vasos de plástico cada corredor deberá llevar el suyo propio, solo en el primer avituallamiento por su gran afluencia se entregarán vasos desechables. Existirán cubos de basura a la salida de cada avituallamiento, cualquier corredor que tire basura en el recorrido será descalificado.

Se establecen los siguientes controles con los tiempos máximos de paso estipulados para todos los participantes. Aquellos que sobrepasen estos tiempos verán anulado su dorsal en el control y deberán retirarse de la prueba según instrucciones de los responsables del control.

Km	Lugar	Avituallamiento	Control	Cierre	Tiempo
08	CERRIAS	LIQUIDO	SI	NO	-----
13	PINAR	SOLIDO/LIQUIDO	SI	11:45h.	01h.45'
18	MORTERA	LIQUIDO	SI	12:45h.	02h.45'
24	LIENCRES	COMPLETO	SI	14:00h.	04h.00'



La organización establecerá cuantos controles de paso sorpresa estime oportuno a lo largo del recorrido. Todo aquel corredor que no efectúe el paso por los mismos será descalificado automáticamente de la prueba.

ARTÍCULO 12. ABANDONO, EVACUACIÓN Y RETORNO DESDE META.

Salvo en caso de lesión grave, un corredor no debe abandonar NUNCA fuera de un punto de control. Debe avisar al responsable del punto, que invalidará definitivamente su dorsal. El corredor retendrá el dorsal, ya que este es el pase para entrar al área de meta y lugares donde se establezcan los servicios a los corredores. La evacuación será decidida con el jefe del puesto.

En caso de abandonar pasado un punto de control, será necesario volver a dicho punto y comunicar la retirada al jefe de puesto. Si al regreso encontramos la escoba, que cierra la carrera, serán estos los que invaliden el dorsal y a partir de aquí, el corredor no estará bajo el control de la organización.

ARTICULO 13. MARCAJE

El recorrido estará marcado por la organización con cinta plástica de color vivo (NARANJA), banderolas, postes indicadores, puntos kilométricos cada kilómetro y otros elementos de señalización ubicados a intervalos regulares dependiendo de la tipología del terreno y de los caminos, siendo responsabilidad de cada participante localizar la señalización y seguirla.

ATENCION: Si no ves las balizas retrocede, y busca de nuevo las señales.

Es obligatorio seguir el sendero señalizado y no atajar. Atajar no ahorra tanto tiempo, es peligroso, y erosiona el terreno.

Los tramos del recorrido que discurran por carreteras o calles de poblaciones no estarán cortados al tráfico rodado, debiendo atenerse los participantes a las normas generales de tráfico o a las indicaciones de la organización. Será obligatorio cruzar las carreteras por los pasos de peatones o lugares habilitados para la ocasión y debidamente señalizados. Será obligatorio seguir el itinerario marcado, así como pasar por todos los controles de paso establecido.



ARTÍCULO 14. SEGURO

La organización contratará los seguros necesarios para poder celebrar la prueba deportiva (accidentes, responsabilidad civil...).

ARTICULO 15. CATEGORIAS Y PREMIOS

En el presente reglamento se establecen las siguientes categorías:

Masculinas

Categoría Absoluta

Master A (40 a 49 años)

Master B (+50 años)

Femeninas

Categoría Absoluta

Master A (40 a 49 años)

Master B (+50 años)

No se contempla la categoría SENIOR

PREMIOS EN METÁLICO:

Se dotará de premios en metálico por la cuantía de 1.950€.

Los premios en metálico están destinados para las categorías absolutas, tanto masculina como femenina:

1º	MASCULINO	500€	1ª FEMINA	500€
2º	MASCULINO	250€	2ª FEMINA	250€
3º	MASCULINO	125€	3ª FEMINA	125€

La edad en estas categorías será la que el participante tenga el día 31 de diciembre del año de la competición.

Aun sin existir la categoría se entregará premios especiales a:

Al 1º hombre de 65 años o más

A la 1ª mujer de 60 años o más

TOLIO TO P'ARRIBA

La cronoescalada conocida como TOLIO TO P'ARRIBA, también tendrá premio en metálico, al hombre y a la mujer más rápidos en llegar a la cumbre.

1º HOMBRE: 100€

1ª MUJER: 100€

La entrega de premios será conjunta y aproximadamente a las 13:00 h. del domingo 08/04/2018.



ARTICULO 16. RECLAMACIONES

Las reclamaciones se harán por escrito, debiendo cumplimentar el papel oficial de la Federación, donde se añadirá:

- Nombre del participante
- Número de DNI
- Club o federación a la que pertenece
- Nombre de los deportistas que representa
- Número de dorsal
- Hechos que se alegan

Se depositarán 60€ por reclamación, que se devolverán si esta prospera.

Las alegaciones se entregarán al Comité de Carrera.

ARTICULO 17. DERECHOS DE IMAGEN.

Todos los corredores renuncian expresamente a su derecho de imagen durante la prueba y a todo recurso contra la organización por la utilización de dicha imagen. La organización podrá autorizar a los medios de comunicación a utilizar dicha imagen mediante una acreditación o licencia. Toda comunicación sobre el evento o la utilización de imágenes del mismo deberá realizarse respetando el nombre de dicho evento, de las marcas registradas y previa autorización de la organización. La entidad organizadora se reserva en exclusividad el derecho sobre la imagen de la prueba, así como la explotación audiovisual y periodística de la competición. Cualquier proyecto mediático o publicitario deberá contar con el consentimiento de la organización.

ARTICULOS 18. MODIFICACIÓN DEL REGLAMENTO.

En el caso de que la organización se vea obligada podrá modificar el presente reglamento. Las modificaciones serán debidamente comunicadas con antelación a los participantes.

La realización de la inscripción implica el reconocimiento y la aceptación del presente reglamento.

Cualquier circunstancia no prevista en el presente reglamento será resuelta ateniéndose al reglamento de carreras por montaña de la **Federación Cántabra de Atletismo**.



ANEXO
I CAMPEONATO REGIONAL DE CLUBS DE LA FEDERACIÓN CANTABRA
DE ATLETISMO.

REGLAMENTO

ARTÍCULO. -1

El CDE TRAIL COSTA QUEBRADA, en colaboración con la Federación Cantabra de Atletismo organizará el Campeonato Cantabria de Trail por clubs.

ARTÍCULO. -2

El campeonato se celebrará en todas las categorías oficiales QUE SE INDICAN. A efectos de puntuación se tendrán en cuenta a los siguientes atletas por categoría:

CATEGORÍAS	MASCULINAS	FEMENINAS
ABSOLUTA (SENIOR Y VETERANOS)	4	ABSOLUTA (PROM., SENIOR Y VET.) 4

- En este campeonato pueden participar TODOS los atletas con licencia por la FCA y la RFEA, tanto de Atletismo como de Trail, y los que tengan licencia por un club de Cantabria.
- Cada Club puede presentar únicamente un equipo por categoría, compuesto por un máximo de seis atletas y un mínimo de los atletas que puntúan por categoría (4). En cada categoría, se establecerán dos clasificaciones, una en la que figurarán todos los atletas que completen el recorrido y otra en la que figurarán los inscritos en el campeonato por Clubes.
- Es necesario que todos los atletas vistan en todo momento durante la competición las equipaciones oficiales de sus clubes y cumplan con la normativa vigente de la RFEA, al respecto. de la misma manera, los atletas independientes deberán de cumplir la normativa de publicidad.

ARTÍCULO. -3

La clasificación, en cada categoría, se establecerá de acuerdo con los puestos obtenidos por los atletas que puntúen (Art. 2), otorgándose a cada atleta, un número de puntos igual al puesto obtenido. Resultará vencedor el equipo que menos puntos totalice. En caso de empate, se otorgará mejor puesto al club con mejor clasificación del último atleta puntuado.

ARTÍCULO. -4

Si un club quedase incompleto a lo largo del CAMPEONATO, los atletas serán incluidos en la clasificación individual, no figurando el equipo en la clasificación por clubes. Pero esto no servirá para reajustar las posiciones de los demás atletas de los equipos completos.

ARTÍCULO. - 5

Las inscripciones deben realizarse antes de las **14.00 horas del JUEVES 5 DE ABRIL DE 2018**, fecha de entrada en la F.C.A., en los impresos oficiales. Las inscripciones fuera de plazo se admitirán hasta el viernes, para no perjudicar a los atletas; pero el delegado del club deberá abonar la cantidad de 60 Euros (antes de la salida). La inscripción se realizará por correo electrónico:



inscripcionesfca@hotmail.com

ARTÍCULO. -6

La interpretación del presente reglamento corresponde al Comité de Jueces de la F.C.A.

ARTÍCULO. - 7

Las reclamaciones deberán realizarse por escrito al Comité de Jueces, dentro de los 30' siguientes a la publicación de los resultados, abonándose 60 €uros en el momento de realizar la reclamación, que serán devueltos en el caso de ser atendida. En segunda instancia, en el caso de no estar de acuerdo con la resolución, y antes de 48 horas, se puede recurrir a la JUNTA DIRECTIVA DE LA F.C.A., que en la primera reunión que celebre, emitirá el fallo, que será definitivo y se lo comunicará al club por escrito.

ARTÍCULO. - 8

Los atletas deben tener la Licencia en vigor, debidamente diligenciada antes de realizar la inscripción, la FCA verificará ante la RFEA la vigencia de las Licencias de atletas de otras regiones y de los atletas extranjeros, que perteneciendo a clubes cántabros, no pertenecen a esta Federación.

ARTÍCULO. -9

El hecho de inscribirse debe entenderse como la aceptación del presente reglamento.

ARTICULO. - 10

Para lo no contemplado en el presente reglamento se tendrán en cuenta los reglamentos de la I.A.A.F y el de la R.F.E.A. y el propio de la Competición Trail Costa Quebrada (www.trailcostaquebrada.com)