

“SOLIDARIDAD ENTRE MONTAÑAS”.

LA ALPUJARRA SE PONE EN MARCHA CONTRA EL CÁNCER.

PRESENTACIÓN



La Delegación de Deportes de la Diputación de Granada, con la colaboración de la Junta de Andalucía, la Universidad de Granada, la Mancomunidad de Municipios de la Alpujarra granadina y los municipios de Bubión, Busquístar, Capileira, La Taha, Pampaneira, Pórtugos y Trevélez, junto a la Federación Andaluza de Montañismo, y las firmas patrocinadoras y colaboradoras, organizan,

“I CAMINATA SOLIDARIA CONTRA EL CÁNCER” (27/5/2017).

“I TRAIL MONTAÑAS SOLIDARIAS” (28/5/2017).

La I Caminata Solidaria contra el cáncer tendrá lugar el sábado 27 de mayo, y el I Trail Montañas Solidarias el domingo 28 de mayo, ambos en el término municipal de Pórtugos, con carácter solidario.

Los objetivos de esta campaña son:

-] Colaborar, promover e incentivar la investigación en la lucha contra el cáncer.
-] Apoyar e inculcar los valores de cooperación y empatía entre la población.
-] Promocionar La Alpujarra como comarca multicultural, saludable, reivindicativa y unida en la investigación contra el cáncer.
-] Recaudar fondos para apoyar la investigación y así contribuir a encontrar una curación definitiva del cáncer y para mejorar el tratamiento y calidad de vida del paciente.
-] Sensibilizar a la población y contribuir a la normalización y humanización de esta enfermedad.
-] Fomentar hábitos de vida saludables que puedan prevenir el cáncer.

La salida de la **Caminata Solidaria contra el cáncer** se hará en Pórtugos el sábado día 27 de mayo, a las **9:00 el sendero Largo** y a las **11:00 el sendero corto**. La meta estará situada en el mismo lugar de salida.

La distancia a recorrer será de **6,5 Km para el sendero corto** y **15,5 Km para el sendero largo**.

La salida del **Trail y Mini Trail Solidaridad entre Montañas** se hará en Pórtugos el domingo día 28, de mayo a las 10:30 horas y la meta estará situada en el mismo lugar de salida.

La distancia a recorrer en el Trail será de **19 km para la modalidad Trail**, y **9 Km para el Mini Trail**.

Este proyecto se desarrollará en la Alpujarra, una de las comarcas que hasta no hace mucho tiempo ha sido una de las más desconocidas de España.

Su situación geográfica y sus malas vías de comunicación tanto internas como con otras comarcas forjaron a una región singular.

La Alpujarra se conforma físicamente como un espacio rural de montaña mediterránea, emplazado en el sureste de España entre las provincias de Granada y Almería.

La Alpujarra posee gran parte de su territorio dentro de Sierra Nevada. Este macizo montañoso pertenece al conjunto de las Béticas y situado en Andalucía.

En 1986 fue declarada **Reserva de la Biosfera por la UNESCO**, Parque Natural por la Junta de Andalucía y en 1999 gran parte de su territorio fue declarado Parque Nacional por sus valores botánicos, paisajísticos y naturales. **Es el macizo montañoso de mayor altitud de toda Europa Occidental después de Los Alpes** y el **techo de la Península Ibérica**, con el Pico Mulhacén, de 3.480 m.



NORMATIVA Y REGLAMENTO.

El reglamento puede ser modificado en cualquier momento por la organización sea por previsión meteorológica o por cualquier tipo de circunstancia.



1. Participación.
2. Inscripciones.
3. Categorías.
4. Horarios.
5. Itinerario.
6. Avituallamientos.
7. Material aconsejable.
8. Meteorología.
9. Eco responsabilidad.
10. Seguridad.
11. Identificación, dorsales y controles de paso.
12. Resultados.
13. Premios y Trofeos.
14. Comisión Técnica.
15. Mapas.

1. PARTICIPACIÓN.

Todas las pruebas estarán de acuerdo con las condiciones establecidas en el **Reglamento de Carreras por Montaña de la FAM.**

El recorrido estará controlado por el **Comité de Árbitros de la FAM.**

Podrá participar cualquier persona que lo desee, federados o no, siempre que realicen correctamente la solicitud de inscripción en tiempo y forma según el presente reglamento. En la modalidad TRAIL podrán participar los mayores de 18 años, en caso de modalidad Mini Trail y senderista para menores de edad será necesario autorización de padre/madre/tutor.

- ⌋ Los deportistas federados podrán hacerlo con la Licencia Federativa de Montañismo bien sea de la FAM o bien de FEDME tramitada por cualquier Federación Territorial de España.
- ⌋ Los deportistas **no federados** deberán hacerlo **con la licencia federativa de un día, expedida por la FAM.**

Todo participante, por el hecho de realizar la inscripción, acepta el presente Reglamento, la publicación y tratamiento de sus datos, imágenes y/o filmes, con arreglo a la legislación vigente, así como las posibles resoluciones tomadas por el Comité Organizador y su Comisión Técnica.

La organización no se hace responsable de los daños que pudieran causar o causarse los participantes por imprudencias o negligencias de los mismos. Igualmente, el participante declara estar en condiciones físicas óptimas para realizar esta prueba y lo hace bajo su responsabilidad, eximiendo a la Diputación de Granada y a la Organización de la Prueba de dicha responsabilidad.

Los responsables de la organización tendrán también potestad para retirar de la prueba a los participantes que infrinjan las normas de la prueba, no hayan completado el recorrido marcado, no lleven el dorsal reglamentario de forma bien visible, desatiendan las indicaciones de los organizadores o mantengan una actitud poco deportiva hacia los demás corredores.

Será motivo de descalificación de la prueba incurrir en:

-)] No llevar dorsal visible en la parte delantera, y/o utilizar el de otra persona. No podrá ser doblado ni recortado.
-)] No realizar el recorrido completo.
-)] Utilizar más de un chip o el de otra persona.
-)] Conducta antideportiva.
-)] Participar bajo una identidad falsa o suplantando a otra persona.

Los participantes dispondrán de un seguro de accidentes y responsabilidad civil que cubrirá las incidencias inherentes a la carrera, conforme establece la legislación vigente.

En la prueba de Trail se dispondrá de un servicio de cronometraje electrónico mediante microchip para la prueba.

Los únicos vehículos autorizados a seguir la prueba serán los designados por la Organización. La totalidad del circuito estará cerrado al tráfico durante el paso de los participantes.

Obligaciones de los participantes.

-)] Socorrer a otro corredor en peligro o accidentado y a comunicarlo a la organización.
-)] No abandonar desperdicios, envolturas, alimentos o material salvo en los lugares habilitados por la organización.
-)] Seguir las instrucciones de los miembros de la organización, mostrándose respetuosos con éstos y con los demás corredores.
-)] No salirse del itinerario señalizado.
-)] Para retirarse: comunicarlo en un control o avituallamiento, entregando el dorsal. Asume toda su responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado. Si decide continuar en el recorrido será bajo su absoluta responsabilidad.

2. INSCRIPCIONES

En ambos casos será obligatorio inscribirse para poder participar en la carrera y el senderismo.

a) Inscripciones para el Trail y Mini Trail:

-)] Las inscripciones se realizarán solo por sistema ONLINE a través de la Web oficial del circuito www.alpujarrasolidaria.com
-)] La inscripción estará abierta **hasta el 23 de mayo**.
-)] Inscripciones limitadas: 250 corredores/as para el Trail, y 150 para el Mini Trail.
-)] Precio: **20 €** (de los cuales 5€ irán destinados al proyecto “Solidaridad entre Montañas”).

b) Inscripciones para el Senderismo:

-)] Las inscripciones para el senderismo podrán realizarse a través de la web www.alpujarrasolidaria.com, o bien en los puntos que a continuación se indica:

BUBIÓN:

- Casa de la cultura
Lunes y miércoles de 10 a 14:00 y de lunes a viernes de 17:00 a 20:00

BUSQUÍSTAR: lunes a viernes

- Ayuntamiento de Busquistar: c/plaza nº1 horario de 9:00 a 12:00 en el Ayuntamiento

PÓRTUGOS: lunes a viernes

- Mañanas: Ayuntamiento 09:00 hasta 15:00 horas.
- Tarde Guadalinfo 16:00 horas hasta 20:00 horas

PITRES:

- Ayuntamiento. Calle plaza del Ayuntamiento 1 De lunes a viernes 9:30 a 13:30

LANJARÓN

- Hecho a mano: Bria&me (Calle Moraledas) De lunes a viernes 10:00 a 13:30 y de 17: a 20:30
- Bar Los Parrales (C/ Señor de la Expiración).

-)] La inscripción estará abierta hasta el **23 de mayo**.
-)] Inscripciones para el senderismo limitadas a 700 senderistas.
Precio: **5€**, de los cuales 4 euros irán destinados al proyecto “Solidaridad entre Montañas”, y el euro restante para un seguro de accidentes para el senderista.

c) Retirada de dorsales y/o Micro Chips.

- J) **Trail:** En la Delegación de Deportes, los días 24 y 25 de mayo, o bien en la **Feria del Corredor** (sábado día 27 de mayo), o bien dos horas antes de la salida de la prueba en la secretaria de la misma.
- J) **Senderismo:** desde el 10 de abril al 23 de mayo, en los mismos puntos donde se realiza la inscripción, o bien dos horas antes de la salida de la prueba en la secretaria de la misma.

Protección de Datos.

De acuerdo con lo establecido por la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, los participantes en el momento de facilitar sus datos otorgan su consentimiento para que éstos sean incluidos en un fichero automatizado propiedad de la organización.

Los participantes autorizan a la organización a difundir las imágenes (fotografías y vídeos que se tomen con motivo de la prueba.

Todas las personas que lo soliciten podrán ejercitar su derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición de sus datos e imágenes mediante correo electrónico dirigido a la dirección de correo electrónico infodeportes@dipgra.es

3. CATEGORÍAS

Se establecen las siguientes categorías:

3.1.- Modalidad Trail (CxM: Prueba oficial).

Los participantes estarán divididos en las siguientes Categorías y Subcategorías, tanto para hombres como para mujeres, según edades:

Categorías: Estas son las categorías establecidas tanto en mujeres como en hombres.

CADETE:	15, 16 y 17 años. Que no cumplan los 18 años el año de referencia.
JÚNIOR:	18, 19 y 20 años, es decir, que no cumplan los 21 años el año de referencia.
ABSOLUTA:	A partir de 21 años cumplidos el año de referencia.
PROMESA:	21, 22 y 23 años, es decir, que no cumplan los 24 años el año de referencia.
SÉNIOR:	De 24 a 39 años cumplidos el año de la competición).
VETERANOS/AS:	De 40 a 50 cumplidos el año de la competición).
MÁSTER	De 51 en adelante cumplidos el año de la competición).

IMPORTANTE:

- J) Los participantes en la **categoría cadete** solo podrán hacerlo en la modalidad Mini Trail.
- J) Para las categorías **cadete y júnior** se establece una distancia de **9 km y de 400 a 600 metros de desnivel** acumulado en subida Se admite una discrepancia en distancia y desnivel del $\pm 10\%$). Los **cadetes** deberán adjuntar la autorización de los padres o tutores.
- J) Para la Categoría **Absoluta y todas las Subcategorías**, la distancia será de **20 km y de 600 metros de desnivel** acumulado en subida ($\pm 10\%$).

3.2.- Modalidad de Mini Trail (Solo Adultos).

Categoría única masculina y femenina.

3.3.- Modalidad Senderismo

No existen categorías. Es una especialidad que no tiene carácter competitivo.

4. HORARIOS

Los horarios previstos son los siguientes:

La salida de la **Caminata Solidaria contra el cáncer** se hará en Pórtugos el **sábado día 27 de mayo, a las 9:00 el sendero Largo y a las 11:00 el sendero corto**. La meta estará situada en el mismo lugar de salida.
La distancia a recorrer será de 6,5 Km para el sendero corto y 15,5 Km para el sendero largo.

La salida del **Trail y Mini Trail Solidaridad entre Montañas** se hará en Pórtugos el **domingo día 28 de mayo a las 10:30 horas** y la meta estará situada en el mismo lugar de salida.

La distancia a recorrer en el Trail será de **19 km para la modalidad Trail, y 9 Km para el Mini Trail**.

Se establece un **tiempo máximo para la finalización de los recorridos Trail, Mini Trail y Senderismo de 3,30 horas**, determinándose esta limitación desde la hora de salida.

5. ITINERARIO

Circuito circular que se desarrolla en terreno de montaña. Se dispondrá de personal para regular el tráfico en los cruces urbanos y en los rurales.

Todo el recorrido se encontrará balizado con cinta y flechas reutilizables, en cruces de caminos y puntos delicados. Serán retiradas por la organización los días siguientes a la prueba.

El circuito no está cerrado al tráfico por lo que el corredor se responsabiliza de cumplir el Código de Circulación.



Trail: Se requiere una buena forma física debido a la distancia y el desnivel acumulado.

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
|)] Distancia: 19 km |)] Altitud máxima: 1950 m |
|)] Altitud mínima: 1307 m |)] Altitud media: 1650 m |
|)] Pendiente máxima: 33% |)] Pendiente media: 9,8% |

Mini Trail:

- | | |
|---------------------------|--------------------------|
|)] Distancia: 9 Km |)] Altitud media: 1517 m |
|)] Altitud máxima: 1690 m |)] Pendiente máxima: 30% |
|)] Altitud mínima: 1307 m |)] Pendiente media: 11% |

Senderismo:

- | | | |
|---------------------------|-----------------|-----------------------|
|)] Sendero largo: 15,5 Km | 900 m desnivel. | Dificultad: moderado. |
|)] Sendero Corto: 6,5 Km | 335 m desnivel. | Dificultad: moderado. |

El itinerario sobre cartografía o en formato digital (track) y el perfil con detalle de controles, avituallamientos y zonas técnicas serán publicados en la web de la carrera.

El recorrido estará controlado por personal de la Organización y de la Federación Andaluza de Montañismo.

6. AVITUALLAMIENTOS. (Solo en Trail y Mini Trail).

Los avituallamientos se encuentran en lugares accesibles con coche.

-)] No se servirá en vasos y **el participante deberá llevar consigo recipiente para llevar o beber líquido.**
-)] Se ofrecerán productos sin envase, envoltura o piel.
-)] No obstante, se dispondrá de 2 bolsas de basura en el avituallamiento para orgánico y plástico. No existirá ningún punto para depositar basura pasado el control de avituallamiento, siendo éste inicio y fin del mismo.
-)] Está prohibido el avituallamiento y la ayuda durante el desarrollo de la carrera de cualquier persona sea competidor o no, salvo en las zonas señalizadas como avituallamientos.

Líquido: Agua, Isotónica, Cola.

Sólido: Plátano, Fruta Seca, Galletas Saladas, Dulce Membrillo, Chocolate, Sándwich.

Km 5	Líquido
Km 10	Líquido + sólido
Km 15	Líquido + sólido
Km 19 (Meta)	Líquido + sólido

7. MATERIAL ACONSEJABLE

-)] **Ropa y Zapatillas adecuadas** para una carrera de media montaña.
-)] Botellín 500ml, sistema de hidratación, vaso. No se servirán vasos para líquidos.
-)] La organización se reserva la potestad de modificar el material obligatorio con días de antelación en función de las condiciones meteorológicas previstas.
-)] **En función de las condiciones meteorológicas:** Cortavientos, Braga, Manquitos, Gorra, Guantes, Mallas largas.
-)] **Teléfono móvil.**
-)] Se autoriza el uso de **Bastones.**

8. METEOROLOGÍA

El mal tiempo no será impedimento para la celebración de la carrera, salvo que este pueda poner en riesgo la integridad física de los participantes.

La organización podrá interrumpir neutralizando la prueba en cualquier punto si considera que pueda haber serio peligro para la integridad física de los participantes o fuerza mayor.

En el caso de interrupción o anulación de la prueba, porque las condiciones climatológicas así lo requieran, los derechos de inscripción no serán devueltos.

9. ECORESPONSABILIDAD

El itinerario transcurre por parajes de alto valor ecológico, por lo que se deben seguir las pautas de comportamiento habituales en los espacios protegidos: **no dejar residuos, no encender fuego, no producir ruidos que molesten a la fauna, no acampar, no salirse del recorrido señalado, en definitiva, no dejar rastro de nuestra actividad.**

Se reducirá al mínimo el uso de plásticos en el monte: avituallamientos, señalización. La organización utilizará en lo posible material reutilizable o reciclable. Por este motivo no se servirá líquidos en vasos y cada participante deberá llevar consigo su propio recipiente.

Se dejará el monte como estaba, recogiendo basura y señalización.

10. SEGURIDAD

-)] La organización dispone de un **seguro de Responsabilidad Civil y de Accidentes** para los participantes no federados.
-)] Habrá un **servicio de Atención Sanitaria y Protección Civil** para casos de accidente o necesidad de evacuación del corredor.
-)] **Un corredor y senderista “escoba” de la organización actuará como cierre** de carrera y el senderismo, a un ritmo según el horario previsto. El corredor/senderista Escoba tiene potestad para retirar el dorsal descalificando al corredor en un control o avituallamiento.
-)] No está permitida la participación a menores de edad en la prueba de Trail.

11. IDENTIFICACIÓN, DORSALES Y CONTROLES DE PASO (Solo en el Trail y Mini Trail).

- 1) **La Organización facilitará a cada corredor/a un dorsal y un micro chip**, cuya utilización será obligatoria.
- 2) El Chip deberá ser devuelto en el área de meta a la finalización de la misma, en el momento de recoger la Bolsa del Corredor.
- 3) El participante estará obligado a portar el dorsal y **podrá ser requerido para su verificación** en cualquier momento por el organizador y/o jueces de la prueba.
- 4) El corredor será el responsable del dorsal desde el mismo momento que se le entregue y deberá conservarlo en perfectas condiciones. Su manipulación y/o pérdida podrá acarrear la descalificación.
- 5) **La pérdida, deterioro o no devolución del chip**, sea por el motivo que fuere, será penalizada con una sanción de 5,00 €, que deberá abonar el participante. De no ser así, quedará descalificado de la prueba.

12. RESULTADOS.

Los resultados de la prueba serán expuestos en la web de la prueba www.alpujarrasolidaria.com, así como el resto de medios que la organización estime oportunos

13. PREMIOS Y TROFEOS.

Los premios no serán acumulables. En caso de duplicidad de premios, el deportista está obligado a aceptar el de mayor categoría, dejando vacante el puesto conseguido en una categoría inferior.

En las pruebas de Trail y Mini Trail se entregará:

-)] **Bolsa del corredor** compuesta por:
 1. camiseta técnica conmemorativa,
 2. “Gym sac” conmemorativo
 3. Botellín Agua
 4. Gorra Técnica.
-)] **Medalla Finisher** a todos/as los participantes que terminen la prueba.
-)] Regalos a todos/as los participantes que terminen la prueba.
-)] **Paella** para todos los inscritos/as.

Trofeos Trail y Mini Trail Categoría absoluta (m/f):

-)] **Bolsa del corredor** compuesta por:
 1. camiseta técnica conmemorativa,
 2. “Gym sac” conmemorativo
 3. Botellín Agua
 4. Gorra Técnica.
-)] **Trofeo a los tres primeros clasificados masculinos y femeninos.**
-)] **Medalla Finisher** a todos/as los participantes que terminen la prueba

) Regalos a todos/as los participantes que terminen la prueba.

) Paella para todos los inscritos/as.

Otras categorías y Subcategorías:

) Trofeo a los tres primeros clasificados masculinos y femeninos.

Premio clubes: Se entregará un premio al club con más corredores que finalicen la prueba.

Todos aquellos corredores que consigan algunos de los premios fijados por la Organización deberán presentar su DNI o pasaporte al recoger su dorsal y bolsa del corredor.

A todos los senderistas se les entregara una camiseta conmemorativa y botellín de agua.

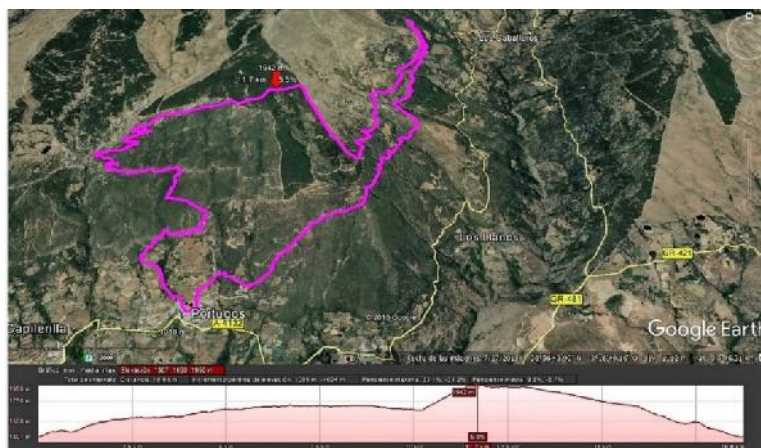
14. COMISIÓN TÉCNICA

Se creará una Comisión Técnica encargada de atender y gestionar las posibles reclamaciones que de la prueba puedan surgir, formada por un representante nombrado por la Diputación de Granada, un representante nombrado por la Delegación Granadina de la Federación Andaluza de Montañismo y un responsable de la organización de la prueba.

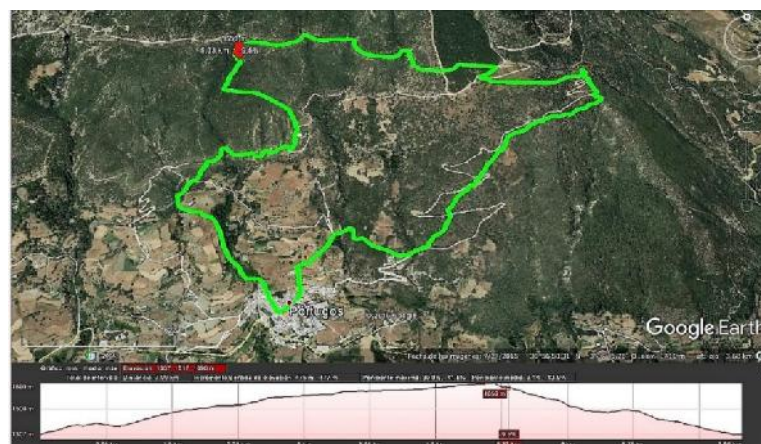
Tras la finalización de la prueba, la Comisión Técnica realizará una valoración detallada de la misma, para evaluarla y proponer mejoras y cambios en sucesivas ediciones.

15. MAPAS

TRAIL: 19 Km.



MINI TRAIL: 8 km.



INFORMACION:

www.alpujarrasolidaria.com <http://www.alpujarraturistica.com/portada>

Ayuntamientos de: Bubión, Busquistar, Capileira, La Taha, Pampaneira, Pórtugos y Trevélez.

Oficina Zonal de la Delegación deportes en la Alpujarra. Plaza del Ayuntamiento nº 1. 18414 La Tahá (Pitres) Teléfonos: 679 162 658 - 958 102 945 - 638 567 067

Oficina Mancomunidad de Municipios de la Alpujarra granadina. Calle Obrador, 18440 Cádiar, Granada Teléfono: 958 85 05 21

Delegación Deportes Diputación de Granada. Ciudad Deportiva Diputación: Avda. Barón Pierre de Coubertin (Armilla). Teléfono: 958 247 308

Como llegar a Pórtugos: <http://www.portugos.es/es/como-llegar> **Google Maps:** <https://goo.gl/maps/yaB43AYfyhF2>