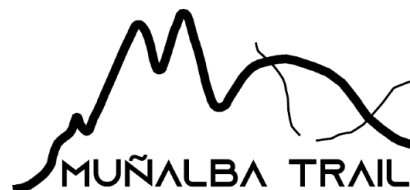




# V Muñalba Trail

## 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

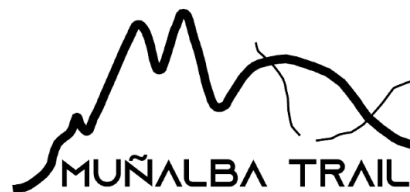
La V Muñalba Trail apoya a la **Asociación ABUDAH-TDAH Burgos**, una entidad sin ánimo de lucro que desde 2003 trabaja para mejorar la calidad de vida de las personas con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). Parte de la recaudación se destinará a esta asociación. Los participantes 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, comarcales 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.

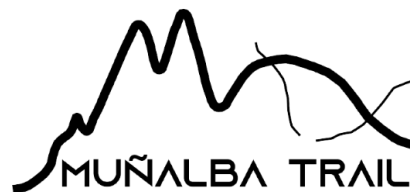
#### 3. Recogida de Dorsales



# 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		
ABSOLUTA FEMENINA	Nacidos antes de 2007	1º Trofeo 150 euros	2º Trofeo 75 euros	3º Trofeo 30 euros
ABSOLUTA MASCULINA	Nacidos antes de 2007	1º Trofeo 150 euros	2º Trofeo 75 euros	3º Trofeo 30 euros
SENIOR FEMENINO	Nacidos entre 2007 – 1986	1º Trofeo		
SENIOR MASCULINO	Nacidos entre 2007– 1986	1º Trofeo		
MASTER A FEMENINO	Nacidos entre 1985 – 1976	1º Trofeo		
MASTER A MASCULINO	Nacidos entre 1985 – 1976	1º Trofeo		
MASTER B FEMENINO	Nacidos entre 1975 – 1966	1º Trofeo		
MASTER B MASCULINO	Nacidos entre 1975 – 1966	1º Trofeo		
MASTER C FEMENINO	Nacidos entre 1965 - 1924	1º Trofeo		
MASTER C MASCULINO	Nacidos entre 1965 - 1924	1º Trofeo		
LOCAL FEMENINO	Nacidos antes 2007	1º Trofeo		
LOCAL MASCULINO	Nacidos antes 2007	1º Trofeo		
III MUÑALBA TRAIL CORTA 12 KM				
ABSOLUTA FEMENINA	Nacidos antes de 2011	1º Trofeo	2º Trofeo	3º Trofeo
ABSOLUTA MASCULINA	Nacidos antes de 2011	1º Trofeo	2º Trofeo	3º Trofeo
LOCAL FEMENINO	Nacidos antes de 2011	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).
- **Circuito de Trail Running de Castilla y León:**

La V Muñalba Trail es parte del III Circuito 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!**