

REGLAMENTO/PROGRAMA

CARLOS SÁ 
NATURE EVENTS

EXTREME GERÊS MARATHON®
2 DE DICIEMBRE DE 2017

CARLOS SÁ NATURE EVENTS®
EXTREME
GERÊS MARATHON®
WORLD'S TOUGHEST ROAD MARATHON®

Índice

1. Condiciones de participación	03
1.1. Edad de participación	03
1.2. Inscripción validada	03
1.3. Condición física	03
1.4. Ayuda externa	03
1.5. Dorsal	03
1.6. Reglas de conducta deportiva	03
2. Prueba	04
2.1. Presentación	04
2.2. Programa	04
2.3. Distancia / altimetría	04
2.4. Tempo limite e barreras horarias	04
2.5. Metodología de control de tiempos	05
2.6. Puestos de control	05
2.7. Avituallamientos	05
2.8. Información sobre el paso por locales con tráfico de vehículos	05
2.9. Penalizaciones / descalificaciones	06
2.10. Responsabilidades ante el atleta / participante	06
2.11. Seguro deportivo	06
3. Inscripciones	06
3.1. Proceso de inscripción	06
3.2. Precios y períodos de inscripción	06
3.3. Condiciones de devolución de la tasa de inscripción	07
3.4. Material incluido en la inscripción	07
3.5. Secretaría y horarios	07
4. Categorías y premios	07
4.1. Fecha, hora y local de entrega de premios	07
4.2. Categorías	07
5. Información	08
5.1. Como llegar	08
5.2. Donde alojarse	08
6. Marcas y controles	08
7. Responsabilidad ambiental	08
8. Derechos de imagen	08
9. Apoyo de emergencia	08
10. Casos Omisos	08
11. Diversos	08

MUY IMPORTANTE

Esta carrera se lleva a cabo en carreteras de montaña. Se sostiene en caminos pavimentados y en pistas de tierra, pero no es supuesto ser una carrea donde un corredor compara su tiempo con otras carreras de misma longitud. Esto no es una carrera de Trail tampoco, porque no tiene lugar en senderos de montaña.

Esta carrera se lleva a cabo dentro del único Parque Nacional de Portugal. Por lo tanto, todos los participantes deben respetar sus reglas.

Debido a necesidades logísticas y de seguridad, así como a la protección ambiental obligatoria para la región, el número de inscripciones es muy limitado.

Para preservar un legado natural muy rico, queremos que todos los atletas disfruten de una comunión con la Naturaleza, respetándola y protegiéndola. Debido a esto, le informamos que todos los refrescos líquidos no serán suministrados en botellas o vasos de plástico. Cada atleta debe llevar un recipiente que sea adecuado para su hidratación (para bebidas frías y calientes).

¡El Parque Nacional de Peneda-Gerês es un patrimonio que queremos preservar! ¡Queremos que nuestros hijos disfruten de esta herencia mañana de la misma manera que la disfrutamos hoy!

- Es necesario tener la condición física adecuada a las características de esta prueba de dureza extrema, que reúne al mismo tiempo un alto kilometraje, terreno montañoso, la exposición al sol, etc.;
- La inscripción implica la aceptación sin reserva del presente reglamento;
- La inscripción es personal e intransmisible y es aceptada por orden de llegada;
- La veracidad de los datos suministrados es responsabilidad del participante;
- Si un atleta inscrito no puede participar en el día de la prueba, o si las condiciones climáticas no permiten la realización del evento, la organización no se ve en la obligación de reembolsar el pago de la inscripción.
- Tras el día 12 de noviembre de 2017, no se aceptan cambios a los datos suministrados por los participantes.

1. Condiciones de participación

1.1. Edad de participación

La edad mínima de participación en las pruebas Extreme Gerês Marathon es de 18 años.

1.2. Inscripción validada

Para participar en la prueba el atleta debe tener su inscripción previamente validada, dentro del plazo establecido, y aceptar las normas del presente reglamento.

1.3. Condición física

Es imprescindible tener una condición adecuada a las características de esta prueba de dureza extrema, que reúne al mismo tiempo un alto kilometraje y terreno montañoso. El recorrido está sujeto a condiciones meteorológicas imprevisibles, como: calor, frío, viento fuerte, niebla densa y lluvia intensa. Es fundamental que el atleta sepa gestionar los problemas físicos o mentales resultantes de la fatiga, los problemas digestivos, los dolores musculares o articulares, las pequeñas heridas, etc.

1.4. Ayuda externa

La ayuda externa no es permitida, excepto en los puestos de avituallamientos. El atleta debe saber gestionar y solucionar los problemas encontrados.

1.5. Dorsal

El dorsal es personal e intransmisible. El dorsal debe ser totalmente visible en toda la prueba. En caso de abandono de la carrera, el dorsal debe ser devuelto a la organización.

1.6. Reglas de conducta deportiva

El comportamiento inadecuado, el lenguaje ofensivo, verbal o cualquier otro tipo de agresión serán comunicados a las autoridades.

2. Prueba

2.1. Presentación

Extreme Gerês Marathon es organizado por Carlos Sá Nature Events® y por la Asociación Viver Peneda-Gerês, con el apoyo del municipio de Terras de Bouro.

Pruebas con distancias aproximadas de **42 kilómetros** y **42 kilómetros relevos**; **21 km** y **13 km**. La primera edición de **Extreme Mile** tendrá una pendiente media del 35% y 525 m D+ en sólo 1 milla.

Marathon relevos (3 elementos por equipo) - cada atleta corre aproximadamente 1/3 de la distancia de la carrera. El transporte entre segmentos se llevará a cabo en autobuses proporcionados por la organización.

2.2. Programa

Jueves 30 de Diciembre

17h00 – 20h00 – Entrega de dorsales: Hospital CUF (Oporto)

Viernes 1 de Diciembre

09h00 – 10h00 – Apertura de la secretaría (Auditórium – Vila do Gerês)

11h00 – Salida Extreme Mile

15h00 – Programa Cultural (“Aldeia Comunitária da Ermida”) | **Inscripciones** – Sérgio Gonçalves: sdlgoncalves@sapo.pt – 966021718

16h00 – 20h00 – Apertura de la secretaría (Auditórium – Vila do Gerês)

Sábado de 2 Diciembre

07h00 – Apertura de la Secretaría (Auditórium – Vila do Gerês)

08h30 – Cierre de la secretaría

08h30 – Salida de buses con los atletas del 2º segmento 42 km (junto a Colunata)

09h00 – Salida 42 km y 1º segmento 42 km relevos y 13 km

09h10 – Salida 21 km

09h45 – Salida de buses con los atletas del 3º segmento 42 km relevos (junto a la parada de autobús, detrás del Bar da Adegas, Hotel Universal)

13h30 – Ceremonia de entrega de premios

17h00 – Fin da la prueba

2.3. Mapa / perfil altimétrico

Consultar en la página web.

2.4. Tiempo máximo

Barreras horarias para la prueba de 42 km:

14 km – Casa da Preguiça – 2h30m de prueba (a las 11h30m)

30 km – Museu da Geira – 5h15m de prueba (a las 14h15m)

El vehículo de apoyo que cierra la carrera, los "corredores escoba", o el jefe de cada control, podrá retirar de la carrera a cualquier corredor si su tiempo en la carrera, o su salud lo justifica. El corredor retirado debe ir al puesto más cercano y pedir apoyo / informar su retirada o, alternativamente, a la secretaria. El tiempo para completar el Extreme Gerês Marathon (42 km) es de 7 horas.

2.5. Metodología de control de tiempos

El control es realizado por chip electrónico que el atleta tiene que validar en los puestos de control. La falta de entrega y / o la pérdida de un chip es responsabilidad exclusiva del participante.

2.6. Puestos de control

Los controles intermedios estarán en local a definir por la organización.

2.7. Puestos de avituallamientos

Extreme Mile

Avituallamiento – meta

13 km

Avituallamiento – km 7

21 km

Avituallamiento – km 6,5; km 11; km 15

42 km solo / relevos

Avituallamiento – km 7; km 14; km 20,5; km 24; km 30; km 36

Tenga en cuenta que los avituallamientos líquidos no se proporcionarán a través de botellas o vasos de plástico. Cada atleta es responsable de traer el recipiente que considere más adecuado para su hidratación (preferiblemente también sirve bebidas calientes).

2.8. Información sobre el paso por locales con tráfico de vehículos

La organización tiene un sistema de seguridad a lo largo de la ruta, sin embargo, ya que será imposible llevar a cabo el corte del tráfico por carretera en algunos pasajes, los participantes deben cumplir con las normas de tráfico en las carreteras de uso público y deben respetar el medio ambiente que rodea a la ruta, sabiendo que esta puede cruzar propiedad privada bajo pena de tener que asumir los posibles daños y perjuicios resultantes de la infracción.

2.9. Penalizaciones / descalificaciones

Descalificación:

- No cumplir con el presente reglamento;
- Atajar el recorrido;
- Tirar desperdicios;
- Falta de visibilidad del dorsal;
- No respetar la organización;
- Tener una conducta anti-deportiva.

2.10. Responsabilidades ante el atleta / participante

La participación en la prueba implica la aceptación sin reserva del presente reglamento. Los participantes serán responsables de todas las acciones que puedan producir daños materiales, morales, o de cualquier otra naturaleza, a sí mismos y / u otros. La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia o robo de objetos de cada participante.

2.11. Seguro deportivo

El seguro está incluido con la inscripción. El número de la póliza de seguro: AG63771272 (FIDELIDADE).

3. Inscripciones

3.1. Proceso de inscripción

Inscripción online: <http://www.carlossanatureevents.com/>

3.2. Precios y períodos de inscripción

Limite de participantes:

Extreme Mile – 50 participantes

13 Km – 500 participantes

21 Km – 700 participantes

42 Km estafeta (3 elementos) – 50 equipas

42 Km – 500 participantes

Hasta 31/05:

Extreme Mile – 7€

13 Km – 7€

21 Km – 10€

42 Km relevos (3 elementos) – 30 €

42 Km – 23€

A partir de 01/06:

Extreme Mile – 10€

13 Km – 10€

21 Km – 15€

42 Km estafeta (3 elementos) – 36 €

42 Km – 30€

La inscripción incluye:

Dorsal, seguro individual de accidente, avituallamientos, duchas, camiseta oficial de la prueba y medalla de finalista.

3.3. Condiciones de devolución de la tasa de inscripción

La organización no considera el deber a devolver el dinero de la inscripción de los atletas ya confirmados que no pueden comparecer en el día del evento.

3.4. Secretariado y horarios

Día 1: Auditório Animação Termal da Vila do Gerês, 09h00 – 10h00;

Día 1: Auditório Animação Termal da Vila do Gerês, 16h00 – 20h00;

Día 2: Auditório Animação Termal da Vila do Gerês, 07h30m – 08h30m (últimos dorsales). También junto a la línea de llegada, a partir de las 09h00 (apenas para informaciones).

3.6. Otros servicios

Transporte gratuito para los participantes, del Gerês hacia la línea de salida y transición (maratón relevos). Las duchas están disponibles al final de la carrera.

4. Categorías y premios

4.1. Fecha, hora y local de entrega de premios

Vila do Gerês – 13h30m.

4.2. Premios

Habrà clasificación en escalones de edad. Para el efecto de clasificación y puntuación de los atletas en los escalones será considerada la edad de lo atleta en el día de la carrera.

- M Sub-23 y F Sub-23 - 19 a 22 años
- M Los mayores y F Los mayores - 23 a 39 años
- M40 y F50 - 40 a 49 años
- M50 y F50 - 50 a 59 años
- M60 y F60 - más de 60 años

Se concederán premios por escalones, en las pruebas GEM 42Km, GEM 21Km y GEM 14Km, a los 3 primeros hombres y 3 primeras mujeres de cada escalón.

42 km, 21km, 13 km, Extreme Mile – clasificación general

Hombre

1º - Trofeo, inscripción 2018

2º - Trofeo, inscripción 2018

3º - Trofeo, inscripción 2018

Mujer

1ª -Trofeo, inscripción 2018

2ª - Trofeo, inscripción 2018

3ª -Trofeo, inscripción 2018

42 km relevos (equipos de 3 elementos) - clasificación general

1º - Trofeo, inscripción 2018 (para cada elemento)

2º - Trofeo, inscripción 2018 (para cada elemento)

3º - Trofeo, inscripción 2018 (para cada elemento)

5. Información

5.1. Cómo llegar

Coche – A3 hacia Braga, después seguir las indicaciones hacia la Vila do Gerês.

Tren/ autobús – Hay numerosos enlaces de tren y autobús a Braga, de todo el país. A partir de Braga, la compañía hotelera EH Gerês tiene conexiones diarias de autobús al centro de Vila do Gerês. Más información <http://www.ehgeres.pt/>

5.2. Alojamiento

Unidades colaboradoras Gerês Extreme Marathon® (en breve).

6. Marcas y controles

En breve.

7. Responsabilidad ambiental

El atleta es el único responsable del transporte de todos los residuos naturales (incluso biodegradables) o no naturales. Deberá depositar los residuos en el puesto de avituallamiento más cercano o transportarlo a la línea de llegada.

8. Derechos de imagen

Cada participante autoriza a los organizadores a utilizar las imágenes tomadas durante el evento. Estas imágenes se pueden utilizar para documentos publicitarios y / o medios de publicidad (radio, prensa, video, foto, internet, al aire libre, etc.).

9. Apoyo y emergencia

Habrán equipos de apoyo, ayuda y emergencia para proporcionar cuidados a los participantes que lo necesiten.

10. Casos omisos

Omisiones en el presente reglamento serán resueltas por el comité organizador, cuyas decisiones serán definitivas.