

# IX TRAIL LA CEBRERA

5 marzo 2022

Nuestro gran talismán. Con ella despertamos. En ella soñamos. Por sus rincones escondidos desconectamos, nos desahogamos y buscamos respuestas a nuestros pensamientos. Ella es nuestro gabinete psicológico. Es nuestro gimnasio. Nos sirve de faro para que desde cualquier punto del Valle del Alberche sepamos donde está nuestro Barraco. Es tanto en tan poco espacio que para nosotros es un mundo. Lo es todo

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

**CEBRERA**  
*IX Trail*

**5 MARZO 2023**  
EL BARRACO | ÁVILA

50.1439956  
30.7474853

1400+  
**26,5K**  
200PAX  
CRONO "EL BULLICIO"

495+  
**11K**  
200PAX  
MARCHA SOLIDARIA

50.1439956  
30.7474853

5000+  
**5K**  
200PAX  
Recaudación íntegra  
Cruz Roja El Barroco  
Proyectos Sociales  
en Ávila

INSCRIPCIONES  
[www.cdvalledelalberche.es](http://www.cdvalledelalberche.es)

CATEGORÍA ABSOLUTA (MASTER)  
30 - 40 - 50 - 60

EL BARRACO

CDVA  
CLUB DEPORTIVO  
VALLE DEL ALBERCHE  
DE AVILA

JG  
GAMA

Cruz Roja

olteo+

ABM

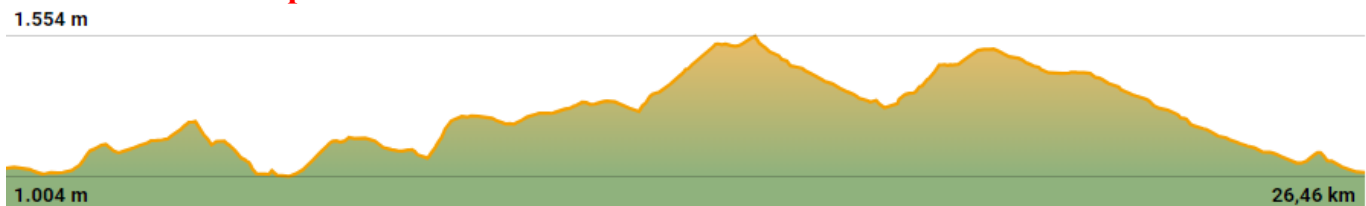
# REGLAMENTO

## 1.RECORRIDOS

### 1.TRAIL La Cebrera (26,5km)

#### ● FICHA TECNICA

- Distancia: 26,5km
- Desnivel Positivo: +1.400 Mts
- Enlace Track: La versión a tener en cuenta es al que se encuentra en <https://www.cdvalledelalberche.es/trail-la-cebrera/>
- Hora salida: 9:00 AM
- Límite de inscripciones: 200
- Tiempo de corte: **2 horas después de la salida KM 16,8 (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**



#### ● AVITUALLAMIENTOS

1. **KM 7,9:** Líquido Sólido - Valla de Santa Cruz
2. **KM 12,3:** Líquido Sólido – Tiro Barras – Comparte con 11k
3. **KM 14,6** Líquido Sólido – Alto de La Cebrera
4. **KM 16,8** Líquido Sólido - Risco de la Osa – Comparte con 11k
5. **KM 18,5** Líquido Sólido – Subida Pinar Valsaines
6. **KM 23.8** Líquido Sólido - Portal de Pelines
7. **KM 26,5** Avituallamiento Final

## ● CATEGORIA (MASCULINA Y FEMENINA)

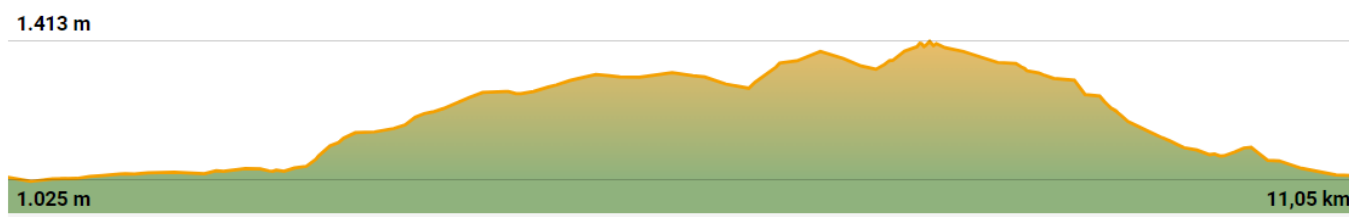
- ABSOLUTO (1,2 Y 3)
- MASTER 30 (1,2 Y 3): 30 años a 39 años cumplidos el año de referencia
- MASTER 40 (1,2 Y 3): 40 años a 49 años cumplidos el año de referencia
- MASTER 50 (1,2 Y 3): 50 años a 59 años cumplidos el año de referencia
- MASTER 60 (1,2 Y 3): 60 años en adelante
- LOCAL (1,2 Y 3): Deberá 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 TECNICA

- Distancia: 11 km
- Desnivel Positivo: +495 Mts
- Track: La versión a tener en cuenta es la que se encuentra en <https://www.cdvalledelalberche.es/trail-la-cebreira/>
- Hora salida: 9:15 AM
- Límite de inscripciones: 200



### ● AVITUALLAMIENTOS:

1. KM 6.1 Líquido y sólido – Tiro Barras
2. KM 8.5 Líquido y sólido – Risco de la Osa
3. KM 11 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 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](http://www.cdvalledelalberche.es) pinchando en la pestaña de IX 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 IX 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:**

- 1 de Noviembre a 31 de Diciembre incluidos: 20€
- 1 de Enero a 31 de Enero incluidos: 25€
- 1 de Febrero a 26 de Febrero incluidos: 30€
- 26 Febrero 23:59h Cierre de Inscripciones

4. Los dorsales se recogerán:
  - El sábado 4 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 8:30 de la mañana en el Polideportivo Víctor Sastre
5. Los dorsales se retirarán mostrando cualquier 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 conmemorativos del IX Trail La Cebrera.
8. La opción de elección de talla del regalo será hasta el 22 de Enero de 2023. 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 3 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 4 y domingo 5 se comunicará con la retirada del dorsal si este ha sido premiado. También se expondrá un listado 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 26.5k 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. Cualquier participante con el mero hecho de inscripción en cualquier de las disciplinas, da por hecho que su imagen puede ser fotografiada, grabada y publicada en cualquier de los medios del CDVA.**

**18. 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**

**19. 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.**

**20. Penalización o descalificación de un corredor**

- **No respetar el itinerario balizado o señalización de recorrido para atajar**
- **Rehusar a llevar puesto el dorsal o recortarlo**
- **Rehusar, quitar o cambiar las marcas del recorrido puestas por la organización**
- **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**
- **Provocar de forma voluntaria un incidente deportivo (agresión o insulto) a un competidor, miembro de la organización o espectador.**
- **Participar bajo una identidad falsa o suplantando a otra persona.**

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

## 21. Aplazamiento, interrupción o anulación de la prueba

- Si las circunstancias meteorológicas o por situaciones de fuerza mayor así lo requieren la organización se reserva el derecho al aplazamiento o suspensión del evento. En caso de llegar a la suspensión se buscará otra fecha de realización de la prueba, con suficiente antelación para que los corredores puedan organizarse.

## 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. III MARCHA SOLIDARIA LA CEBRERA**

- Se celebrará la III Marcha Solidaria La Cebreira. Parte de la inscripción de la inscripción (8€) irá destinada a Cruz Roja EL BARRACO que a su vez revertirá la donación a Proyectos Sociales en la Provincia de Avila. Se obsequiará con una camiseta conmemorativa de la marcha.
- La salida de la III Marcha Solidaria La Cebreira es a las 10:00 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 26,5K 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 III Marcha Solidaria LA CEBRERA**
- Los participantes tendrán acceso a avituallamiento final en Zona de Meta, así como una bolsa con regalo conmemorativo
- La opción de elección de talla de camiseta será hasta el 22 de Enero de 2023
- Además de pago OnLine en [www.cdvalledelalberche.es](http://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)



## ● **ANEXO 1: CROSS INFANTIL**

- El día 5 Marzo, se celebrara el I CROSS INFANTIL LA CEBRERA organizado por CDVA, con la estrecha colaboración de ECOSPORT (AVILA)
- Las inscripciones se harán por la pasarela de pago habitual y que se encuentra en <https://www.cdvalledelalberche.es/trail-la-cebrera/>
- La inscripción es gratuita, dando derecho a avituallamiento final, detalle de carrera y medalla conmemorativa
- Todos los participantes estarán amparados por un seguro de carrera en caso de no estar federados
- Cada categoría tiene un max de inscritos de 30 Pax
- CATEGORIAS:

- 2007-2009 2 vueltas (salida 9:40) - wikilok: I MINI CROSS LA CEBRERA (CADETES)



- 2010-2012 1 vuelta (salida 9:40) - wikilok: I MINI CROSS LA CEBRERA (infantil)



- 2013-2015 2 vueltas piscina (salida 9:20) - wikilok: I MINI CROSS LA CEBRERA (BENJAMIN)



- 2016-2019 1 vuelta piscina (salida 9:20) - wikilok: I MINI CROSS LA CEBRERA (PEKES)



- Los recorridos se publicarán en las redes sociales del CDVA y en la página web CDVA <https://www.cdvalledelalberche.es/trail-la-cebrera/>
- Tras la finalización de El Cross Infantil La Cebreira se procederá a la salida de la III MARCHA SOLIDARIA para que pueda participar el mayor número posible de senderista en favor a PROYECTOS SOCIALES DE CRUZ ROJA EN AVILA



**CLUB DEPORTIVO VALLE DEL ALBERCHE (EL BARRACO -AVILA) - 11/1/2023**