



## **REGLAMENTO XI VALDELAGUA CROSS**

1. El día 23 de mayo de 2026 a las 17:00 horas, y coincidiendo con la celebración del XI 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 será realizado por la organización ajustándose a los estándares habituales prefijados. Para el cronometraje de la prueba de 7 kilómetros se contará con la colaboración de personal voluntario instruido para tal efecto.

7. Las inscripciones serán:

On-line. A través de la página web, [www.valdelaguacross.com](http://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 22/05/2026:

- 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](mailto: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 23 de mayo, desde las 10:00 hasta las 16:00 en 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 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



## DOCUMENTO DE DESCARGA DE RESPONSABILIDADES

La persona abajo firmante se compromete a cumplir con la siguiente declaración el día del evento:

Doy fe de que he leído y acepto el reglamento del **X Valdelagua Cross**, que se celebrará el próximo día **23 de mayo del 2026**.

Que estoy físicamente preparado para la competición, tengo buena salud general, sin padecer enfermedad, defecto físico o lesión que pueda empeorar por mi participación en la prueba. Si durante la carrera, puedo sufrir algún tipo de lesión o cualquier otra circunstancia que pudiera perjudicar gravemente mi salud, lo pondré en conocimiento de la organización antes de la salida.

Que me comprometo a cumplir las normas y protocolos de seguridad establecidos por la organización, así como mantener un comportamiento responsable que no aumente los riesgos para mi integridad física o psíquica.

Seguiré las instrucciones y acataré las decisiones que tomen los responsables de la organización (jueces, médicos y organizadores) en términos de seguridad.

Autorizo a los servicios médicos de la prueba, a que me practiquen cualquier cura o prueba diagnóstica que pudiera necesitar estando o no en condiciones de solicitarla. Me comprometo a abandonar la prueba si ellos lo estiman necesario para mi salud.

Participo voluntariamente y bajo mi propia responsabilidad en la prueba. Por ello, eximo de cualquier responsabilidad a la organización, colaboradores, patrocinadores y cualquier otro participante, por cualquier daño físico o material.

**Datos Necesarios:**

**Nombre y apellidos:**

**DNI:**

Firma

