

REGLAMENTO / PROGRAMA



GRANDE TRAIL DA SERRA D'ARGA®

15 DE JULIO DE 2017

23 Y 24 DE SEPTIEMBRE DE 2017



Índice

Índice	01
1. Condiciones de participación	04
1.1. Edad de participación	04
1.2. Inscripción validada	04
1.3. Condición física	04
1.4. Ayuda externa	04
1.5. Dorsal	04
1.6. Reglas de conducta deportiva	04
2. Prueba	05
2.1. Presentación	05
2.2. Programa	06
2.3. Distancia, altimetría y caracterización de dificultad ATRP*	07
2.4. Mapa / perfil altimétrico / descripción del recorrido	07
2.5. Tiempo máximo	07
2.6. Metodología de control de tiempos	07
2.7. Puestos de control	07
2.8. Avituallamientos	08
2.9. Material recomendado	09
2.10. Información sobre el paso por locales con tráfico de vehículos	09
2.11. Penalizaciones / descalificaciones	09
2.12. Responsabilidades ante el atleta / participante	10
2.13. Seguro deportivo	10
3. Inscripciones	10
3.1. Proceso de inscripción	10
3.2. Precios y períodos de inscripción	10
3.3. Condiciones de devolución de la tasa de inscripción	11
3.4. Material incluido en la inscripción	11
3.5. Secretaría y horarios	11
4. Categorías y premios	11
4.1. Fecha, hora y local de entrega de premios	11
4.2. Categorías	11
5. Información	14
5.1. Como llegar	14
5.2. Donde alojarse	14
6. Marcas y controles	14
7. Responsabilidad ambiental	15
8. Derechos de imagen	15
9. Apoyo de emergencia	15
10. Casos omisos	15
11. Diversos	15

*ATRP – Asociación Portuguesa de Trail Running

La secretaría no abrirá el domingo

Los atletas deben recoger sus dorsales antes de la prueba, en el siguiente horario:

Entrega dorsales GTSA		
Data	Horario	Ubicación
15 de Julio	10:00 – 10:30	Quinta de Pentieiros (Ponte de Lima)
15 de Julio	17:00 – 19:00	Lugar de salida (junto a la Iglesia matriz de Caminha)
21 de Septiembre	17:00 – 20:00	Instituto CUF - Porto
23 de Septiembre	07:00 – 09:00	Dem (junto à línea de llegada)
23 de Septiembre	15:00 – 19:00	Dem (junto à línea de llegada)

Recordamos que en este evento están inscritos miles de participantes; si usted está viajando en coche, puede ser difícil encontrar un lugar para aparcar.

MUY IMPORTANTE

- 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.
- Es imprescindible beber y comer convenientemente en todos los puestos de avituallamientos.
- Está previsto que los primeros corredores terminen la prueba principal en 5 horas, con una distancia aproximada de 53 km y 3000 d+.
- La inscripción es personal e intransmisible y es aceptada por orden de llegada.
- La veracidad de los datos fornecidos 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 31 de agosto, no se aceptan cambios a los datos fornecidos por los participantes.
- El contenido de este reglamento está sujeto a cambios sin previo aviso.

1. Condiciones de participación

1.1. Edad de participación

La edad mínima de participación en las pruebas Grande Trail Serra d'Arga 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 tenga una capacidad de autonomía en montaña y que sepa solucionar los problemas encontrados sin ayuda. 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

El **Grande Trail da Serra d'Arga** es organizado por Carlos Sá Nature Events® con el apoyo y colaboración de Desnivel Positivo. Cuenta también con la colaboración de los municipios de Caminha, Viana do Castelo y Ponte de Lima; y de las parroquias de Dem, São Lourenço da Montaria, Estorãos, Arga S. João, Arga de Cima y Arga de Baixo.

El 15 de julio se llevarán a cabo las pruebas **GTSA Vertical**, **Trail Kids** y **GTSA Sunset**, que serán la presentación las pruebas de septiembre.

GTSA Vertical – comienza a las 11:00 en Estorãos y termina en el topo de Senhora do Minho; cubre a 4 km con D + 800m.

Trail Kids – comienza a las 12:00 en el topo de Senhora do Minho. Tendrá las siguientes etapas y distancias:

- Hasta 7 años – 500 m
- 7 – 10 años – 1000 m
- 10 – 13 años – 1500 m
- 13 – 16 años – 2000 m

GTSA Sunset – comienza a las 19:00 junto a la Iglesia Matriz de Caminha y termina en el mismo lugar. Existen dos distancias:

- **Distancia Aventura 32 kilómetros y 1100D +**, que cubre la colina de San Antonio y Santa Tecla (Galicia), con el cruzamiento del río Miño en kayak, uniendo así los dos países.
- **Distancia 17 Km 460D+**, que también cubre la colina de Santa Tecla (Galicia), con el cruzamiento del río Miño en kayak.

El 23 de septiembre se realizan las siguientes pruebas: **Ultra Trail 53 km** (la carrera principal de este evento) y **VI Trail Kids**.

Ultra Trail 53 km – Comienza a las 9 de la mañana, pasa través de senderos de la magnífica Serra d'Arga, con una distancia de cerca de 53 km y un desnivel de 6000 metros, con salida y llegada en el centro de la parroquia Dem. Esta fantástica carrera pasa por varios pueblos históricos como S. João d'Arga, Mosteiro S. João de Arga, Arga de Baixo, Arga de Cima, Cerquido, S. Lourenço da Montaria con su fantástico río Âncora, y Dem, pertenecientes a tres municipios: Caminha, Ponte de Lima y Viana do Castelo

El **VI Trail Kids** comienza a las 17:00 en el pueblo de Dem, junto a la meta del Ultra Trail 53 km.

- Hasta 7 años – 500 m
- 7 – 10 años – 1000 m
- 10 – 13 años – 1500 m
- 13 – 16 años – 2000 m

El 24 de septiembre, tres carreras competitivas tendrán lugar simultáneamente: **Trail Longo, 33 km y 21 km**, y **Trail Corto 14 km**. También habrá una **caminata de 7 km**. Todas estas carreras son circulares con salida y llegada a S. Lourenço da Montaria.

- **Trail Longo 33 km** – Comienza a las 9:00, con una distancia de unos 33 km y una altitud acumulada de 3400 m. Pasa los senderos de la Serra d'Arga pasando por varias zonas de interés como el río Ancora, Pedrulhos, Calçada Romanas, Cerquido, Alto da Senhora do Minho y S. Lourenço del Monte.
- **Trail Longo 21 km y Trail Corto 14 km** – Comienza a las 10:00. Con una diferencia acumulada de 2000m y 1300m respectivamente, comienza en la Parroquia de S. Lourenço da Montaria, cruzando los senderos de Serra d'Arga con paso por el fantástico río Âncora, por el pueblo de Chão y terminando en S. Lourenço da Montaria.
- La caminata comenzará a las 10:10 con salida y llegada a S. Lourenço da Montaria.

Después de la carrera, los corredores pueden tomar una ducha y una comida ligera.

2.2. Programa

15 de Julio (sábado)

10:00 – Apertura de la secretaría en Quinta de Pentieiros (GTSA Vertical)

11:00 – Salida GTSA Vertical y cerramiento de la secretaría

12:00 – Salida Trail Kids

13:00 – Entrega de premios (GTSA Vertical) + fotografía de grupo con los participantes del Trail Kids (Senhora do Minho)

17:00 – Apertura de la secretaría junto a la Iglesia Matriz de Caminha (GTSA Sunset)

19:00 – Salida GTSA Sunset y cerramiento de la secretaría

22:00 – Entrega de premios GTSA Sunset junto a la línea de llegada

23 de Septiembre (sábado)

07:00 – Apertura de la secretaría en Dem

09:00 – Salida Ultra Trail 53 km y cerramiento de la secretaría

15:00 – Apertura de la secretaría en Dem

17:00 – Salida Trail Kids

17:30 – Entrega de premios Ultra Trail 53 km + fotografía de grupo con los participantes del Trail Kids

19:00 – Fin de las actividades

24 de Septiembre (Domingo)

09:00 – Salida Trail Longo 33 km (S. Lourenço da Montaria)

10:00 – Salida Trail Longo 21 km y Trail Corto 14 km (S. Lourenço da Montaria)

10:10 – Salida Caminata 7 km

11:30 – Llegada prevista de los primeros atletas Trail Corto 14 km (S. Lourenço da Montaria)

11:50 – Llegada prevista de los primeros atletas Trail Longo 21 km y 33 km (S. Lourenço da Montaria)

15:00 – Ceremonia de entrega de premios 14 km, 21 km y 33 km (S. Lourenço da Montaria)

Los atletas deben dirigirse hacia el lugar de salida de forma autónoma.

2.3. Distancia, altimetría y caracterización de dificultad ATRP*

GTSA Vertical – 4 Km – 800m d+ (1600dac) Trail Corto– nivel4

GTSA Sunset – 32 Km – 1100m d+ Trail Longo – nivel 2

GTSA Sunset – 17Km – 460m d+ Trail Corto – nivel 1

Ultra Trail – 53 km – 3000m d+ (6000dac) Trail Ultra Medio – nivel 3

Trail Longo – 33 km – 1700m d+ (3400dac) Trail Longo – nivel 3

Trail Longo – 21 km – 1000m d+ (2000dac) Trail Longo – nivel 3

Trail Corto – 14 km – 650m d+ (1300dac) Trail Corto – nivel 2

*ATRP – Asociación Portuguesa de Trail Running

2.4. Mapa / perfil altimétrico / descripción del recorrido

Ver 2.1. Más información en:

<http://carlossanatureevents.com/evento.aspx?idevento=GTSA>

2.5. Tiempo máximo

- En caso de abandono de la carrera, el atleta debe devolver su dorsal.
- El tiempo máximo para terminar el Ultra Trail es 11 horas; y para el Trail Longo 33 km 7 horas; las pruebas Trail Longo 21 km y Trail Corto no tendrán tiempo máximo.

2.6. 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.

2.7. Puestos de control

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

2.8. Puestos de avituallamientos

- **GTSA Vertical**
 - **Puesto de avituallamiento 1** – Meta (Alto da Senhora do Minho)
- **GTSA Sunset 32 km**
 - **Puesto de avituallamiento 1** – 8 km (Santa Tecla)
 - **Puesto de avituallamiento 2** – 17 km (centro de Caminha)
 - **Puesto de avituallamiento 3** – 22 km (Santo Antão)
 - **Puesto de avituallamiento 4** – 28,5 km (Santo Antão)
- **GTSA Sunset 17 km**
 - **Puesto de avituallamiento 1** – 8 km (Santa Tecla)
- **Ultra Trail 53 km**
 - **Puesto de avituallamiento 1** – 7 km (Arga S. João)
 - **Puesto de avituallamiento 2** – 15 km (Arte na Leira)
 - **Puesto de avituallamiento 3** – 24km (Cerquido)
 - **Puesto de avituallamiento 4** – 33 km (Montaria)
 - **Puesto de avituallamiento 5** – 44 km (Pedrulhos)
- **Trail Longo 33 km**
 - **Puesto de avituallamiento 1** – 8 km (Viveiros)
 - **Puesto de avituallamiento 2** – 15 km (Chão)
 - **Puesto de avituallamiento 3** – 22 km (Cerquido)
- **Trail Longo 21 km:**
 - **Puesto de avituallamiento 1** – 8 km (Viveiros)
 - **Puesto de avituallamiento 2** – 15 km (Chão)
- **Trail Corto 14 km:**
 - **Puesto de avituallamiento 1** – 8 km (Viveiros)

2.9. Material recomendado

Material recomendado	GTSA Vertical	GTSA Sunset 32 km	GTSA Sunset 17 km	GTSA 14 km	GTSA 21 km	GTSA 33 km	GTSA 53 km	Caminata
Linterna frontal		x	x					
Contenedor para reserva de agua				x	x	x	x	
Manta de supervivencia				x	x	x	x	
Silbato				x	x	x	x	
Chaqueta impermeable				x	x	x	x	
Teléfono móvil		x	x	x	x	x	x	

Independientemente de las condiciones climáticas, los participantes deben considerar este material como su equipo de supervivencia.

2.10. 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.

2.11. 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.

La organización impedirá, en ediciones futuras, la inscripción de los participantes que estén cubiertos por cualquiera de los dos últimos tópicos.

2.12. 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.

2.13. Seguro deportivo

El seguro está incluido en la inscripción.

3. Inscripciones

3.1. Proceso de inscripción

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

3.2. Precios y períodos de inscripción

Las inscripciones abren el 1 de mayo de 2017.

GTSA Vertical

15 euros

La cuota de inscripción incluye: dorsal, seguro, avituallamientos, duchas + otras posibles ofertas.

GTSA Sunset

15 euros

La cuota de inscripción incluye: dorsal, seguro, avituallamientos, duchas + otras posibles ofertas.

GTSA Vertical + GTSA Sunset

20 euros

La cuota de inscripción incluye: dorsal, seguro, avituallamientos, duchas + otras posibles ofertas.

Caminata 7 km

5 euros

La cuota de inscripción incluye: dorsal, seguro, avituallamientos, duchas + otras posibles ofertas.

Ultra Trail 53 km

35 euros

La cuota de inscripción incluye: chaleco, dorsal, seguro, camiseta oficial, medalla finalista, avituallamientos, duchas + otras posibles ofertas. La organización podría reemplazar estas ofertas por otras similares.

Trail Longo 33 km

25 euros

La cuota de inscripción incluye: dorsal, seguro, camiseta oficial, medalla finalista, avituallamientos, duchas + otras posibles ofertas. La organización podría reemplazar estas ofertas por otras similares.

Trail Longo 21 km

20 euros

La cuota de inscripción incluye: dorsal, seguro, camiseta oficial, medalla finalista, avituallamientos, duchas + otras posibles ofertas. La organización podría reemplazar estas ofertas por otras similares.

Trail Corto 14 km

15 euros

La cuota de inscripción incluye: dorsal, seguro, camiseta oficial, medalla finalista, avituallamientos, duchas + otras posibles ofertas. La organización podría reemplazar estas ofertas por otras similares.

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 confirmado que no pueden comparecer en el día del evento.

3.4. Material incluido en la inscripción

Ver 3.2.

3.5. Secretariado y horarios

- Ver página 4.
- Cada dorsal es entregado individualmente.
- Los atletas deben presentar un documento de identidad y traer cuatro pines.

4. Categorías y premios

4.1. Fecha, hora y local de entrega de premios

Ver programa.

4.2. Categorías

La clasificación por categorías es determinada por la ATRP. Para el efecto de clasificación y puntuación de los atletas en los escalones será considerado el año de nacimiento del atleta, o sea, se considera la edad que el atleta tendrá el 31 de diciembre de la corriente época competitiva. Ex: Un atleta que hace 40 años a 31 de diciembre, será clasificado en el escalón M40 durante todo el Campeonato.

- Sub-23 - 19 a 22 años
- Los mayores - 23 a 39 años
- M40 - 40 a 44 años
- M45 - 45 a 49 años
- M50 - 50 a 54 años
- M55 - 55 a 59 años
- M60 - más de 60 años

- Para la clasificación por equipos cuentan los tiempos de los 3 mejores atletas en la clasificación general, (no hay distinción de sexo o edad).

- Se concederán premios por escalones, en las pruebas GTSA Ultra Trail 53Km, GTSA Trail Largo 33 Km, GTSA Trail Largo 21 Km y GTSA Trail Corto 14Km de la siguiente manera:

- Sub-23 - 19 a 22 años (3 primeros hombres e 3 primeras mujeres);
- Los mayores - 23 a 39 años (3 primeros hombres e 3 primeras mujeres);
- M40 - 40 a 49 años (3 primeros hombres e 3 primeras mujeres) - se agrupan los escalones M40 y M45;
- M50 - 50 a 59 años (3 primeros hombres e 3 primeras mujeres) - se agrupan los escalones M50 Y M55;
- M60 - más de 60 años

Premios

GTSA Vertical (clasificación general)

Hombre:

1º - Trofeo

2º - Trofeo

3º - Trofeo

Mujer:

1º - Trofeo

2º - Trofeo

3º - Trofeo

GTSA Sunset 32 km (clasificación general)

Hombre:

1º - Trofeo

2º - Trofeo

3º - Trofeo

Mujer:

1º - Trofeo

2º - Trofeo

3º - Trofeo

GTSA Sunset 17 km (clasificación general)

Hombre:

1º - Trofeo

2º - Trofeo

3º - Trofeo

Mujer:

1º - Trofeo

2º - Trofeo

3º - Trofeo

Ultra Trail 53 km (Clasificación general)

Hombre:

1º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

2º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

3º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

4º – Trofeo, inscripción en una de las pruebas de Gerês Extreme Marathon

5º – Trofeo, inscripción en una de las pruebas de Gerês Extreme Marathon

Mujer:

1º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

2º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

3º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

4º – Trofeo, inscripción en una de las pruebas de Gerês Extreme Marathon

5º – Trofeo, inscripción en una de las pruebas de Gerês Extreme Marathon

Trail Longo 33 km (Clasificación general)

Hombre:

1º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

2º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

3º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

Mujer:

1º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

2º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

3º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

Trail Longo 21 km (Clasificación general)

Hombre:

1º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

2º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

3º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

Mujer:

- 1º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon
- 2º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon
- 3º – Trofeo, inscripción 2018, inscripción en una de las pruebas Gerês Extreme Marathon

Trail Corto 14 km (Clasificación general)

Hombre:

- 1º – Trofeo, inscripción 2018
- 2º – Trofeo, inscripción 2018
- 3º – Trofeo, inscripción 2018

Mujer:

- 1º – Trofeo, inscripción 2018
- 2º – Trofeo, inscripción 2018
- 3º – Trofeo, inscripción 2018

Los atletas que ganen la inscripción en Gerês Extreme Marathon deben confirmar su participación a la organización, por e-mail, hasta el 18 de octubre.

Equipos

Ultra Trail 53 km / Trail Longo 33 km / Trail Longo 21 km / Trail Corto 14 km

- 1º - Trofeo
- 2º - Trofeo
- 3º - Trofeo

5. Información

5.1. Cómo llegar

Autopista A28, salida 28 (Dem)

5.2. Alojamiento

- Existe la posibilidad de acampar en local de la prueba o dormir en el Pabellón Deportivo de Caminha.
- Los participantes deben llevar el material necesario para su estancia de una noche.

6. Marcas y controles

El recorrido estará marcado con cintas y banderas de colores brillantes.

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 de 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.

11. Diversos

- Se requiere que los participantes socorran a los heridos y respeten las normas de tráfico
- La organización se reserva el derecho a realizar modificaciones que considere necesarias en función de las diferentes condiciones, así como la suspensión de la carrera, si el tiempo lo obliga, o por fuerza mayor.