



## **REGLAMENTO IV ULTRA MARATON COSTA DE ALMERÍA**

**Artículo 1. La Prueba.** C.D. AQUEATACAMOS organiza el V ULTRA MARATÓN COSTA DE ALMERÍA el día 7 de Diciembre de 2019, carrera a pie de resistencia de 75 kilómetros de distancia . Asimismo, organiza el V MARATON COSTA DE ALMERÍA, recorrido con distancia 44 kms y para la categoría Senderista y Corredor hemos aportada la III TRAIL COSTA DE ALMERIA con una distancia aproximada de 33 km.

**Artículo 2. Recorrido.** El V ULTRA MARATON COSTA DE ALMERÍA tendrá el siguiente recorrido: Aguamarga-Cala El Plomo-Cala San Pedro-Las Negras-El Playazo-Rodalquilar-Sendero El Cinto--La Isleta del Moro-Los Escullos-Cala Higuera-San José-Genoveses-Vela Blanca-Faro Cabo de Gata-La Fabriquilla-Cabo de Gata-Rambla Morales-Retamar-El Toyo.

El recorrido largo de la ULTRA MARATON tendrá su salida en Aguamarga la MARATON tendrá su salida en la Isleta del Moro y por el último el TRAIL con salida en San José , teniendo los tres recorridos su finalización en Retamar- Toyo.

**2.1:** Recorrido. El itinerario en su primera mitad (variante larga) recorre terreno de baja montaña, costero, utilizando caminos, pistas y sendas, siempre en el interior del Parque Natural Cabo de Gata-Nijar. Es recomendable que los participantes tengan experiencia en pruebas de esta envergadura, siendo plenamente conscientes de la longitud, dificultad, y exigencia física de la prueba, la cual podrá desarrollarse bajo condiciones meteorológicas adversas.

**2.2:** El recorrido estará marcado por la Organización con cinta plástica de color vivo, y piquetas de madera con flechas plastificadas y otros elementos de señalización que se consideren imprescindibles para una adecuada orientación de los participantes, que estarán ubicados a intervalos regulares, dependiendo de la tipología del terreno y de las vías por las que se transite en cada momento.

**2.3: Será obligatorio para todos los participantes completar la totalidad del recorrido, pasando por todos los controles establecidos.** El participante que ataje o recorte el itinerario marcado, será penalizado en función de las características del tramo recortado (desnivel, distancia, dificultad, etc.) El participante que no pase por todos los controles establecidos y valide correctamente su tarjeta chip o que utilice algún medio mecánico para su desplazamiento, será descalificado.



### **Controles Obligatorios:**

- **Aguamarga (salida).** Ultra maratón
- . **Las Negras.** Ultra maratón
- . **Cortijo del Fraile.** Ultra maratón
- . **La Isleta del Moro.** Ultra maratón
- . **San José.** Ultra maratón , Maratón y Trail
- . **La Fabriquilla.** Ultra maratón , Maratón y Trail.
- . **Cabo de Gata.** Ultra maratón , Maratón y Trail
- . **Retamar El Toyo.** Ultra maratón y Maratón
- .

**2.5:** Se establecerán unos tiempos máximos de paso para distintos puntos que se harán públicos con antelación a través de la web y en la charla técnica, los cuales no serán especialmente exigentes, siendo adecuados para cualquier participante que se encuentre en un buen estado de forma física, y esté habituado a participar en pruebas de resistencia. Aquellos participantes que los sobrepasen, deberán entregar su dorsal en el control más próximo, retirarse de la prueba y seguir las instrucciones de los responsables del control para llegar a meta.

**2.6:** La organización podrá realizar las modificaciones que considere necesarias en el recorrido, incluso la suspensión de la prueba, si las condiciones meteorológicas así lo aconsejasen, o por otras causas de fuerza mayor. En este caso y una vez efectuada la salida, los derechos de inscripción no serán devueltos.

**2.7:** Si fuera necesario interrumpir y suspender la prueba en un punto del recorrido, la clasificación se determinará según el orden y tiempo de llegada en el punto de interrupción o, en su defecto, en el último control realizado.



## 2.8 Cancelación o modificación de fecha de la prueba.

La organización podrá suspender o modificar la fecha inicialmente prevista siempre que sea por una causa de fuerza mayor o cualquier otra como dificultades insuperables en la obtención de los permisos preceptivos para la celebración de la misma o convocatorias electorales. En el caso de suspensión la organización restituirá el importe de la inscripción a cada uno de los participantes, pero en ninguno de los casos se podrá hacer responsable de cualquier gasto incurrido por parte de cualquier participante para su participación en la prueba (hoteles, billetes avión, tren, autobús, o gastos asimilables)."

### **Artículo 3. Avituallamientos.**

**3.:** Esta **carrera** el participante participará en modo eco-responsable y de semi **autosuficiencia**.

**3.1:** Cada participante deberá prever y portar la cantidad de alimentos, bebidas, sales y complementos que estime necesarios para poder completar el recorrido.

**3.2:** La Organización dispondrá, como apoyo, de los siguientes avituallamientos, con bebidas y alimentos en cantidades estimadas como razonables, que se deberán consumir en el mismo punto de control-avituallamiento:

*No se facilitarán vasos en los puestos de avituallamiento.* Cada participante deberá portar y utilizar su propio vaso para consumir las bebidas. El agua estará destinada única y exclusivamente para rellenar los bidones o bolsas de hidratación, **el resto de bebidas deberán consumirse *in situ* usando el vaso obligatorio.**

**3.3:** Cada participante deberá marcar de manera legible su número de dorsal, con rotulador indeleble, en los envoltorios de barritas, geles, o comida envuelta que decida llevar consigo desde la salida.

Es obligación de cada participante llevar sus desperdicios hasta la meta o cualquiera de los avituallamientos-puntos de control dispuestos por la Organización. El corredor que no los deposite o los tire en una zona no preparada, será descalificado.

**3.4:** Cada participante deberá portar el siguiente **material ACONSEJABLE** en la categoría ultra:

- Depósito de agua, mínimo de 0,5 l.
- Gorra, visera o bandana.
- Luz roja posición trasera
- Linterna-frontal en perfecto estado de uso



- Cortavientos-impermeable
- Vaso máx. 33 cl.
- Teléfono móvil con batería cargada y teléfonos de la organización.
- Silbato.



La organización **aconseja** el mismo material para los participantes en distancia maratón.

**3.5:** La Organización podrá solicitar otro material obligatorio si las condiciones meteorológicas así lo aconsejasen. Esta circunstancia, de ser necesaria, se comunicará con antelación, en la charla técnica.

**3.6:** Los participantes en distancia ultra maratón podrán recibir o devolver material y/o ni ropa de recambio en el punto de control de San José. Para tal efecto la organización dispondrá un servicio de recogida de bolsas en la salida para transportarlo al punto de control indicado.

La organización no recomienda el uso de bastones, por la escasez de tramos técnicos en los que su uso pueda ser recomendable. Los participantes que opten por su uso, no obstante, deberán llevarlos consigo desde el inicio hasta el final de la prueba, no estando

permitido el abandono o entrega de los bastones en ningún lugar del recorrido. Será penalizado el corredor que lo incumpla.

**3.7:** Será altamente aconsejable llevar encendida la linterna frontal para los participantes en distancia ultra maratón desde la salida hasta las 08:00 h del sábado. Igualmente es altamente aconsejable llevar encendido el frontal desde las 18:00 h para todos aquellos participantes en distancia ultra maratón y maratón que se encuentren en carrera.

.

#### **Artículo 4. Inscripción.**

**4.1:** La prueba está abierta a todos los deportistas con edad mínima de 18 años cumplidos.

**4.2:** Para formalizar la inscripción y recoger el dorsal, será necesario presentar el DNI, Pasaporte, o documento equivalente para participantes extranjeros.



**4.3:** Aquellos participantes que estén en posesión de licencia federativa de atletismo, con seguro que cubra este tipo de pruebas, obtendrán descuento en la inscripción al no incluir seguro. **Para acogerse al descuento deberán presentar original de la licencia en el momento de recoger el dorsal** . En caso de no presentarla deberá abonar la diferencia. La licencia federativa deberá ser válida para la modalidad de atletismo y/o carreras por montaña, cuando menos, en Andalucía. No será válida ninguna licencia que no haya sido emitida por alguna de las federaciones territoriales reconocidas por la RFEA o FEDME. Igualmente como deferencia a los participantes con licencia Federativa de Montaña (Fedamon / Fedme) tendrán el mismo descuento, pero el seguro deportivo será el asignado por la organización.

**4.4:** A cada corredor se le entregará un dorsal/pectoral **NOMINATIVO E INTRANSFERIBLE** , que deberá llevar durante todo el recorrido **situado bien visible en la parte delantera** , sin doblar ni cortar, estando penalizado el no cumplir con este artículo.

#### 5.5. CATEGORIAS

**LAS CATEGORÍAS OFICIALES TANTO PARA ULTRA MARATÓN Y MARATON Y TRAIL SERAN LAS SIGUIENTES:**

SENIOR (18 AÑOS EN ADELANTE),  
VETERANA (+ DE 40 AÑOS) ,  
MASTER ( + DE 50 AÑOS)  
MASTER B (+55 AÑOS)

**\* EN EL CASO DE LA ULTRA MARATON HABRA CATEGORIAS EQUIPOS (MINIMO 4 COMPONENTES),NO HAY MAXIMO , PERO EL EQUIPO CLASIFICA SIEMPRE Y CUANDO ENTRE MÍNIMO 4 COMPONENTES A LA VEZ**

(\*) IMPORTANTE , EN CASO DE ROTURA DEL EQUIPO NO HABRIA CLASIFICACION INDIVIDUAL.

TROFEO CLUB MAS NUMEROSO (ENTRE TODAS LAS MODALIDADES)

TROFEO ULTRA MARATON PERSONA MAS EDAD.  
TROFEO MARATON PERSONA MAS EDAD  
TROFEO TRAIL PERSONA MAS EDAD



**Artículo 5. Importe inscripciones, anulaciones y cesiones.**

5.1. Las inscripciones se realizarán exclusivamente por Internet a través de la web del evento, y el pago se realizara, siguiendo las instrucciones de la misma. Los derechos de inscripción son:

TARIFA DE PRECIOS			
Plazos	Ultra Maratón	Maratón	Trail
del 10 de Abril al 31 de Abril	55,00 €	35,00 €	25,00 €
del 1 de Mayo al 31 de Mayo	65,00 €	45,00 €	35,00 €
del 1 de Junio al 30 de Septiembre	70,00 €	50,00 €	40,00 €
del 1 de Octubre en adelante	75,00 €	55,00 €	45,00 €
<b>Dorsales Disponibles</b>	<b>400</b>	<b>400</b>	<b>400</b>
<b>(*) LOS NO FEDERADOS EN ATLETISMO Y MONTAÑA se incrementa estas tarifas 5€</b>			

Se habilitará un campo de Seguro de Cancelación con un importe de 7€ que le dá derecho al participante hasta 4 dias antes de celebrarse el evento

Los derechos de inscripción incluyen todos los servicios descritos en el presente reglamento, y en cualquier caso:

- Inscripción a la carrera
- Avituallamiento líquido y sólido durante la carrera
- Avituallamiento en meta
- Asistencia durante la carrera mediante dispositivo sanitario y de seguridad fijado por la organización
- Servicio de transporte desde la meta a la salida antes de la carrera. Almería-Aguamarga (dist. Ultra maratón) , Almería-Isleta del Moro (dist. Maratón) y Almería-San José (dist. Trail)
- Traslado de bolsa personal de los participantes desde salida hasta Meta.
- Diploma y medalla finisher para aquellos participantes que finalicen la carrera en los tiempos marcados por la organización.
- Bolsa del corredor con camiseta técnica LAND y buff conmemorativo, y distintos regalos de los patrocinadores.



- Servicio de fisioterapia en meta.



**5.2. Cambios y Cesiones de dorsales.** Se podrá cambiar o ceder el dorsal, siempre y cuando se haga antes del 1 de diciembre de 2019. En el caso de cambio de distancia ultra maratón a distancia maratón o trail la organización no devolverá la diferencia del coste de inscripción. Si el participante quisiera cambiar de distancia maratón a distancia ultra maratón o trail deberá abonar la diferencia del coste de la inscripción.

### **Artículo 6. Trofeos y clasificaciones.**

**6.1:** Se otorgarán trofeos a los tres primeros clasificados de cada categoría establecida, así como a los ganadores absolutos de la prueba, tanto masculino como femenino. Para optar a trofeo es necesaria la participación de, al menos, cinco atletas en cada categoría. De no cumplirse este requisito, solo se entregará trofeo al primer clasificado de la categoría.

**6.2:** La no presencia en el acto de entrega de trofeos, se entenderá como renuncia a los trofeos o premios conseguidos. Toda delegación en otra persona para la recogida de los trofeos y premios, deberá ser conocida y autorizada por la Organización al menos con 2 horas de antelación a la entrega.

### **Artículo 7. Retirada y abandonos.**

**7.1:** Cualquier participante podrá retirarse de la prueba siempre que lo desee, avisando al control más próximo o al personal cualificado de la Organización y entregando el dorsal. A partir de ese momento, quedará fuera de la competición y asumirá cualquier responsabilidad derivada de su retirada.

**7. 1.1.** Salvo caso de accidente o herida, el corredor que abandone tendrá que dirigirse por sus medios hasta el punto de control más cercano.

**7.2:** La Organización podrá retirar de carrera, bajo su criterio, a los participantes que tengan problemas físicos evidentes (vómitos, diarreas, desorientación, desmayos...) que puedan poner en peligro su salud, o a aquellos que tengan mermadas sus condiciones físicas para seguir en carrera.

**7.3:** Los participantes están obligados a prestar auxilio a los accidentados o a aquellos que lo requieran. Los corredores que incumplan esta obligación serán descalificados.





### **Artículo 8. Aceptación y responsabilidad.**

**8.1:** Los participantes del V ULTRA MARATON COSTA DE ALMERÍA y IV MARATÓN COSTA DE ALMERÍA deben tener experiencia en pruebas de ultrafondo, siendo de su responsabilidad exclusiva los problemas que puedan surgirles en el desarrollo de la prueba por ignorar este requisito. La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente o negligencia del corredor, así como de la pérdida o rotura de los objetos personales de cada participante. Cada corredor será responsable de todo perjuicio o lesión que pueda causarse a sí mismo o a terceros, exonerando a la Organización y al C.D. AQUEATACAMOS de cualquier responsabilidad en caso de accidente o lesión.

Cada participante en el momento de formalizar su inscripción firmará un documento de exención de responsabilidad al organizador por su participación en la prueba, certificando de manera expresa que su condición física es la adecuada para participar en el V ULTRA MARATON COSTA DE ALMERÍA o V MARATON COSTA DE

ALMERÍA, debiendo entregar copia impresa del documento firmada en el momento de retirada del dorsal.

**8.2 :** Todo participante, por el hecho de inscribirse, acepta las condiciones establecidas en el presente Reglamento. Cualquier circunstancia no prevista en este reglamento será resuelta por la Dirección de Carrera.

### **Artículo 9. Participantes.**

La organización estipula un tope máximo de participantes de 350 participantes para ambos recorridos.

### **Artículo 10. Seguridad y Asistencia Médica.**

La organización contempla la instalación de 9 puntos de control-avituallamientos, los cuales estarán conectados de manera continua vía radio y teléfono móvil con el Puesto de Mando y emergencias, situado en meta.

Asimismo, estarán controlados los cambios de vial en el recorrido por personal de organización.





**Artículo 11. Puestos de control y avituallamientos.** La organización dispondrá de puntos de control de participantes, que coincidirán con cada uno de los avituallamientos. Asimismo, existirá un control a la salida y otro a la llegada de los participantes, en ambos recorridos.

Los nueve controles de paso serán también avituallamientos líquidos y sólidos, cuyo detalle se publicitará oportunamente en la web del evento. Como mínimo cada uno de

los avituallamientos tendrá agua, isotónica y fruta. Está previsto un avituallamiento sólido frío en San José para los participantes en distancia ultra-maratón.

En meta se ofrecerá un avituallamiento final completo a todos los participantes en distancia ultra maratón y distancia maratón.

**Artículo 12. Tiempo máximo y barreras horarias.** El tiempo máximo estipulado por la organización del V ULTRA MARATON COSTA DE ALMERÍA para completar el recorrido es de 15 horas, en distancia ultra maratón, y 12,5 horas, en distancia maratón, a contar desde el inicio de la prueba. La hora prevista de salida para distancia ultra maratón es las 07.00 horas y la hora prevista de salida para distancia maratón es las 9.30 horas.

Las horas de corte en cada uno de los controles serán comunicadas oportunamente en la web de la carrera; las mismas han sido calculadas para permitir a los participantes completar cada tramo a un ritmo razonable. Para ser autorizados a continuar el recorrido los participantes deberán abandonar el puesto de control antes de la hora fijada como límite (sea cual sea la hora de llegada a dicho puesto de control). Todo competidor que sea eliminado de la prueba y que quiera continuar su recorrido podrá hacerlo solamente después de haber devuelto su dorsal, bajo su propia responsabilidad y en autonomía completa.

**Artículo 13. Meteorología.** En caso de condiciones meteorológicas adversas, la organización se reserva el derecho de neutralizar la carrera, modificar el recorrido y los horarios de corte establecidos, así como cambiar el horario de salida de la prueba, y en última instancia, suspender la misma. En la toma de decisión primará el criterio de seguridad y salvaguarda de los participantes y su integridad física. El participante no tendrá derecho a ninguna devolución.



**Artículo 14. Abandono y evacuación.** Salvo en caso de accidente y/o lesión la organización no permite abandonar a ningún participante en cualquier lugar distinto de un avituallamiento-punto de control. Alcanzado el punto de control, el responsable del mismo hará la anotación “RETIRADO” en el dorsal, reteniendo este el mismo hasta llegar a meta. Cuestiones a tener en cuenta en caso de abandono o evacuación:

- La organización habilitará un vehículo de asistencia en cada uno de los avituallamientos-puntos de control, para la recogida y transporte de los participantes que abandonen hasta el punto de llegada.
- En caso de condiciones meteorológicas desfavorables, que obliguen a la parada total o parcial de la prueba, la organización garantiza la evacuación en el menor tiempo posible.

**Artículo 15. Llegada.** La meta estará situada en Toyo-Retamar en el Pabellon del mismo nombre. A la llegada cada participante recibirá su diploma finisher, así como una completa bolsa del corredor. Asimismo, la organización ofrecerá un completo avituallamiento final a cada uno de los participantes.

**Artículo 16. Penalizaciones y descalificaciones.** Los responsables de organización situados en el recorrido, los responsables de avituallamiento-control de paso, estarán pendientes del cumplimiento del presente reglamento, comunicando a la Dirección de Carrera cualquier incidencia, la cual actuará, en su caso, bajo el siguiente criterio:

<b>Motivo</b>	<b>penalización</b>
Atajo	½ hora
Tirar desperdicios en el recorrido	1 hora 1 hora
No respetar a los corredores y u organiz	
No dar asistencia a otros compañeros en dificultad	1 hora



Recibir asistencia fuera de los avituallamientos	½ hora
Utilizar algún medio de transporte	Descalificación
Pasar el dorsal a otro corredor	Descalificación
Falta de visibilidad del dorsal	½ hora
Falta de paso por un punto de control	Decisión de la organización
Desobediencia a los miembros de org.	Descalificación

Las penalizaciones de ½ hora y de la hora, derivadas de los comportamientos anteriores, de las cuales se tenga constancia cierta en cualquier punto de control del recorrido podrán aplicarse por el responsable del punto de control-avituallamiento con carácter inmediato, debiendo cumplir el participante sancionado la penalización en el citado punto de control.

Los comportamientos que comporten descalificación serán estudiados en cualquier caso por la Dirección de carrera y por el Jurado de la prueba.

**Artículo 17. Reclamaciones.** Todas las reclamaciones deberán ser formuladas por escrito, y entregadas a la dirección de carrera, en un plazo máximo de 1 hora después de la llegada del corredor afectado.



**Artículo 18. Jurado de la prueba.** El jurado de la prueba se compone:

- El Presidente del Club Deportivo AQUEATACAMOS..
- El/la director de carrera.
- Juez de la Federación Andaluza de Atletismo
- Un representante de los corredores.

El jurado está capacitado para decidir en el plazo mínimo atendiendo siempre al tipo de reclamación presentada.

**Artículo 19. Seguro de Accidentes.** La organización, contará con un seguro individual de accidentes para cada participante con validez hasta la finalización de la misma, al cual estarán acogidos los participantes no federados.

**Artículo 20. Interpretación** La ausencia de cualquier cuestión relacionada con la organización del Ultra Maratón Costa de Almería en el presente Reglamento será tomada en consideración por el equipo de organización y los jueces de la Federación Andaluza de Atletismo tomando en cada momento la decisión que entiendan más oportuna en favor del correcto desarrollo de la misma, el respeto al entorno en el que se desarrolla y la seguridad de los participantes.

### **Art. 21. Imagen**

La aceptación del presente reglamento implica obligatoriamente que el participante autoriza a la organización a la grabación total o parcial de su participación en la misma, presta su consentimiento para que pueda ser utilizada su imagen en la promoción y difusión de la prueba, de todas las formas posibles (radio, prensa, video, foto, dvd, internet, carteles, medios de comunicación, etc....), y cede todos los derechos relativos a la explotación comercial y publicitaria que la organización considere oportuno ejecutar, sin derecho por su parte a recibir compensación económica alguna.

**Art. 22. Conservación del entorno.**

El recorrido de la carrera discurre en su mayor parte en el interior del Parque Natural Cabo de Gata-Níjar, por parajes de excepcional belleza natural, por lo que será obligación de todos los participantes preservar el entorno evitando arrojar desperdicios fuera de las áreas de control-avituallamientos.

A tal efecto se colocarán contenedores de basura hasta una distancia máxima de 100 metros desde el puesto de control. Será motivo de descalificación el incumplimiento de esta norma por parte de los corredores.

**Artículo 23. Protección de datos de carácter personal**

Según establece el Reglamento General de Protección de Datos de carácter personal (RGPD) y su despliegue normativo, te informamos que los datos recogidos mediante este formulario, se incorporarán a un archivo propiedad de AQUEATAMOS para ser utilizados con la finalidad de participar en la presente competición, así como la comunicación, promoción, relación y/o gestión de los servicios que ofrece a sus inscritos en la competición. Enviando este formulario estás autorizando el tratamiento tus datos personales con las finalidades antes expuestas y que se hagan públicos a través del listado de inscritos de la competición y de las clasificaciones. Puedes ejercitar tus derechos de acceso, rectificación, supresión, limitación al tratamiento, portabilidad y oposición, dirigiendo un correo electrónico a [proteccion-de-datos@aqueatacamos.com](mailto:proteccion-de-datos@aqueatacamos.com).

