

REGLAMENTO DE COMPETICIÓN

CARRERA POR MONTAÑA

LAS DEHESAS



LD Cross XXXIV edición
LD Half III edición

Domingo 27 de septiembre del 2020
Sierra de Guadarrama Cercedilla Madrid



Campeonato de Madrid de Carreras por Montaña
Individual y por Clubes.
4ª prueba de la Copa de Madrid
de Carreras por Montaña.

1. ORGANIZACIÓN

1-1. La **XXXIV edición de la Carrera por Montaña Las Dehesas, en la modalidad LD Cross, y la III edición de la LD Half**, organizada por el Club Tierra Trágame, con la colaboración de la Federación Madrileña de Montañismo (FMM), excelentísimo ayuntamiento de Cercedilla y Club Deportivo y Cultural de Empleados del Banco de España (CDCEBE), siendo Campeonato de Madrid en línea individual y por clubes así como formando parte de la Copa de Madrid de Carreras por Montaña en línea de la Federación Madrileña de Montañismo (FMM) y de la Copa de Hierro que organiza la RSEAP. (<https://www.copadehierro.es/>)

1-2. Tanto el Campeonato de Madrid en línea, individual y de clubes, así como la Copa de Madrid de Carreras por Montaña, se rigen por el reglamento de competición de la Federación Madrileña de Montañismo que se puede descargar en el siguiente [enlace](#).

1-3. La III edición de la LD Half , no forma parte de la Copa de Madrid, excepto para las categorías Cadete y Junior federados por la FMM.

1-4. La Copa de Madrid de Carreras por Montaña en línea de la FMM 2020, estará compuesta por las siguientes pruebas:

- | | | |
|---|-------------|---------------------------------|
| • 1ª Prueba: Madrid Táctica Trail Mataelpino. | 08/03/2020. | Organiza Táctica Trail. |
| • 2ª Prueba: Cross de tres Refugios. | 24/05/2020. | Organiza RSEA Peñalara. |
| • 3ª Prueba: Cross del Yelmo. | 30/05/2020. | Organiza Pedriza de Manzanares. |
| • 4ª Prueba: Carrera por Montaña Las Dehesas. | 27/09/2020. | Organiza Tierra Trágame. |
| • 5ª Prueba: Desafío Robledillo. | 08/11/2020. | Organiza Arelgo Sports. |

Más información en www.fmm.es

1-5. Tendrá lugar el **Domingo 27 septiembre de 2020**, con salida y meta en el Polideportivo Municipal de Cercedilla (Madrid).

Las distintas distancias y desniveles para la Carrera por Montaña de Las Dehesas, serán las siguientes:

- **LD Cross, 26.6 km con 1.860 metros de desnivel positivo.**
- **LD Half, 13.7 km con 760 metros de desnivel positivo, abierta a cualquier participante, y para las categorías Junior y Cadete, de la Copa de Madrid de carreras por montaña de la FMM.**

2. PARTICIPANTES

2-1. Podrá participar cualquier persona a partir de 15 años de edad, cumplidos en el año 2020, para la LD Half, y a partir de 21 años cumplidos en el año 2020, para la LD Cross, debidamente inscritos en la forma establecida en este reglamento (punto 3), y que posean la condición física y experiencia apropiadas para competir en carreras por montaña. La participación queda limitada a un máximo de 300 corredores para la LD Cross, y 450 corredores para la prueba LD Half.

2-1-1. Aquellos participantes que sean menores de edad, tanto para recoger el dorsal, como para participar en su prueba, han de entregar el día de la prueba a la organización una autorización del padre, madre o tutor legal del menor. La FMM pone a disposición de los participantes un [modelo de autorización](#) en su página web.

En ningún caso se hará entrega del dorsal y no se podrá participar en las pruebas, de no cumplir este requisito.

3. INSCRIPCIONES

3-1. Las inscripciones para las dos pruebas, se realizarán a través de la plataforma www.deporticket.com

3-1-1. La apertura de inscripciones para la XXXIV Carrera de Las Dehesas (en sus modalidades LD Cross y LD Half), será desde el 1 de Junio a las 9:00, hasta el 14 de Junio a las 23:59, para los federados FMM, y del 15 de Junio a las 9:00 hasta el 31 de Agosto a las 23:59 para el resto de participantes, o cuando se agote el cupo disponible de participantes (punto 2-1).

No se aceptarán inscripciones el día de la prueba ni pasadas las fechas de inscripción.

Inscripciones LD Cross:

- No federados 31€
- Federados 28€ (con licencia válida para carreras por montaña AU, B, C, D y E. NO válidas la A FEDME y A6, OT Promo, B6 o B7 FMM).

Inscripciones LD Half:

- No federados 19€
- Federados 16€ (con licencia válida para carreras por montaña AU, B, C, D y E. NO válidas la A FEDME y A6, OT Promo, B6 o B7 FMM).

3-2. Descuento de 3€ para los socios del Club Tierra Trágame, aplicable a los precios indicados en punto 3-1 del presente reglamento.

3-3. La inscripción incluye gastos de gestión bancaria e internet, seguro de responsabilidad civil y de accidentes, camiseta técnica de competición de la marca TUGA®, avituallamientos a lo largo de los recorridos y meta, guardarropa custodiado, acceso a baños y duchas, sorteo de regalos y cuantos obsequios consiga la organización.

En ningún caso se devolverá el importe de la inscripción, solo se podrá realizar un cambio de titular, y la fecha tope para realizarlo, será el 13 de Septiembre del 2020 a las 23:59 h.

Para realizar el cambio de titular, se ha de enviar por mail el código de inscripción enviado por deporticket del participante que desea hacer el cambio, así como todos los datos que se piden en la plataforma de inscripciones del nuevo titular, a la siguiente dirección:

carreralasdehesas@clubtierratragame.es

Por motivos de logística del evento, no se puede garantizar la talla de camiseta solicitada del nuevo titular.

3-4. Por cuestiones de seguridad y responsabilidad civil, la utilización de dorsales por parte de personas que no sean el titular inscrito oficialmente en la carrera, puede incurrir en graves consecuencias. Por ese motivo, en caso de detectar el uso de un dorsal por parte de otra persona que no sea el titular del mismo, tanto la persona que use ese dorsal, como el titular del mismo, no podrán participar en la prueba ni en otras organizadas por el club Tierra Trágame durante cuatro años.

4. CATEGORÍAS

4-1. En la prueba **LD Cross**, las categorías serán las siguientes:

- Absoluta (masculina y femenina). Todos los participantes de un mismo sexo y recorrido. Se incluyen en esta categoría las siguientes subcategorías:
 - Promesa (masculina y femenina) los que cumplan en el año en curso 21, 22 y 23 años.
 - Veteranos A y Veteranas A, los que en el año en curso tengan entre 40 y 50 años, ambos incluidos.
 - Veteranos B y Veteranas B, los que en el año en curso tengan 51 o más años.

4-2. En la prueba **LD Half**, las categorías serán las siguientes:

- Cadete (masculina y femenina) los que cumplan en el año en curso 15, 16 y 17 años.
- Júnior (masculina y femenina) los que cumplan en el año en curso 18, 19 y 20 años.
- Absoluto masculino y femenino, todos los participantes que en el año en curso cumplan 15 años o más.
- Veteranos A y Veteranas A, los que en el año en curso tengan entre 40 y 50 años, ambos incluidos.
- Veteranos B y Veteranas B, los que en el año en curso tengan 51 o más años.

4-3. La edad se considerará en función de los años cumplidos durante 2020. Los participantes deberán acreditar la edad e identidad personal para recoger el dorsal, mediante DNI o documento equivalente.

4-4. El deportista que quiera correr en una categoría superior, podrá renunciar a la suya y entrar en la clasificación de la solicitada a todos los efectos, siempre que cumpla los siguientes requisitos:

4-4-1. Comunicar a la FMM por correo electrónico a direcciontecnica@fmm.es con copia a la organización carrerasdehesas@clubtierratragame.es, **al menos con 7 días de antelación** a la celebración de la misma.

4-4-2. Que el deportista reciba el visto bueno de la FMM mediante notificación electrónica u otro medio equivalente. La FMM, deberá comunicar a la organización y a los árbitros, el visto bueno con la suficiente antelación para que se puedan realizar las clasificaciones con el cambio sin incidencias. Una vez hecho el cambio, el deportista perderá los derechos en su categoría original por edad en esa prueba.

5. ENTREGA DE DORSALES Y HORARIOS DE SALIDA

5-1. La entrega de dorsales y chip (que deberá obligatoriamente ser devuelto al finalizar la prueba), se realizará en el Polideportivo de Cercedilla (Calle Manuel González Amezúa nº 18) **de 7:15 a 8:50 horas para los participantes de la LD Cross, y hasta las 9:20 horas para la LD Half, de la mañana del día 27 de septiembre de 2020.**

5-2. EL DORSAL SOLO SE ENTREGARÁ A LA PERSONA INSCRITA, previa IDENTIFICACIÓN mediante DNI o documento equivalente original. Los federados FMM deberán presentar, su licencia deportiva (tarjeta de plástico física) del año en curso 2020, o mostrar que está federado a través de la APP homologada por la FMM. En caso contrario, deberán abonar en el acto, la diferencia con el precio de la inscripción para NO Federados (3 euros que se han de llevar justos, no se dará cambio, por lo que, de no llevarlo, no se entregará el dorsal).

5-3. La prueba LD Cross saldrá a las 9:15, y los participantes han de entrar en el cajón de salida para el control del material obligatorio, a partir de las 8:55 horas.

5-4. La prueba LD Half saldrá a las 9:45, y los participantes han de entrar en el cajón de salida para el control de material, a partir de las 9:25 horas.

ATENCIÓN, NOTA MUY IMPORTANTE: Para retirar el dorsal y chip, solo se admitirán documentos acreditativos de identidad originales, no valdrán fotos, fotocopias o similares.

6. MATERIAL OBLIGATORIO

6-1. Antes de entrar en el recinto de salida, se procederá al control del material obligatorio. Todos los participantes sin excepción, tienen la obligación de pasar por este control. **Los participantes que no lleven algún material exigido, se les impedirá la entrada en el recinto de salida y la participación en la prueba.** Todo el material que no cumpla los requisitos especificados en reglamento de competición, será rechazado. Si la organización detecta irregularidades en el material, en el dorsal u otro elemento obligatorio, ya sea durante el transcurso de la prueba, o al llegar los participantes a meta, podrá aplicar la sanción correspondiente.

6-1-1. Material obligatorio.

Todos los participantes deberán llevar durante toda la carrera:

- Dorsal proporcionado por la organización el día de la prueba.
- Chip de cronometraje proporcionado por la organización el día de la prueba.
- Vaso o recipiente (permitidos bidones, bolsas de hidratación o similares) para beber en los avituallamientos.
- Zapatillas específicas para carreras por montaña con suela de mínimo 1 cm de espesor, y que cubra totalmente el pie.

6-2. Los competidores **están obligados a llevar el dorsal totalmente extendido**, en un lugar visible y en la parte delantera del cuerpo durante toda la prueba. El dorsal no podrá ser manipulado, doblado ni recortado.

6-2-1. El dorsal es la única forma de identificación visual con la que se controla al participante, además de ser un soporte publicitario que utilizan los patrocinadores que hacen posible que se realicen estas pruebas. Aquellos participantes que lleven el dorsal en la parte posterior o tapado de alguna manera, puede no ser tenido en cuenta a la hora de las clasificaciones en el caso de que el sistema electrónico falle, y se recurra a las anotaciones manuales tomadas por árbitros u organización.

6-3. En cualquier momento del recorrido, cualquier persona de la organización o los jueces árbitros de la FMM, podrán solicitar este material obligatorio, y en el caso de no portarlo, podrá ser sancionado según el apartado de sanciones técnicas de este reglamento o el de la [FMM de carreras por montaña](#).

6-4. Se autoriza el uso de bastones, siempre que en la salida las puntas estén cubiertas con tapones de goma de manera firme, y que en los adelantamientos se guarde una distancia de seguridad de NO MENOS de 3 metros y si no se puede guardar esta distancia, se deberá de limitar su uso hasta que haya separación suficiente.

6-5. No está permitido llevar mascotas, ni usar auriculares (aunque estos estén apagados).

7. ITINERARIO, CONTROLES Y AVITUALLAMIENTOS

7-1. El itinerario que se detalla a continuación podrá ser modificado tanto en su trazado como en su longitud si por causas naturales o ajenas a la organización, se considera conveniente.

7-2. El recorrido estará señalizado con trozos de cinta de plástico de color rojo y blanco y con el logo del club Tierra Trágame, siendo obligatorio el paso por los controles aquí establecidos. Existirán referencias kilométricas como mínimo en todos los controles.

7-3. Los participantes tienen la obligación de localizar y seguir el recorrido a partir de las marcas colocadas por la organización.

7-4. Se recomienda a los participantes llevar el track de su prueba (que se enviará a cada participante inscrito, en un mail previo a la prueba) en un dispositivo en el que se pueda visualizar y seguir en el caso de que las marcas colocadas por la organización desaparezcan.

| Km LD Cross | Km LD Half | DESCRIPCIÓN |
|-------------|------------|---|
| 0,0 | 0,0 | Salida en el Polideportivo Municipal de Cercedilla . |
| 4,0 | 4,0 | Carretera de la República. Pradera de Navarrulaque Avituallamiento. Punto de indicación del recorrido. Control de paso, solo para Cadetes/Junior/Iniciación, tiempo máximo establecido 75 minutos (11:00 horas). Separación del recorrido de Iniciación Cadetes/Junior, del Cross. |
| 6,5 | ----- | 7 Picos. Control de paso. |
| 8,0 | ----- | Cerro Ventoso. Control de paso. |

| | | |
|--------------------|-------------------|---|
| 8,7 | ----- | Puerto de la Fuenfría. Avituallamiento. |
| 8,7 | ----- | Puerto de la Fuenfría. Control de paso de tiempo máximo establecido en 2 horas (11:15 horas). |
| 10,4 | ----- | Montón de Trigo. Control de paso. |
| 13,1 | ----- | Collado de Marichiva. Avituallamiento. Control de paso de tiempo máximo establecido 3 horas 20 minutos (12:35 h). |
| Km LD Cross | Km LD Half | DESCRIPCIÓN |
| 15,4 | ----- | Peña del Águila. Control de paso. |
| 17 | ----- | Calle Alta en la entrada a la Vereda de la Piñuela. Avituallamiento. |
| 19,8 | 9,2 | Albergue Juvenil Las Dehesas. Avituallamiento. |
| 26,6 | 13,7 | Meta en el Polideportivo Municipal de Cercedilla , en el mismo lugar que la Salida. Avituallamiento. Cierre de meta para LD Cross, 5 horas (14:15 h) Cierre de meta para LD Half, 3 horas (12:45 h). |

8. CORTES HORARIOS Y ABANDONOS

8-1. Los participantes que sobrepasen los siguientes tiempos máximos de paso, quedarán retirados de la prueba y deberán entregar su chip y dorsal en el control más cercano.

Prueba LD Cross:

- Puerto de la Fuenfría: **2 horas desde la salida, 11:15 horas.**
- Collado de Marichiva: **3 horas 20 minutos desde la salida, 12:35 horas.**
- Meta: **5 horas desde la salida, 14:15 horas**

Prueba LD Half:

- Pradera de Navarrulaque: **1 hora y cuarto desde la salida, 11:00 horas.**
- Meta: **3 horas desde la salida, 12:45horas.**

8-2. Ni Los servicios de asistencia, ni la organización, podrán garantizar la cobertura de un participante fuera de los tiempos de corte, por este motivo, los corredores escoba o los responsables de los controles, tendrán autoridad para retirar de la prueba a cualquier corredor, si su tiempo en carrera, o su estado de salud así lo aconseja.

8-3. Todo corredor que abandone la prueba, deberá comunicar su retirada al control de paso más próximo, y entregar su dorsal y su chip.

9. INFRACCIONES TÉCNICAS

9-1. Los participantes no federados por la FMM, se registrarán por las siguientes infracciones y sus correspondientes sanciones:

- No respetar el itinerario balizado o señalización de recorrido, para atajar o para cualquier otro motivo:
Descalificación.
- Recibir ayuda o avituallamiento externo fuera de las zonas permitidas, excepto auxilio (acompañar durante el recorrido de competición, llevar a una persona o varias que le sirven de apoyo llevándole la mochila o avituallamiento, o cualquier otra situación, que a la interpretación de la organización, pueda servir para beneficiarse y obtener una mejor posición en la competición):
Descalificación.
- Rehuser a llevar puesto el dorsal o manipularlo:
Descalificación.
- No pasar el control de material de la salida o cualquier otro que se realice:
Descalificación.
- Ignorar, quitar o cambiar las marcas puestas por la organización:
Descalificación.
- Reincidir dos veces, el mismo corredor, en una salida falsa:
Se sumarán 30 minutos al tiempo final de meta.
- Tirar cualquier tipo de desperdicio (incluidas cascaras o pieles de frutas) durante el recorrido:
Descalificación.
- Sustituir o no portar durante la competición, algún material obligatorio exigido por la organización:
Descalificación.
- Llevar auriculares (uno o dos, aunque estos estén apagados) durante el tiempo de competición:
Se sumarán 30 minutos al tiempo final de meta.
- Impedir ser adelantado u obstaculizar voluntariamente a otro corredor:
Se sumarán 30 minutos al tiempo final de meta.
- No hacer caso a las indicaciones de la organización:
Se sumarán 30 minutos al tiempo final de meta.
- Insultar o agredir a otro competidor, árbitro o miembro de la organización:
Descalificación. El infractor no podrá participar en las próximas 5 ediciones de La Carrera de Las Dehesas.
- Provocar un accidente de forma voluntaria:
Descalificación. El infractor no podrá participar en las próximas 5 ediciones de La Carrera de Las Dehesas.
- Dar positivo en el control de dopaje:
Descalificación.

9-1-1. Las sanciones son acumulables, por lo que si a un participante se le sanciona una vez con 30 minutos por llevar auriculares, y se le vuelve a ver con los auriculares puestos más adelante, podrá ser sancionado con 30 minutos más.

9-1-2. Las sanciones para participantes no federados por la FMM las decidirá el jurado de competición.

9-1-3. Cualquier situación o acción no contemplada en este listado de infracciones, será valorado por el jurado de competición, imponiendo la sanción que consideren oportuno en función de la gravedad del acto.

9-2. Los participantes federados por la FMM, se registrarán por las infracciones contempladas en el [reglamento de la FMM](#) actualizado y publicado en la web.

9-2-1. Las sanciones para participantes federados por la FMM las decidirá el Comité de Carrera.

10. MEDIO AMBIENTE

10-1. Todos los participantes están obligados a guardar las medidas de protección y conservación del medio tales como **DEPOSITAR TODOS LOS RESIDUOS** en los contenedores habilitados, **NO SALIRSE DE LOS CAMINOS** marcados y cualquier otra descrita en la normativa del Parque Nacional como:

- **Arrojar cualquier resto o basura.**
- **Emisión de sonidos de volumen alto.**
- **Recolección de material vegetal.**
- **Causar molestias a la fauna.**
- **Realizar señales en cualquier elemento natural.**
- **Acceso de vehículos.**
- **Empleo de fuego.**
- **No sobrevolar las zonas protegidas.**

10-2. Se recomienda la lectura y seguimiento de estos consejos de la FEDME (se pueden encontrar en su web): GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS PARA EL DESARROLLO DE CARRERAS POR MONTAÑA EN ESPACIOS NATURALES PROTEGIDOS y CARRERAS POR MONTAÑA EN ESPACIOS NATURALES PROTEGIDOS.

Y también se aconseja la lectura de:

<http://www.fedme.es/index.php?mmod=staticContent&IKt=45>

http://www.fedme.es/salaprensa/upfiles/223_F_es

10-3. La ORGANIZACIÓN, por su parte, habilitará infraestructuras en salida/meta para las necesidades de los participantes y la recogida de residuos en el Polideportivo Municipal del Ayuntamiento de Cercedilla.

10-4. Cada avituallamiento dispondrá de un punto de recogida de residuos, que se llevarán a los contenedores de Salida-Meta una vez desmontados los puntos de avituallamiento. Todos los puntos de avituallamientos se sitúan en la cuneta de pistas amplias para asegurar la recogida de todos los residuos. En la salida de la zona de avituallamiento se colocarán papeleras para que los corredores puedan depositar los residuos.

10-5. Los puestos de avituallamiento **NO dispondrán de vasos**. Cada participante deberá llevar su propio recipiente para beber o rellenar.

10-6. La organización se compromete a, el mismo día de la prueba y tras el paso de los corredores escoba, retirar el marcaje del itinerario de la prueba.

11. PREMIOS

11-1. Se entregará trofeo a los tres primeros clasificados masculinos y femeninos, de cada categoría y subcategoría de ambas pruebas.

11-2. La entrega de premios (en el entorno de salida meta) tendrá lugar a partir de las **13:30 horas, aproximadamente**. Toda delegación en otra persona para recoger un trofeo deberá ser conocida y autorizada por la organización como mínimo media hora antes de dicho acto.

12. RECLAMACIONES

12-1. Las reclamaciones se harán por escrito (la organización dispondrá de un modelo de hoja de reclamación en la zona de salida meta), donde constarán los datos que hacen referencia al reglamento, datos de los deportistas afectados, club al que representan, número de dorsal y los hechos que se alegan.

12-2. Las reclamaciones se entregarán al Comité de Carrera (Jueces Árbitros y delegado federativo) en el caso de que el reclamante sea **federado por la FMM**.

12-3. En el caso de que el reclamante sea un corredor que **no esté federado por la FMM**, la reclamación se entregará al Jurado de Competición (que lo componen, responsable Salida-Meta, director de carrera, personal de la organización que pueda aportar información de lo sucedido y responsable de cronometraje)

13. APLICACIÓN DEL REGLAMENTO

13-1. 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.

Las modificaciones que se realicen en este reglamento, así como su fecha de modificación, aparecerán al principio de este documento y se destacarán en texto de color rojo.

13-2. En todo lo no contemplado en este reglamento, la prueba se basará en los reglamentos de la Federación Madrileña de Montañismo (FMM) y Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME).

14. EXENCIÓN DE RESPONSABILIDAD

14-1. La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia o daños que puedan recibir o producir los participantes, exonerando a la organización de toda responsabilidad.

15. PROTECCIÓN DE DATOS

15-1. En cumplimiento del artículo 5 de la Ley Orgánica de Protección de Datos de Carácter Personal, Ley 15/1999 de 13 de diciembre, le informamos que los datos que indique en la inscripción a nuestra prueba serán facilitados a los colaboradores y/o patrocinadores con los que se haya acordado tal hecho.

15-2. La formalización de la inscripción implica expresamente la aceptación y acatamiento del presente Reglamento.



**Reglamento redactado por la Dirección Técnica
de la Carrera por Montaña de Las Dehesas.**

Club Tierra Trágame.

