

Colaboran



Luna Beberide



Prestige Adventure (P) Ltd.

प्रेस्टिज एडवेंचर प्राइवेट लिमिटेड



Otros colaboradores



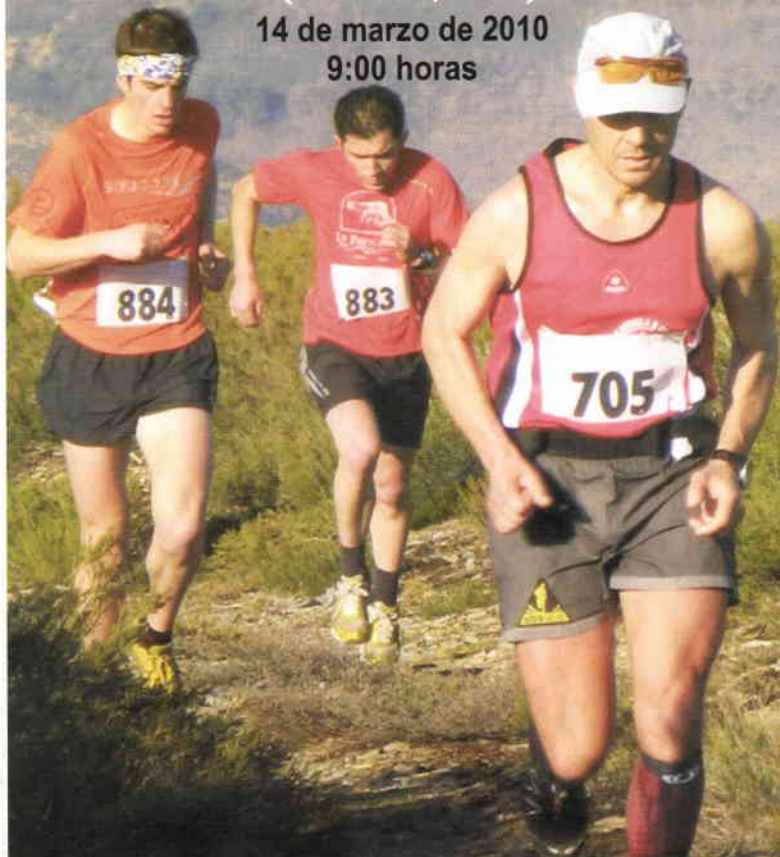
II CARRERA DE MONTAÑA ALTO SIL

SANTA CRUZ DEL SIL

(EL BIERZO, LEÓN)

14 de marzo de 2010

9:00 horas



INSCRIPCIONES

24 de febrero - 9 de marzo

MÁXIMO 300 PARTICIPANTES

Organizan



Ayto. Páramo del Sil



DIPUTACIÓN DE LEÓN



El Bierzo



CONSEJO COMARCAL DEL BIERZO

www.carreraaltosil.com

Reglamento

1. Tendrá lugar el **14 de marzo de 2010** con salida a las 9 horas de la Plaza del pueblo de **Santa Cruz del Sil (León)**, bajo el presente reglamento.

2. La prueba se celebrará sobre un recorrido aproximado de 29 km, en la zona central de la Sierra de Gistredo, acumulando un desnivel (positivo y negativo) de unos 3.100 m.

3. **CATEGORÍAS:** Podrán participar las personas que lo deseen mayores de 18 años, hasta un máximo de 300, por riguroso orden de inscripción, según las siguientes categorías (años cumplidos el día de la prueba)

- Absoluta (masculino y femenino)

- Veteranos A de 40 a 49 años

- Veteranos B de 50 en adelante

- Veteranas A de 35 a 44 años

- Veteranas B de 45 en adelante

- Locales (masculino y femenino) Nacidos y/o residentes en el Municipio de Paramo del Sil.

4. **INSCRIPCIONES:** Hasta un máximo de 300 corredores, desde el 24 de febrero al martes 9 de marzo de 2010 según los métodos indicados en el apartado de inscripciones.

5. **PRECIO:** El importe de la inscripción es de 20 € y 15 € para los socios de Tierra Trágame, que dan derecho a participar en la prueba, seguros, bolsa del corredor, avituallamientos, guardarropa, duchas, alojamiento en salón de actos de Santa de Cruz de Sil, comida postcarrera y cuantos obsequios consiga la organización.

6. **SEÑALIZACIÓN Y CONTROLES:** El recorrido estará señalizado con trozos de cinta de plástico de color vivo, siendo obligatorio el paso por los controles establecidos. Existirán referencias kilométricas en algunos controles.

7. **TIEMPOS DE PASO:** Los participantes que sobrepasen 1 hora 50 minutos en el paso por Páramo del Sil o las 3 horas 45 minutos en el paso por la aldea de Primout, deberán retirarse de la prueba ya que ni la organización ni los servicios de asistencia pueden garantizar su cobertura. Así mismo los 'Corredores Escoba' o el responsable de cada control tendrán potestad para retirar de prueba a cualquier corredor si su tiempo en carrera o su estado de salud así lo aconseja. El corredor que se retire deberá avisar al control más próximo.

8. **AVITUALLAMIENTOS:** Existirán 6 avituallamientos líquidos, fuentes en el recorrido y 3 avituallamientos sólidos más los de meta.

9. **PREMIOS:** Se entregará un trofeo a los tres primeros de cada categoría así como un regalo a cada uno de ellos.

10. Quedará descalificado todo el que no cumpla el presente reglamento, no complete la totalidad del recorrido, deteriore o ensucie el entorno, no lleve su dorsal bien visible o desatienda las indicaciones de la organización.

11. La organización se reserva el derecho a realizar las modificaciones que considere necesarias en función de los diferentes condicionantes, así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas lo obligan o por fuerza mayor.

12. Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados y a respetar las normas de circulación en los cruces de carretera.

13. La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia, así como de los objetos de cada participante. Los participantes exoneran a la organización de toda responsabilidad en caso de accidente o lesión. En todo lo no contemplado en este reglamento, la prueba se basará en los reglamentos de la Federación de Montaña de Castilla y León y Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME).

Inscripciones

Las Inscripciones se podrán realizar de las siguientes maneras:

- En la **web** de Corricolari, en el siguiente enlace: <http://www.corricolari.es/inscripciones/index.html>

- Presencialmente en las oficinas de **Corricolari** en Madrid. Pº Marques de Monistrol 7 -3º, 28011 Madrid; 91 526 80 80

- Presencialmente en la tienda de Montaña **Fitz Roy** en Ponferrada, León. C/Gil y Carrasco 2 24400 Ponferrada (León); 987405256

- **Giro Postal** a Corricolari, previa llamada para dar los datos y confirmar plaza.

PRECIO: 20 € y 15 € socios del club Tierra Trágame que dan derecho a participar en la prueba, seguro, alojamiento en el Salón de Actos, comida rural en Sta Cruz del Sil, bolsa del corredor y uso de las instalaciones deportivas de Páramo del Sil.

NO SE ADMITEN INSCRIPCIONES FUERA DE PLAZO.

Programa

Sábado 13 de marzo:

17 a 22 horas: recogida de dorsales en Biblioteca de Santa de Cruz del Sil. Necesario presentar DNI o documento identificativo de la persona inscrita.

20:30 horas: charla técnica a las 20:30 horas en el salón de actos de Santa de Cruz del Sil.

Domingo 14 de marzo:

7:30 a 8:30 horas: recogida de dorsales en Biblioteca de Santa de Cruz del Sil. Necesario presentar DNI o documento identificativo de la persona inscrita.

8:45 horas: control de salida en plaza de Santa de Cruz del Sil.

9:00 horas: SALIDA.

11:15 horas: llegada estimado de los primeros corredores.

14:00 horas: comienzo de entrega de premios.

14:30 horas: comienzo comida postcarrera.

Avituallamientos y Tiempo límite de Paso:

Km 5 Cabaña de Usiles: líquido, 10:00 h.

Km 9 Paramo del Sil: líquido y sólido, 10:50 h.

Km 15 Puerto de Primout: líquido 12:20 horas

Km 18 Primout: líquido y sólido 12:45 h.

Km 22 Braña Santa Cruz: líquido 13:25h.

Km 25 Cabaña de la Collada: líquido y sólido 14:10h.

Km 29 Santa Cruz del Sil: sólido y líquido 14:30 h.

