

REGLAMENTO CARRERA CIVICO-MILITAR VII DESAFÍO DE LOS 300.

PRUEBA

Esta carrera consiste en un recorrido de obstáculos sobre un itinerario de aproximadamente 13,6KM,s de longitud, en todo momento balizado por personal del Grupo de Regulares Nº 54, distribuido entre el casco urbano, la zona del Monte Hacho y las playas de La Descarga, los Corrales, el Desnarigado y la Ribera. (Ver mapa del itinerario).

NORMAS GENERALES "DESAFÍO DE LOS 300"

Estas normas pueden ser corregidas o modificadas por la organización hasta el momento de inicio de la prueba. Igualmente pueden ser modificados los obstáculos y su forma de paso. Esta no es una prueba individual. Es un reto de equipo. Es "EL DESAFÍO DE LOS 300". Cuando se realice la inscripción se muestra la conformidad del participante con estas normas.

Todo el personal participante, será mayor de 18 años. Se realizará por "Trinomios" con 3 hombres o 3 mujeres o 3 mixtos, (mixtos, cuando exista un componente de distinto sexo) y por "Binomios" con 2 hombres, 2 mujeres o 2 mixtos, (mixtos, cuando exista un componente de distinto sexo).

450 HOMBRES Y MUJERES EN 150 TRINOMIOS MASCULINOS, FEMENINOS Y MIXTOS.

350 HOMBRES Y MUJERES EN 125 BINOMIOS, MASCULINOS, FEMENINOS Y MIXTOS

La organización se reserva el derecho de aumentar el número de participantes en un máximo de un 100 en cada modalidad de Trinomio.

Serán dos carreras que transcurrirán por el mismo itinerario, que tendrán salida desde la playa de La Ribera, a las 10:00h del día 18 de mayo de 2024. Durante el recorrido se llevarán a cabo pruebas exigentes, en alguna de las cuales se requiere soltura acuática, y la obligación de equiparse con algún equipo de protección (proporcionado por la propia inscripción), por lo que con la inscripción en esta carrera se queda enterado de dicha dificultad. Club Deportivo "Tcol. González-Tablas"

Todos aceptarán las condiciones de cláusula de exoneración de responsabilidad obligatoria e individual, que se encuentra en la página web y que su aceptación será imprescindible para la inscripción.

Cada trinomio y binomio se inscribirá a la vez, con su jefe al frente, que es el representante del equipo.

Desde tres días antes de la carrera se activará la entrega de dorsales (se anunciará el lugar y el horario en la página web), donde cada uno de los componentes, con su jefe de trinomio o binomio al frente, recogerán cada chip y dorsal identificándose previamente y personalmente con sus DNI. El día de la carrera los participantes se presentarán en la salida a las 09:00h, donde su jefe o más caracterizado dará novedades de su personal para control y activación del chip.

A todos los participantes se les entregará una cinta de cabeza con el número del dorsal del equipo y el número del componente. El dorsal irá anudado a la cabeza o al brazo, debiéndose ver bien el número del dorsal.

Además, se entregará un chip para cada componente, que irá en el tobillo, para el control de tiempos en la salida/obstáculos/meta.

Los jueces de prueba y obstáculos irán uniformados con peto naranja/amarillo. Los auxiliares de obstáculos irán uniformados.

Los balizadores irán con la prenda de cabeza típica de Regulares, el Tarbuch.

NORMAS PARTICULARES DE LA CARRERA

El trinomio y/o binomio marchará siempre reunido, (diferencia no superior a 10" entre el primero/a - último/a componente del equipo y de 5 metros en los obstáculos que se especifique).

La retirada de cualquiera de los componentes del trinomio (voluntariamente, por lesión o eliminación), supondrá la descalificación de la prueba como equipo, pudiendo finalizar la carrera el resto si al menos quedan dos. Todo el personal que se retire está obligado a comunicarlo a la organización (balizadores o jueces de obstáculos o personal de salida/meta).

El nombre del obstáculo y la explicación del mismo se encontrará 25 metros delante del obstáculo, en un cartel tamaño A3.

Todos los obstáculos son colectivos, en todos se pueden ayudar sus componentes entre sí.

Las penalizaciones son las siguientes:

Nº1-Traslado de sacos: Todo el equipo realizará 30 Burpees por saco no entregado.

Nº2-Superar el contenedor: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere o lo sobrepase por los laterales.

Nº3-Carrera en el agua: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no complete todo el itinerario marcado por la franja señalada por las corcheras.

Nº4-Ruedimetro: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que se salga de la delimitación del campo, no llegue al otro extremo, o no pise dentro de los huecos.

Nº5-Equilibrio de troncos: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº6-Arrastre de ruedas: Todo el equipo realizará 30 Burpees si no realiza el arrastre durante todo el recorrido, transporta la rueda de forma que no sea "el arrastre", o lo hace sin algunos de sus participantes.

Nº7-Echarse al barro: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que se salga del recorrido, no alcance el otro extremo o no pase por debajo de todos los alambres.

Nº8-Rockey steps: Todo el equipo realizará 30 Burpees si en cualquier tramo de la escalera un participante ataja por fuera de ella, si el equipo no va unido en una distancia de menos de 5 metros o muestra claras intenciones de no facilitar el adelantamiento a otros equipos.

Nº9-Monkey Bar: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº10-Bomberos: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no se enfrente al chorro o si el equipo no va unido en una distancia de menos de 5 metros

Nº11-Salto del caballo: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº12-Crossfit: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no finalice el recorrido, suelte el saco en algún momento, salte de una caja a otra, o no devuelva el saco donde lo cogió.

Nº13-Salto al camión: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere o utilice las cabinas para su paso o apoyo.

Nº14-Paso carros de combate: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº15-Transporte de Camillas: Todo el equipo realizará 30 Burpees si no realizan todo el itinerario transportando en la camilla un participante (en el trinomio) o tres sacos terreros (en el binomio), si en algún momento el participante transportado se baja de ella (en el trinomio), o se cae algún saco (en el binomio)

Nº16-Laberinto elástico: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere, que se salga del circuito en algún tramo o que intente o consiga: rajar, cortar o romper **intencionadamente** algunos de los elásticos

Nº17-Trepa de redes: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere, o pasen por encima de otros participantes sean o no del mismo equipo.

Nº18-Arrastre de vehículos: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que en algún momento suelte la maroma antes de que las ruedas delanteras alcancen la línea final o en caso de que el vehículo no llegue con las ruedas hasta la línea final.

Nº19-Dados: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere o abandone cualquier equipo asignado en esta prueba (fusil de madera y mochila de combate).

Nº20-Plano inclinado (zona militar): Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere o abandone cualquier equipo asignado en esta prueba (fusil de madera y mochila de combate).

Nº21-Alambrada: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que se salga del recorrido, no alcance el otro extremo, no pase por debajo de todos los alambres o abandone cualquier equipo asignado en esta prueba (fusil de madera y mochila de combate).

Nº22-Castillo: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

El equipo debe llegar reunido y salir reunido de los obstáculos. Cuando coincidan en un obstáculo dos o más equipos, donde haya que esperar por no existir obstáculos suficientes, el Juez de la misma con sus auxiliares los ordenará por orden de llegada de TODO el equipo reunido.

Sólo habrá tiempos de neutralización en casos de extrema gravedad como accidentes y cortes justificados por las FCSE.

Los jueces (peto reflectante de color naranja/amarillo) estarán allí para ayudar si existe duda.

Si cualquier juez, ya sea de obstáculo o de itinerario, observa una separación mayor a 10 segundos entre el primer y el último componente del trinomio y 5 metros en los obstáculos que así se especifique la detendrá hasta que esté completamente reunida.

Las prendas obligatorias son las zapatillas deportivas, pantalón o malla y camiseta. Todo trinomio y/o binomio irá uniformado con la misma camiseta. Se recomiendan guantes debido a la existencia de obstáculos en los que se gatea, escala, se utilizan troncos, cuerdas, etc. Los trinomios y/o binomios militares oficiales llevarán la camiseta de la Unidad.

Los obstáculos no requieren una técnica especial a la hora de pasarlos. El juez les ayudará en caso de duda, pero sí que conviene que se conozcan una serie de reglas generales y obligatorias:

- Los obstáculos los pasará el trinomio y/o binomio **por la misma calle.**
- Al ser una prueba de equipo se permite el apoyo mutuo entre componentes.
- Supondrá la eliminación del trinomio:
 - El incumplimiento del itinerario.
 - No intentar superar un obstáculo.
 - Poner en peligro la seguridad de otros participantes por negligencia en el paso de un obstáculo.

- Desobedecer las indicaciones de la organización.
- No cumplir con los horarios establecidos por la organización.
- No respetar el medio ambiente.
- Recibir cualquier tipo de ayuda externa.
- El incumplimiento de la uniformidad. Está prohibido quitarse la camiseta durante la carrera.
- El comportamiento antideportivo entre los miembros de un equipo, con otros equipos participantes, con el público, con alguno de los jueces de la prueba, y con las FCS y voluntarios que participan para el buen desarrollo de la carrera.

El tiempo máximo de realización de la prueba es de 3 horas, por lo tanto la meta quedará cerrada en ese momento. Los obstáculos se irán cerrando progresivamente desde el inicio de la prueba.

AVITUALLAMIENTOS

Habrá avituallamientos, aproximadamente, en los kilómetros 4, 8 y en meta.

Se autoriza al personal participante a poder llevar encima todo tipo de geles, chokolatinas, agua, etc. No se permitirá ayuda y/o avituallamiento del exterior, salvo en casos de extrema gravedad.

ORGANIZACIÓN Y JURADO TÉCNICO

COMITÉ DE ORGANIZACIÓN

Presidente:

Coronel D. David Ramón Rubio González, Jefe del Grupo de Regulares de Ceuta nº 54.

Director de la Prueba:

Teniente Coronel D. Luis Francisco Mateo Alonso.

Oficial de Proyecto:

Capitán D. Juan Rodríguez Aragón.

Jurado Técnico:

Comandante D. Sergio Ortiz De Zarate.

Capitán D. José Luis Verza Gómez.

Brigada Ramón Kimatri Pozo.

Brigada José Píris Maroto.

Reclamaciones y apelaciones:

El proceso de reclamación comenzará con una protesta verbal del capitán del trinomio o binomio. Si lo considerase oportuno, posteriormente podrá presentar una reclamación. Toda reclamación se presentará por escrito y firmada por el Capitán del equipo al director de la prueba. Cada protesta hará referencia a los artículos del reglamento, los reglamentos oficiales de la competición o los acuerdos de la reunión técnica, en los que se basa. El plazo para presentar reclamaciones finalizará una hora después de la publicación de los resultados provisionales. El jurado resuelve en primer y último término las reclamaciones recibidas de acuerdo con la normativa deportiva antes mencionada. Sus decisiones serán presentadas por escrito por su presidente al director de la prueba y a los capitanes de los trinomios participantes. El jurado dictamina como último recurso. Su decisión no está supeditada a cualquier precedente y es definitiva. El jefe de delegación aceptará en todos los casos las decisiones del jurado, y no establecerá ni tolerará reacciones desagradables hacia los jueces y árbitros o hacia la organización.

6. CLASIFICACIÓN Y PREMIOS:

Medallas y Trofeos:

- Medalla:

- ✓ Para todos los participantes **que finalicen la prueba.**
- Trofeos
 - ✓ En Trinomios:
 - ✓ Primer trinomio **masculino** clasificado.
 - ✓ Segundo trinomio **masculino** clasificado.
 - ✓ Tercer trinomio **masculino** clasificado.
 - ✓ Primer trinomio **femenino** clasificado.
 - ✓ Segundo trinomio **femenino** clasificado.
 - ✓ Tercer trinomio **femenino** clasificado.
 - ✓ Primer trinomio **mixto** clasificado.
 - ✓ Segundo trinomio **mixto** clasificado.
 - ✓ Tercer trinomio **mixto** clasificado.
 - ✓ En binomios:
 - ✓ Primer binomio **masculino** clasificado.
 - ✓ Segundo binomio **masculino** clasificado.
 - ✓ Tercer binomio **masculino** clasificado.
 - ✓ Primer binomio **femenino** clasificado.
 - ✓ Segundo binomio **femenino** clasificado.
 - ✓ Tercer binomio **femenino** clasificado.
 - ✓ Primer binomio **mixto** clasificado.
 - ✓ Segundo binomio **mixto** clasificado.
 - ✓ Tercer binomio **mixto** clasificado.
 - ✓ En Veteranos:
 - ✓ Primer binomio **veterano** clasificado. (Con una suma de 104 años entre los 2 participantes).
 - ✓ Segundo binomio **veterano** clasificado. (Con una suma de 104 años entre los 2 participantes).
 - ✓ Tercer binomio **veterano** clasificado. (Con una suma de 104 años entre los 2 participantes).

Durante todo el recorrido habrá asistencia sanitaria coordinada, existiendo ambulancias de Soporte Vital Avanzado (SVA) y Soporte Vital Básico (SVB). En los obstáculos de agua existirán embarcaciones de seguridad, buceadores y socorristas.

En caso de lesión o accidente, informar al personal de la organización más cercano.

DERECHOS DE IMAGEN

La aceptación de las presentes normas implica obligatoriamente que el participante autoriza a la organización a la realización de fotografías y filmación de su participación en esta prueba, y les da el consentimiento para su difusión publicitaria de las imágenes en las que resulte claramente identificable, sin derecho por parte del corredor a recibir compensación económica alguna. Cualquier publicidad de la carrera deberá contar previamente con el consentimiento por escrito de la organización. En caso contrario, se emprenderán acciones legales.

EL PRESIDENTE DEL CLUB