

X TRAIL LA CEBRERA

3Marzo2024

Labor omnia vincit - 'El trabajo todo lo vence'

Esporádico. Sin pensarlo. Entre cañas, colegas y sueños. Sin esquema, ni planificación. Vacio de contenido y presupuesto. Una tarde de un invierno cualquiera. Nada de consultas al foro. Nada de peticiones a las autoridades. Así, tal cual, nació Trail La Cebreira

'Corre, Sufre y Suda, pero lo más importante...Disfruta'

50.1439635
30.7496623

CEBRERA

VIII aniversario

TRAIL

3 MARZO 2024

EL BARRACO | ÁVILA

TRAIL 24K 200PAX	TRAIL 13K 200PAX	CROSS 6K 100PAX	MARCHA SOLIDARIA 5K 200PAX
-------------------------------	-------------------------------	------------------------------	---

CATEGORIAS ABSOLUTA | MASTER
30 - 40 - 50 - 60

TRAMO CRONO
El Bullitio
BY asics

MACHACONAS / SORTEOS / MUSICA DIRECTO
PEKE TRAIL / SUPER BOLSA
WWW.CDVALLEDELALBERCHE.ES

ORGANIZA: CDVA CLUB DEPORTIVO VALLE DEL ALBERCHE EL BARRACO
COLABORA: Ayuntamiento de EL BARRACO
PATROCINA: RM, JB, GAZNATA, Cruz Roja, Ofeot+, ABM

REGLAMENTO

1.RECORRIDOS

1. TRAIL La Cebrera (25,3km)

● FICHA TECNICA

- Distancia: 25,3km
- Desnivel Positivo: +1.257 Mts (wikiloc)
- Track: <https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/x-trail-la-cebrera-3marzo24-25-3k-157193418>
- Hora salida: 9:00 AM
- Límite de inscripciones: 200
- Tiempo de corte: **2 ½ horas después de la salida KM 17,3 (RISCO LA OSA).**



● AVITUALLAMIENTOS

1. KM 4,9: Líquido: Hito del Comandante
2. KM 8,3: Líquido Sólido - Valla de Santa Cruz
3. KM 12,2: Líquido Sólido – Alto de las Navas – Comparte con 11k
4. KM 15: Líquido Sólido – Alto de La Cebrera
5. KM 17,3 Líquido Sólido - Risco de la Osa – Comparte con 11k
6. KM 19,5 Líquido Sólido – Chorros de Majadespino
7. KM 22.6 Líquido Sólido - Portal de Pelines
8. KM 25,3 Avituallamiento Final

● TRAMO ASICS

- Este año el tramo cronometrado está patrocinado por Asics
- Distancia: desde Km 17,4 hasta Km 20
- Estará controlado por alfombras crono
- Asics obsequiará con un premio al Primer M/F

● 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 (13km)

● FICHA TECNICA

- Distancia: 13 km
- Desnivel Positivo: +639 Mts (wikiloc)
- Track: La versión a tener en cuenta es la que se encuentra en <https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/x-trail-la-cebreira-3marzo24-13k-149915007>
- Hora salida: 9:10 AM
- Límite de inscripciones: 200



● AVITUALLAMIENTOS:

1. KM 7.5 Líquido y sólido – Alto de Las Navas
2. KM 13 Avituallamiento Final

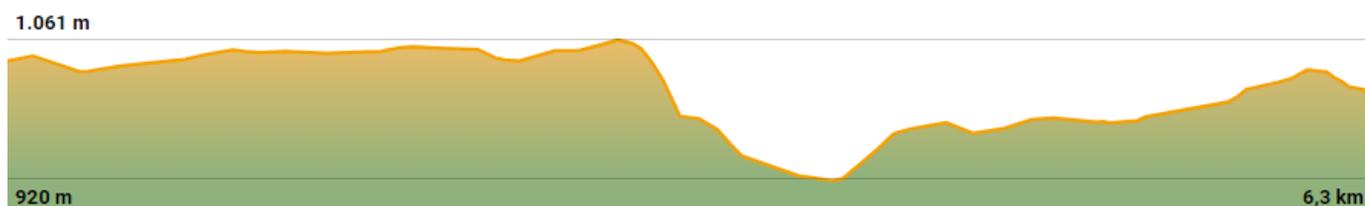
● CATEGORIA (MASCULINA Y FEMENINA)

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

3. CROSS LA CEBRERA (6km)

● FICHA TECNICA

- Distancia: 6 km
- Desnivel Positivo: +142 Mts (wikiloc)
- Track:La versión a tener en cuenta es la que se encuentra en <https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/x-trail-la-cebrera-3marzo24-13k-149915007>
- Hora salida: 9:20 AM
- Límite de inscripciones: 200



● AVITUALLAMIENTOS:

- KM 2,5 Líquido - Hito del Comandante
- KM 6 Avituallamiento Final

● CATEGORIA (MASCULINA Y FEMENINA)

- ABSOLUTO (1,2 y 3)
 - 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 X Trail La Cebreira. La propia web te redirige a la pasarela de pago (Evedeport)
2. La edad **mínima de inscripción es de 14 años**, cumplidos el año de referencia de la prueba. Para que un menor de edad (18 años) pueda participar en el X Trail La Cebreira deberá presentar la correspondiente autorización tutorial, en el momento que se retire el dorsal. Se debe rellenar la autorización que aparece como anexo a este reglamento
3. El precio de la inscripción para **24,3K y 13K:**
 - 1 de Noviembre a 31 de Diciembre incluidos: 22€
 - 1 de Enero a 31 de Enero incluidos: 27€
 - 1 de Febrero a 26 de Febrero incluidos: 33€
 - 25 Febrero 23:59h Cierre de Inscripciones

4. El precio de la inscripción para el Cross La Cebrera:

- **1 de Noviembre a 31 de Diciembre incluidos: 10€**
- **1 de Enero a 31 de Enero incluidos: 15€**
- **1 de Febrero a 26 de Febrero incluidos: 20€**
- **25 Febrero 23:59h Cierre de Inscripciones**

5. Retirada de dorsales:

- **El sábado 2 de Marzo en horario de 18:00 a 21:00 en el Polideportivo Victor 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**

6. Los dorsales se retirarán mostrando cualquier Documento Oficial de Identidad. En caso de retirar el dorsal de otra persona, se solicitará justificante que acredite la retirada

7. CAMBIO DE DISTANCIA: salvo causa mayor justificada, no se podrá cambiar de recorrido una vez se cierre el periodo de inscripción. En caso de hacerse el dorsal afectado no tendrá validez en la clasificación general

8. DEVOLUCIÓN IMPORTE INSCRIPCIÓN: no se admite devolución del importe de inscripción salvo causa de fuerza mayor o por prescripción médica, que será revisada por la Organización

9. La Organización pondrá a disposición de todos los participantes servicio de guardarropa y duchas a la finalización de la carrera.

10. Todo participante tendrá acceso a la bolsa del corredor con diferentes regalos conmemorativos del X Trail La Cebrera.

11. Todos los corredores deben llevar el dorsal en lugar visible, permitiéndose el uso de porta dorsales de cintura.

12. Todos los participantes estarán cubiertos por un seguro personal de corredor y el evento estará bajo el amparo de un RC, por si surgiera algún accidente 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 y por consiguiente no estarán cubiertos por los seguros

13. Premios y sorteos:

- La entrega de trofeos de las diferentes categorias se realizará según se vayan completando las categorías con el fin de aligerar la entrega de premios.
- El viernes 1 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 2 y domingo 3 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 25.3K, 13K Y Cross 6K
 - UN JAMON
 - 2 DOCENAS DE HUEVOS XL GRANJA REDONDO
 - 12 CERVEZAS RAIZ CUADRADA
 - 1 QUESO GRANDE ELVIRA GARCIA
 - 3 BOTELLAS DE VINO GAZNATA (EL BARRACO)
 - 1 PAN GIGANTE
 - 1 EXCLUSIVO TROFEO CONMEMORATIVO

14. 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.

15. Ambos recorridos estarán señalizados tanto con cinta, estacas de madera y conos. Siempre respetando y manteniendo intacto el estado natural del recorrido.

16. 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

17. A lo largo del recorrido habrá componentes de la Organización, Voluntarios y personal tanto de Cruz Roja como Protección Civil, velando por la seguridad de los participantes. Es obligatorio seguir sus indicaciones.
18. 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.
19. Cualquier participante por el mero hecho de inscripción en cualquiera de las disciplinas, da por hecho que su imagen puede ser fotografiada, grabada y publicada en cualquiera de los medios del CDVA.
20. La prueba se realizará en fechas con posibles adversidades climatológicas y aunque la Organización informará acerca de la climatología y situación del terreno días previos a la carrera, se recomienda en carrera:
- **Gps con la ruta descargada (obligatorio)**
 - **Zapatillas Trail Running (obligado)**
 - Bateria 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
21. 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 personal de la Organización/Salvamento podrá llevar a un participante a zona de meta si la situación lo requiere, siempre y cuando ese punto no se quede descubierto, teniendo que esperar a la finalización del evento
 - El corredor asume toda su responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado, en caso de llegar a meta por medios externos a la Organización o fuera del recorrido oficial del evento.

22. 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**
- **Arrojar desperdicios inorgánicos durante el recorrido**
- **Impedir ser adelantado u obstaculizar voluntariamente a otro corredor**
- **No hacer caso a las indicaciones de la organización, voluntarios y equipos 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 de la Organización establecer las penalizaciones.

23. 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.**

IV MARCHA SOLIDARIA LA CEBRERA

- Se celebrará la IV Marcha Solidaria La Cebreira. Parte de la inscripción de la inscripción (5€) 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 IV Marcha Solidaria La Cebreira es a las 9:30 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 25,3K** como de **Trail 13K** que quieran contribuir a la causa podrán hacerlo marcando la pestaña correspondiente en la pasarela de pago, teniendo opción a la camiseta conmemorativa IC Marcha Solidaria LA CEBRERA
- Es importante de cara a la organización y seguridad del evento que NINGÚN PARTICIPANTE rebase a los voluntarios de CDVA en cabeza de la marcha.
- 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 21 de Enero de 2024
- 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)

II PEKE TRAIL LA CEBRERA

- La hora de inicio de PekeTrail serán las 11:00am
- Todos los participantes tendrán que estar en la zona de meta
- Las inscripciones se harán por la pasarela de pago habitual y que se encuentra en <https://www.cdvalledelalberche.es/x-trail-la-cebrera/>
- La inscripción **NO TIENE COSTE**, dando derecho a avituallamiento final, detalle de carrera y medalla conmemorativa
- **CIERRE INSCRIPCIONES: 25 FEBRERO 23:59**
- Todos los participantes estarán amparados por un seguro de carrera en caso de no estar federados
- Cada categoría tiene un máximo de inscritos de 30 Pax
- CATEGORIAS:
 - SUPERPEKES (NACIDOS 2020-2021) – 1 vuelta
 - PEKE (NACIDOS 2018-2019) – 2 vueltas
 - PEKEGRANDE (NACIDOS 2016-2017) -- 3 vueltas
 - INFANTIL (NACIDOS 2014-2015) – 1 vuelta
 - CADETE (NACIDOS 2012-2013) – 2 vueltas
 - MINISENIOR (NACIDOS 2010-2011) – 3 vueltas
- Los recorridos se publicarán en las redes sociales del CDVA y en la página web CDVA <https://www.cdvalledelalberche.es/x-trail-la-cebrera/>





**CDVA - CLUB DEPORTIVO VALLE DEL ALBERCHE
EL BARRACO - AVILA**

01/01/2024