

VIII TRAIL LA CEBRERA

13 marzo 2022

Por OCTAVA vez consecutiva el CDVA EL BARRACO presenta el Trail La Cebreira. Dos distancias en las que descubrir el corazón de esta gran montaña de la que todo barraqueñ@ se siente orgulloso. Rincones escondidos, mágicos, bucólicos y sorprendentes. Remansos de paz donde poder andar, correr y pensar. Lugares llenos de historias que se forjaron con trabajo y sudor la Historia de El Barraco.

Este año, daremos salida a la Segunda Marcha Solidaria La Cebreira en favor al Proyecto de Apoyo a la Infancia en Dificultad que se desarrolla en la provincia de Ávila. Un recorrido sin ninguna dificultad física y que pretende recaudar lo máximo posible, por la que habrá tanto inscripción física como voluntaria sin asistencia, siendo la recaudación íntegra para el proyecto

“Corre, Sufre y Suda, pero lo más importante...Disfruta”

13 MARZO 2022
EL BARRACO | ÁVILA

VIII TRAIL LA CEBRERA

23,3K ⁺¹¹⁵⁴
300PAX
PREMIO ESPECIAL TRAMO
LURBEL
RECAUDACIÓN INTEGRAL

11K ⁺⁴⁹⁵
300PAX

5K ^{300PAX}
Recaudación íntegra
Cruz Roja El Barraco
Proyecto Abulense
Infancia en Dificultad

INSCRIPCIONES
www.cdvalledelalberche.es
27 FEBRERO 2022
CIERRE INSCRIPCIONES

MARCHA SOLIDARIA

CATEGORÍAS ABSOLUTA | MASTER
30 - 40 - 50 - 60

ORGANIZA
CDVA
CLUB DEPORTIVO VALLE DEL ALBERCHE IS BARRACO

COLABORA

PATROCINA
Ayuntamiento de EL BARRACO
GEMAJENA
Cruz Roja
centro osteo+
ayuntamiento de el barraco
ABM Gestión Asociada

REGLAMENTO

1.RECORRIDOS

1. TRAIL La Cebreira (23.3km)



● FICHA TECNICA

- 23.3KM <https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/viii-trail-la-cebreira-13marzo2022-recorrido-largo-23-3k-73763209>
- Hora salida: 10:00 AM
- Límite de inscripciones: 300
- Tiempo de corte: **2 horas después de la salida KM 14.4 (RISCO LA OSA). No se recomienda seguir el recorrido rebasado este tiempo ya que el cierre de carrera irá retirando el marcaje. El corredor que siga asume toda responsabilidad**

Distancia 23,33 km	Desnivel positivo 1.134 m
Dificultad técnica Difícil	Desnivel negativo 1.134 m
Altitud máxima 1.632 m	Trailrank 16
Altitud mínima 1.110 m	Tipo de ruta Circular

● AVITUALLAMIENTOS

1. KM 6.3 LIQUIDO Y SOLIDO (SUBIDA DEL CAPRICHOS)
2. KM 10.8 LIQUIDO Y SOLIDO (TIRO BARRAS / COMPARTE CON 11K)
3. KM 13 LIQUIDO Y SOLIDO (ALTO DE LA CEBREIRA)
4. KM 14.4 LIQUIDO Y SOLIDO (RISCO LA OSA / COMPARTE CON 11K)
5. KM 17,4 LIQUIDO Y SOLIDO (PRADO DE LOS CHORROS)
6. KM 20.7 LIQUIDO Y SOLIDO (PORTAL DE PELINES)
7. KM 23.3 AVITUALLAMIENTO FINAL

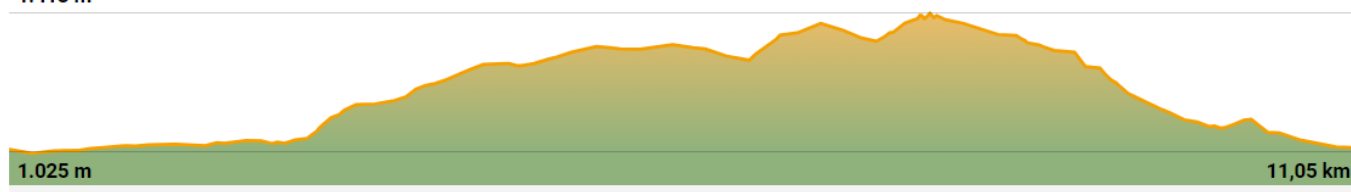
● CATEGORIA (MASCULINA Y FEMENINA)

- **ABSOLUTO (1,2 Y 3)**
 - **MASTER 30 (1,2 Y 3): 30 años a 39 años cumplidos el año de referencia**
 - **MASTER 40 (1,2 Y 3): 40 años a 49 años cumplidos el año de referencia**
 - **MASTER 50 (1,2 Y 3): 50 años a 59 años cumplidos el año de referencia**
 - **MASTER 60 (1,2 Y 3): 60 años en adelante**
 - **LOCAL (1,2 Y 3): Deberá inscribirse como local y será revisado por la Organización.**
1. **Los premios no son acumulables, para un reparto más equitativo. El orden de importancia será Absoluto, Master y Local.**
 2. **En caso de que una categoría contemple menos de 5 participantes, quedará anulada (EXCEPTO LOCAL)**

2. TRAIL La Cebreira (11km)

● FICHA TÉCNICA

1.413 m



- 11 KM (<https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/viii-trail-la-cebreira-6marzo2022-recorrido-corto-11k-82601123>)
- Hora salida: 10:10
- Límite de inscripciones: 300
- Tiempo de corte: **Sin Corte**

Distancia	Desnivel positivo
11,05 km	495 m
Dificultad técnica	Desnivel negativo
Moderado	495 m
Altitud máxima	Trailrank
1.413 m	19
Altitud mínima	Tipo de ruta
1.025 m	Circular

● AVITUALLAMIENTOS:

1. KM 6.1 LIQUIDO Y SOLIDO (TIRO BARRAS / COMPARTE CON 23.3K)
2. KM 8.5 LIQUIDO Y SOLIDO (RISCO LA OSA / COMPARTE CON 23.3K)
3. KM 11 AVITUALLAMIENTO FINAL

● CATEGORIA (MASCULINA Y FEMENINA)

- ABSOLUTO (1,2 y 3)
- MASTER 40 (1,2 Y 3): 40 años a 49 años cumplidos el año de referencia
- MASTER 50 (1,2 Y 3): 50 años en adelante
- LOCAL:(1,2 Y 3) Deberá inscribirse como local y **será revisado por la Organización**

1. Los premios no son acumulables, para un reparto más equitativo. El orden de importancia será Absoluto, Master y Local.
2. **En caso de que una categoría contemple menos de 5 participantes, quedará anulada (EXCEPTO LOCAL)**

2. PUNTOS COMUNES

1. Las inscripciones se realizarán desde la web www.cdvalledelalberche.es pinchando en la pestaña de VIII Trail La Cebrera. La propia web te redirige a la pasarela de pago (Evedeport)
 - Cada participante realizará el recorrido en el que está inscrito, pudiendo cambiar el recorrido el mismo día de la prueba, pero sin tener validez alguna en la clasificación general de su categoría original.
 - No se admitirá devolución del importe de la inscripción sin causa justificada de fuerza mayor o prescripción médica.
2. La edad **mínima de inscripción es de 14 años**, cumplidos el año de referencia de la prueba. Para que un menor de edad pueda participar en el VIII Trail La Cebrera deberá presentar la correspondiente autorización tutorial.
3. El precio de la inscripción consta de tres tramos y es **la misma para ambos recorridos:**
 - 8 de Noviembre a 31 de Diciembre incluidos: 18€
 - 1 de Enero a 31 de Enero incluidos: 22€
 - 1 de Febrero a 6 de Marzo incluidos: 26€
4. Los dorsales se recogerán:
 - El sábado 12 de Marzo en horario de 18:00 a 21:00 en el Polideportivo Víctor Sastre, que coincide con la salida y meta del Trail; <https://goo.gl/maps/AFYBo2njvpF2>
 - El mismo día de la prueba entre las 6:30 y las 9:00 de la mañana en el Polideportivo Víctor Sastre
5. Los dorsales se retirarán mostrando cualquier DOI (Documento Oficial de Identidad). En caso de retirar el dorsal de otra persona, se solicitará fotocopia física o por foto.
6. La Organización pondrá a disposición de todos los participantes servicio de guardarropa y duchas a la finalización de la carrera.
7. Todo participante tendrá acceso a la bolsa del corredor con diferentes regalos y Camiseta Técnica VIII Trail La Cebrera.

8. La opción de elección de talla de calcetín será hasta el 23 de Enero de 2022. Posterior a esta fecha, la Organización hará una estimación de tallas y el día de la recogida de dorsal se entregarán las tallas disponibles.
9. Todos los corredores deben llevar el dorsal en lugar visible, permitiéndose el uso de porta dorsales de cintura.
10. Todos los participantes estarán cubiertos por un seguro personal de corredor y el evento estará bajo el amparo de un RC. Para cualquier accidente que pueda surgir dentro del recorrido y dentro del espacio tanto físico como temporal del evento. Cualquier accidente proveniente de negligencias y actos que hayan obviado las normas de este evento deportivo no serán responsabilidad de la Organización

11. Premios y sorteos:

- La entrega de trofeos de las diferentes categorías se realizará a las 13:00 en el polideportivo Víctor Sastre <https://goo.gl/maps/AFYBo2njvpF2>
- El viernes 11 de Marzo, la Directiva del CDVA junto con el Comité Organizador de la carrera, llevarán a cabo el sorteo de regalos de los diferentes colaboradores de la carrera. El sábado 12 y domingo 13 se comunicará con la retirada del dorsal si este ha sido premiado. También se expondrá en una lista y se retirará una vez finalice el agraciado la prueba. Podrá retirarlo en la zona de avituallamiento final.
- Habrá un **Gran Premio al CLUB MAS NUMEROSO** inscrito y con corredores que hayan pasado por meta, sumando tanto 22k como 11k.
 - UN JAMON
 - 2 DOCENAS DE HUEVOS XL GRANJA REDONDO
 - 12 CERVEZAS RAIZ CUADRADA
 - 1 QUESO GRANDE ELVIRA GARCIA
 - 6 BOTELLAS DE VINO GAZNATA (EL BARRACO)
 - 1 PAN GIGANTE
 - 1 EXCLUSIVO TROFEO CONMEMORATIVO

12. Es importante respetar el espacio en el que se desarrolla el Trail. NO BOTELLAS, NO ENVOLTORIOS DE GELES, NO RESTOS INORGÁNICOS fuera de los límites marcados por la Organización. Será causa de descalificación inmediata y para sucesivas pruebas incumplir este punto.

13. Ambos recorridos estarán señalizados tanto con cinta, estacas de madera y conos, siempre respetando y manteniendo intacto el estado natural del recorrido.
14. La señalización será revisada momentos antes del comienzo de la prueba, aun así, pudiera darse el caso de alguna pérdida de señalítica en algún punto, por lo que si algún corredor en 100 metros no viera señal de marcaje, deberá retroceder a la última señal vista. En los dorsales estará impreso el teléfono de la Organización para posibles emergencias
15. A lo largo del recorrido habrá componentes de la Organización y personal tanto de Cruz Roja como Protección Civil, velando por la seguridad de los participantes. **Es obligatorio atender a sus indicaciones.**
16. El recorrido, aunque está debidamente autorizado por los Organismos competentes y supervisado por la Organización en los puntos más conflictivos, está abierto al tráfico, debiendo respetar la debida preferencia y estar a alerta en los pasos de carretera, caminos y calles.
17. La prueba se realizará en fechas con posibles adversidades climatológicas y aunque la Organización informará acerca de la climatología y situación de terreno días previos a la carrera, se recomienda en carrera:
- Zapatillas Trail Running (obligado)
 - Batería del móvil al 100% + bolsa impermeable
 - Guantes de invierno
 - Térmico superior e inferior/manguitos y perneras
 - Cortavientos
 - Complemento alimenticio
 - Silbato
 - Braga/Gorro
 - Ropa de repuesto post carrera
18. Un corredor podrá retirarse de la prueba siempre que él lo desee, pero lo deberá realizar de acuerdo con los puntos siguientes:
- Se retirará en el control más próximo al que se encuentre informando a la persona responsable de dicho control.
 - El corredor asume toda su responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado.

19. Penalización o descalificación de un corredor:

- **Se producirá descalificación de un corredor o un equipo cuando incurra en cualquiera de los puntos indicados a continuación:**
- **No respetar el itinerario balizado o señalización de recorrido para atajar**
- **Recibir ayuda o avituallamiento fuera de las zonas permitidas (excepto auxilio)**

- **Rehusar a llevar puesto el dorsal o recortarlo**
- **Rehusar, quitar o cambiar las marcas del recorrido puestas por la organización**
- **Reincidir dos veces el mismo corredor en una salida falsa**
- **Tirar desperdicios durante el recorrido**
- **Impedir ser adelantado u obstaculizar voluntariamente a otro corredor**
- **No llevar el material requerido por la organización en cada control**
- **No hacer caso a las indicaciones de la organización, voluntarios y cuerpos de salvamento y seguridad**

Será responsabilidad del Comité de Carrera establecer las penalizaciones y cuantía de estas.

20. Descalificación con posible sanción:

- **No participar, sin causa justificada, en la ceremonia oficial de entrega de premios.**
- **Provocar un incidente deportivo (agresión o insulto) a un competidor, miembro de la organización, del equipo arbitral o espectador.**
- **Provocar un accidente de forma voluntaria.**
- **Participar bajo una identidad falsa o suplantando a otra persona.**

21. Aplazamiento, interrupción y anulación de la prueba

- **Si las circunstancias lo requieren, se podrá interrumpir la prueba en un punto del recorrido.**
- **En el caso de interrupción o anulación de la prueba, porque las condiciones climatológicas así lo requieran, a la vez que haga**

impracticable todos los itinerarios alternativos los derechos de inscripción no serán devueltos.

22. Protocolo COVID

- Se aplicarán las Medidas para los eventos deportivos multitudinarios vigentes según la Comunidad De Castilla-León en el momento de prueba

3. II MARCHA SOLIDARIA LA CEBRERA

- Se celebrará la II Marcha Solidaria La Cebrera. El beneficio íntegro de la inscripción (5€) irá destinado a Cruz Roja EL BARRACO que a su vez revertirá la donación a Proyectos Sociales de Infancia en Dificultad, que se desarrolla en la Provincia de Avila. El CDVA aportará a la causa la camiseta conmemorativa que llevarán los participantes en la marcha.
- La salida de la II Marcha Solidaria La Cebrera es a las 10:30 desde el Polideportivo Víctor Sastre y consta de un recorrido Ida/Vuelta sin complicidad técnica de 5,8Km por la zona de Las Enebreras
- **Aquellos participantes tanto de Trail 23.3K como de Trail 11K que quieran contribuir a la causa podrán hacerlo marcando la pestaña correspondiente en la pasarela de pago, teniendo opción a la camiseta conmemorativa II Marcha Solidaria LA CEBRERA**
- Los participantes tendrán acceso a avituallamiento final en Zona de Meta, así como una bolsa con camiseta conmemorativa
- La opción de elección de talla de camiseta será hasta el 31 de Enero de 2022
- Además de pago OnLine en www.cdvalledelalberche.es, está la posibilidad de inscribirse físicamente en El Desván de Cayetano (Adm.Lotería de El Barraco, c/Real de Abajo n/2)



