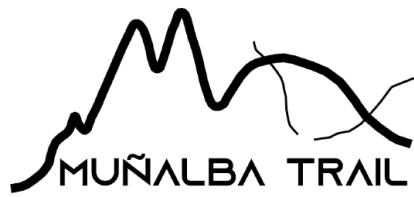




# V Muñalba Trail

## REGUMIEL de la SIERRA

26 de abril de 2025



### NORMATIVA V MUÑALBA TRAIL 2025

#### Organización y Colaboradores

El Club Deportivo Atletas del Zumel en colaboración con el Ayuntamiento de Regumiel de la Sierra, organiza la quinta edición de la carrera de montaña **Muñalba Trail**. Esta prueba cuenta con el apoyo del **Instituto Provincial para el Deporte y la Juventud de la Excma. Diputación Provincial de Burgos** y la **Real Federación Española de Atletismo (RFEA)**, que incluye la V Muñalba Trail en su calendario nacional de 2025.

La carrera se desarrollará en dos distancias homologadas por la RFEA y pertenecientes a la red de **Trail Running Center (TRC)** a nivel nacional.

#### Fechas y Horarios

- **Sábado 26 de abril de 2025**
- **23 km:** Desnivel positivo de 1.600 m. Salida a las 9:00 h.
- **12 km:** Desnivel positivo de 580 m. Salida a las 10:00 h.

**Lugar de Salida:** Plaza del Ayuntamiento de Regumiel de la Sierra.

#### Descripción de las Pruebas

- **23 km:** Recorrido de aproximadamente 23 km por el Monte de Regumiel de la Sierra, con un desnivel positivo de 1.600 m y un acumulado de 3.200 m. El 95% del recorrido transcurre por caminos y arrastraderos, alcanzando una altitud máxima de 2.079 m (Pico Muñalba) y 1.962 m (Peña Triguera).
- **12 km:** Recorrido por el pinar de Regumiel de la Sierra, compartiendo 8 km con la prueba de 23 km. Incluye 3 km de subida y 5 km de bajada, pasando por la Cueva de Covarnantes y la zona de Peña el Vaso.

#### Tracks GPX:

- 23 km- <https://es.wikiloc.com/rutas-outdoor/munalba-trail-xtrem-9-dic-31259246>
- 12 km - <https://es.wikiloc.com/rutas-carrera/munalba-trail-xtrem-12km-42488716>

#### Causa Solidaria

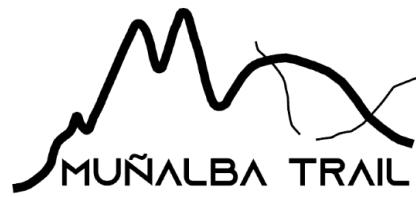
La V Muñalba Trail apoya a la **Asociación ABUDAH-TDAH Burgos**, una entidad sin ánimo de lucro que desde 2003 trabaja para mejorar la calidad de vida de las personas con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). Parte de la recaudación se destinará a esta asociación. Los participantes pueden colaborar con una aportación voluntaria durante el proceso de inscripción. Más información en [abudah.com](http://abudah.com).



# V Muñalba Trail

## REGUMIEL de la SIERRA

26 de abril de 2025



### Colaboradores

- **Entidades públicas:** Ayuntamiento de Regumiel de la Sierra, Junta de Castilla y León, Diputación de Burgos, Subdelegación del Gobierno de Burgos, Ayuntamientos de Quintanar de la Sierra y Neila.
- **Empresas y patrocinadores:** Empresas locales, comarcas y de las ciudades de Soria y Burgos, cuyos logos aparecen en la cartelería, página web y redes sociales.
- **Voluntarios:** Más de 150 personas que colaboran en la organización del evento.

### Dirección de la Prueba

- **Enrique Sainz Chicote:** Presidente del Club Deportivo Atletas del Zumel. Contacto: mtxregumiel@gmail.com / 639 27 92 03.
- **Roberto Martínez Cebrián:** Coordinador de Deportes de la Mancomunidad Alta Sierra de Pinares. Contacto: sierradeporte@gmail.com / 629 25 86 77.

Toda la información actualizada se publicará en las redes sociales de Muñalba Trail.

CANAL DE TELEGRAM  
INSTAGRAM  
FACEBOOK

<https://t.me/munalba>  
<https://www.instagram.com/munalbatrail>  
<https://www.facebook.com/munalbatrailxtrem>

---

### NORMAS DE PARTICIPACIÓN

#### 1. Inscripciones

- Plazo: Del 23 de febrero al 20 de marzo de 2025.
- Máximo de 300 participantes por prueba.

Enlace de inscripción web - <https://idj.burgos.es>  
<https://www.avaibooksports.com/inscripcion/v-munalba-trail/>

- No se admitirán inscripciones fuera de plazo o una vez alcanzado el límite de participantes.

#### 2. Precios

1. III MUÑALBA TRAIL CORTA 12K: 21 €.
2. V MUÑALBA TRAIL : 35 €
3. Pequemuñalba ; 0 € - gratuito

La inscripción incluye: Participación, bolsa del corredor, avituallamientos, asistencia sanitaria, servicio de masajes, comida en meta etc.

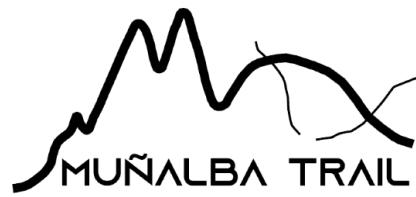
#### 3. Recogida de Dorsales



# V Muñalba Trail

## REGUMIEL de la SIERRA

26 de abril de 2025



**Viernes 25 de abril:** De 19:30 h en la zona de salida.

**Sábado 26 de abril:** Desde las 8:00 h en el salón del Ayuntamiento de Regumiel de la Sierra.

Es obligatorio presentar el DNI. Los dorsales deben llevarse visibles en todo momento.

#### 4. Material, Señalización y Controles

**El material ACONSEJABLE;** lleva todo aquello que consideres que te puede ser de utilidad como teléfono móvil, manta térmica, chubasquero, gorra, vaso, etc.

Vísperas del evento, se podrá ser **OBLIGATORIO** el mismo a los participantes todo ello en función del tiempo que nos acompañe en el mismo.

El recorrido estará señalizado con banderines, cinta baliza roja y blanca, y flechas. Cada kilómetro estará marcado con una placa visible.

#### 5. Avituallamientos

**23 km:** 4 avituallamientos (2 líquidos y 2 sólidos-líquidos), más el de meta.

**12 km:** 2 avituallamientos (1 sólido-líquido en el km 5,5 y 1 líquido en el km 8), más el de meta; estos compartidos por las dos carreras)

Los corredores deben llevar su propio recipiente para líquidos.

Está prohibido arrojar residuos fuera de los puntos establecidos.

#### 6. Asistencia a Accidentados

Los participantes están obligados a socorrer a los accidentados. La no asistencia será sancionada con la descalificación.

#### 7. Modificaciones del Recorrido

La organización se reserva el derecho de modificar el itinerario por condiciones meteorológicas adversas o causas de fuerza mayor.

#### 8. Responsabilidad del Participante

Los participantes deben estar en perfectas condiciones físicas y aceptar las normas de la prueba. Quedarán descalificados quienes no completen el recorrido, ensucien el entorno, no lleven el dorsal visible, reciban ayuda externa no autorizada o superen los tiempos de corte.

#### Tiempos de Corte:

- **23 km:**

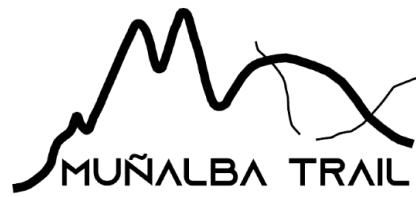
- Km 8 (Taza Plata): 1 h 45 min.
  - Km 15 (Chozo Marcelino): 3 h 15 min.
  - Km 19,5 (Peña el Vaso): 4 h 15 min.
  - Meta (Km 23): 5 h.
- **12 km:**



# V Muñalba Trail

## REGUMIEL de la SIERRA

26 de abril de 2025



- Km 6 (Covarnantes): 1 h 15 min.
- Meta (Km 12): 2 h 15 min.

### 9. Uso de Imagen

Los participantes autorizan a la organización a utilizar la imagen de los participantes para la promoción de la prueba.

### 10. Reconocimiento Médico

Se recomienda realizar un reconocimiento médico antes de la prueba.

### 11. Seguros

La organización cubre un seguro de responsabilidad civil y otro de accidentes específico para la prueba.

#### Normas de los Premios:

Los premios **no son acumulativos**. Esto significa que los ganadores de la categoría **General** no podrán recibir otros premios adicionales. La no asistencia a la ceremonia de entrega de trofeos se considerará como una renuncia a los premios o trofeos obtenidos. Cualquier delegación de recogida a otra persona deberá ser comunicada y autorizada previamente por la organización.

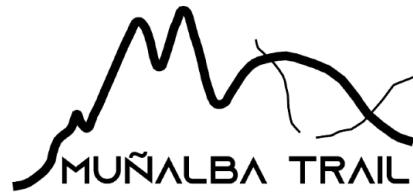
V MUÑALBA TRAIL 23 KM			
CATEGORIAS	EDADES	PREMIOS	
<b>ABSOLUTA FEMENINA</b>	Nacidos antes de 2007	1º Trofeo 150 euros	2º Trofeo 75 euros
			3º Trofeo 30 euros
<b>ABSOLUTA MASCULINA</b>	Nacidos antes de 2007	1º Trofeo 150 euros	
		2º Trofeo 75 euros	
<b>SENIOR FEMENINO</b>	Nacidos entre 2007 – 1986	3º Trofeo 30 euros	
<b>SENIOR MASCULINO</b>	Nacidos entre 2007 – 1986	1º Trofeo	
<b>MASTER A FEMENINO</b>	Nacidos entre 1985 – 1976	1º Trofeo	
<b>MASTER A MASCULINO</b>	Nacidos entre 1985 – 1976	1º Trofeo	
<b>MASTER B FEMENINO</b>	Nacidos entre 1975 – 1966	1º Trofeo	
<b>MASTER B MASCULINO</b>	Nacidos entre 1975 – 1966	1º Trofeo	
<b>MASTER C FEMENINO</b>	Nacidos entre 1965 - 1924	1º Trofeo	
<b>MASTER C MASCULINO</b>	Nacidos entre 1965 - 1924	1º Trofeo	
<b>LOCAL FEMENINO</b>	Nacidos antes 2007	1º Trofeo	
<b>LOCAL MASCULINO</b>	Nacidos antes 2007	1º Trofeo	
III MUÑALBA TRAIL CORTA 12 KM			
<b>ABSOLUTA FEMENINA</b>	Nacidos antes de 2011	1º Trofeo	2º Trofeo
<b>ABSOLUTA MASCULINA</b>	Nacidos antes de 2011	3º Trofeo	1º Trofeo
<b>LOCAL FEMENINO</b>	Nacidos antes de 2011	2º Trofeo	3º Trofeo
		1º Trofeo	



# V Muñalba Trail

## REGUMIEL de la SIERRA

26 de abril de 2025



LOCAL MASCULINO	Nacidos antes de 2011	1º Trofeo
-----------------	-----------------------	-----------

### Aceptación de Bases y Protección de Datos:

Al inscribirse en la prueba, cada participante acepta las bases de la **V Muñalba Trail** y autoriza a la Organización, así como a la empresa encargada de gestionar las inscripciones y los tiempos finales, a utilizar y divulgar sus datos personales. Esto incluye la publicación de resultados, puntuaciones y la inclusión en la lista de participantes del circuito.

La organización garantiza el cumplimiento de la **Ley Orgánica 3/2018 de Protección de Datos Personales y Garantía de Derechos Digitales**, asegurando que los datos proporcionados serán tratados únicamente para gestiones administrativas, comerciales y actividades relacionadas con el evento.

### Uso de Imagen y Derechos:

Al aceptar este reglamento, el participante autoriza a la organización a grabar total o parcialmente su participación en la prueba. Asimismo, cede los derechos de uso de su imagen para la promoción y difusión del evento, incluyendo su explotación comercial y publicitaria, sin derecho a compensación económica. La organización podrá publicar fotos y/o vídeos del participante en la página web oficial, comprometiéndose a hacer un uso responsable de dicho material.

---

### CIRCUITOS ASOCIADOS a MUÑALBA TRAIL 2025.

- **Diputación de Burgos Trail Series:**

- 26/04/2025: V Muñalba Trail (Regumiel de la Sierra).
- 03/05/2025: VI La Traspineda (Pineda de la Sierra).
- 07/06/2025: XI La Picón (Castro Espinosa de los Monteros).
- 06/07/2025: XXII Subida al San Millán (Pradoluengo).

- **Círculo de Trail Running de Castilla y León:**

La V Muñalba Trail es parte del III Círculo de Trail Running de Castilla y León.

---

### Aceptación del Reglamento

Este reglamento tiene como objetivo garantizar el buen funcionamiento del evento y la máxima imparcialidad entre los participantes. La organización se reserva el derecho de modificar cualquier norma para mejorar la prueba deportiva, así como de descalificar a aquellos atletas que no respeten las normas de comportamiento y participación establecidas.

**¡Os esperamos en la V Muñalba Trail 2025!**