

Finestrat
COSTA
BLANCA
TRAILS



101K – 75K-75K Relevos x 2 – 46K -29K – 20K
Del 18 al 20 de Noviembre de 2022

Reglamento

1.- ORGANIZACIÓN

1.1: El Club de Montaña Reto 8000 de Elche, con la colaboración del Excmo. Ayto. de Finestrat y de otros clubs de la provincia de Alicante organizan el evento deportivo **Costa Blanca Trails (CBT)** que se celebrará los días del 18 al 20 de Noviembre de 2022 en el ámbito geográfico de las sierras de Aitana, Puig Campana y La Serrella, ascendiendo sus principales cumbres, con salida y meta en la localidad de Finestrat (Alicante).

1.2: CBT constará de seis carreras por montaña: MTF 20K, TPC 29K, MCB 46K, UTCB 75K. UTCB 75K Relevos x 2 y GTCB 101K. tendrá carácter de semi-suficiencia y discurrirá por los términos municipales de Finestrat, Polop de la Marina, Benimantell, Benifato, Beniardá, Quatretondeta, Fageca, Confrides y Sella.
La prueba MTF 20K. estará abierta también a senderistas.

1.3: Aquellos corredores que concluyan el recorrido completo de cualquiera de los recorridos en el tiempo máximo establecido obtendrán medalla finisher y diploma descargable.

Se recogerá su tiempo de llegada en la clasificación general y por categorías, pudiendo optar a los trofeos según lo establecido en el apartado 4 de este Reglamento.

1.4: Para poder participar hay que ser mayor de 18 años para las pruebas de 20K, 29K, 46K, 75K Relevos y mayor de 21 años para las pruebas de 75K y 101K, años cumplidos el día la prueba.

2.- RECORRIDO

2.1: El itinerario recorre terreno de montaña, por caminos y sendas de la Sierra de Aitana, Puig Campana y La Serrella; cada participante debe ser plenamente consciente de la longitud y dificultad de la prueba que puede desarrollarse en parte de noche, bajo posibles condiciones climáticas de frío, lluvia, viento. Por tanto, debe prever que su indumentaria, calzado, así como las condiciones físicas necesarias, sean las más apropiadas para realizar la prueba.

2.2: El recorrido estará marcado por la Organización con balizas de color vivo, banderolas y otros elementos de señalización ubicados a intervalos regulares dependiendo de la

tipología del terreno y de los caminos, siendo responsabilidad de cada participante localizar la señalización y seguirla.

2.3: Los tramos del recorrido que discurren por carreteras o calles de poblaciones no estarán cortados al tráfico rodado debiendo atenerse los participantes a las normas generales de Tráfico o a las indicaciones de la Organización. Será obligatorio cruzar las carreteras por los lugares habilitados para la ocasión y debidamente señalizados.

2.4: Será obligatorio seguir el itinerario marcado, así como pasar por los controles establecidos.

La Organización establecerá cuantos controles sorpresa estime oportunos a lo largo del recorrido. El corredor que no efectúe el paso por los mismos será descalificado.

2.5: Se establecen los siguientes tiempos máximos de paso. Aquellos corredores que los sobrepasen deberán entregar su dorsal en el control más próximo, retirarse de la prueba y seguir las instrucciones de los responsables del control para llegar a meta.

GTCB 101 K: Salida **viernes** 18 a las 23:00 h. Tiempo máximo: 25 horas

Km.	Situación	Hora de cierre
0,000	Plaza Unión Europea	23:00/ 18/11
8,000	Coll del Pouet	
12,500	Helipuerto Polop	03:00
26,800	Font del Pi	
33,100	Benimantell	07:30
49,000	Recingle Alt	
58,600	Confrides	14:30
68,000	Aitana	
77,000	Font del Alemany	
82,500	Sella	20:00
94,800	Mas del Oficial	
100,300	Plaza Unión Europea	24:00 19/11

Punto de agua en el Km. 37,5

UTCB 75 K: Salida **sábado** 19 a las 06:00 h. Tiempo máximo: 18 horas

Km.	Situación	Hora de cierre
0,000	Plaza Unión Europea	06:00
8,000	Coll del Pouet	
12.300	Helip. Polop	9:45
27,000	Font del Pi	
35,000	Benifato	13:30
44,000	Aitana	
53,000	Font del Alemany	
58,500	Sella	20:00
69,800	Mas del Oficial	
75,300	Plaza Unión Europea	24:00

Punto de agua en el Km. 16,700 (Casa de Dios) y 37,500 (Font de Partagat)

UTCB 75K Relevos X 2: Sábado 19. Tiempo máximo: 18 horas

KM.	SITUACIÓN	CIERRE
	Tramo 1: Salida a las 06:00h	
0	Salida	06:00
8	Coll del Pouet	
12,2	Helipuerto Polop	09:45
26,9	Font del Pi	11:15
34,9	Benifato	13:30
	Tramo 2: Salida límite a las 13:30h	
0	Benifato	
8,7	Aitana	
17,5	Font del Alemany	
23,1	Sella	20:00
34,6	Mas del Oficial	
40,1	Meta	24:00

Punto de agua en el KM. 16,700 del tramo 1.

MCB 46 K: Salida sábado 19 a las 08:00 h. Tiempo máximo: Once horas y media.

Km.	Situación	Hora de cierre
0,000	Plaza Unión Europea	08:00
8,000	Coll del Pouet	
12,300	Helipuerto Polop	11:45
27,000	Font del Pi	14:45
40,600	Mas del Oficial	
46,100	Meta	19:30

Puntos de agua en los Km. 16,700 y 31,150.

TPC 29 K: Salida domingo 20 a las 08:30 h. Tiempo máximo: siete horas y media.

Km.	Situación	Hora de cierre
00.000	Plaza Unión Europea	08:30
08,000	Coll del Pouet	
12,300	Helipuerto Polop	12:15
23,400	Mas del Oficial	
28,900	Plaza Unión Europea	15:30

Punto de agua en el Km. 16,700.

MTF 20K: Salida domingo 20 a las 09:30 h. Tiempo máximo: seis horas.

Km.	Situación	Hora de cierre
00.000	Plaza Unión Europea	09:30
07,500	Coll del Pouet	
14,200	Mas del Oficial	
19.700	Plaza Unión Europea	15:30

2.6: La organización podrá suspender la prueba si las condiciones meteorológicas así lo aconsejasen o por otras causas de fuerza mayor. En este caso los derechos de inscripción no serán devueltos.

2.7: Si la prueba se debiera interrumpir y suspender en un punto del recorrido la clasificación se determinará según el orden y tiempo de llegada en el punto de interrupción o en su defecto, en el último control realizado.

2.8: Si algún participante decide abandonar la competición, debe hacerlo en algún punto de avituallamiento.

Los puntos de abandono preferentes son, Helipuerto Polop, Benimantell, Benifato, Confrides y Sella, únicos lugares donde se garantiza la evacuación a meta con vehículo, en el resto de controles se indicará hacia donde dirigirse, salvo en caso de lesión que se activará el dispositivo de emergencias.

3.- SEMI-SUFICIENCIA

3-1: Las pruebas se desarrollan en un tiempo máximo limitado, en UNA SOLA ETAPA y en régimen de SEMI-AUTOSUFICIENCIA.

Por ello el participante debe tener la capacidad de organizarse y orientar con su propia autonomía la supervivencia entre los diferentes avituallamientos; tanto desde el punto de vista alimentario, de vestuario o de su seguridad, permitiendo la resolución sin ayuda de los posibles problemas previsibles en un complicado entorno de montaña.

3.2: Dado el carácter de semi-suficiencia de la prueba cada corredor deberá prever y portar la cantidad de alimentos, bebidas, sales y complementos que estime necesario para poder completar el recorrido. Se establece un mínimo por corredor de 1 litro de agua en el momento de la salida y 500 calorías.

3.3: Como apoyo la Organización dispondrá los siguientes avituallamientos que contarán con bebidas y alimentos en cantidades estimadas como razonables que los corredores habrán de consumir en el mismo lugar.

- La organización no facilitará vasos en los avituallamientos, debiendo llevar los participantes un recipiente.

3.4: Solamente estará permitido recibir ayuda externa en los avituallamientos de Helip. Polop, Benimantell, Benifato, Confrides y Sella, en las zonas específicamente reservadas e indicadas para ello (salvo caso de accidente o emergencia) siendo penalizado el participante que la reciba fuera de los lugares establecidos.

3.5: Es obligación de cada participante llevar sus desperdicios hasta la llegada o lugares señalados por la Organización. El corredor que no los deposite o los tire en una zona no preparada, será descalificado.

3.6: Cada participante deberá portar el **material obligatorio según modalidad:**

Material (X obligatorio) (+ recomendable)	101K	75K y relevos	46K	29K	20K
Vaso o recipiente	X	X	X	X	X
Frontal con pilas de recambio (o 2 frontales) y luz roja trasera	X	X	+	+	+
Manta térmica o de supervivencia de 1,40 x 2m mínimo.	X	X	+	+	+
Gorra, gorro, bandana, visera o similar	X	X	+	+	+
Chaqueta cortaviento de manga larga con capucha.	X	X	X	X	X
Pantalones o mallas, mínimo por debajo de las rodillas.	X	X	+	+	+
Guantes	X	X	+	+	+
Pantalón impermeable (este requisito puede ser anulado en función de la previsión meteorológica)	X	X	+	+	+
Recipiente/s para líquido con capacidad mínima de 1 litro.	X	X	X	X	+
Mochila o riñonera con capacidad mínima de 3 litros.	X	X	X	X	+
Teléfono móvil, operativo, cargado y con el nº facilitado.	X	X	+	+	+
Crema solar.	+	+	+	+	+
Gafas de sol.	+	+	+	+	+
Calzado adecuado.	X	X	X	X	X
Reserva alimentaria.	X	X	X	X	+
Camiseta térmica de manga larga o manguitos.	+	+	+	+	+
Silbato.	+	+	+	+	+

3.6: La Organización podrá solicitar otro material obligatorio si las condiciones meteorológicas así lo aconsejasen, esta circunstancia de ser necesaria se comunicará con antelación a la salida.

3.7: Se autoriza la utilización de bastones, no estando permitido el abandono o entrega de estos en ningún lugar del recorrido. Será penalizado el corredor que lo incumpla. Un bastón roto se podrá dejar en los puntos de avituallamiento.

3.8 Transporte de bolsas Ultra 101K y 75K

Cada corredor del Ultra 101K recibirá junto con el dorsal, una bolsa dentro de las cuales podrá meter aquel material que considere que pueda necesitar para ser transportadas al avituallamiento de Confrides (km.58)

Los participantes en el Ultra 75K tendrán una bolsa que será transportada a Benifato (km. 35)

Estas bolsas, debidamente identificadas con la etiqueta que facilitará la Organización, y cerradas sin que sobresalga nada, se entregarán antes de la salida en el punto habilitado para ello

Las bolsas serán transportadas por la Organización al avituallamiento, para que el corredor recoja de la bolsa el material que necesite y luego deposite en ella el material que le sobre. También deberá ser cerrada sin que sobresalga nada para ser enviada de regreso a Finestrat una vez usada.

El transporte de las bolsas una vez haya pasado el corredor por el avituallamiento no será inmediato, sino que se transportará a Finestrat al cierre de ese avituallamiento, pudiendo ocurrir que el corredor llegue a meta antes que su bolsa y deberá por tanto esperar.

Las bolsas se podrán recoger hasta el cierre de meta y el domingo 20 de 9 a 12h.

3.9 UTCB 75K RELEVOS X 2

La modalidad de relevos se realiza sobre el recorrido del UTCB 75K y se divide en dos tramos:

Tramo 1: Finestrat-Benifato con aproximadamente 35 km., 2.550 m. de desnivel + y 2.165 de desnivel -, con salida el sábado 19 a las 06:00h con un tiempo de 7 horas y 30 minutos.

Tramo 2: Benifato-Finestrat con aproximadamente 40 km., 1.937 m. de desnivel + y 2.358 m. de desnivel -. Con salida desde Benifato límite a las 13:30 y con cierre de meta en Finestrat a las 24:00h.

En esta modalidad solo habrá categorías Masculina, Femenina y Mixta, con trofeo para los tres primeros clasificados de cada categoría.

Si alguno de los corredores se retira el compañero aparecerá en la clasificación del tramo, pero sin opción a trofeo.

Los participantes en esta modalidad podrán contratar en el momento de la inscripción el transporte a Finestrat al finalizar la primera etapa en Benifato y de Finestrat a Benifato para dar comienzo la segunda etapa, al precio de 3 euros.

El transporte de Finestrat a Benifato para los corredores del segundo tramo será a las 08:00horas.

4.- CATEGORÍAS (Masculina y Femenina)

*La edad a tener en consideración será la que el participante tenga a 31 de diciembre de 2022

4.1.- 20K, 29K y 46K:

- **Categoría Absoluta:** Todos los participantes
- **Sub-Categoría Sénior:** de 18 a 39 años
- **Sub-Categoría Veterana:** de 40 a 49 años
- **Sub-Categoría Máster “A”:** de 50 a 59 años
- **Sub-Categoría Master “B”:** de 60 años en adelante

4.2.- 75K y 101K:

Modalidad Individual:

- **Categoría Absoluta:** Todos los participantes
- **Sub-Categoría Sénior:** de 21 a 39 años
- **Sub-Categoría Veterana:** de 40 a 49 años
- **Sub-Categoría Máster “A”:** 50 a 59 años
- **Sub-Categoría Máster “B”:** de 60 años en adelante

Modalidad Parejas:

- **Pareja Mixta:** 1 Mujer y 1 Hombre
- **Pareja Femenina:** 2 Mujeres
- **Pareja Masculina:** 2 Hombres
- Nota: Los 2 integrantes de la misma pareja deberán de pasar todos los controles y llegar a meta juntos, así como no estar distanciados por más de 30” en su llegada a meta. Los participantes en pareja lo hacen también de manera individual, por lo que si un componente del equipo abandona la prueba su pareja no perdería la clasificación individual.

4.3.- 75K Relevos X2:

- **Categoría Mixta:** 1 Mujer y 1 Hombre
- **Categoría Femenina:** 2 Mujeres
- **Categoría Masculina:** 2 Hombres

5.- TROFEOS

Tendrán trofeo los tres primeros clasificados de las categorías contempladas en el presente reglamento.

La ausencia en la entrega de trofeos de los ganadores de estos se entenderá como la renuncia a los mismos.

6.-DESCALIFICACIÓN Y PENALIZACIÓN

6.1 Faltas Leves: De 3 minutos a 1 hora de penalización.

No llevar el Dorsal en un lugar visible, modificar la forma o composición del dorsal.

6.2 Faltas graves: De 1 a 2 horas de penalización

Anticiparse a la señal de salida

No llevar alguna de las piezas del material obligatorio

Recortar o atajar el recorrido saliéndose del itinerario marcado

Recibir asistencia externa fuera de las áreas de avituallamiento

No pasar por los Controles de Paso (2 a 3 horas de penalización por cada Control de Paso)

6.3 Faltas muy graves: Se penalizarán con la descalificación del participante

Lanzar objetos o desperdicios fuera de los puntos asignados

Utilizar cualquier medio de transporte durante todo o parte del recorrido

No respetar las normas deportivas de compañerismo

No respetar la naturaleza

Cualquier desconsideración a los miembros de la organización, participantes o voluntarios de la prueba.

6.4 Motivos de descalificación

Finalizar la prueba fuera de la hora de cierre fijada por la organización

Pasar por los Controles de Paso más tarde del horario de cierre de Control

No ayudar o auxiliar a un corredor accidentado

Alterar la señalización del recorrido

Perder el Dorsal o el chip de cronometraje

7.- Aceptación reglamento, consentimiento informado y condiciones de inscripción.

Los participantes en el momento de completar la inscripción se comprometen a respetar este reglamento, la declaración responsable de salud (**Anexo 1**) y se da por enterado de todo lo especificado en los documentos adjuntos de consentimiento informado y condiciones de inscripción.

Para todo lo no contemplado en este reglamento esta prueba se basará en lo dispuesto en el Reglamento de Carreras por Montaña de la Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana (FEMEVCV) y/o el de la FEDME.

8,- Los participantes están obligados a respetar las medidas de protección frente al COVID-19 que las autoridades sanitarias puedan disponer en el momento de celebrarse la prueba.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

COSTA BLANCA TRAILS

Finestrat 18 al 20 de Noviembre de 2022

Por favor, leer con atención este documento, ya que al completar la inscripción te das por enterado del contenido de este.

Yo como futuro participante del en alguna de las carreras de Costa Blanca Trails, acepto y certifico:

- 1.** Que estoy físicamente bien preparado para esta prueba de ultra-resistencia, que tengo buena salud sin padecer enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse con mi participación en esta prueba. Si durante la prueba, padeciera algún tipo de lesión o cualquier otra circunstancia que pudiera perjudicar gravemente mi salud, lo pondré en conocimiento de la Organización lo antes posible.
- 2.** Que soy consciente de que este tipo de competiciones, al desarrollarse en montaña, donde hay lugares de difícil control y acceso, conllevan un riesgo adicional para los participantes. Por ello, asisto por propia voluntad e iniciativa asumiendo íntegramente los riesgos y consecuencias derivadas de mi participación.
- 3.** Que dispongo de capacidad física, técnica y recursos suficientes como para garantizar mi propia seguridad, bajo las condiciones de semi-suficiencia en las que se desarrolla la prueba, así como el conocimiento del lugar por el que discurre, un Espacio Natural protegido. Soy consciente de que las montañas de la Marina Baixa son complicadas en todas las épocas del año, pero el correr en invierno y por la noche las hace más severas, ya que la noche disminuye la percepción del relieve y exige mayor atención sobre los tramos más técnicos, por lo que valoraré y seré consciente de lo que voy a acometer, conociendo y aceptando estas dificultades y dimensiones específicas.
- 4.** Que debo saber gestionar, aun encontrándome solo, los problemas físicos o mentales resultantes de la fatiga, los problemas digestivos, los dolores musculares o articulares, así como las pequeñas heridas. Esto supone de manera clara y consecuente que tengo la capacidad suficiente para solucionar los problemas previsibles que encontraré, remediándolos con el material obligatorio u otros propios que puedo suponer necesitar.
- 5.** En este contexto, tengo en cuenta que es imposible tener un miembro de la organización en todo momento cerca de mí para ayudarme, por lo que serán muchas las ocasiones en que deberé solucionar por mí mismo los problemas.
- 6.** Que valoraré si además del material mínimo obligatorio exigido debo añadir algo más que pueda necesitar en función de mi capacidad física y de la previsión meteorológica.

Acepto que no es responsabilidad del Organizador el inspeccionar o supervisar mi material de competición, por lo que únicamente solo yo soy el responsable de llevar todo el material exigido por la organización.

7. Que domino y me comprometo a cumplir las normas y protocolos de seguridad establecidos por la Organización, así como a mantener un comportamiento responsable que no aumente los riesgos para mi integridad física o psíquica. Seguiré las instrucciones y acataré las decisiones que tomen los responsables de la Organización (jueces, médicos, organizadores y/o voluntarios) en temas de seguridad.

8. Que autorizo a los Servicios Médicos de la prueba, a que me practiquen cualquier cura o prueba diagnóstica que pudiera necesitar estando o no en condiciones de solicitarla; ante sus requerimientos me comprometo a abandonar la prueba si ellos lo estiman necesario para mi salud.

9. Que, antes o durante la prueba, no consumiré sustancias prohibidas, consideradas como dopping por las federaciones de atletismo y montaña.

10. Que mi dorsal es personal e intransferible por lo que no podrá llevarlo otro participante o persona alguna en mi lugar.

11. Que aceptaré y cumpliré con todas las normas y medidas de seguridad que en virtud de la legislación vigente en el momento de celebrarse la carrera en relación con el COVID-19 tenga que aplicar la organización.