



DEFINICIÓN Y OBJETIVOS

Lidl to lidl es una carrera por montaña que esta dentro de la Federación Balear de Montaña y Escalada.

Por tanto tienen el objetivo de realizar un recorrido siempre señalado, principalmente por caminos y senderos y con un recorrido de 23 kms, sin elementos de escalada y en el mínimo de tiempo posible.

Marcando en el tipos de caminos a superar, la señalización, los avituallamientos, las clasificaciones, etc...

El presente Reglamento esta revisado y consensuado por los miembros integrantes del "Comité de Carreras por montaña" de FBME.

1. MODALIDAD DE CARRERA DE MONTAÑA

Es una carrera de larga distancia; ya que es una prueba en línea, con cronometraje, que supera el recorrido los 20 km. Con un máximo de 25% de pistas asfaltadas. Y sin superar pendientes ocasionales superiores a 30%.

2. CRITERIOS TECNICOS OBLIGATORIOS DE LA PRUEBA

2.1 El recorrido estarán debidamente señalado en su totalidad. Siempre a ser posible con cintas, flechas y banderolas y una vez acabada la carrera será fácilmente recuperable el entorno por la organización.

La señalización de todo el recorrido obligará ser conocido por parte de todo el personal de organización, los jueces de carrera. Y también se informará de los diferentes puntos de control, los puntos de auxilio y de avituallamiento.

2.2 Los tramos de asfalto o pavimentados no superan el 25% del total del recorrido.

2.3 Durante el recorrido habrá **un punto de avituallamiento** en el km 10,5. Será tanto líquido (agua y bebida isotónica) como sólido (frutos secos, barritas energéticas, plátano). Al final del recorrido habrá también un avituallamiento líquido (agua y bebida isotónica) y sólido (frutos secos, barritas energéticas, plátano, naranja) para todos los participantes. En los avituallamientos no habrá vasos.

2.4 A lo largo del recorrido la organización de la prueba preverá tantas personas de control de paso como hagan falta para garantizar el buen funcionamiento de la prueba, del buen cumplimiento del reglamento y para poder orientar a los corredores, de los puntos técnicos de mayor riesgo además de carteles. Los controles de paso, cogerán nota de los dorsales de los corredores según el orden de paso de control, así como de las irregularidades que se observen, que serán comunicadas a la dirección de carrera y a los jueces de carrera.

2.5 Para garantizar la seguridad en carrera la organización de la prueba garantiza el servicio de evacuación en caso de accidente. La organización dispondrán de una ambulancia de soporte vital básico, además de un médico responsable de carrera.



2.6 El recorrido que se realiza únicamente por caminos y senderos previamente existentes.

2.7 Habrá un cierre de carrera que se encargará de retirar las cintas y de control de carrera.

2.8 En el caso de haber un aviso de alerta meteorológica, que genere un riesgo objetivo durante la carrera, es obligación de la Dirección de la carrera hacer un seguimiento y evolución durante el transcurso de la prueba. Si la alerta es amarilla, la organización ha de avisar a los participantes y estos decidirán su participación sin la anulación de la competición ni modificación del recorrido.

En el caso de alerta naranja los participantes tendrán que llevar como material obligatorio un corta vientos durante todo el transcurso de la prueba, que será comprobado por la Dirección de Carrera antes del inicio.

2.9 Se hará una reunión informativa o briefing a todos los participantes antes de iniciar la prueba. Con la explicación de los tipos de señalización existente, una descripción detallada del itinerario y una explicación de los tramos más complicados, además de como se realizará el cierre de carrera.

3. CATEGORIAS

3.1.1 Carrera 23 kms.

- Absolutos mujeres y hombres
- Veteranos mujeres y hombres: participantes entre 40 y 49 años
- Master 50 mujeres y hombres: participantes mayores de 50 años

3.1.2 Carrera 9 kms.

- Absolutos mujeres y hombres
- Promoción mujeres y hombres: participantes hasta los 18 con autorización padres o tutor.
- Veteranos mujeres y hombres: participantes entre 40 y 49 años
- Master 50 mujeres y hombres: participantes mayores de 50 años

3.2 La edad a tener en consideración será la que el participante tendrá el día 31 de diciembre del año de la competición.

3.3 Los premios:

- Los premios no son en ningún caso acumulables en ninguna de las categorías especificadas en el reglamento.

Los premios de esta carrera serán:

En la carrera larga los premios para la absoluta tanto para masculino como femenino son los siguientes:

- 1º 300€ en vales regalos
- 2º 200€ en vales regalos
- 3º 100€ en vales regalos

En cuanto a 1º vet.40 y vet. 50

- una bolsa de productos lidl por valor de 90€ para los primeros
- una bolsa de productos lidl por valor de 60€ para los segundos
- una bolsa de productos lidl por valor de 30€ para los terceros.



En la carrera corta los premios para la absoluta tanto para masculino como femenino son los siguientes

- 1º 150€ en vales regalos
- 2º 100€ en vales regalos
- 3º 50€ en vales regalos

En cuanto a 1º Junior, vet.40 y vet. 50

- una bolsa de productos lidl por valor de 50€ para los primeros
- una bolsa de productos lidl por valor de 35€ para los segundos
- una bolsa de productos lidl por valor de 20€ para los terceros.

Además se van a sortear 6 vales de 20€ entre los que hagan la caminata

4 OBLIGACIONES DEL COMITE DE JUECES DE CARRERAS POR MONTAÑA

4.1 El Comité de jueces de carreras por montaña conocerá el reglamento de la carrera y velará por el correcto cumplimiento, siendo el Responsable del Comité que tendrá la capacidad de decisión, un vez escuchado el comité, y consensuado su criterio con el presidente de la FBME y el Director Técnico.

4.2 El Comité de jueces de carreras por montaña lo elaborará el Comité de jueces de Baleares que tendrá la capacidad de decisión.

4.3. Los árbitros, el club organizador de la prueba y el su director de Carrera, son los responsables inmediatos del desarrollo de esta siendo los árbitros los responsables de las posibles contingencias que se puedan desarrollar. En el caso de tener que sancionar o aplicar alguna medida disciplinar, el juez de carrera lo transmitirá al Director de Carrera y al delegado federativo, que aprobarán la aplicación de la sanción definitiva correspondiente.

4.4 Las posibles sanciones tiene la posibilidad de apelación presentando una Reclamación oficial delante del Comité de Jueces que lo añadirá al acta del Juez de Carrera y el Organizador. La sanción final al organizador o participante/s (en caso que fuese una falta grave) habrá de ser aprobada en última instancia por el Presidente de la FBME. Y puede estar penalizada económicamente en algunos casos.

5 RESPONSABILIDAD DE LAS ENTIDAD ORGANIZADORA

5.1 El organizador de la competición es un Clubs Deportivo registrado en el organismo Deportivo Competente en Baleares (DG Esports), y afiliado a la FBME.

5.2 EI solo hecho de organizar o de participar en la carrera implícita la aceptación del presente reglamento y así se hará constar por escrito en el reglamento de la prueba.

5.3 La FBME no se hará responsable de los daños derivados u ocasionados por negligencia o mala fe y otros casos contemplados a les exclusión de la póliza de responsabilidad civil contratada per la FBME, durante la celebración de la prueba.

5.4 Es responsabilidad del organizador conocer y preocuparse de la previsión meteorológica prevista para el día de la prueba 48h antes, y asegurarse de que los participantes conocen las situaciones de alerta el día de la realización de la competición. Por esto ha de comunicar a los participantes a través del su reglamento, el equipo y material adecuado que ha de llevar.



5.5 Realizar una reunión informativa a todos los participantes o briefing para aportar la información de la carrera con detalles practicas necesarias para poder realizar la carrera.

5.6 Notificar a los participantes, de la necesidad de disponer de un estado físico adecuado i la recomendación de disponer de un reconocimiento médico reciente

5.7 La organización de la carrera habrá de suspenderla, cuando las condiciones meteorológicas lo aconsejen, por declararse Alerta Amarilla en la zona del recorrido y aprobándose por el Juez de carrera.

5.8 En el avituallamiento, el organizador de la carrera colocará recipientes en donde los corredores puedan depositar las basura (envoltorios, geles, piel de la fruta). Antes y después del avituallamiento habrá un indicador de inicio y finalización del control de avituallamiento. Igualmente la organización recogerá estos recipientes y limpiará la zona de avituallamiento. Las ayudas externas a los corredores se habrán de hacer dentro de estas áreas técnicas de los controles de avituallamiento no pudiendo abandonar, ningún otro material, equipamiento o restos de comida fuera de estos puntos. En los avituallamientos NO HABRÁ VASOS para dar la bebida siendo OBLIGACION DEL CORREDOR de llevar su propio vaso.

5.9 Para garantizar la máxima seguridad los participantes, la organización de cada carrera junto con el Arbitre de Carrera preverán los equipos escoba necesarios para a recorrer la totalidad del itinerario de la carrera y siempre en el mismo sentido.

5.10 La organización de la carrera identificara debidamente a los participantes a la misma, antes del inicio mediante dorsales.

5.11 Antes de darse la salida de la prueba, la organización y los árbitros principales harán una verificación de dorsales, y una verificación material.

5.12 En caso de error en los resultados, la organización de la carrera lo habrá de hacer público al Juez de carrera y al Comité en un termino máximo de 15 días naturales después de la celebración de la prueba, pasados estos los resultados provisionales pasaran a ser definitivos.

5.13 El organizador de la carrera acepta la publicidad en el cartel de la prueba y la presencia en la carrera, de la publicidad que determine el Comité y que tenga a ver con alguna esponsorización de la FBME.

5.14 El lugar designado para la salida de la carrera y el tramo urbano de la salida, es lo suficientemente amplio para garantizar sin incidentes ni accidentes.

5.15 El lugar de llegada ha de estar suficientemente señalado, para evitar confusiones a los corredores y libre de cualquier obstáculo que pueda ocasionar incidentes. Se habrá de indicar el último kilómetro con un rotulo informativo.

5.16 El recorrido siempre será visible y identificable por el participante, en el sentido de carrera, siendo revisado por el Juez de Carrera la jornada previa a la prueba, según la información y novedades aportada por el Director de la Carrera.



5.17 El organizador ha de asegurar **OBLIGATORIAMENTE** la presencia de soporte sanitario básico (en todo caso será suficiente el equipo de "transporte sanitario").

5.18 El organizador recordara a los servicios de rescate y al servicio de emergencias del Govern Balear de la realización de la carrera, confirmando las fechas y el recorrido (puntos de riesgo) y los puntos de control que existirán.

5.19 Se habrá de permitir la recogida de reclamaciones por parte de los participantes, informando que la reclamación tendrá una tasa definida en el reglamento que se devolverá al interesado si su reclamación es estimada y favorable.

5.20 La organización de la carrera será la responsable de llamar a los corredores a la línea de salida.

6 OBLIGACIONES DE LOS PARTICIPANTES

6.1 Es obligatorio que el corredor conozca el Reglamento de carreras de la FBME.

6.2 Todos los participantes tienen la obligación de seguir las indicaciones dadas por cualquier miembro de la organización de la carrera y del Juez de Carrera. En caso de no seguir el recorrido indicado y las directrices de seguridad indicadas por la organización, el corredor podrá ser sancionado por el Juez de Carrera.

6.3 Todos los participantes tienen la obligación de asistir y/o donar socorro y de comunicar al control más cercano cualquier accidente que haya visto. En caso de no hacerlo será descalificado.

6.4 Los corredores que deciden retirarse de carrera tendrán que comunicarlo a la organización a través del control más cercano al lugar de la retirada.

6.5 Todos los corredores habrán de llevar el calzado adecuado para la realización la carrera y disponer de la condición física más adecuada.

6.6 Todos los inscritos han de presentar la licencia modalidad B de la FBME o superior o el DNI para poder recoger el dorsal y tomar la salida.

6.7 Es responsabilidad de los participantes llevar el equipo y material adecuado para la carrera, y de disponer como a mínimo de un cortavientos en caso de alerta meteorológica naranja. También es responsabilidad de cada participante haber obtenido los conocimientos teóricos y prácticos necesarios para poder participar en la carrera, así como su propio estado físico.

6.8 Los participantes están obligados a conocer y cumplir las restricciones en referencia a las de sustancias dopantes que perjudiquen la salud y el transcurso de la competición (listado de prohibiciones publicado y mantenido por la Agencia Mundial Antidopaje, AMA). En caso de ser detectado serán descalificados y penalizados.



6.9 El dorsal irá colocado en la parte frontal de la camiseta y han de ser visibles durante toda la prueba. En caso de llevar cortavientos el dorsal ha de ser visible bajando la cremallera.

6.10 Se podrá competir con cinturón porta dorsal, siempre que el dorsal no quede en ningún momento tapado por la camiseta ni se coloque a la parte trasera.

6.11 Por medidas de seguridad no es podrá competir con auriculares puestos.

6.12 Por motivos de seguridad no está permitido correr descalzo.

7 INFRACCIONES

7.1 Existirán tres tipos de infracciones, leves, graves y muy graves que serán aplicadas por el Juez de Carrera después de su comunicación con el Director de Carrera: Las infracciones leves se penalizarán con tiempos entre de 1 a 3 minutos, las infracciones graves se penalizarán en tiempo entre los 5 a 10´ e incluso la descalificación. Las muy graves, significaran la descalificación inmediata del corredor por parte del Juez de Carrera o de la organización.

7.2 Las infracciones graves y muy graves podrán ser penalizadas económicamente por el Comité de Carreras por Montaña con la aprobación del presidente de la FBME.

Infracciones leves :

7.1.1 No ceder el paso al corredor posterior en caso de solicitud del mismo.

7.1.2 No llevar el material obligatorio marcado per la organización

7.1.3 Recibir asistencia de terceras personas fuera de los controles de avituallamiento.

7.1.4 Llevar el dorsal tapado o a la parte trasera.

7.1.5 Anticiparse a la señal de salida.

7.1.6 Retrasar voluntariamente la hora de salida.

7.1.7 No presentarse a la llamada de salida.

Infracciones Graves :

7.1.9 Llevar auriculares durante la competición.

7.1.10 Tirar basura en cualquier punto del recorrido de la carrera.

7.1.11 Modificar las dimensiones del dorsal

7.1.12 La utilización de elementos de megafonía en cualquier tramo del recorrido, fuera de la salida y la llegada.

Infracciones muy graves.

7.1.14. Usar cualquier medio de transporte o locomoción durante todo o parte del recorrido. (sanción de 300€ y expediente deportivo per una inhabilitación temporal en competiciones de la CCAA)

7.1.15 No guardar respecto absoluto a les más esenciales normas deportivas de compañía y de respecto a la naturaleza. (expediente deportivo y sanción económica a determinar)

7.1.16 Cualquier desconsideración y violencia contra los jueces, miembros de la organización o participantes de la carrera. (expediente deportivo y sanción económica a determinar)

7.1.17 Será motivo de descalificación de la carrera así como la retirada de la licencia deportiva en todos los ámbitos, la ingestión de productos de dopantes declarados por la AMA. En este caso el Comité Balear de Carreras por Montaña, elaborará un informe que el tramitará el Responsable Técnico de la FBME, para que se tomen las medidas disciplinarias pertinentes junto con la agencia antidopaje.

7.1.18 Retirarse de la competición sin dar aviso a un arbitro o al responsable del control de



paso (sanción de dos carreras sin poder participar)

Otros motivos de descalificación.

7.1.19 Será motivo de descalificación, finalizar la prueba más tarde de la hora de cierre del control de llegada, fijada por la organización.

7.1.20 Será motivo de descalificación, pasar por los controles de paso, más tarde de la hora de cierre del mismo.

7.1.21 Será motivo de descalificación, no pasar por un control de paso.

7.1.22 Será motivo de descalificación no dar ayuda a un corredor accidentado.

7.1.23 Será motivo de descalificación correr descalzo o en calzado inadecuado

Relacionadas con el respeto y cuidado del medio natura

7.1.24 No Respetar el entorno. Dañar los recursos naturales, geológicos, culturales.

7.1.25 No Respetar el itinerario establecido y balizado por la organización, saliéndose de éste. Usar senderos secundarios al sendero principal. Atajar campo a través. Recortar por el interior de las curvas.

7.1.26 Tirar basura (desperdicios, envolturas, alimentos o material) salvo en los lugares habilitados por la organización. Es obligatorio a marcar geles, barritas, etcétera, con el número de dorsal.

7.1.27 Emitir señales o destellos luminosos, excepto la iluminación frontal del recorrido, en tramos nocturnos. Gritar durante el recorrido.

7.1.28 Denunciar cualquier conducta medioambiental negligente de otros corredores.

Las sanciones se han de notificar a los afectados por parte de los arbitres o el director de la carrera antes de que finalizar la entrega de trofeos, se considerará suficiente la colocación del listado de los sancionados en el tablón de anuncios en donde se coloquen las clasificaciones de la carrera .

Las sanciones Graves y Muy Graves, serán estudiadas por el comité de competición que determinará si ha de haber sanción económica al infractor y redactará los expedientes deportivos pertinentes.

El corredor que sea descalificado durante la carrera o abandone la misma tendrá que hacer entrega de su dorsal al arbitro o al jefe de control correspondiente.

8 CONTROLES DE PASO

8.1 La organización designará un responsable de control de paso, que coincidirá con el punto de avituallamiento. (Cruce carrera corta +2h)

8.2 Este punto estará comunicado con el director de carrera.

8.3 Elitechip anotará en número de dorsal de cada corredor que pasé. El jefe de control recogerá el dorsal de los participantes que se retiren y anotará las irregularidades que es puedan producir por incumplimiento del reglamento, entregando la documentación al arbitro principal una vez acabada la prueba.

8.4 Los miembros de los controles de paso y de los controles de avituallamiento, estarán facultados para denunciar las irregularidades de los corredores que incumplen este reglamento de competición e informarán al arbitro principal de las infracciones.

8.5 Los miembros del control de paso y del control de avituallamiento son los responsables de velar per la seguridad de los participantes y del entorno en el lugar en donde estén asignados.



9 RECLAMACIONES

9.1 Las reclamaciones se harán a través de un modelo de reclamación (ver anexo), que facilitará la organización, pagando un depósito de 50 euros (que es devolverá si esta prospera) al final de la carrera y tan solo en el mismo día de la prueba.

10 INSCRIPCIONES

10.1 Se harán a través de Elitechip.

Carrera larga 23 kms - 12€ hasta el jueves 7 de febrero 20h - 20€ hasta el viernes 8 de febrero 20h

Carrera corta 9 kms - 9€ hasta el jueves 20h 7 de febrero 20h - 20€ hasta el viernes 8 de febrero 20h