

REGLAMENTO



La Paramada

4^a Edición.

17 y 18 de febrero de 2018

Geria-Valladolid



laparamada@gmail.com

- **Art.1 - MODALIDADES.**

La prueba se podrá realizar corriendo y/o andando.

- **Art.2 - FECHA, HORA Y LUGAR DE SALIDA.**

La prueba se realizará sábado 17 y domingo 18 de febrero de 2018.

- **Horario:**

Sábado

16:30 contrarreloj individual 6.5 km (DESNIVEL + 200)

17:00 paramada niños 2 km (DESNIVEL + 60)

Domingo

"Paramada Trail" – 20km (DESNIVEL + 450): la salida tendrá lugar a las 10:00h.

"Paramada Trail Corto" – 11km (DESNIVEL + 300): la salida tendrá lugar a las 10:00h.

"Paramada caminata" – 11km (DESNIVEL + 200): la salida tendrá lugar a las 10:10h.

RECOGIDA DORSALES

Sábado : contrarreloj: 15:30h a 16:30h Resto pruebas de 17:30h a 19:30h

Domingo: 08:30h a 09:30 h

- La salida y meta estará en la calle Carretera Ventas frente al Ayuntamiento.

- **Art.3 - EL RECORRIDO.** - El recorrido constará de: 20km, 11km y 6.5 km



laparamada@gmail.com

Tramo de pista del 20%, terreno técnico 20%, 60% senderos.

El recorrido estará debidamente señalizado por la organización con cintas de plástico.

Los servicios sanitarios y las ambulancias, estarán ubicados en la zona de Salida/Meta.

Cualquier corredor con problemas médicos (alergia, atenciones especiales, etc.) deberá hacerlo constar en el reverso del dorsal de la prueba.

No se permite a ningún vehículo que no sea de la Organización seguir la prueba.

Esta prueba será seguida por los corredores escobas los cuales irán cerrando dicha prueba.

● **Art.4 - INSCRIPCIONES:**

Desde el 18 diciembre de 2018 a las 20:00, hasta el 15 de febrero de 2018 o agotar inscripciones.

La edad mínima para participar será la siguiente:

“PARAMADA TRAIL” distancia de 20 km.	18 años cumplidos en 2018
“PARAMADA TRAIL CORTO” distancia de 11 km.	15 años cumplidos en 2018
“CAMINATA PARAMADA” distancia de 11 km.	12 años cumplidos en 2018

“ GRAN PARAMADA ” distancia de 6,5 km + 20 km.	18 años cumplidos en 2018
“ GRAN PARAMADA CORTA” distancia de 6.5 km + 11 km.	15 años cumplidos en 2018



laparamada@gmail.com

Todos los menores de edad, al recoger el dorsal, tendrán que presentar un escrito, firmado por sus padres/o tutores legales, utilizándolos a participar en la prueba. (Se colgará un modelo en la web).

● **Se establece un máximo de:**

Para el sábado 17 febrero:

- 500 corredores para la contrarreloj que entran dentro del cupo del día siguiente.
- 100 niños para la mini Paramada trail

Para el domingo 18 febrero:

- 500 corredores en total para el recorrido el Trail largo , incluidos los inscritos el día anterior a la contrarreloj, por riguroso orden de inscripción.
- 500 corredores para recorrido del Trail Corto y andarines de la caminata, incluidos los inscritos el día anterior a la contrarreloj, por riguroso orden de inscripción.

● **Art.5 - PRECIO:**

El importe de las inscripciones hasta el día 31 de Enero 2018:

“PARAMADA TRAIL” distancia de 20 km.	16 €
“PARAMADA TRAIL CORTO” distancia de 11 km.	12 €
“CAMINATA PARAMADA” distancia de 11 km.	10 €
“ GRAN PARAMADA” distancia 6,5 km + 20 Km	19 €
“GRAN PARAMADA CORTA” distancia 6,5 km + 11 km	15 €
“PARAMADA NIÑOS” distancia aprox 2 km	1 €



laparamada@gmail.com

VALE COMIDA

5 €

El importe para las inscripciones a partir del 1 de febrero será 5 € mas salvo a la comida y a los niños

● **Art.6 - TROFEOS Y PREMIOS:**

Se contemplarán las siguientes categorías para la entrega de trofeos/premios, para La Paramada Larga, La Paramada Corta, gran paramada y gran Paramada corta:

PARAMADA TRAIL	
● GENERAL ABSOLUTA MASCULINA/FEMENINA	1º 2º y 3º Clasificado/a en la General Absoluta
● GENERAL LOCAL ABSOLUTA MASCULINA/FEMENINA	1º Clasificado/a en la General Absoluta: trofeo.
● CATEGORÍA VETERANO MASCULINA/FEMENINA (a partir de 40 años cumplidos).	1º Clasificado/a: Trofeo.
● CATEGORÍA SENIOR MASCULINA/FEMENINO (de 21 a 39 años cumplidos).	1º Clasificado/a: Trofeo.
● CATEGORÍA JUNIOR MASCULINA/FEMENINO (de 18 a 20 años cumplidos).	1º Clasificado/a: Trofeo.



PARAMADA TRAIL CORTA

- **GENERAL ABSOLUTA MASCULINA/FEMENINA**

1º 2º y 3º Clasificado/a en la General Absoluta

- **GENERAL LOCAL ABSOLUTA MASCULINA/FEMENINA**

1º Clasificado/a en la General Absoluta: trofeo.

- **CATEGORÍA VETERANO MASCULINA/FEMENINA (a partir de 40 años cumplidos).**

1º Clasificado/a: Trofeo.

- **CATEGORÍA SENIOR MASCULINA/FEMENINO (de 21 a 39 años cumplidos).**

1º Clasificado/a: Trofeo.

- **CATEGORÍA CADETE MASCULINA/FEMENINO (de 15 a 17 años cumplidos).**

1º Clasificado/a: Trofeo.

GRAN PARAMADA

- **GENERAL ABSOLUTA MASCULINA/FEMENINA**

1º 2º y 3º Clasificado/a en la General Absoluta

- **GENERAL LOCAL ABSOLUTA MASCULINA/FEMENINA**



laparamada@gmail.com

1º Clasificado/a en la General Absoluta: trofeo.
<ul style="list-style-type: none">● CATEGORÍA VETERANO MASCULINA/FEMENINA (a partir de 40 años cumplidos). 1º Clasificado/a: Trofeo.
<ul style="list-style-type: none">● CATEGORÍA SENIOR MASCULINA/FEMENINO (de 21 a 39 años cumplidos). 1º Clasificado/a: Trofeo.
<ul style="list-style-type: none">● CATEGORÍA JUNIOR MASCULINA/FEMENINO (de 18 a 20 años cumplidos). 1º Clasificado/a: Trofeo.

GRAN PARAMADA CORTA

<ul style="list-style-type: none">● GENERAL ABSOLUTA MASCULINA/FEMENINA 1º 2º y 3º Clasificado/a en la General Absoluta
<ul style="list-style-type: none">● GENERAL LOCAL* ABSOLUTA MASCULINA/FEMENINA 1º Clasificado/a en la General Absoluta: trofeo.
<ul style="list-style-type: none">● CATEGORÍA VETERANO MASCULINA/FEMENINA (a partir de 40 años cumplidos). 1º Clasificado/a: Trofeo.
<ul style="list-style-type: none">● CATEGORÍA SENIOR MASCULINA/FEMENINO (de 21 a 39 años cumplidos). 1º Clasificado/a: Trofeo.
<ul style="list-style-type: none">● CATEGORÍA CADETE MASCULINA/FEMENINO (de 15 a 17 años cumplidos). 1º Clasificado/a: Trofeo.

- La no presencia en el acto de la entrega de trofeos se entenderá como renuncia a trofeos o premios conseguidos.



laparamada@gmail.com

- Toda delegación en otra persona, por parte de los ganadores para la recogida de los trofeos y premios, deberá ser conocida y autorizada por la Organización al menos con media hora de antelación.
- La hora estimada para entrega de trofeos se realizará a las 13:00 h.
- Si todos los clasificados hubieran entrado antes de las 12:00 h, la entrega de trofeos podría adelantarse.
- Durante la celebración del evento, se realizará un sorteo de regalos.
- Los trofeos y premios serán acumulativos, salvo los de la gran paramada y gran paramada corta
- A estos premios podrán añadirse a mayores, todos aquellos que la Organización pueda obtener.
- * Para participar en la categoría Local deberá estar empadronado en Geria el día que se formalice la inscripción.

● **ART.7 - ACREDITACIONES**

La recogida de dorsal y bolsa de corredor será personal e intransferible, y únicamente se entregarán éstos a la presentación de DNI u otro documento que acredite la identidad.

Los menores de edad, al recoger el dorsal, tendrán que presentar un escrito, firmado por sus padres/o tutores legales, autorizándoles a participar en la prueba. (Se colgará un modelo en la web).

● **Art.8 - SEÑALIZACIÓN Y CONTROLES.**

El recorrido estará señalizado con trozos de cinta de plástico, siendo obligatorio el paso por los controles establecidos.



laparamada@gmail.com

Existirán referencias kilométricas así como señalización de puntos críticos en el trayecto del evento.

Los participantes deberán seguir el recorrido marcado por la organización. Se aplicará una penalización (incluso la descalificación) a todo corredor que ataje el trazado marcado.

El recorrido podrá ser modificado o la prueba podría suspenderse en caso de producirse condiciones meteorológicas adversas o cualquier otra circunstancia que implicase riesgo para los participantes.

Si algún corredor decidiera retirarse durante la prueba, lo deberá comunicar en alguno de los controles establecidos, haciendo entrega del dorsal para conocimiento de la organización. Además eximirá a la organización de cualquier responsabilidad o riesgo.

Cada participante llevará sobre su indumentaria y en un lugar bien visible, el dorsal que se le entregará antes de comenzar la prueba.

Al final de la prueba se publicarán las clasificaciones por tiempos de llegada, de La Paramada Trail y Paramada Trail Corto, en el que se incluirán los participantes de la Paramada Caminata.

- **Art.9 - TIEMPOS LÍMITE/CORTE**

Cualquier participante que supere el tiempo límite o de corte en alguno de los controles será descalificado de la carrera, pero podrá continuar en carrera bajo su responsabilidad.

Los tiempos de corte son:

PARAMADA TRAIL

Paso de control, km 8 - 11:30h.

Paso de control, Meta - 13:30h. (META).



laparamada@gmail.com

PARAMADA TRAIL CORTO

Paso de control, km 5 - 11:00h.

Paso de control, Meta – 13:00h. (META).

CAMINATA PARAMADA

Paso de control, km 5 – 11:30 h.

Paso de control, Meta - 13:00 h. (META).

En caso de superar los tiempos de corte, los corredores escobas retirarán el DORSAL a los corredores. No obstante podrán seguir en carrera bajo su responsabilidad.

- **Art. 10 - AVITUALLAMIENTOS:**

CONTRARRELOJ:

Km. 6.5 - Meta.- Líquido

PARAMADA TRAIL

Km. 5 - Líquido y sólido.

Km. 11 – Líquido.

Km. 15 – Líquido y fruta.

Km. 21 – Meta. – Líquido y sólido.

PARAMADA TRAIL CORTO

Km. 7 – Líquido y sólido.

Km. 11 –Meta. – Líquido y sólido.

PARAMADA MARCHA

Km. 7 – Líquido y sólido.

Km. 11 –Meta. – Líquido y sólido.



laparamada@gmail.com

- **Art.11 - MATERIAL :**

OBLIGATORIO EN AMBAS MODALIDADES “TRAIL & CAMINATA”.

Zapatillas de deporte, running/Trail running. Lo necesario para la época del evento, en función de las condiciones climatológicas. Se avisará oportunamente.

SE ACONSEJA:

Corta vientos, crema solar, gafas de sol, buff, guantes, teléfono.

Se permite el uso de bastones.

La Organización concretará qué material será obligatorio en la prueba o cuales no, con la suficiente antelación antes de la misma, al objeto de que los corredores no carguen de forma innecesaria.

- **Art.12 - CONDICIONES FÍSICAS**

El participante asume que para la realización de la prueba es necesaria una óptima condición física, psíquica y técnica.

La organización no se hace responsable de ningún accidente del que pudiera ser víctima el participante o terceras personas.

- **Art.13 - SEGURIDAD**

La organización situará en determinados puntos del recorrido y en los controles de paso, personal especializado encargado de velar por la seguridad de los participantes. Es obligatorio seguir las indicaciones de este personal, que estará convenientemente identificado.

La organización cuenta con servicio médico, ambulancias en puntos estratégicos para intervenir en caso de necesidad.



laparamada@gmail.com

En caso que las condiciones climatológicas lo aconsejen, existirá un recorrido alternativo el cuál se comunicará a los participantes.

Un equipo de escobas encargado de cerrar la carrera comprobará el paso de todos los participantes.

- **Art.14 - SEGUROS DE RESPONSABILIDAD CIVIL Y MÉDICO**

La organización cuenta con un seguro de responsabilidad civil y un seguro médico, que cubre a todos los participantes de la prueba, tal y como establece la legislación vigente.

- **Art.15 - DERECHOS DE IMAGEN:**

En cumplimiento de lo establecido por la Ley Orgánica 15/1999, de Protección de Datos de Carácter Personal, le informamos que los datos que se aporten pasarán a formar parte de un fichero automatizado., destinado a la publicación de los resultados por los medios habituales (publicación en pág. web, prensa escrita, radio y televisión). Conforme a la normativa señalada, puede ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición ante el responsable del fichero, siendo éste el Club Deportivo La Paramada, al correo electrónico laparamada@gmail.com. Dicha solicitud deberá ir acompañada del nombre y apellidos del participante (padre/madre o tutor), y fotocopia del DNI. La aceptación del presente reglamento implica obligatoriamente que el participante autoriza a los organizadores de la prueba a la grabación total o



laparamada@gmail.com

parcial de su participación en la misma, de su acuerdo para que pueda utilizar su imagen para la promoción y difusión de la prueba en todas sus formas (radio, prensa, video, foto, DVD, Internet, carteles, medios de comunicación, etc.) y cede todos los derechos relativos a su explotación comercial y publicitaria que consideren oportuno ejecutar, sin derecho por su parte a recibir compensación económica alguna.

- **Art.16 - OTROS:**

Los participantes están obligados a prestar auxilio a los accidentados y a seguir las indicaciones de la Organización.

Se descalificará a todo corredor que arroje cualquier tipo de desperdicio al suelo, corra sin el dorsal visible, corra con el dorsal de otro corredor, no se atenga al presente Reglamento o modifique, deteriore, o manipule el dorsal, o suplante la identidad de otro corredor.

La Organización podrá realizar las modificaciones que considere necesarias en el recorrido, o bien la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas así lo aconsejan o por causa de fuerza mayor.

La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente o negligencia, así como de la pérdida o rotura de los objetos de cada participante. Cada participante será responsable de todo perjuicio o lesión que pueda causarse a sí mismo o a terceros, exonerando a la Organización de cualquier responsabilidad en caso de accidente o lesión.

- **Art.17 - POLÍTICA DE CANCELACIÓN:**

La organización decide que una vez confirmada la inscripción, es firme y no tendrá derecho a ningún tipo de devolución.



laparamada@gmail.com

Se podrá cambiar un participante por otro, previa solicitud por escrito hasta el día 12 de febrero 2018 poniéndose en contacto con runvasport

La inscripción en la prueba supone la aceptación de todas las condiciones establecidas en este reglamento. Quedará descalificado todo participante que lo incumpla o no complete la totalidad del recorrido.

La organización podrá modificar el presente reglamento por causas justificadas, comunicándolo debidamente a los participantes.

La organización contratará un seguro de accidentes para todos los participantes. La falsedad o error de los datos reflejados por los participantes en el momento de la inscripción, será responsabilidad exclusiva del participante declinando la organización cualquier responsabilidad surgida por la falta de seguro de los participantes.

Todas las incidencias sobre las inscripciones: cambios de dorsal, cancelaciones, etc. se tramitarán directamente en la web

<https://www.rockthesport.com>

www.runvasport.es