

REGLAMENTO RETO SENDEROS GR (FEBRERO/2017)

La participación en el RETO SENDEROS GR está abierta a cualquier persona mayor de 18 años, o de 14 si la realiza en compañía de alguno de sus tutores legales.

La prueba puede presentar diferentes dificultades y riesgos al desenvolverse en plena naturaleza y sin otra ayuda que la de los propios medios del deportista, que conoce y acepta al realizar la inscripción, las normas que se encuentran en el presente reglamento.

ORGANIZACIÓN:

El Club Deportivo SENDAS Y MONTAÑAS organiza la actividad RETO SENDEROS GR.

Se trata de una prueba no competitiva a realizar en las fechas que cada grupo elija a realizar la inscripción.

Discurre por los caminos (sendas, trochas, vías pecuarias, etc.) que están determinados por los diferentes senderos de Gran Recorrido “GR” cuya descripción, características y resto de información se encuentra recogida en <http://www.senderosgr.es/>

El alcance, duración y longitud de la prueba se concreta en la inscripción, y podrá referirse a un sendero o GR completo, o a un tramo de este.

TELEFONO DE ORGANIZACIÓN Y EMERGENCIAS: 615 906 321

INSCRIPCIÓN

La prueba está abierta a todos los deportistas con edad mínima de 18 años (o 14 que la realicen acompañados en el mismo equipo de alguno de sus tutores legales), que habiendo valorado previamente las características de la prueba, conozcan que es acorde con su experiencia, preparación física y condiciones personales. También que la prueba se desarrolla en plena naturaleza, durante el día y la noche, con inusuales altitudes, lejanía y terrenos inestables en los que los fenómenos meteorológicos pueden ser cambiantes, adversos e incluso extremos.

Cada participante tiene que realizar de antemano un análisis de las características de la prueba y elegir la indumentaria, elementos y material considera necesarios para llevar consigo; en todo caso, como mínimo, el detallado en la lista que figura al final del presente.

La participación y realización de la prueba será por “equipos”, que tendrán necesariamente un número mínimo de 2 componentes.

Las inscripciones se realizarán de forma individual y personal, por cada componente del equipo.

LA PRUEBA DEPORTIVA: EL RETO

La prueba consiste en la realización de un “GR” (o un tramo de este) de los propuestos por la Organización y que se concretan al realizar la inscripción. El Reto se considera superado cuando:

- Se ha completado el recorrido íntegro.
- En los tiempos (jornadas) establecidos.
- Ha sido en AUTOSUFICIENCIA (sin ningún otro apoyo o ayuda que el equipo que se lleve desde la salida, y los compañeros del equipo).

A cada equipo se le entregará un RUTOMETRO, en el que se detallarán las características del “Reto” y en el que se anotarán las referencias y acreditaciones de los puntos de paso (fotografías de evidencias y sus coordenadas con “etiquetas de ubicación”). Los archivos de las fotografías con su correspondiente ubicación se remitirán, en el momento, o cuando se disponga de a cobertura y/o medios necesarios a: info@sendasymontanas.com, o al número telefónico de la organización: 615 906 321

Cada equipo elige la estrategia de realización, etapas, paradas, descansos, velocidad, lugar de vivac para pernocta, etc.

Cada participante de forma individual debe de ser capaz de orientarse y realizar el recorrido por sí mismo (con los medios que elija: planos y brújula, gps) y en la consideración que los GR's no tienen un marcaje ni balizamiento suficiente como para utilizarlo como medio de orientación.

No está permitido ningún cambio de recorrido sin el conocimiento y la autorización de la Organización. De producirse esta circunstancia, se entiende que el equipo o el deportista decide abandonar la prueba y continuar, o no, de forma completamente ajena a la misma.

Por razones de seguridad, en ningún caso ningún deportista podrá realizar la prueba, ni ninguna parte de ella en solitario. Todos los equipos y participantes estarán siempre agrupados con un mínimo de 2 personas.

Una vez iniciada la prueba, las modificaciones de componentes de los equipos y/o retiradas de alguno de sus miembros, deben comunicarse a la Organización que en cada caso articulará y concretará la forma de continuación de la prueba.

La Organización podrá retirar de la prueba, bajo su criterio, a los participantes que tengan problemas físicos evidentes (vómitos, diarreas, desorientación, desmayos, agotamiento...) que puedan poner en peligro su salud, o a aquellos que tengan mermadas sus condiciones físicas para seguir adelante.

El hecho de no presentarse en el punto de encuentro de salida el día y hora indicados, de alguno de los miembros o de todo un equipo significará su “no participación” en la prueba, quedando desvinculado/s de ella sin ningún tipo de derecho. En ese momento de acuerdo con lo que instruya la Organización se reorganizará el equipo y la prueba.

El recorrido no está balizado ni tiene otras marcas que las propias habituales, con la frecuencia, calidad y estado de conservación en el que se encuentre el GR. Los GR's pueden contener tramos de vías urbanas o interurbanas, que evidentemente están abiertos al tránsito, y ante los que hay que atenerse a las normas de tráfico.

DEFINICIONES:

Jornada: Duración de la marcha cada día, considerando la hora de comienzo a las 08.00 y hora de término a las 18:00.

Distancia en kms.: La que corresponde recorrer. Atención: tomar como referencia de valoración del esfuerzo, conjuntamente con el desnivel.

Altitud: Medición en metros del punto al que se refiera, en relación con el nivel del mar.

Máxima: en los recorridos, el punto más alto o con mayor altitud por el que se pasa.

Desnivel: La diferencia en metros de altura (sobre el nivel del mar) entre dos puntos.

Positivo: cuando es en ascenso o subida, y **Negativo:** cuando es en descenso o bajada.

El “RETO” **no** se considerará conseguido, y es objeto de descalificación si:

- Se toman atajos o variantes de camino que acorten el tramo previsto.
- Se realiza con menos material del indicado en el reglamento.
- Si se recibe cualquier tipo de apoyo externo (utilización de cualquier tipo de vehículo, establecimiento hotelero, posadas, tiendas, bares...)
- El equipo o cualquiera de sus participantes incumple las normas de protección de la naturaleza (arrojar desperdicios fuera de los lugares adecuados, se causan molestias o daños a fauna y flora, se quebranta cualquier norma de espacio protegido por el que se transite)

TROFEO:

Todos los **Gerreristas** que completen el reto adquieren la condición de **Gerrerista Finisher**:

- Recibirá un trofeo conmemorativo.
- Pasa a formar parte del Cuadro de Honor de la familia *Gerrerista*.

IMÁGENES:

Cada participante autoriza a la organización y a Senderos GR para filmar, fotografiar, editar y publicar las imágenes resultantes en cualquier medio o soporte.

ACEPTACIÓN Y RESPONSABILIDAD:

Cada participante conoce las circunstancias del medio natural en el que se desarrolla la prueba, características y riesgos, exonerando a la Organización de cualquier responsabilidad en caso de extravíos, accidentes, lesiones, así como las pérdidas o roturas de objetos personales que en el transcurso de la prueba se puedan producir.

MATERIAL NECESARIO (mínimo imprescindible)

- Carnet de la Federación de Montaña en vigor o seguro equivalente
- Sistema de orientación adecuado y suficiente
- Mochila, con bolsa impermeable de protección.
- Botas o calzado de marcha apropiado.
- Saco de dormir
- Funda de Vivac
- Cantimplora o botella de agua (mínimo 1,5 litros).
- Crema solar, factor 40 o superior.
- Gafas de sol.
- Chaqueta de cobertura con capucha (impermeable y transpirable).
- Pantalón impermeable (cubre-pantalón).
- Forro Polar o prenda de abrigo similar.
- Pantalón largo de marcha
- Camiseta de marcha manga larga
- Guantes
- Calcetines de repuesto.
- Gorra o Buff para la cabeza.
- Linterna frontal y pilas de repuesto.
- Bastones.
- Manta térmica de supervivencia
- Silvato.
- Teléfono móvil, batería adicional de repuesto.
- Dotación alimenticia (infiernillo y alimentos para cocinar, o alimentación preparada adecuada para las jornadas que dure la actividad, liofilizados, deshidratados, bocadillos, barras,)