REGLAMENTO DE COMPETICIONES DE CARRERAS POR MONTAÑA FEDME (2025)

Aprobado por la Comisión Delegada de fecha

Índice

1.- INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS 5

2.- COMPETICIONES ESTATALES, TIPOS 5

2.1.- Copa de España de Carreras en línea por Montaña FEDME 7

2.2.- Campeonatos de España de Carreras por Montaña en línea FEDME 9

2.3.- Copa y Campeonato de España de Carrera Vertical por Montaña FEDME 12

2.4.- Campeonato de España de Carreras por Montaña Ultra FEDME 19

2.5.- Copa de España de Carreras por Montaña Ultra FEDME 23

2.6.- Campeonato de España de Carreras por Montaña Ultra por etapas 26

2.7.- Campeonato de España de Carreras por Montaña sobre nieve 30

2.8.- Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve 33

2.9.- Otras competiciones de ámbito Estatal y carreras populares 35

2.10.- Campeonatos de España de Carreras por Montaña FEDME para ciegos (línea y verticales) 35

3.- ORGANIZACIÓN 36

3.1.- Control de la competición: Equipo Arbitral y Supervisión 37

3.2.- Personal de Organización 39

3.3.- Jurado de Competición 40

4.- REGLAMENTO DE COMPETICIÓN PARA DEPORTISTAS 40

4.1.- Inscripción para la Competición 40

4.2.- Material y Equipamiento 41

4.3.- Supervisión control de material y avituallamiento 42

4.4.- Comportamiento general de deportistas 42

4.5.- Penalización o descalificación del deportista o de la deportista o equipo 43

4.6.- Descalificación con posible sanción 44

4.7.- Aplazamiento, interrupción y anulación de la prueba 44

5.- DOPAJE 45

6.- RECLAMACIONES Y SISTEMA DE APELACIÓN 45

7.- SEGURIDAD Y HOMOLOGACIÓN DE LAS COMPETICIONES 46

7.1.- Preámbulo 46

7.2.- El itinerario 46

7.3.- Seguridad 49

7.4.- Zonas de salida y de llegada 49

7.5.- Los controles. Labores y responsabilidades que se les atribuye 50

7.6.- Avituallamiento 51

7.7.- Tiempo de paso por los controles 51

7.8.- Mapas 52

7.9.- El dorsal 52

7.10.- Supervisión y control de material 53

7.11.- Itinerarios alternativos 53

7.12.- Reunión informativa 53

7.13.- Clasificaciones 54

8.- RANKING FEDME 55

9.1.- Definición 55

9.2.- Puntuación 55

ANEXOS **56**

Anexo 1: Hoja de reclamación 59

Anexo 2: Cláusula de exención de responsabilidad al organizador u organizadora para el uso del calzado minimalista o alternativo 58

Anexo 3: Hoja de inscripción para federaciones y clubes para Campeonatos de España de federaciones y clubes FEDME (línea, kv, ultra y snowrunning) 59

Anexo 4: Bibliografía 61

Anexo 5: Parámetros de buenas prácticas 63

Anexo 6. Certificado Médico 70

Anexo 7. Competiciones de carreras por montaña para personas con discapacidad visual 72

1. Introducción y Objetivos

Las **Carreras por Montaña** son una modalidad deportiva incluida dentro del conjunto de actividades que recogen los estatutos de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (en adelante FEDME). Dichos estatutos están aprobados por el Consejo Superior de Deportes.

Las **Carreras por Montaña** son una modalidad que se manifiesta a través de carreras por baja, media y alta montaña, ya sea en periodo estival o invernal, realizándose el itinerario a pie en el menor tiempo posible y con el máximo respeto al medio natural.

Las competiciones de Carreras por Montaña tienen como objetivo:

- Reunir en competición a los mejores corredores y las mejores corredoras por montaña y equipos de las Federaciones Autonómicas y Clubes de Montaña.
- Mejorar el nivel deportivo de los corredores y corredoras por montaña y ayudar a la evolución de esta especialidad deportiva.
- Servir de referencia para la selección de los/as deportistas que deban representar a la **FEDME** en las competiciones internacionales oficiales.

2. Competiciones estatales. Tipos

La **FEDME** es la única responsable que puede autorizar los siguientes tipos de competiciones de Carreras por Montaña:

2.1 - La Copa de España de Carreras por Montaña en línea FEDME.
2.2 - El Campeonato de España de Carreras por Montaña en línea FEDME.
2.3 - La Copa y el Campeonato de España de Carrera por Montaña Vertical FEDME.
2.4 - El Campeonato de España de Carreras por Montaña Ultras FEDME.
2.5 - La Copa de España de Carreras por Montaña Ultra FEDME.
2.6 - El Campeonato de España de Carreras por Montaña por etapas FEDME.
2.7 - El Campeonato de España de Carreras por Montaña sobre nieve FEDME (snowrunning y/o raquetas de nieve)
2.8 - La Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve FEDME (snowrunning y/o raquetas de nieve)
2.9 - Cualquier otra competición de ámbito estatal, reconocida por la FEDME.

Introducción a las distintas especialidades de Carreras por Montaña:

Para participar en las pruebas de Copa y/o Campeonatos de España de Carreras por Montaña, en Línea, Verticales, Ultras, Snowrunning y Raquetas de Nieve, la persona participante con nacionalidad española estará en posesión de la licencia de la FEDME del año en curso, incluyendo seguro deportivo que cubra la participación en la competición según el **Real Decreto 849/1993 de 4 de junio**, y deberán mostrarla física o digitalmente al equipo arbitral de la prueba.

Para las y los participantes con nacionalidad diferente a la española deberán poseer la licencia FEDME o en su caso la de su país (Federación homóloga a la FEDME), y deberán acreditar tener contratado un seguro de responsabilidad civil y uno de accidentes que tenga cobertura en el territorio español y que sea equivalente al que rige en España **(Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio)** y deberán mostrarla física o digitalmente al equipo arbitral de la prueba.

A efectos de clasificación en las distintas especialidades de Carreras por Montaña las personas que participan estarán divididas en las **categorías femenina y masculina** siguientes:

CATEGORÍAS, SUBCATEGORÍAS, DISTANCIAS Y DESNIVELES PARA LA TEMPORADA 2025 DE CARRERAS POR MONTAÑA

Categoría	Subcategorías	EDAD	CxM LÍNEA	CxM VERTICAL	CxM ULTRA	SNOW RUNNING	RAQUETAS de NIEVE
Infantil		13 y 14 años	3,5K a 5,5K D+ Máx. 200 m	Máx. 3K D+ Máx. 300 m	NO	NO	-
Cadete		15 y 16 años	6K a 10K D+ Máx. 500 m	Máx. 3K D+ Máx. 500 m	NO	NO	-
Juvenil		17 y 18 años	10K a 14K D+ Máx. 800 m	D+ Máx. 1000 m	NO	6K a 12K D+ 200 m a 700 m	En 2025 no hay
Júnior		19 y 20 años	14K a 18K D+ Máx. 1100 m	D+ Máx. 1000 m	NO		
Promesa		21, 22 y 23 años	18K a 25K D+ Máx. 1300 m (+/-20%)	Máx. 8k D+ 700 m A 1000 m (+/-20%)	NO	9K a 20K D+ 300 m a 1000 m (+/-20%)	
Absoluta		24 a 39 años	21K a 34K con D+ Mín. 1200 m 21K a 50K con D+ Mín. 1500 m (+/-20%)	Máx. 8K D+ Mín. 700 m	Mín. 50K D+ Mín. 3200 m (+/20%)		
	Veterana A	40 a 49 años					
	Veterana B	50 a 59 años					
	Veterana C	60 años y más					

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que cada participante tenga el día 31 de diciembre del año de la competición.

NOTA: En aquellas competiciones en las cuales las distancias y desniveles se adecuen a los requisitos máximos de la categoría Promesa, esta podrá ser tratada como subcategoría de la Absoluta, optando por ello, a todos los premios y beneficios que conlleve. En el caso de optar a Selección Nacional, se tendrá en cuenta que las competiciones internacionales a las que acuda, se adecuen a los requisitos máximos de la categoría promesa.

2. 1 - Copa de España de Carreras por Montaña en línea FEDME

- 2.1.1 - De acuerdo con las condiciones establecidas por La FEDME en el contrato con la organización, éstas organizarán pruebas valederas para la Copa de España de Carreras por Montaña en línea, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

- 2.1.2 - El número de pruebas será como **mínimo de tres y como máximo de seis**, cada una de las cuales se celebrará en un único día.

- 2.1.3 - Las pruebas se desarrollarán individualmente.

- 2.1.4 - Las salidas de las pruebas se realizarán en masa. Podrán ser establecidas más de una línea o cajón de salida distintas y consecutivas, una para cada itinerario y/o establecer líneas o cajones según ranking primeras posiciones.

- 2.1.5 - Sistema de puntuación para cada categoría:

  A cada una de las pruebas que conforman la Copa de España de Carreras por Montaña en línea se asignará la puntuación siguiente a corredoras y corredores participantes:

  100-88-78-72-68-66-64-62-60-58-56-54-52-50-48-46-44-42-40-38-36-34-32-30-28-26-24-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2,… y a partir de la posición 51 se otorgarán 1-1-1-1-1… hasta el final de la clasificación.
  Siendo 100 para la primera persona clasificada, 88 para la segunda, 78 para la tercera y así, sucesivamente, hasta llegar al valor de 2 puntos que se mantendrá hasta la posición 50 y 1 punto hasta el final de la clasificación.

  La última prueba de la Copa de España de Carreras por Montaña en línea tendrá el 20% más de puntuación que el resto, es decir:

  120-106-94-86-82-79-77-74-72-70-67-65-62-60-58-55-53-50-48-46-43-41-38-36-34-31-29-26-24-22-19-17-14-12-10-7-5-2-2-2-2-2-2-2-2,etc.

  Se reserva la puntuación de 0 puntos para la elaboración de la clasificación general final de la Copa de España de Carreras por Montaña en línea, expresando con dicha puntuación la no asistencia del deportista o de la deportista, o no acabar la competición, en alguna o algunas de las pruebas de la Copa de España de Carreras por Montaña en línea.

- 2.1.6 - Para puntuar en la Copa de España de Carreras por Montaña en línea y por tanto, aparecer en la clasificación general final de la Copa de España de Carreras por Montaña en línea, se sumarán los siguientes resultados:

  - En los casos en que la Copa de España de Carreras por Montaña en línea tenga 3 pruebas, se sumarán los **puntos obtenidos en las 3 pruebas**, siendo 3 pruebas, el número mínimo de pruebas que deberá participar y

terminar el corredor/a, para optar al cómputo final de la Copa de España en línea.

- En los casos en que la Copa de España de Carreras por Montaña en línea tenga 4 pruebas, se sumarán **los 3 mejores resultados** obtenidos. Se adjudicará 0 puntos cuando él o la deportista no participe en alguna de las 4 pruebas, y deberá participar y completar como mínimo en 3 pruebas para optar al cómputo final de la Copa de España en línea.
- En los casos en que la Copa de España de Carreras por Montaña en línea tenga 5 o 6 pruebas, se sumarán **los 4 mejores resultados** obtenidos. Se adjudicará 0 puntos cuando el o la deportista no participe en alguna o algunas de las pruebas de la Copa de España De Carreras por Montaña en línea, y deberá participar y completar como mínimo en 3 pruebas para optar al cómputo final de la Copa de España en línea.
- En todos los casos, será obligatorio competir en la prueba FINAL de la Copa de España de Carreras por Montaña en línea, si se desea optar a la calificación final. Esta prueba nunca podrá ser dejada a 0 puntos por el hecho de incomparecencia.

Durante el desarrollo de la Copa de España de Carreras por Montaña en línea, la líder y el líder será quien más puntos tenga sumando los 2, 3 o 4 mejores resultados según el número de pruebas realizadas hasta ese momento y en consonancia al número de pruebas de la que conste la Copa de España.

- 2.1.7 - En caso de empate entre dos o más competidores o competidoras se tendrá en cuenta el mejor resultado obtenido en la última carrera disputada.

- 2.1.8 - Al finalizar la Copa de España de Carreras por Montaña en línea y acabada la entrega de premios de la última prueba celebrada se proclamará y se hará entrega de los trofeos, premios y diplomas correspondientes a los campeones y campeonas, los subcampeones y subcampeonas, y terceros y terceras clasificadas en las categorías descritas en el apartado 2.1.7.

- 2.1.9 - Los recorridos deberán estar debidamente señalizados en su totalidad, en especial se prestará atención en el marcaje de cruces y otros lugares de posibles pérdidas y la organización ubicará físicamente siempre a una persona en esos lugares. Para ello deberá utilizarse, como mínimo, 20 balizas de 50cm x 10cm, por cada kilómetro lineal de la prueba. Además, los carteles indicadores de cambios de recorrido deberán ser como mínimo de 100cm x 60cm, de material rígido y clavable al suelo (para facilitar la correcta indicación, estos carteles deberán ser o hacer referencia al código de color de cada una de las categorías participantes según tiene establecidos FEDME). Los tramos asfaltados o cementados, no podrán superar el 15% del total del recorrido, sin contar tramos urbanos.

- 2.1.10. Material obligatorio: todos/as los/as participantes estarán obligados/as como mínimo a llevar el siguiente material, salvo que en la reunión técnica previa a la competición y de forma justificada se indicara lo contrario:

  - Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor/a
  - Manta térmica o de supervivencia, (mínimo 1,20 X 2,10 metros)
  - Contenedor para reserva de agua (mínimo 1 litro)

- Teléfono móvil encendido y con batería suficiente
- Gorra, Visera o Bandana
- Silbato

El material obligatorio, será requerido por los/as Árbitros/as de la FEDME, en el control de dorsales y en las partes del recorrido destinadas para tal efecto, y todos los corredores y corredoras estarán obligados/as a someterse a dicho control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera.

En caso de que la **ORGANIZACIÓN** indique la necesidad de portar más elementos de seguridad individual obligatorios, su decisión prevalecerá sobre la FEDME redactado en este punto, sin perjuicio de lo anteriormente expuesto.

Material recomendable:

- Guantes
- GPS o Brújula

2.2 - Campeonatos de España de Carreras por Montaña en Línea FEDME

· 2.2.1 - De acuerdo con las condiciones establecidas por La **FEDME** en el contrato con las personas organizadoras, éstas organizarán los Campeonatos de España de Carreras por Montaña en línea FEDME, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

· 2.2.2 - Los Campeonatos de España de Carreras por Montaña en línea FEDME, constarán de una única prueba de un día cada uno de ellos.

· 2.2.3 - La salida de las pruebas se realizará en masa. Podrán ser establecidas más de una línea de salida distintas y consecutivas, una para cada itinerario y/o establecer líneas según ranking, prueba previa o primeras posiciones.

· 2.2.4 - Al finalizar la competición se editarán 2 clasificaciones, una con la totalidad de deportistas participantes que dará lugar a los correspondientes premios en metálico de la prueba y otra con las y los deportistas participantes de nacionalidad española que dará lugar al podio del Campeonato de España.

· 2.2.5 - A efectos de los Campeonatos en Línea, Vertical y Snowrunning, en pruebas de la misma distancia para la categoría Absoluta y Promesa, los Promesas podrán optar al Campeonato Absoluto como Subcategoría Promesa de la Categoría Absoluta con todos los derechos y privilegios.

· 2.2.6 - Al finalizar el Campeonato de España de Carreras por Montaña en línea se proclamará y se hará entrega de los trofeos, premios y diplomas correspondientes a los campeones y las campeonas, los subcampeones y subcampeonas, y terceros y terceras clasificadas en las categorías y subcategorías definidas al inicio de este reglamento

· 2.2.7 – La FEDME podrá organizar, separadamente del resto de categorías, El Campeonato de España de Carreras por Montaña en línea infantil y cadete (Edad Escolar). Si la FEDME lo considera oportuno, se realizará sobre la misma prueba un Campeonato de España de Carreras por Montaña en línea de:

A/ Clubes

B/ Federaciones Autonómicas, Selecciones Autonómicas

C/ Clubes y Federaciones Autonómicas

según los criterios siguientes:

Especialidad Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas

El Campeonato de España de Carreras por Montaña en línea de Clubes FEDME y por Federaciones Autonómicas es una competición exclusiva para equipos formados por componentes de Clubes afiliados a la FEDME y por deportistas representantes de Federaciones Autonómicas, por tanto, para deportistas con licencia FEDME del año en curso, independientemente de su nacionalidad. Las inscripciones sólo pueden realizarse por Clubs, cuando se trata del Campeonato de España de Clubs y por las FFAA, cuando se trata del Campeonato de España de FFAA.

a) Los equipos serán absoluto masculino y absoluto femenino y estarán formados por un mínimo de **4** y un máximo de **8 componentes** cada uno, y serán inscritos e inscritas oficialmente por el Club o Federación Autonómica con un mínimo de **72 horas antes** de la celebración de la carrera. Puntuarán los 4 mejores resultados. Será necesaria la participación de al menos 6 selecciones autonómicas, como mínimo, para que la FEDME decida realizar el Campeonato de España de Carreras por Montaña en línea por Federaciones Autonómicas en la categoría absoluta.

b) Si la FEDME lo considera oportuno, podrá realizarse un “Campeonato de España de Carreras por Montaña en Línea por Federaciones Autonómicas” de Categoría Juvenil y/o Júnior y/o Promesa (Masculino y Femenino), y estarán formados por un mínimo de **3** y un máximo de **8 componentes** cada uno, y serán inscritas e inscritos oficialmente por la Federación Autonómica correspondiente con un mínimo de **72 horas antes** de la celebración de la carrera. Puntuarán los mejores **3** resultados. Será necesario la participación de al menos 4 selecciones autonómicas, como mínimo, para que FEDME decida realizar el Campeonato de España de Carreras por Montaña en línea por Federaciones Autonómicas en cualquiera de las Categorías Juvenil y/o Júnior y/o Promesa (Masculino y Femenino).

c) A cada **componente** se le otorgarán puntos de acuerdo a la posición de entrada a meta conseguida por cada uno/a de ellos/as en la categoría absoluta masculina y absoluta femenina. En dicha lista de puntuación sólo se tendrán en cuenta las y los deportistas inscritas e inscritos oficialmente en el Campeonato de España de Carreras por Montaña en línea de Clubs o Federaciones Autonómicas, por lo que no figurarán el resto de las participantes. Ejemplo: el corredor o corredora que entra en meta en primera posición de la categoría absoluta masculina o absoluta femenina se le adjudica 1 punto, en segunda posición se le adjudica 2 puntos, en tercera posición se le adjudica 3 puntos y así sucesivamente.

d) Sólo se podrá inscribir oficialmente 1 equipo absoluto masculino y un equipo absoluto femenino por cada Club o Federación Autonómica, y solo obtendrán puntos aquellos corredores o aquellas corredoras que formen parte de equipos oficiales.

e) La clasificación del Campeonato de España de Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas absoluto se obtendrá de la suma de puntos de los cuatro mejores corredores y de las cuatro mejores corredoras. Por lo que el Club Campeón o la Federación Autonómica Campeona será el que **MENOS** puntos obtenga.

- NOTA: A efectos de los Campeonatos en Línea, Vertical y Snowrunning, en pruebas de la misma distancia para la categoría Absoluta y Promesa, los Promesas podrán optar al Campeonato Absoluto como Subcategoría Promesa de la Categoría Absoluta con todos los derechos y privilegios.

f) En caso de empate, prevalecerá el equipo que tenga la corredora mejor clasificada o el corredor mejor clasificado.

g) A la hora de efectuar las inscripciones, los Clubes o Federaciones Autonómicas con participación en dicho Campeonato presentarán su lista de deportistas representantes, en tiempo y forma, al organizador u organizadora y a La FEDME, detallando nombre, apellidos, DNI y fecha de nacimiento, utilizando para ello el formulario establecido por la FEDME (anexo 3). En caso de necesitar hacer una modificación del listado oficial de inscritos, por baja de algún corredor/a, el nuevo/a corredor/a inscrito se incluirá de los inscritos/as oficialmente antes del cierre oficial de inscripciones, no pudiendo añadirse ningún corredor/a fuera del cierre de inscripciones.

h) Las y los deportistas sólo podrán representar al club o Federación Autonómica con el que han tramitado la primera licencia federativa habilitada del año en curso.

i) Los/as deportistas de los clubes o Federaciones Autonómicas deberán llevar obligatoriamente la misma vestimenta y/o equipación, que los/as identifique perfectamente como mínimo, la camiseta de competición, lo que debe prevalecer son los colores, nombre del club y marcas representativas.

j) En el caso de que se organice un desfile de presentación de Selecciones Autonómicas o Clubes, será obligatorio la asistencia de todo el equipo participante o al menos, una representación mínima de la Selección Autonómica o Club inscrito.

El Equipo absoluto masculino y absoluto femenino del Club o Federación Autonómica que obtenga menor puntuación será proclamado Campeón de España.

- 2.2.8 - Los recorridos deberán de estar debidamente señalizados, en su totalidad, en especial se prestará atención en el marcaje de cruces y otros lugares de posibles pérdidas y la organización ubicará físicamente siempre a una persona en esos lugares. Para ello deberá utilizarse, como mínimo, 20 balizas de 50cm x 10 cm, por cada kilómetro lineal de la prueba; Además, los carteles indicadores de cambios de recorrido deberán ser como mínimo de 100cm x 60cm, y de un material rígido y

clavable al suelo (para facilitar la correcta indicación, estos carteles deberán ser o hacer referencia al código de color de cada una de las categorías participantes según tiene establecidos FEDME). Los tramos asfaltados o cimentados, no podrán superar el 15% del total del recorrido, sin contar tramos urbanos.

· 2.2.9 – Material obligatorio: todos/as los/as participantes estarán obligados/as como mínimo a llevar el siguiente material, salvo que en la reunión técnica previa a la competición y de forma justificada se indicara lo contrario:

- Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor/a
- Manta térmica o de supervivencia, (mínimo 1,20 X 2,10 metros)
- Contenedor para reserva de agua (mínimo 1 litro)
- Teléfono móvil encendido y con batería suficiente
- Gorra, Visera o Bandana
- Silbato.

El material obligatorio, será requerido por los/as Árbitros/as de la FEDME, en el control de dorsales y en las partes del recorrido destinadas para tal efecto, y todos/as los/as corredores/as estarán obligados/as a someterse a dicho control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera.

En caso de que la ORGANIZACIÓN indique la necesidad de portar más elementos de seguridad individual obligatorios, su decisión prevalecerá sobre La FEDME redactado en este punto, sin perjuicio de lo anteriormente expuesto.

Material recomendable:

- Guantes
- GPS o Brújula

· 2.2.10 - Uso de dispositivos de reproducción acústica portátil durante la realización de la prueba: No estará permitido el uso de equipos de reproducción acústica (auriculares, altavoces, etc.) durante el transcurso de la prueba, ni tampoco llevar tapones en los oídos, por motivos de seguridad.

2.3 - Copa y Campeonato de España de Carrera Vertical por Montaña FEDME.

· 2.3.1 - De acuerdo con las condiciones establecidas por La FEDME en el contrato con la organización, ésta organizará pruebas valederas para la Copa de España de Carrera Vertical por Montaña, o bien el Campeonato de España de Carrera Vertical por Montaña, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

· 2.3.2 - **Copa de España de Carrera Vertical por Montaña FEDME.**

  - 2.3.2.1 - El número de pruebas será como **mínimo de tres y como máximo de seis**, cada una de las cuales se celebrará en un único día.

- 2.3.2.2 - Las pruebas se desarrollarán individualmente. Las personas participantes tendrán como mínimo 15 años de edad, cumplidos el año de referencia de la prueba. Para poder participar en las competiciones, las personas menores de edad deberán presentar la correspondiente autorización tutorial.
- 2.3.2.3 - Las salidas de las pruebas se podrán realizar:

    a) En masa. Podrán ser establecidas más de una línea de salida distintas y consecutivas, una para cada categoría y/o establecer líneas según ranking o primeras posiciones.
    b) Individual. Se establecerá una diferencia de entre 30 segundos y dos minutos entre las personas que compiten, a criterio de la organización, y de común acuerdo con el conjunto arbitral de la FEDME.

- 2.3.2.4 - Sistema de puntuación para cada categoría:

  Cada una de las pruebas que conforman la Copa de España de Carreras Verticales por Montaña asignará la puntuación siguiente a corredores y corredoras participantes:

  100-88-78-72-68-66-64-62-60-58-56-54-52-50-48-46-44-42-40-38-36-34-32-30-28-26-24-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2,… y a partir de la posición 51 se otorgarán 1-1-1-1-1… hasta el final de la clasificación. Siendo 100 para la persona primera clasificada, 88 para la segunda, 78 para la tercera y así, sucesivamente, hasta llegar al valor de 2 puntos que se mantendrá hasta la posición 50 y 1 punto hasta el final de la clasificación.

  La última prueba de la Copa de España de Carrera Vertical por Montaña tendrá el 20% más de puntuación que el resto es decir:

  120-106-94-86-82-79-77-74-72-70-67-65-62-60-58-55-53-50-48-46-43-41-38-36-34-31-29-26-24-22-19-17-14-12-10-7-5-2-2-2-2-2-2-2-2, etc…

  Se reserva la puntuación de 0 puntos para la elaboración de la clasificación general final de la Copa de España de Carrera Vertical por Montaña, expresando con dicha puntuación la no asistencia del deportista o de la deportista en alguna o algunas de las pruebas de la Copa de España de Carrera Vertical por Montaña.

- 2.3.2.5 - Para puntuar en la Copa de España de Carrera Vertical por Montaña y por tanto, aparecer en la clasificación general final de la Copa de España de Carrera Vertical por Montaña, se sumarán los siguientes resultados:

    - En los casos en que la Copa de España de Carreras Vertical por Montaña en línea tenga 3 pruebas, se sumarán los **puntos obtenidos en las 3 pruebas**, siendo 3 pruebas, el número mínimo de pruebas que deberá participar y terminar el corredor/a, para optar al cómputo final de la Copa de España de carreras Vertical por montaña.
    - En los casos en que la Copa de España de Carreras Vertical por Montaña en línea tenga 4 pruebas, se sumarán **los 3 mejores resultados** obtenidos. Se adjudicará 0 puntos cuando el o la deportista no participe en alguna de las 4 pruebas, y deberá participar y completar como mínimo en

3 pruebas para optar al cómputo final de la Copa de España de carrera Vertical por montaña.

- En los casos en que la Copa de España de Carreras por Montaña en línea tenga 5 o 6 pruebas, se sumarán **los 4 mejores resultados** obtenidos. Se adjudicará 0 puntos cuando el o la deportista no participe en alguna o algunas de las pruebas de la Copa de España De Carreras Vertical por Montaña, y deberá participar y completar como mínimo en 3 pruebas para optar al cómputo final de la Copa de España de carrera Vertical por Montaña.

- 2.3.2.6 - En caso de empate entre dos o más personas competidoras se tendrá en cuenta el mejor resultado obtenido en la última carrera disputada.
- 2.3.2.7 - Al finalizar la Copa de España de Carrera Vertical por Montaña y acabada la entrega de premios de la última prueba celebrada se proclamará y se hará entrega de los trofeos, premios y diplomas correspondientes a campeones y campeonas subcampeones y subcampeonas, y terceros y terceras clasificada en las categorías y subcategorías definidas al inicio de este reglamento.

- 2.3.3 - **Campeonato de España de Carrera Vertical por Montaña FEDME.**

- 2.3.3.1 - El Campeonato de España de Carrera Vertical por Montaña Vertical FEDME, constará una única prueba de un día, siendo de carácter individual.

- 2.3.3.2 - Al finalizar la competición se editarán 2 clasificaciones, una con la totalidad de deportistas participantes, que dará lugar a los correspondientes premios en metálico de la prueba y otra con deportistas participantes de nacionalidad española que dará lugar al podio del Campeonato de España.

- 2.3.3.3 - A efectos de los Campeonatos en Línea, Vertical y Snowrunning, en pruebas de la misma distancia para la categoría Absoluta y Promesa, los Promesas podrán optar al Campeonato Absoluto como Subcategoría Promesa de la Categoría Absoluta con todos los derechos y privilegios.

- 2.3.3.4 - Al finalizar el Campeonato de España de Carrera Vertical por Montaña se proclamará y se hará entrega de los trofeos, premios y diplomas correspondientes a campeonas y campeones, subcampeonas y subcampeones y las terceras posiciones en clasificación en las categorías y subcategorías definidas al inicio de este reglamento

- 2.3.3.5 - Si la FEDME lo considera oportuno, se realizará sobre la misma prueba un “Campeonato de España de Carrera Vertical por montaña por:
  A/ Clubes
  B/ Federaciones Autonómicas, Selecciones Autonómicas
  C/ Clubes y Federaciones Autonómicas”
  según los criterios siguientes:

Especialidad Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas

El Campeonato de España de Carrera Vertical por Montaña de Clubes FEDME y por Federaciones Autonómicas es una competición exclusiva para equipos formados por componentes de Clubes afiliados a la FEDME y por deportistas representantes de Federaciones Autonómicas, por tanto, para deportistas con licencia FEDME del año en curso, independientemente de su nacionalidad. Las inscripciones sólo pueden realizarse por Clubs, cuando se trata del Campeonato de España de Clubes y por las FFAA, cuando se trata del Campeonato de España de FFAA

a) Los equipos de las Federaciones autonómicas serán absoluto masculino y absoluto femenino y estarán formados por un mínimo de **4** y un máximo de **8 componentes** cada uno, y serán inscritos oficialmente por la Federación Autonómica con un mínimo de **72 horas antes** de la celebración de la carrera. Será necesario la participación de, al menos 6 selecciones autonómicas como mínimo, para que la FEDME decida realizar el Campeonato de España de Carrera Vertical por Montaña por Federaciones Autonómicas en categoría absoluta.

En el caso de no contar con plazas suficientes para garantizar la libre participación de deportistas FEDME, tanto individual como miembros de las selecciones autonómicas, el máximo número de plazas disponibles para cada categoría será de 1 plaza más del mínimo de deportistas que puntúan en la clasificación (en categoría absoluta 5, y en categorías inferiores, 4 deportistas por género).

b) Si la FEDME lo considera oportuno, podrá realizarse un "Campeonato de España de Carrera Vertical por Montaña por Federaciones Autonómicas" de Categoría Juvenil y/o Júnior y/o Promesa (Masculino y Femenino), y estarán formados por un mínimo de **3** y un máximo de **8 componentes** cada uno, y serán inscritos e inscritas oficialmente por Federación Autonómica correspondiente con un mínimo de **72 horas antes** de la celebración de la carrera. Puntuarán los mejores **3** resultados. Será necesario la participación de al menos 4 selecciones autonómicas, como mínimo, para que FEDME decida realizar el Campeonato de España de Carrera Vertical por Montaña por Federaciones Autonómicas en cualquiera de sus categorías de edades inferiores a la absoluta.

c) Los equipos de los Clubes serán absoluto masculino y absoluto femenino y estarán formados por un mínimo de **3** y un máximo de **6 componentes** cada uno, y serán inscritos e inscritas oficialmente por el Club con un mínimo de 72 **horas antes** de la celebración de la carrera.

d) A cada **componente** se le otorgarán puntos de acuerdo a la posición de entrada a meta conseguida por cada deportista en la categoría absoluta masculina y absoluta femenina. En dicha lista de puntuación sólo se tendrán en cuenta a deportistas inscritos o inscritas en el Campeonato de España de Clubs o Federaciones Autonómicas, por lo que no figurarán el resto de participantes. Ejemplo: el corredor o corredora que entra en meta en primera posición de la categoría absoluta masculina o absoluta femenina se le adjudica 1 punto, en segunda posición se le adjudica 2 puntos, en tercera posición se le adjudica 3 puntos y así, sucesivamente.

- NOTA: A efectos de los Campeonatos en Línea, Vertical y Snowrunning, en pruebas de la misma distancia para la categoría Absoluta y Promesa, los Promesas podrán optar al Campeonato Absoluto como Subcategoría Promesa de la Categoría Absoluta con todos los derechos y privilegios.

e) Sólo se podrá inscribir oficialmente 1 equipo absoluto masculino y un equipo absoluto femenino por cada Club o Federación Autonómica, y solo obtendrán puntos aquellos corredores o aquellas corredoras que formen parte de equipos oficiales.

f) La clasificación del Campeonato de España de Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas absolutos se obtendrá de la suma de puntos de las **tres** mejores marcas en el caso de los **Clubs** y las **cuatro** mejores en el caso de las **FFAA**. Por lo que el Club Campeón o la Federación Autonómica Campeona será el que **MENOS** puntos obtenga.

g) En caso de empate, prevalecerá el equipo que tenga la persona participante mejor clasificada, o las dos mejores o las tres mejores en caso de sucesivos empates.

h) A la hora de efectuar las inscripciones, los Clubes o Federaciones Autonómicas con participación en dicho Campeonato presentarán su listado oficial de deportistas representantes al organizador u organizadora y a La FEDME, detallando nombre, apellidos, DNI y fecha de nacimiento, así como ordenados/as por nivel de rendimiento o de preferencia bajo el criterio técnico de la persona responsable de entregar el listado, utilizando para ello el formulario establecido por La FEDME (Anexo 3). Las y los deportistas sólo podrán representar al club o Federación Autonómica con el que han tramitado la licencia federativa habilitada del año en curso.

i) En caso de necesitar hacer una modificación del listado oficial de inscritos, por baja de algún corredor/a, el nuevo/a corredor/a inscrito se incluirá de los inscritos/as oficialmente antes del cierre de inscripciones, no pudiendo añadirse ningún corredor/a fuera del cierre de inscripciones.

j) Los y las deportistas de los clubes o Federaciones Autonómicas deberán llevar obligatoriamente la misma vestimenta y/o equipación, que identifique perfectamente su filiación (como mínimo, la camiseta de competición).

k) En el caso de que se organice un desfile de presentación de Selecciones Autonómicas o Clubes, será obligatorio la asistencia de todo el equipo participante o al menos, una representación mínima de la Selección Autonómica o Club inscrito.

El Equipo absoluto masculino o absoluto femenino del Club o Federación Autonómica que obtenga menor puntuación será proclamado Campeón de España.

l) Material obligatorio: todos/as los/as participantes estarán obligados/as como mínimo a llevar el siguiente material, salvo que en la reunión técnica previa a la competición y de forma justificada se indicara lo contrario:

- Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor/a

- Manta térmica o de supervivencia, (mínimo 1,20 X 2,10 metros)
- Teléfono móvil encendido y con batería suficiente
- Silbato

El material obligatorio, será requerido por los/as Árbitros/as de La FEDME, en el control de dorsales y en cualquier parte del recorrido y todos/as los/as corredores/as estarán obligados/as a someterse a dicho control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera.
En caso de que la **ORGANIZACIÓN** indique la necesidad de portar más elementos de seguridad individual obligatoria, su decisión prevalecerá sobre La FEDME redactado en este punto, sin perjuicio de lo anteriormente expuesto.

- Material recomendable:
- Guantes
- GPS o Brújula
- Gorra, visera o bandana

- 2.3.3.6 - Uso de dispositivos de reproducción acústica portátil durante la realización de la prueba: No estará permitido el uso de equipos de reproducción acústica (auriculares, altavoces, etc.) durante el transcurso de la prueba, ni tampoco llevar tapones en los oídos, por motivos de seguridad.

- 2.3.3.7 - Desniveles y distancias para las pruebas de Carrera Vertical por Montaña FEDME:

Las competiciones de Carrera Vertical por Montaña constarán de una única subida, permitiéndose un máximo del 5% de bajadas propias de las características del terreno y no provocadas.
El desnivel mínimo en subida será de 700 metros.
La distancia máxima será de 8 kilómetros.
El porcentaje de pendiente media estará siempre entre el 20% y el 50%, siguiendo la fórmula:

Distancia en vertical x 100 / Distancia en horizontal = Pendiente%

La tipología del terreno debe ser adecuado para la progresión sin material de protección personal, y podrán ser empleadas cuerdas fijas si las condiciones del itinerario lo requieren.

- 2.3.3.8 - Sólo se considerará Kilómetro Vertical aquella competición de 1.000 metros de desnivel positivo entre salida y llegada (+/- 5% tolerancia) que se desarrolle sobre terreno irregular de gran pendiente, el recorrido del cual no exceda de 5 Kilómetros.

- 2.3.3.9 - La organización dispondrá de un sistema de cronometraje que garantice la correcta toma de tiempos. Se recomienda el uso de sistema de chip electrónico y/o célula fotoeléctrica como mínimo en la zona de meta, y sistema informático que permita conocer y publicar los resultados de forma inmediata. En caso de salidas individuales contra reloj el cronometraje electrónico será obligatorio.

- 2.3.3.10 - En las competiciones con más de 1.200 metros de desnivel la organización dispondrá de un avituallamiento líquido a mitad del recorrido. Si la competición supera los 1.800 metros de desnivel, la organización dispondrá de avituallamientos líquidos cada 600 metros de desnivel, uno de ellos será además avituallamiento sólido, situado en la segunda mitad del recorrido.

- 2.3.3.11 - Uso de Bastones: Se podrán usar bajo las siguientes limitaciones.

  1º. En las carreras con salida en masa no se podrán usar hasta pasados los primeros 150 metros tras la salida, llevándose verticales y en una mano, estando dicha distancia identificada mediante cartel o persona de organización, a partir de la cual, se podrán usar normalmente.

  2º. En las carreras con salida individual podrán utilizarse sin proteger las puntas, pero en el momento de superar o ser superados o superadas por otro u otra participante se deberá guardar una distancia de seguridad no inferior a tres metros. En caso de no ser posible mantener esta separación, deberá limitarse su uso hasta completar el adelantamiento.

- 2.3.3.12 - Formato de salidas. En caso de salida individual cronometrada, la organización dispondrá con un mínimo de 48 horas anterior a la prueba, una lista de salida donde deberán aparecer la totalidad de participantes con su hora exacta prevista de salida, debiendo haber al menos 30" entre cada salida. Si la organización lo cree necesario se podrán dar salidas de dos y tres participantes, en vez de individualmente. Del mismo modo, las salidas se podrán organizar por cajones. En este caso, en la lista de salida aparecerá también el cajón que le pertenece a cada participante, junto con la hora exacta prevista de salida.

- 2.3.3.13 - Para establecer el orden inicio en salidas de formato individual, tandas o cajones del Campeonato de España Individual de Carrera Vertical por Montaña FEDME, la organización, junto con la supervisión del Equipo Arbitral designado deberá establecer un orden de salida según clasificación de la competición en temporada anterior y/o vigente. En el caso de que la competición albergue a su vez el Campeonato de España de Clubes FEDME o de FFAA, el orden de salida se fijará teniendo en cuenta la preferencia establecida por cada Club o FFAA para sus corredores y corredoras en el listado oficial entregado (Anexo 3), asignando últimas salidas a corredores o corredoras que ocupen primeras posiciones. En este caso se reservará un porcentaje de las plazas de cada cajón o tanda de salida para corredoras y corredores individuales.

- 2.3.3.14 - Material obligatorio: todos/as los/as participantes estarán obligados/as como mínimo a llevar el siguiente material, aunque deberá ser confirmado o modificado en la reunión técnica previa a la competición:

  - Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor/a
  - Manta térmica o de supervivencia, (mínimo 1,20 X 2,10 metros)
  - Teléfono móvil encendido y con batería suficiente
  - Silbato

El material obligatorio, será requerido por los/as Árbitros/as de La FEDME, en el control de dorsales y en las partes del recorrido destinadas para tal efecto, y todos/as los/as corredores/as estarán obligados/as a someterse a dicho control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera.

En caso de que la **ORGANIZACIÓN** indique la necesidad de portar más elementos de seguridad individual obligatorios, su decisión prevalecerá sobre la FEDME redactado en este punto, sin perjuicio de lo anteriormente expuesto.

Material recomendable:

- Guantes
- GPS o Brújula
- Gorra, visera o bandana

- 2.3.3.15 – Uso de dispositivos de reproducción acústica portátil durante la realización de la prueba: No estará permitido el uso de equipos de reproducción acústica (auriculares, altavoces, etc.) durante el transcurso de la prueba, ni tampoco llevar tapones en los oídos, por motivos de seguridad.

2.4- Campeonato de España de Carrera por Montaña Ultra

· 2.4.1 - El Campeonato de España de Carrera por Montaña Ultra, constará de una única prueba de dos días como máximo, siendo de carácter individual.

· 2.4.2 - Al finalizar la competición se editarán 2 clasificaciones, una con la totalidad de deportistas participantes, que dará lugar a los correspondientes premios en metálico de la prueba y otra con deportistas participantes de nacionalidad española que dará lugar al podio del Campeonato de España.

· 2.4.3 - Igualmente, para participar en el Campeonato de España de Ultra, será imprescindible la presentación del informe médico de aptitud (anexo 6), expedido, al comienzo de la temporada del año de la competición y que capacite al o la deportista para la práctica deportiva intensiva en competición de esta prueba de las Carreras por Montaña.

· 2.4.4 - Al finalizar el Campeonato de España de Ultra, se proclamará y se hará entrega de los trofeos y premios correspondientes a los campeones y campeonas, subcampeonas y subcampeones y terceras clasificaciones en las categorías y subcategorías definidas al inicio de este reglamento.

· 2.4.5 - **Definición:** la competición de Carrera por Montaña Ultra, es una prueba deportiva que se caracteriza por su desarrollo en recorridos que transcurren por caminos y terrenos de baja, media y alta montaña, con una distancia mínima de 60 kilómetros y un desnivel positivo acumulado de mínimo 3.600 m. en una sola etapa. La carrera de Ultra, no deberá sobrepasar inclinaciones del 40% o dificultades técnicas de II grado.

· 2.4.6 - **El recorrido:** deberá de estar debidamente señalizado, en su totalidad, en especial se prestará atención en el marcaje de cruces y otros lugares de posibles

pérdidas y siempre la organización ubicará físicamente a una persona en esos lugares. Para ello deberá utilizarse, como mínimo, 20 balizas de 50cm x 10 cm, por cada kilómetro lineal de la prueba; Además, los carteles indicadores de cambios de recorrido deberán ser como mínimo de 100cm x 60cm, y de un material rígido y clavable al suelo. **Existirá como mínimo un indicador kilométrico cada 10 kilómetros, con la cifra kilométrica bien definida**. Los tramos asfaltados o cimentados, no podrán superar el 15% del total del recorrido, sin contar tramos urbanos.

· 2.4.7 - **Avituallamientos:** durante el recorrido la organización dotará de avituallamientos la carrera, no obstante, los Ultras FEDME podrán también ser de autosuficiencia o de semi-autosuficiencia, por lo que el equipo arbitral de la carrera y el ente organizador establecerán esa especificación que detallarán en todo momento en la reunión técnica y en la información previa que se da a los y las participantes. En los controles de los avituallamientos, la organización de la prueba colocará recipientes donde las y los participantes puedan depositar los desechos a una distancia de 100 metros del lugar de control y donde habrá un cartel indicador de finalización del avituallamiento, y otro cartel, 100 metros antes del mismo inicio del avituallamiento.

· 2.4.8 - **Controles de paso:** la organización situará controles de paso de corredores/as, a su criterio, según la seguridad, estrategia y accesos. También podrá poner controles secretos, a criterio de la organización. La organización marcará un tiempo máximo de paso para los controles y para terminar la prueba, según los criterios que crean convenientes, teniendo como referencia una velocidad mínima de entre 4 a 5 kilómetros por hora. Estos tiempos máximos deberán de ser calculados, para permitir a las y los participantes completar la carrera dentro del tiempo máximo, incluyendo eventuales paradas de descanso y comidas, todo en común acuerdo con el equipo arbitral FEDME.

· 2.4.9 - **Material obligatorio:** cada participante estará obligado u obligada como mínimo a llevar el siguiente material:

- Zapatillas de montaña o calzado minimalista y alternativo con sus condiciones de uso, según se indica en el punto **4.2.2.**
- Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor o corredora.
- Manta térmica o de supervivencia, (mínimo 1,20 X 2,10 metros).
- Contenedor para reserva de agua (mínimo 1 litro).
- Frontal o linterna con pilas de repuesto.
- Luz roja posición trasera encendida de noche.
- Teléfono móvil encendido y con batería suficiente.
- Gorra, Visera o Bandana.
- Pantalones o mallas, mínimo por debajo de las rodillas.
- Silbato

El material obligatorio, será requerido por el equipo arbitral de la FEDME, en el control de dorsales y en cualquier parte del recorrido y la totalidad de corredores y corredoras tendrán obligatoriedad de someterse a dicho control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera.

Material recomendable:

- Guantes
- GPS o Brújula

· 2.4.10 - **Uso de dispositivos de reproducción acústica portátil durante la realización de la prueba**: No estará permitido el uso de equipos de reproducción acústica (auriculares, altavoces, etc.) durante el transcurso de la prueba, ni tampoco llevar tapones en los oídos, por motivos de seguridad.

· 2.4.11.- **Seguridad de participantes:** la organización de la prueba preverá los siguientes servicios:

- Servicios de asistencia sanitaria, ambulancias y un médico o una médica, como mínimo en la salida y llegada.
- Equipo escoba que recorrerá la totalidad del itinerario a pie en el mismo sentido de la prueba.
- La comunicación entre los controles, equipo escoba, salida y llegada y director o directora de carrera.
- Plan de emergencia y evacuación de participantes durante la carrera.

· 2.4.12 - **Itinerario Alternativo:** la organización deberá tener, como mínimo, un itinerario alternativo, para que en el caso de que las condiciones meteorológicas sean peligrosas, poder reconducir la carrera por otro lugar, que garantice la seguridad de los y las corredores/as.

· 2.4.13 - **Control de material:** antes de dar la salida a la prueba, la organización realizará una verificación de dorsales y material obligatorio, pasando las y los participantes a un recinto cerrado hasta el momento de la salida. Y unos minutos antes de la misma, la organización, recordará a la totalidad de corredores y corredoras la previsión meteorológica, las novedades de última hora y la importancia de conservar el medio ambiente a nuestro paso.

· 2.4.14 - **Retirada de un corredor o una corredora:** el equipo arbitral de La FEDME y/o el personal médico de la organización podrán retirar de la competición a un corredor o una corredora, y quitarle su dorsal, cuando consideren que tenga mermadas sus capacidades físicas o técnicas como causa de la fatiga y el desgaste de la prueba garantizando así su salud.

Especialidad Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas

El Campeonato de España de Carreras por Montaña Ultra por Clubes FEDME y por Federaciones Autonómicas es una competición exclusiva para equipos formados por componentes de Clubes Afiliados a la FEDME y por deportistas representantes de Federaciones Autonómicas por tanto, para deportistas con licencia FEDME del año en curso, independientemente de su nacionalidad. Las Inscripciones sólo pueden realizarse por Clubs, cuando se trata del Campeonato de España de Clubes y por las FFAA, cuando se trata del Campeonato de España de FFAA.

a) Los equipos serán de categoría absoluta masculina y de categoría absoluta femenina y estarán formados por un mínimo de 3 y un máximo de 6 componentes, y serán inscritos e inscritas oficialmente por el Club o Federación Autonómica con un mínimo de **72 horas antes** de la celebración de la carrera.

En el caso de no contar con plazas suficientes para garantizar la libre participación de deportistas FEDME, tanto individual como miembros de las selecciones autonómicas, el máximo número de plazas disponibles para cada categoría será de 2 plazas más del mínimo de deportistas que puntúan en la clasificación, por tanto, 5 deportistas.

b) A cada componente se le otorgarán puntos de acuerdo a la posición de entrada a meta conseguida por cada participante en la categoría absoluta masculina y absoluta femenina. En dicha lista de puntuación sólo se tendrán en cuenta a deportistas inscritos o inscritas en el Campeonato de España de Clubes o Federaciones Autonómicas, por lo que no figurarán el resto de participantes. Ejemplo: el o la deportista que entra en meta en primera posición de la categoría absoluta masculina o absoluta femenina se le adjudica 1 punto, en segunda posición se le adjudican 2 puntos, en tercera posición se le adjudican 3 puntos y así, sucesivamente.

c) Sólo se podrá inscribir oficialmente un equipo absoluto masculino y un equipo absoluto femenino por cada Club o Federación Autonómica, y sólo obtendrán puntos aquellos o aquellas deportistas que formen parte de equipos oficiales y estén registrados y registradas como tal en la lista oficial proporcionada por cada Club o FFAA a la que represente (Anexo 3).

d) La clasificación del Campeonato de España de Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas se obtendrá de la suma de puntos de las tres mejores clasificaciones de deportistas, por lo que el Club Campeón o la Federación Autonómica Campeona será el que menos puntos obtenga.

e) En caso de empate prevalecerá el equipo que tenga la persona competidora mejor clasificada.

f) A la hora de efectuar las inscripciones, los Clubes o Federaciones Autonómicas con participación en dicho Campeonato presentarán su lista oficial de deportistas representantes al organizador u organizadora y a La FEDME, detallando nombre, apellidos, DNI y fecha de nacimiento, utilizando para ello el formulario establecido por la FEDME (Anexo 3). En caso de necesitar hacer una modificación del listado oficial de inscritos, por baja de algún corredor/a, el nuevo/a corredor/a inscrito se incluirá de los inscritos/as oficialmente antes del cierre de inscripciones, no pudiendo añadirse ningún corredor/a fuera del cierre de inscripciones.

g) Las y los deportistas sólo podrán representar al club o Federación Autonómica con el que han tramitado la licencia federativa habilitada del año en curso.

h) Las y los deportistas de los clubes o Federaciones Autonómicas deberán llevar obligatoriamente la misma vestimenta y/o equipación, que identifique perfectamente su filiación (como mínimo, la camiseta de competición).

i) En el caso de que se organice un desfile de presentación de Selecciones Autonómicas o Clubes, será obligatorio la asistencia de todo el equipo participante o al menos, una representación mínima de la Selección Autonómica o Club inscrito.

El Equipo del Club o Federación Autonómica que obtenga menor puntuación será proclamado Campeón de España de Ultra.

2. 5 - Copa de España de Carreras por Montaña Ultra

· 2.5.1 - De acuerdo con las condiciones establecidas por La **FEDME** en el contrato con la organización, se organizarán pruebas valederas para la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

· 2.5.2 - El número de pruebas será como **mínimo de tres y como máximo de seis**, cada una de las cuales podrá tener una duración máxima de dos días consecutivos.

· 2.5.3 - Las pruebas se desarrollarán individualmente.

· 2.5.4 - Para participar en la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra, será imprescindible la presentación del informe médico de aptitud (Anexo 6), expedido el año en curso que capacite al/la deportista para la práctica deportiva intensiva en competición de este tipo de pruebas de las Carreras por Montaña. Dicho informe tendrá validez para todas las pruebas del circuito del mismo año y el documento será el que aparece anexo en este Reglamento.

· 2.5.5 - Sistema de puntuación para cada categoría:

A cada una de las pruebas que conforman la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra asignará la puntuación siguiente a los y las corredores participantes:

100-88-78-72-68-66-64-62-60-58-56-54-52-50-48-46-44-42-40-38-36-34-32-30-28-26-24-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2,… y a partir de la posición 51 se otorgaran 1-1-1-1-1… hasta el final de la clasificación. Siendo 100 para la persona con la primera clasificación, 88 para la segunda, 78 para la tercera y así, sucesivamente, hasta llegar al valor de 2 puntos que se mantendrá hasta la posición 50 y 1 punto hasta el final de la clasificación.

La última prueba de la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra tendrá el 20% más de puntuación que el resto, es decir: 120-106-94-86-82-79-77-74-72-70-67-65-62-60-58-55-53-50-48-46- 43-41-38-36-34-31-29-26-24-22-19-17-14-12-10-7-5-2-2-2-2-2-2-2-2, etc…

Se reserva la puntuación de 0 puntos para la elaboración de la clasificación general final de la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra, expresando con dicha puntuación la no asistencia de un o una deportista en alguna o algunas de las pruebas de la Copa de España de Ultra.

· 2.5.6 - Para puntuar en la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra y por tanto, aparecer en la clasificación general final de la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra, se sumarán los siguientes resultados:

- En los casos en que la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra tenga 3 pruebas, se sumarán los **puntos obtenidos en las 3 pruebas**, siendo 3, el número mínimo de pruebas que deberá participar y terminar el corredor/a, para optar al cómputo final de la Copa de España por Montaña Ultra
- En los casos en que la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra tenga 4 pruebas, se sumarán **los 3 mejores resultados** obtenidos. Se adjudicará 0 puntos cuando el o la deportista no participe en alguna de las 4 pruebas, y deberá participar y completar como mínimo en 3 pruebas para optar al cómputo final de la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra.
- En los casos en que la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra tenga 5, se sumarán **los 4 mejores resultados** obtenidos. Se adjudicará 0 puntos cuando el o la deportista no participe en alguna o algunas de las pruebas de la Copa de España De Carreras por Montaña Ultra, y deberá participar y completar como mínimo en 3 pruebas para optar al cómputo final de la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra.

· 2.5.7 - En caso de empate entre dos o más competidores o competidoras se tendrá en cuenta el mejor resultado obtenido en la última carrera disputada.

· 2.5.8 - Al finalizar la Copa de España de Carreras por Montaña Ultra y acabada la entrega de premios de la última prueba celebrada se proclamará y se hará entrega de los trofeos, premios y diplomas correspondientes a las campeonas y los campeones, subcampeonas y subcampeones y atletas con la tercera clasificación en las categorías y subcategorías descritas en el apartado 2.5.7.

· 2.5.9 – Características de las pruebas Carreras por Montaña Ultra:

  ○ 2.5.9.1 - **Definición:** la competición de Carreras por Montaña Ultra, es una prueba deportiva que se caracteriza por su desarrollo en recorridos que transcurren por caminos de baja, media y alta montaña. La Carrera por Montaña Ultra, no deberá sobrepasar inclinaciones del 40% o dificultades técnicas de II grado.

  ○ 2.5.9.2 -**El recorrido:** deberá de estar debidamente señalizado, en su totalidad, en especial se prestará atención en el marcaje de cruces y otros lugares de posibles pérdidas y siempre la organización ubicará físicamente a una persona en esos lugares. Para ello deberá utilizarse, como mínimo, 20 balizas de 50cm x 10 cm, por cada kilómetro lineal de la prueba; Además, los carteles indicadores de cambios de recorrido deberán ser como mínimo de 100cm x 60cm, y de un material rígido y clavable al suelo. **Existirá como mínimo un indicador kilométrico cada 10 kilómetros, con la cifra kilométrica bien definida**. Los tramos asfaltados o cimentados, no podrán superar el 15% del total del recorrido, sin contar tramos urbanos.

- 2.5.9.3 - **Avituallamientos:** durante el recorrido la organización dotará de avituallamientos la carrera, no obstante, los Ultras FEDME podrán también ser de autosuficiencia o de semi-autosuficiencia, por lo que el equipo arbitral de la carrera y el organizador o la organizadora establecerán esa especificación que detallarán en todo momento en la reunión técnica y en la información previa que se da a participantes. En los controles de los avituallamientos, la organización de la prueba colocará recipientes donde la totalidad de participantes puedan depositar los desechos a una distancia de 100 metros del lugar de control y donde habrá un cartel indicador de finalización del avituallamiento, y otro cartel, 100 metros antes del mismo inicio del avituallamiento.

- 2.5.9.4 - **Controles de paso:** la organización situará controles de paso de corredores/as, a su criterio, según la seguridad, estrategia y accesos. También podrá poner controles secretos, a criterio de la organización. La organización podrá marcar un tiempo máximo de paso para los controles, según los criterios que crean convenientes, teniendo como referencia una velocidad mínima de entre 4 a 5 kilómetros por hora. Estos tiempos máximos deberán de ser calculados, para permitir a las personas participantes completar la carrera dentro del tiempo máximo, incluyendo eventuales paradas de descanso y comidas.

- 2.5.9.5 - **Material obligatorio:** la totalidad de participantes estarán obligados/as como mínimo a llevar el siguiente material:
    - Zapatillas de montaña o calzado minimalista y alternativo con sus condiciones de uso, según se indica en el punto **4.2.2.**
    - Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor o la corredora
    - Manta térmica o de supervivencia, (mínimo 1,20 X 2,10 metros)
    - Contenedor para reserva de agua (mínimo 1 litro)
    - Frontal o linterna con pilas de repuesto
    - Luz roja posición trasera encendida de noche
    - Teléfono móvil encendido y con batería suficiente
    - Gorra, Visera o Bandana
    - Pantalones o mallas, mínimo por debajo de las rodillas
    - Silbato

El material obligatorio, será requerido por el equipo arbitral de la FEDME, en el control de dorsales y en cualquier parte del recorrido y el total de corredores/as estarán obligados/as a someterse a dicho control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera.

- **Material recomendable:**
    - Guantes
    - GPS o Brújula

- 2.5.9.6 - **Uso de dispositivos de reproducción acústica portátil durante la realización de la prueba**: No estará permitido el uso de equipos de reproducción acústica (auriculares, altavoces, etc.) durante el transcurso de la prueba, ni tampoco llevar tapones en los oídos, por motivos de seguridad.

- 2.5.9.7**.- Seguridad de participantes:** la organización de la prueba preverá los siguientes servicios:
  - Servicios de asistencia sanitaria, ambulancias y médico o médica, como mínimo en la salida y llegada.
  - Equipo escoba que recorrerá la totalidad del itinerario a pie en el mismo sentido de la prueba.
  - La comunicación entre los controles, equipo escoba, salida y llegada y directora o director de carrera.
  - Plan de emergencia y evacuación de participantes durante la carrera.

- 2.5.9.8 - **Itinerario Alternativo:** la organización deberá tener, como mínimo, un itinerario alternativo, para que en el caso de que las condiciones meteorológicas sean peligrosas, poder reconducir la carrera por otro lugar, que garantice la seguridad de corredores y corredoras.

- 2.5.9.9 - **Control de material:** antes de dar la salida a la prueba, la organización realizará una verificación de dorsales y material obligatorio, pasando el conjunto de participantes a un recinto cerrado hasta el momento de la salida. Y unos minutos antes de la misma, la organización, recordará a todos los corredores y corredoras la previsión meteorológica, las novedades de última hora y la importancia de conservar el medio ambiente a nuestro paso.

- 2.5.9.10 - **Retirada de un corredor o una corredora:** el equipo arbitral de La FEDME y/o el médico o la médica de la organización podrán retirar de la competición a un corredor o una corredora y quitarle su dorsal, cuando consideren que tenga mermadas sus capacidades físicas o técnicas como causa de la fatiga y el desgaste de la prueba garantizando así su salud.

2.6- Campeonato de España de Carreras por Montaña por etapas

· 2.6.1 - El Campeonato de España de Carreras por Montaña Ultra por etapas FEDME, constará de dos o más etapas consecutivas, siendo de carácter individual. La FEDME podrá aprobar que dicho Campeonato de España tenga hasta 5 etapas consecutivas.

· 2.6.2 - Al finalizar la competición se editarán 2 clasificaciones, una con la totalidad de deportistas participantes, que dará lugar a los correspondientes premios en metálico de la prueba y otra, con deportistas participantes de nacionalidad española que dará lugar al podio del Campeonato de España.

· 2.6.3 - Igualmente, para participar en el Campeonato de España de Carreras por Montaña Ultra por etapas, será imprescindible la presentación del informe médico de aptitud (anexo a este Reglamento), expedido, al comienzo de la temporada del año de la competición y que capacite a la deportista o al deportista para la práctica deportiva intensiva en competición de esta prueba de las Carreras por Montaña.

· 2.6.4 - Al finalizar el Campeonato de España de Carreras por Montaña Ultra por etapas, se proclamará y se hará entrega de los trofeos y premios correspondientes a las campeonas y los campeones, subcampeonas y subcampeones y las personas con la tercera clasificación en las categorías y subcategorías definidas al inicio de este reglamento.

· 2.6.5 - **Definición:** la competición de Carrera por Montaña por etapas, es una prueba deportiva que se caracteriza por 2 o más etapas consecutivas, su desarrollo se produce en recorridos que transcurren por caminos y terrenos de baja, media y alta montaña, con cualquiera de las especialidades: vertical, en línea o ultra.

· 2.6.6 - **El recorrido:** deberá de estar debidamente señalizado, en su totalidad, en especial se prestará atención en el marcaje de cruces y otros lugares de posibles pérdidas y siempre la organización ubicará físicamente a una persona en esos lugares. Para ello deberá utilizarse, como mínimo, 20 balizas de 50cm x 10 cm, por cada kilómetro lineal de la prueba; Además, los carteles indicadores de cambios de recorrido deberán ser como mínimo de 100cm x 60cm, y de un material rígido y clavable al suelo. **Existirá como mínimo un indicador kilométrico cada 10 kilómetros, con la cifra kilométrica bien definida**. Los tramos asfaltados o cimentados, no podrán superar el 15% del total del recorrido, sin contar tramos urbanos.

· 2.6.7 - **Avituallamientos:** durante el recorrido la organización dotará de avituallamientos la carrera, no obstante, los Ultras por etapas FEDME podrán también ser de autosuficiencia o de semi-autosuficiencia, por lo que el equipo arbitral de la carrera y la organización establecerá esa especificación que detallarán en todo momento en la reunión técnica y en la información previa que se da a participantes. En los controles de los avituallamientos, la organización de la prueba colocará recipientes donde el grupo de participantes puedan depositar los desechos a una distancia de 100 metros del lugar de control y donde habrá un cartel indicador de finalización del avituallamiento, y otro cartel, 100 metros antes del mismo inicio del avituallamiento.

· 2.6.8 - **Controles de paso:** la organización situará controles de paso de corredores y corredoras, a su criterio, según la seguridad, estrategia y accesos. También podrá poner controles secretos, a criterio de la organización. La organización podrá marcar un tiempo máximo de paso para los controles, según los criterios que crean convenientes, teniendo como referencia una velocidad mínima de entre 4 a 5 kilómetros por hora. Estos tiempos máximos deberán de ser calculados, para permitir a los y las participantes completar la carrera dentro del tiempo máximo, incluyendo eventuales paradas de descanso y comidas, todo en común acuerdo con el equipo arbitral FEDME.

· 2.6.9 - **Material obligatorio:** la totalidad de participantes estarán obligados/as como mínimo a llevar el siguiente material:

- Zapatillas de montaña o calzado minimalista y alternativo con sus condiciones de uso, según se indica en el punto **4.2.2**
- Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor/a
- Manta térmica o de supervivencia, (mínimo 1,20 X 2,10 metros)

- Contenedor para reserva de agua (mínimo 1 litro)
- Frontal o linterna con pilas de repuesto
- Luz roja posición trasera encendida de noche
- Teléfono móvil encendido y con batería suficiente
- Gorra, Visera o Bandana
- Pantalones o mallas, mínimo por debajo de las rodillas
- Silbato

El material obligatorio, será requerido por el equipo arbitral de La FEDME, en el control de dorsales y en cualquier parte del recorrido y todas las personas participantes estarán obligadas a someterse a dicho control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera.

Material recomendable:

- Guantes
- GPS o Brújula

· 2.6.10 - **Uso de dispositivos de reproducción acústica portátil durante la realización de la prueba:** No estará permitido el uso de equipos de reproducción acústica (auriculares, altavoces, etc.) durante el transcurso de la prueba, ni tampoco llevar tapones en los oídos, por motivos de seguridad.

· 2.6.11 - **Seguridad de las y los participantes:** la organización de la prueba preverá los siguientes servicios:

  - Servicios de asistencia sanitaria, ambulancias y un médico o una médica, como mínimo en la salida y llegada.
  - Equipo escoba que recorrerá la totalidad del itinerario a pie en el mismo sentido de la prueba.
  - La comunicación entre los controles, equipo escoba, salida y llegada y director o directora de carrera.
  - Plan de emergencia y evacuación de participantes durante la carrera.

· 2.6.12 - **Itinerario Alternativo:** la organización deberá tener, como mínimo, un itinerario alternativo, para que en el caso de que las condiciones meteorológicas sean peligrosas, poder reconducir la carrera por otro lugar, que garantice la seguridad de las corredoras y los corredores.

· 2.6.13 - **Control de material:** antes de dar la salida a la prueba, la organización realizará una verificación de dorsales y material obligatorio, pasando las y los participantes a un recinto cerrado hasta el momento de la salida. Y unos minutos antes de la misma, la organización recordará a la totalidad de corredores/as la previsión meteorológica, las novedades de última hora y la importancia de conservar el medio ambiente a nuestro paso.

· 2.6.14 - **Retirada de un corredor o una corredora:** el equipo arbitral de la FEDME y/o el médico o la médica de la organización podrán retirar de la competición a un corredor o una corredora, y quitarle su dorsal, cuando consideren que tenga mermadas sus capacidades físicas o técnicas como causa de la fatiga y el desgaste de la prueba garantizando así su salud.

Especialidad Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas

El Campeonato de España de Carreras por montaña Ultra por etapas en la especialidad Clubes FEDME y por Federaciones Autonómicas es una competición exclusiva para equipos formados por componentes de Clubes afiliados a la FEDME y por deportistas representantes de Federaciones Autonómicas por tanto, para deportistas con licencia FEDME del año en curso, independientemente de su nacionalidad. Las inscripciones sólo pueden realizarse por Clubs, cuando se trata del Campeonato de España de Clubes y por las FFAA, cuando se trata del Campeonato de España de FFAA.

a) Los equipos serán de categoría absoluta masculina y de categoría absoluta femenina y estarán formados por un mínimo de 3 y un máximo de 6 componentes, y serán inscritos e inscritas oficialmente por el Club o Federación Autonómica con un mínimo de 72 horas antes de la celebración de la carrera.

En el caso de no contar con plazas suficientes para garantizar la libre participación de deportistas FEDME, tanto individual como miembros de las selecciones autonómicas, el máximo número de plazas disponibles para cada categoría será de 2 plazas más del mínimo de deportistas que puntúan en la clasificación, por tanto, 5 deportistas.

b) A cada componente se le otorgarán puntos de acuerdo a la posición de entrada a meta conseguida por cada uno de ellos en la categoría absoluta masculina y por cada una de ellas en la categoría absoluta femenina. En dicha lista de puntuación sólo se tendrán en cuenta los y las deportistas inscritos e inscritas en el Campeonato de España de Clubes o Federaciones Autonómicas, por lo que no figurarán el resto de participantes. Ejemplo: el o la deportista que entra en meta en primera posición de la categoría absoluta masculina o absoluta femenina se le adjudica 1 punto, en segunda posición se le adjudican 2 puntos, en tercera posición se le adjudican 3 puntos y así, sucesivamente.

c) Solo se podrá inscribir oficialmente un equipo absoluto masculino y un equipo absoluto femenino por cada Club o Federación Autonómica, y solo obtendrán puntos aquellos y aquellas deportistas que formen parte de equipos oficiales (Anexo 3).

d) La clasificación del Campeonato de España de Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas se obtendrá de la suma de puntos de los o las tres mejores deportistas, por lo que el Club Campeón o la Federación Autonómica Campeona será el que menos puntos obtenga.

e) En caso de empate prevalecerá el equipo que tenga el o la deportista mejor clasificado o clasificada.

f) A la hora de efectuar las inscripciones, los Clubes o Federaciones Autonómicas con participación en dicho Campeonato presentarán su lista de deportistas representantes a la organización y a La FEDME (Anexo 3), detallando nombre, apellidos, DNI y fecha de nacimiento, utilizando para ello el formulario establecido por la FEDME. Los y las deportistas sólo podrán representar al club o Federación Autonómica con el que han tramitado la licencia federativa habilitada del año en curso.

g) Las y los deportistas de los clubes o Federaciones Autonómicas deberán llevar obligatoriamente la misma vestimenta y/o equipación, que identifique perfectamente su filiación (como mínimo, la camiseta de competición).

h) En el caso de que se organice un desfile de presentación de Selecciones Autonómicas o Clubes, será obligatorio la asistencia de todo el equipo participante o al menos, una representación mínima de la Selección Autonómica o Club inscrito.

El Equipo del Club o Federación Autonómica que obtenga menor puntuación será proclamado Campeón de España de Carreras por Montaña por etapas.

2.7 - Campeonatos de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning)

· 2.7.1 - De acuerdo con las condiciones establecidas por La **FEDME** en el contrato con las organizaciones, éstas organizarán los Campeonatos de España de Carreras por Montaña sobre nieve FEDME, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

· 2.7.2 - Los Campeonatos de España de Carreras por Montaña sobre nieve, constarán de una única prueba de un día cada uno de ellos.

· 2.7.3 - La salida de las pruebas se realizará en masa. Podrán ser establecidas más de una línea de salida distintas y consecutivas, una para cada itinerario y/o establecer líneas según ranking, prueba previa o primeras posiciones.

· 2.7.4 - Al finalizar la competición se editarán 2 clasificaciones, una con la totalidad de deportistas participantes que dará lugar a los correspondientes premios en metálico de la prueba y otra con los y las deportistas participantes de nacionalidad española que dará lugar al podio del Campeonato de España.

· 2.7.5 - A efectos de los Campeonatos en Línea, Vertical y Snowrunning, en pruebas de la misma distancia para la categoría Absoluta y Promesa, los Promesas podrán optar al Campeonato Absoluto como Subcategoría Promesa de la Categoría Absoluta con todos los derechos y privilegios.

· 2.7.6 - Al finalizar el Campeonato de España de Carreras por Montaña sobre nieve se proclamará y se hará entrega de los trofeos, premios y diplomas correspondientes a las campeonas y los campeones, subcampeonas y subcampeones y las personas en tercera clasificación en las categorías definidas al inicio de este reglamento**.**

· 2.7.7 - Si la FEDME lo considera oportuno, se realizará sobre la misma prueba un Campeonato de España de Carreras por Montaña sobre nieve por:

A/ Clubes
B/ Federaciones Autonómicas
C/ Clubes y Federaciones Autonómicas

según los criterios siguientes:

Especialidad Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas

El Campeonato de España de Carreras por Montaña sobre nieve por Clubes FEDME y por Federaciones Autonómicas es una competición exclusiva para equipos formados por componentes de Clubes afiliados a la FEDME y por deportistas representantes de Federaciones Autonómicas por tanto, para deportistas con licencia FEDME del año en curso, independientemente de su nacionalidad. Las inscripciones sólo pueden realizarse por Clubs, cuando se trata del Campeonato de España de Clubes y por las FFAA, cuando se trata del Campeonato de España de FFAA.

a) Los equipos serán absoluto masculino y absoluto femenino y estarán formados por un mínimo de **4** y un máximo de **8 componentes** cada uno, y serán inscritos oficialmente por el Club o Federación Autonómica con un mínimo de 72 horas antes de la celebración de la carrera.

b) A cada **componente** se le otorgarán puntos de acuerdo a la posición de entrada a meta conseguida en la categoría absoluta masculina y absoluta femenina. En dicha lista de puntuación sólo se tendrán en cuenta los y las deportistas inscritos e inscritas en el Campeonato de España de Clubs o Federaciones Autonómicas, por lo que no figurarán el resto de participantes. Ejemplo: el corredor o la corredora que entra en meta en primera posición de la categoría absoluta masculina o absoluta femenina se le adjudica 1 punto, en segunda posición se le adjudica 2 puntos, en tercera posición se le adjudica 3 puntos y así, sucesivamente.

c) Solo se podrá inscribir oficialmente un equipo absoluto masculino y un equipo absoluto femenino por cada Club o Federación Autonómica, y solo obtendrán puntos aquellos corredores o aquellas corredoras que formen parte de equipos oficiales (Anexo 3).

d) La clasificación del Campeonato de España de Clubes FEDME y Federaciones Autonómicas se obtendrá de la suma de puntos de los cuatro mejores corredores o de las cuatro mejores corredoras. Por lo que el Club Campeón o la Federación Autonómica Campeona será el que **menos** puntos obtenga.

- NOTA: A efectos de los Campeonatos en Línea, Vertical y Snowrunning, en pruebas de la misma distancia para la categoría Absoluta y Promesa, los Promesas podrán optar al Campeonato Absoluto como Subcategoría Promesa de la Categoría Absoluta con todos los derechos y privilegios.

e) En caso de empate, prevalecerá el equipo que tenga el corredor mejor clasificado o la corredora mejor clasificada, o los o las dos mejores o los o las tres mejores en caso de sucesivos empates.

f) A la hora de efectuar las inscripciones, los Clubes o Federaciones Autonómicas con participación en dicho Campeonato presentarán su lista de deportistas representantes a la organización y a La FEDME, detallando nombre, apellidos, DNI y fecha de nacimiento, utilizando para ello el formulario establecido por La FEDME (Anexo 3). En caso de necesitar hacer una modificación del listado oficial de inscritos, por baja de algún corredor/a, el nuevo/a corredor/a inscrito se incluirá

de los inscritos/as oficialmente antes del cierre de inscripciones, no pudiendo añadirse ningún corredor/a fuera del cierre de inscripciones.

g) Las y los deportistas sólo podrán representar al club o Federación Autonómica con el que han tramitado la licencia federativa habilitada del año en curso.

h) Las y los deportistas de los clubes o Federaciones Autonómicas deberán llevar obligatoriamente la misma vestimenta y/o equipación, que identifique perfectamente su filiación (como mínimo, la camiseta de competición).

i) En el caso de que se organice un desfile de presentación de Selecciones Autonómicas o Clubes, será obligatorio la asistencia de todo el equipo participante o al menos, una representación mínima de la Selección Autonómica o Club inscrito.

El Equipo absoluto masculino o absoluto femenino del Club o Federación Autonómica que obtenga menor puntuación será proclamado Campeón de España.

· 2.7.8 – Material y equipamiento:

Material obligatorio

- Será obligatorio el uso de cadenas para nieve homologadas para zapatillas de correr. Se permitirá el uso de zapatillas de montaña con clavos específicos incorporados para competiciones sobre hielo y nieve.
- Será obligatorio el uso de vestimenta adecuada para la práctica deportiva en alta montaña invernal: camiseta térmica manga larga, chaqueta impermeable de manga larga con capucha, pantalón térmico largo hasta el tobillo, guantes y gorro.
- Gafas de sol cuando las pruebas sean diurnas.
- Cuando la prueba sea vespertina o nocturna se llevará luz frontal con pilas de recambio y también luz roja trasera.
- Manta térmica (mínimo 1,20 X 2,10 metros)
- Teléfono móvil encendido y con batería suficiente.

Material recomendable

- GPS con batería suficiente y el track del recorrido facilitado por la organización.
- Bastones: si su uso está permitido por la organización se hará de la siguiente manera, las y los participantes saldrán con los bastones cogidos en vertical, con las puntas mirando hacia el suelo y con una mano. No se utilizarán para progresar hasta sobrepasar la señal especialmente dispuesta por la organización para tal efecto y que estará situada a 150 metros de recorrido desde la salida, aproximadamente.

Material prohibido

- No está permitido el uso de zapatillas de clavos de atletismo para tartán, orientación o campo a través, ni crampones de montaña, botas de fútbol o similares

- No estará permitido el uso de equipos de reproducción acústica (auriculares, altavoces, etc.) durante el transcurso de la prueba, ni tampoco llevar tapones en los oídos, por motivos de seguridad.

· 2.7.9 – El itinerario

Todas las competiciones autorizadas por La **FEDME** se desarrollarán en terreno de alta montaña nevado, predominantemente en el dominio esquiable de una estación de esquí. Estos estarán debidamente trazados, marcados, balizados y controlados.

La traza del itinerario estará realizada con la máquina de nieve de la estación de esquí. El itinerario para ser validado tendrá, como mínimo, 2/3 partes nevadas. La organización anunciará dichas circunstancias en el transcurso de la reunión técnica.

Sólo por razones de seguridad y ante condiciones adversas se podrán modificar los desniveles y las distancias, de acuerdo a la aprobación entre organización y el equipo arbitral FEDME

· 2.7.10 – Resto de aspectos de la competición

Se regirán por el resto de los puntos descritos en el presente Reglamento de Carreras por Montaña FEDME

2.8- Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning)

· 2.8.1 - De acuerdo con las condiciones establecidas por La FEDME en el contrato con las organizaciones, éstas organizarán pruebas valederas para la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

· 2.8.2 - El número de pruebas será como mínimo de tres y como máximo de seis, cada una de las cuales se celebrará en un único día.

· 2.8.3 - Las pruebas se desarrollarán individualmente.

· 2.8.4 - Las salidas de las pruebas se realizarán en masa. Podrán ser establecidas más de una línea de salida distintas y consecutivas, una para cada itinerario y/o establecer líneas según ranking primeras posiciones.

Sólo por razones de seguridad y ante condiciones adversas se podrán modificar los desniveles y las distancias, de acuerdo a la aprobación entre organización y el equipo arbitral FEDME

· 2.8.5 - Sistema de puntuación para cada categoría:

A cada una de las pruebas que conforman la Copa de España de Carrera por Montaña Sobre Nieve (Snowrunning) asignará la puntuación siguiente a los corredores y las corredoras participantes:

100-88-78-72-68-66-64-62-60-58-56-54-52-50-48-46-44-42-40-38-36-34-32-30-28-26-24-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2-2,… y a partir de la posición 51 se otorgarán 1-1-1-1-1… hasta el final de la clasificación. Siendo 100 para la persona con la primera clasificación, 88 para la segunda, 78 para la tercera y así, sucesivamente, hasta llegar al valor de 2 puntos que se mantendrá hasta la posición 50 y 1 punto hasta el final de la clasificación.

La última prueba de la Copa de España de Snowrunning tendrá el 20% más de puntuación que el resto, es decir:

120-106-94-86-82-79-77-74-72-70-67-65-62-60-58- 55-53-50-48-46-43-41-38-36-34-31-29-26-24-22-19-17-14-12-10-7-5-2-2-2-2-2-2-2-2, etc…

Se reserva la puntuación de 0 puntos para la elaboración de la clasificación general final de la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning), expresando con dicha puntuación la no asistencia del/la deportista en alguna o algunas de las pruebas de la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve Snowrunning.

· 2.8.6 - Para puntuar en la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning) y por tanto, aparecer en la clasificación general final de la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning), se sumarán los siguientes resultados:

  - En los casos en que la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning) tenga 3 pruebas, se sumarán los puntos obtenidos en las 3 pruebas, adjudicando 0 puntos al o la deportista cuando no participe en alguna de ellas.
  - En los casos en que la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning) tenga 4 pruebas, se sumarán los 3 mejores resultados obtenidos. Se adjudicará 0 puntos cuando la o el deportista no participe en alguna o algunas de las pruebas de la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning).
  - En los casos en que la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning) tenga 5 o 6 pruebas, se sumarán los 4 mejores resultados obtenidos. Se adjudicará 0 puntos cuando la o el deportista no participe en alguna o algunas de las pruebas de la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning).

Durante el desarrollo de la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning), el líder y la líder será quien más puntos tenga sumando los 2, 3 o 4 mejores resultados según el número de pruebas realizadas hasta ese momento y en consonancia al número de pruebas de la que conste la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning).

· 2.8.7 - En caso de empate entre dos o más competidores o competidoras se tendrá en cuenta el mejor resultado obtenido en la última carrera disputada.

· 2.8.8 - Al finalizar la Copa de España de Carreras por Montaña sobre nieve (Snowrunning) y acabada la entrega de premios de la última prueba celebrada se

proclamará y se hará entrega de los trofeos, premios y diplomas correspondientes a las campeonas y los campeones, subcampeonas y subcampeones, y participantes con la tercera clasificación en las categorías descritas al inicio de este reglamento

2.9- Otras competiciones de ámbito estatal y carreras populares

El **Área de Competición** podrá regular cualquier otra prueba que lo solicite, como por ejemplo contrarreloj, ascenso, descenso, Copa por Equipos, Campeonato por Equipos o por relevos, por etapas, Campeonato Ultra Extrem (más de 150 Km de distancia y más de 6.000 m de desnivel positivo acumulado), pruebas de skyrunning, etc.

Carreras populares serán aquellas competiciones de ámbito autonómico y local, siempre dentro del ámbito federativo autonómico de los deportes de montaña y escalada, que tienen un marcado carácter de promoción deportiva dentro de las carreras por montaña. Por este motivo dichas pruebas podrán estar por debajo de los límites marcados en la descripción de los itinerarios del punto 8.2.4. en distancias y desniveles, especialmente, en lo que son las competiciones en línea. La FEDME las reconoce, pero no las organiza.

2.10 - Campeonatos de España de Carreras por Montaña para corredores/as FEDME ciegos.

· 2.10.1 - De acuerdo con las condiciones establecidas por La **FEDME** en el contrato con las personas organizadoras, éstas organizarán los Campeonatos de España de Carreras por Montaña en Línea y Verticales FEDME, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

· 2.10.2 - Los Campeonatos de España de Carreras por Montaña en línea y verticales FEDME, constarán de una única prueba de un día cada uno de ellos.

· 2.10.3 - La salida de las pruebas se realizará en masa.

. 2.10.4 - Al finalizar el Campeonato de España de Carreras por Montaña en línea y/o verticales se proclamará y se hará entrega de los trofeos, premios y diplomas correspondientes a los campeones y las campeonas, los subcampeones y subcampeonas, y terceros y terceras clasificadas en las categorías.

. 2.10.5 – La categoría será siempre absoluta (a partir de 24 años de edad cumplidos), y el género del equipo participante (masculino o femenino) será designado según el sexo del deportista que compite en el medio de la barra, pudiendo contar con guías masculinos y femeninos indistintamente sin modificar así el género del equipo. Todos los miembros del equipo deben ser categoría absoluta para poder participar en las competiciones FEDME.

. 2.10.6 – La distancia a recorrer por los equipos de corredores/as ciegos/as será:

- 2.10.6.1: Carreras por montaña en línea: entre la distancia de la categoría Junior y Absoluta, siempre y cuando el itinerario así lo permita, salvando zonas de especial

complicación por su estrechez de paso, su desnivel específico o siempre que obligue a los deportistas a tener que soltar la barra direccional. Por tanto, la decisión final de la distancia a recorrer siempre estará supeditada a la decisión de la organización, los árbitros FEDME de la prueba y el Área de CxM de la FEDME.

- 2.10.6.2: Carreras por montaña verticales: En esta especialidad será siempre la distancia absoluta siempre y cuando el itinerario así lo permita, salvando zonas de especial complicación por su estrechez de paso, su desnivel específico o siempre que obligue a los deportistas a tener que soltar la barra direccional. Por tanto, la decisión final de la distancia a recorrer siempre estará supeditada a la decisión de la organización, los árbitros FEDME de la prueba y el Área de CxM de la FEDME.

. 2.10.7: Material obligatorio: todos los miembros de los equipos de ciegos participantes estarán obligados/as como mínimo a llevar el siguiente material, salvo que en la reunión técnica previa a la competición y de forma justificada se indicara lo contrario:

- Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor/a
- Manta térmica o de supervivencia, (mínimo 1,20 X 2,10 metros)
- Contenedor para reserva de agua (mínimo 1 litro)
- Teléfono móvil encendido y con batería suficiente
- Gorra, Visera o Bandana
- Silbato

El material obligatorio, será requerido por los/as Árbitros/as de la FEDME, en el control de dorsales y en las partes del recorrido destinadas para tal efecto, y todos los corredores y las corredoras estarán obligados/as a someterse a dicho control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera.

En caso de que la **ORGANIZACIÓN** indique la necesidad de portar más elementos de seguridad individual obligatorios, su decisión prevalecerá sobre la FEDME redactado en este punto, sin perjuicio de lo anteriormente expuesto.

Material recomendable:

- Guantes
- GPS o Brújula

También existe normativa específica sobre las competiciones de carreras por montaña para corredores/as FEDME ciegos en el Anexo 7 de este reglamento

3. Organización

El Área de Carreras por Montaña de La FEDME, es la responsable de organizar todos aquellos aspectos relacionados con las Carreras por Montaña a nivel estatal.

El **Área de Carreras por Montaña** tiene autoridad técnica con respecto a todas las competiciones de Carreras por Montaña en el ámbito estatal, organizadas u otorgadas por la **FEDME**.

El **Área de Carreras por Montaña** es la responsable de recibir y dar respuesta a las solicitudes de las Federaciones Autonómicas, clubes de montaña, instituciones y empresas

para organizar alguna competición cuyo ámbito sea estatal, aunque esta se desarrolle geográficamente fuera de España. La petición deberá estar acompañada por el visto bueno de la Federación Autonómica correspondiente.

Todas las competiciones oficiales estatales se organizarán según la aplicación del presente reglamento. Aquellos aspectos no contemplados en el Reglamento, serán solucionados por el **Área de Carreras por Montaña de la FEDME**.

Las competiciones oficiales estatales podrán estar integradas en los calendarios de otras federaciones relacionadas con la especialidad.

En **circunstancias excepcionales**, y por motivos debidamente justificados, el **Área de Carreras por Montaña** podrá aprobar itinerarios con desniveles distancias o porcentajes inferiores o superiores a los especificados en el reglamento.

3.1- Control de la competición: equipo arbitral y supervisión.

El **Comité del Equipo Arbitral de Competición** de la **FEDME** nombrará a las siguientes personas para controlar cualquier competición:

A. Persona que ostente la Presidencia del Jurado (figura de mayor rango FEDME del Comité de Carrera).
B. Árbitro o árbitra de itinerario.
C. Árbitro o árbitra de clasificaciones
D. Árbitro o árbitra Medioambiental

A La FEDME le corresponderá nombrar:

E. Delegada o Delegado de La FEDME.

Estas personas, delegado o delegada y equipo arbitral, constituyen el Comité de Carrera.

A. Persona que ostenta la Presidencia del Jurado.

Las funciones del **Presidente o la Presidenta del Jurado**: será la persona con la responsabilidad máxima de la carrera asignada, efectuando un seguimiento previo de todo lo relacionado con la misma, estando en contacto con los organizadores o las organizadoras para ver que todo se está desarrollando con normalidad, que se cumple y se cumplirá el reglamento, solucionará sus dudas; procurará que llegado el día de la competición todo esté bajo control, etc.

Asignará al equipo arbitral las funciones a realizar, supervisará el desarrollo general de la competición y firmará el acta de competición.

El **Presidente o Presidenta del Jurado** informará a la persona responsable del Área de Carreras por Montaña, estando en contacto permanente para garantizar la buena marcha de cada una de las competiciones.

El **Presidente o Presidenta del Jurado** debe estar en posesión de la titulación expedida por La FEDME como árbitro o árbitra de Carreras por Montaña.

B. Árbitro o árbitra de itinerario

Por solicitud del Área de Carreras por Montaña de La FEDME, en competiciones donde su dificultad, longitud o inaccesibilidad hagan más difícil la supervisión del itinerario, esta función podrá ser asignada a dos supervisores o supervisoras de itinerario.

Supervisa el trazado del itinerario especialmente en todo lo que hace referencia a la seguridad, marcaje, situación de los controles tanto de paso como los controles informativos e instalaciones de cuerdas fijas. Será acompañada o acompañado por una persona de la organización responsable del itinerario.

La **árbitra o el árbitro de itinerario** debe estar en posesión de la titulación expedida por La FEDME como árbitra o árbitro de Carreras por Montaña.

C. Árbitro o árbitra de clasificaciones

Supervisa la lista de participantes en la competición, situación y zona de la salida y la llegada, control de material y control de dopaje.

Supervisa que la totalidad de participantes dispongan de la correspondiente licencia federativa, según los parámetros del punto 2, procurando que la organización destaque a estos y a estas en una lista específica y por categorías, en la que solo aparezcan reflejados los competidores y las competidoras que cumplan con los requisitos establecidos para puntuar en la Copa o Campeonato de España.

Valida la salida y llegada y estará en permanente contacto con el organizador para cualquier sugerencia

Colabora con la organización y la persona que ostente la Presidencia del Jurado en la elaboración final de la clasificación, procurando que la organización elabore una clasificación específica y por categorías, en la que solo aparezcan reflejados los competidores y las competidoras que cumplan con los requisitos establecidos para puntuar en la Copa o Campeonato de España. Velará para que la clasificación provisional esté expuesta al público 30 minutos antes de la entrega de premios

Coordina con el servicio de cronometraje y supervisa y valida la toma de tiempos de llegada de los y las participantes realizada por la organización.

Garantiza, en la medida de lo posible, la disponibilidad de las clasificaciones provisionales

Informa y asesora al Comité de Carrera.

La árbitra o el árbitro de clasificaciones debe estar en posesión de la titulación expedida por La **FEDME** como árbitra o árbitro de Carreras por Montaña.

D. Árbitro o árbitra Medioambiental

La organización de la carrera debe incorporar la figura del árbitro o árbitra Medioambiental, que será la persona responsable del seguimiento de todos los aspectos relacionados con el cumplimiento de las buenas prácticas ambientales, tanto por parte de la organización como de las y los participantes. Estas personas deben contar con una formación específica para poder realizar una evaluación

ambiental de la prueba y supervisar su correcto desarrollo. La FEDME organiza cursos para obtener el título de árbitra o árbitro Medioambiental para las carreras por montaña.

Las árbitras o árbitros Medioambientales deberían situarse en los lugares más conflictivos desde la perspectiva de la conservación y fragilidad del recorrido (zonas con posibilidad de atajos, áreas sensibles, zonas húmedas, arroyos, otros, etc.). Esta ubicación se debe consensuar con la Administración ambiental.

La árbitra o árbitro Medioambiental debe comprobar que el sistema de señalización es adecuado, provisional y fácilmente recuperable. Se aprovecha, si es posible, la señalización existente y no se deben admitirlas señales permanentes con pintura, cal o yeso.

La organización debería incorporar la vigilancia medioambiental (correr campo a través, señalizar, arrojar residuos, etcétera) a los criterios de arbitraje, incluyendo las sanciones a participantes que incumplan el reglamento.

Supervisará el cumplimiento del protocolo medioambiental.

E. Delegada o Delegado de la FEDME

Estará presente en todas las reuniones, sesiones de competición y decisiones que se deban tomar, defendiendo los derechos de los y las deportistas y de la FEDME con una visión integral.

Supervisará la entrega de premios y en especial el protocolo con las autoridades presentes, ordenándolas por razón de rango.

Coordinará con la organización y resto de agentes implicados, como el director o directora de la competición, el montador o montadora y el árbitro o árbitra principal la gestión del evento, antes, durante y a la finalización del evento

3.2- Personal de organización

La organización deberá cubrir las siguientes funciones (siempre que no existan modificaciones explícitas en el contrato firmado entre ésta y La FEDME):

- Organización pre-competición
  - Administración.
  - Controles.
  - Trazado del itinerario, marcaje y equipamientos del mismo.
  - Información meteorológica.
  - Equipamientos de las zonas de salida y llegada.
  - Mapa con el itinerario trazado y perfil del mismo.
  - Garantizar una difusión de la prueba 30 días antes de la celebración de la misma.
- Recibir y registrar a todo el personal acreditado para la competición (competidores y competidoras, técnicos y técnicas acompañantes, técnicos y técnicas de La FEDME, prensa, etc.).
- Registrar y controlar el acceso a las zonas de salida, llegada y zonas restringidas acatando las indicaciones realizadas por las personas encargadas de la supervisión.

- Toma tiempos en los controles de paso y los de llegada.
- Velar por la seguridad en todo el itinerario de competición.
- Asistir a las y los competidores que abandonen la competición.
- Ofrecer servicios para las y los supervisores, prensa y medios de comunicación.
- Ofrecer servicios médicos, salvamento y otros equipamientos pactados.
- Organizar las ceremonias de apertura, entrega de premios y clausura.
- Colaborar con las y los supervisores en todo lo necesario.

NOTA: La organización, deberá prever dentro de sus posibilidades, una zona de vestuario, guardarropía y WC para las y los competidores, antes y después de la competición, equipado con duchas.

3.3- Jurado de Competición

El Jurado de Competición es un órgano consultivo que actuará de acuerdo con el apartado 7 de este reglamento.

Composición:

- Equipo arbitral de la prueba.
- El director o la directora de la prueba (o director técnico o directora técnica).
- El delegado o La delegada de la FEDME.
- Un representante de las y los deportistas (elegido por sorteo de entre las 20 primeras personas clasificadas de la propia carrera)

Funciones:

El jurado de competición es el responsable de atender las posibles reclamaciones derivadas del desarrollo de la competición durante y dentro de la fecha de la prueba. Este se convocará en el momento que se produzca una reclamación.

4. Reglamento de Competición para corredores y corredoras

4.1- Inscripción a la Competición

· 4.1.1 - Para participar en la prueba es necesario realizar una inscripción que quedará cerrada cuando lo determine la organización de la carrera y el equipo del Área de CxM FEDME. La organización podrá poner una cuota de inscripción para la participación en la prueba.

· 4.1.2 - Para formalizar las pre-inscripciones y/o inscripciones, la organización deberá exigir a los y las participantes la presentación de los siguientes documentos:

- DOI (Documento Oficial de Identidad = pasaporte, DNI, carnet de conducir…), o documento equivalente para personas extranjeras.

- Licencia de La FEDME (año en curso), incluyendo seguro deportivo que cubra la participación en la competición, según **Real Decreto 849/1993 de 4 de junio**, o licencia equivalente para personas extranjeras (ver puntos 2.1.6, 2.2.4., 2.3.2.5, 2.3.3.2., 2.4.2).

· 4.1.3 - La Organización impedirá la participación de las y los deportistas que no cumplan estos requisitos.

· 4.1.4 – La organización podrá solicitar un Informe Médico de aptitud para el deporte de competición, expedido como máximo tres meses antes del inicio de la temporada de competiciones de carreras por montaña. En el caso del Campeonato y Copa de España de Ultra su solicitud por parte del organizador u organizadora será obligatoria para formalizar la inscripción en la prueba.

· 4.1.5 - Para un mejor control de las y los competidores, la organización retirará temporalmente la licencia federativa, lo que ayudará al control de todos y todas, y facilitará la supervisión de las listas de participantes por parte del equipo arbitral. La licencia será retornada al competidor y a la competidora al finalizar la prueba.

· 4.1.6 - La organización establecerá un período especial en el que solo se podrán inscribir deportistas federados y federadas FEDME y selecciones autonómicas, en su caso, garantizando de esta manera que las personas interesadas no se queden sin posibilidad de participación. Este periodo especial corresponderá a los primeros 30 días de la apertura de la inscripción, o antes, si se completa el cupo total de plazas para corredores/as FEDME, en el cual solo se podrán inscribir deportistas federados y federadas FEDME y Selecciones Autonómicas, en su caso. Al finalizar este periodo especial se podrán inscribir el resto de participantes en el caso de que la organización admita a corredoras y corredores sin licencia FEDME. Las inscripciones podrán abrirse cuando la organización lo determine.

4.2- Material y Equipamiento

· 4.2.1 - En el caso que la organización o el comité de carrera lo crean oportuno, las personas competidoras estarán obligadas a llevar el equipo y material que se especifique, en especial chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor o corredora. La organización podrá autorizar o vetar también el uso de bastones y en ningún caso estará permitido el uso de raquetas de nieve o esquíes. No estará permitido el uso de equipos de reproducción acústica (auriculares, altavoces, etc.), ni tampoco llevar tapones en los oídos, por motivos de seguridad durante las pruebas verticales, en línea, Ultra, Snowrunning y Raquetas de Nieve.

· 4.2.2 - Será obligatorio el uso de zapatillas de trail. Las personas inscritas podrán participar en las pruebas con calzado minimalista o alternativo (a excepción del Snowrunning) bajo su única y exclusiva responsabilidad previa suscripción del documento de exención de responsabilidad que la organización pondrá a su disposición y que se encuentra como Anexo 2 en el presente Reglamento. Cuando el calzado minimalista o alternativo deja parte del pie al aire libre (ejemplo: sandalias), éste deberá ser complementado con una protección específica para el pie, si la carrera discurre en algún momento por encima de los 2.000 m. o bien si la

previsión meteorológica del día de la prueba aconseja a criterio del Comité de Carrera mayor protección de los pies por bajas temperaturas y condiciones adversas (escarpines de neopreno, calcetines térmicos o bien zapatillas de trail running de recambio, que deberán llevarse en la mochila del corredor o corredora por motivos de seguridad y que podrán ser revisadas por el equipo arbitral de competición en los controles de material que hubiera).

4.3- Supervisión control de material y avituallamiento

· 4.3.1 - Antes de entrar en el recinto de salida se procederá al control del dorsal y del material. A los y las participantes que no cumplan con los requisitos referidos al material y expuestos en el apartado **4.2** se le impedirá la participación en la prueba.

· 4.3.2 - En todos los controles podrá ser supervisado el material autorizado por el equipo arbitral, será motivo de descalificación inmediata la manipulación o cesión del dorsal.

· 4.3.3 - Está terminantemente prohibido recibir ayuda o avituallamiento durante el desarrollo de la prueba (exceptuando los puntos dispuestos por la organización y descritos en la reunión informativa), de cualquier persona sea competidor/competidora o no.

· 4.3.4 - Podrá ser recibida ayuda, según el punto anterior y en un radio de más o menos 100 metros antes y después del punto dispuesto por la organización.

4.4- Comportamiento general de los corredores y las corredoras

· 4.4.1 – Toda persona corredora solicitada tiene que prestar socorro a otro u otra participante que esté en peligro o accidentada, estando obligado u obligada a comunicarlo al control más cercano inmediatamente. La privación de auxilio será penalizado con la descalificación inmediata.

· 4.4.2 - Es obligación de cada competidor o competidora respetar el medio ambiente por donde se desarrolla la prueba y asimismo deberán llevarse sus desperdicios, latas, papeles, etc. hasta la llegada o lugares señalados por la organización. Un bastón roto durante la competición podrá ser entregado en un control. La corredora o el corredor que no los deposite en los avituallamientos o los tire en una zona no habilitada por la organización será descalificada o descalificado.

· 4.4.3 - Toda corredora y todo corredor deberá realizar el recorrido marcado por la organización, no respetarlo o no pasar por alguno de los controles establecidos, será causa de penalización o descalificación.

· 4.4.4 - Las y los participantes, durante el recorrido, deberán seguir en todo momento las instrucciones de las personas a cargo de los controles.

· 4.4.5 - Las y los participantes deberán someterse obligatoriamente a los controles de dopaje que se les solicite.

· 4.4.6 - Las competidoras y los competidores deben comportarse deportivamente en todo momento y mostrar respeto con los demás deportistas, equipo arbitral, supervisores o supervisoras, controles y miembros de la organización.

· 4.4.7 – La totalidad de participantes deben conocer y respetar el REGLAMENTO DE COMPETICIÓN aceptando las modificaciones que pueda adoptar el Comité de Carrera por causas ajenas a la organización, antes y/o durante la competición.

· 4.4.8 - Un corredor o una corredora podrá retirarse de la prueba siempre que lo desee, pero lo deberá realizar de acuerdo con los puntos siguientes:

- Se retirará en un control y entregará el dorsal.
- El/la competidor/a asume toda su responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado/a.

· 4.4.9 – Los/las corredores/as deben tener en todo momento una disposición competitiva, estando prohibido cruzar la línea de meta cogidos de la mano o previo pacto que desvirtúe el correcto juego limpio del corredor. Provocar una situación como la descrita conlleva la descalificación de ambos/as corredores/as.

4.5 - Penalización o descalificación de un corredor o una corredora o un equipo

· 4.5.1 - Se producirá la penalización o descalificación de un corredor o una corredora o un equipo cuando incurra en cualquiera de los puntos indicados a continuación:

- No respetar el itinerario balizado o señalización de recorrido para atajar = **3 minutos a descalificación.**
- Recibir ayuda o avituallamiento fuera de las zonas permitidas (excepto auxilio) de cualquier persona sea competidor/competidora o no = **descalificación.**
- Rehusar a llevar puesto el dorsal o recortarlo = **descalificación.**
- Rehusar, quitar o cambiar las marcas del material puestas por la organización = **descalificación.**
- Reincidir dos veces la misma persona en una salida falsa = **descalificación.**
- Tirar al suelo (intencionadamente) desperdicios durante todo el recorrido, a excepción de las zonas habilitadas por la organización = **descalificación**.
- Impedir ser adelantado o adelantada u obstaculizar voluntariamente a otro corredor u otra corredora= **3 minutos a descalificación.**
- No llevar el material obligatorio requerido en cada control = **15 minutos a descalificación.**
- No hacer caso a las indicaciones de la organización y equipo arbitral = **10 minutos a descalificación.**
- Subir al podio en la entrega de premios con cualquier bandera o símbolo de la Comunidad Autónoma, país o Club que se representan = **descalificación.**

· 4.5.2 - Será responsabilidad del Comité de Carrera establecer las penalizaciones y la cuantía de estas.

4.6 – Descalificación con posible sanción

· 4.6.1 - Incurrir en lo siguiente supondrá la descalificación inmediata del corredor o de la corredora y podría suponer una sanción disciplinaria para el competidor o la competidora:

- No participar, sin causa justificada, en la ceremonia oficial de entrega de premios.
- Provocar un incidente deportivo (agresión o insulto) a un competidor, a una competidora, miembro de la organización, del equipo arbitral o espectador o espectadora.
- Provocar un accidente de forma voluntaria.
- Participar bajo una identidad falsa o suplantando a otra persona.
- Tirar cualquier tipo de basura y/o desperdicios (geles, envoltorios, etc.) de manera intencionada en cualquier parte del recorrido, supondrá la descalificación automática a excepción de las zonas habilitadas por la organización.

· 4.6.2 - Será responsabilidad del Comité de Carrera establecer las penalizaciones y la cuantía de estas.

4.7 – Aplazamiento, interrupción y anulación de la prueba

· 4.7.1 - Las pruebas no podrán ser aplazadas ni anuladas, excepto en condiciones extremadamente desfavorables. Por tal motivo las organizaciones están obligadas a dotarse y prever **itinerarios alternativos** diseñados para recorrer en las diferentes anomalías climatológicas (nieblas, nieve, etc.), con el fin de evitar la suspensión o aplazamiento.

· 4.7.2 - Si las circunstancias lo requieren, se podrá interrumpir la prueba en un punto del recorrido. En este caso, se tomarán las posiciones y tiempo de llegada en el punto de interrupción o en su defecto, en el último control realizado.

· 4.7.3 - Si en el momento de la neutralización existen corredores o corredoras que han pasado del control y tienen condiciones suficientemente buenas para seguir compitiendo:

- Se neutralizarán en el siguiente control dando por finalizada la prueba por el orden de llegada a este último control, los y las siguientes serían los corredores y las corredoras del control anterior o del punto de neutralización.
- No existe ningún control hasta la meta, se toman los tiempos de llegada a meta y los y las demás en el punto de neutralización.
- En el caso que las condiciones no permitan seguir compitiendo, se tomarán los tiempos de punto de neutralización anterior.

· 4.7.4 - En el caso de interrupción o anulación de la prueba, porque las condiciones climatológicas así lo requieran, a la vez que haga impracticable todos los itinerarios alternativos los derechos de inscripción no serán devueltos. De producirse estas circunstancias y cuando la organización no tenga previstos unos itinerarios alternativos, ésta deberá devolver los derechos de inscripción, y se podrá abrir a la organización un expediente sancionador por incumplimiento del reglamento.

5. Dopaje

Está rigurosamente prohibido el uso de sustancias, grupos farmacológicos y métodos destinados a aumentar artificialmente las capacidades físicas de las y los deportistas, siendo de aplicación la Ley Orgánica 3/2013, de 20 de junio de protección de la salud del deportista y de la deportista y de lucha contra el dopaje en la actividad deportiva, el Reglamento y demás disposiciones de la FEDME.
En materia de dopaje el Comité Antidopaje de La FEDME sigue lo establecido en la Ley Orgánica 3/2013, de 20 de junio de protección de la salud del deportista y de la deportista y de lucha contra el dopaje en la actividad deportiva. Dicho Comité sigue las directrices de La Agencia Española (CELAD), y será el encargado de relacionarse con La CELAD, a los efectos procedentes.
La competencia sancionadora en materia de dopaje a partir de la Ley Orgánica 3/2013, de 20 de junio de protección de la salud del y de la deportista y de lucha contra el dopaje en la actividad deportiva, corresponde a La CELAD y sólo cuando se trate de deportistas calificados oficialmente de nivel internacional o que participen en competiciones internacionales, la competencia corresponderá a La Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada. En este caso y delante de una muestra con resultado adverso, el Comité Antidopaje de La FEDME informará de su resolución al Comité de Disciplina de La FEDME para que tome la decisión definitiva y establezca las sanciones pertinentes.

6. Reclamaciones y sistema de apelación

6.1 – Las reclamaciones contra las clasificaciones provisionales.

1) Las reclamaciones contra las clasificaciones provisionales se harán por escrito y se presentarán al Jurado de competición, el cual entregará una copia al/la reclamante acusando recibo de las mismas.

2) La reclamación debe presentarse según modelo anexo al reglamento o, en todo caso, concretando los siguientes aspectos:

- Nombre de la persona que la realiza.
- Número de DNI.
- Club o Federación Autonómica que representa.
- Nombre de deportistas afectados o afectadas.
- Número de dorsal.
- Hechos que se alegan.
- Solicitud.

3) Dichas reclamaciones únicamente pueden presentarse hasta 30 minutos después de la publicación de las clasificaciones provisionales, previo depósito en efectivo de la cantidad de 60€, la cual se reembolsará al/la reclamante en caso de estimarse su reclamación.

4) La decisión del Jurado de Competición en relación con las reclamaciones formuladas se trasladará directamente a las clasificaciones definitivas, que serán publicadas con carácter previo a la entrega de premios.

6.2 - Reclamaciones contra las clasificaciones definitivas.

1) Las reclamaciones contra las clasificaciones definitivas se deberán presentar mediante escrito dirigido al Área de Carreras por Montaña de La FEDME en un plazo máximo de 7 días naturales desde el día siguiente de la publicación de las clasificaciones.

2) No serán admisibles las reclamaciones frente a las clasificaciones definitivas en relación con aquellas cuestiones que ya resultaban de las clasificaciones provisionales, si previamente no se interpuso, por parte de quien ahora pretende acudir ante el Área de Carreras por Montaña, reclamación por tal motivo en los 10 minutos siguientes a la publicación de dichas clasificaciones provisionales ante el Jurado de Competición.

3) El Área de Carreras por Montaña de la FEDME resolverá en el plazo de 30 días naturales, sabiendo que, si el último día de plazo es un día festivo, quedará el plazo ampliado al primer día siguiente hábil.

6.3 – Recurso frente a la resolución del Área de Carreras por Montaña.

Contra la resolución del Área de Carreras por Montaña de la FEDME se interpondrán los recursos que establezca en cada momento la norma deportiva en vigor.

7. Seguridad y homologación de las competiciones

7.1 – Preámbulo

· 7.1.1 - Los organizadores o las organizadoras de una competición oficial deben observar las reglas que se describen a continuación.

· 7.1.2 - Un itinerario, para ser homologado, deberá cumplir una serie de requisitos que garanticen la seguridad de las competidoras y los competidores en todo momento.

7.2 – El itinerario

· 7.2.1 - Todas las competiciones autorizadas por la **FEDME** se desarrollarán en terreno de montaña. Estos estarán debidamente trazados, marcados, balizados y controlados.

· 7.2.2 - El único medio de locomoción será a pie. Eventualmente, a exigencia del terreno elegido, podrán realizarse trepas, ascensos y descensos por cuerdas y deslizamientos.

· 7.2.3 - La revisión del trazado se realizará con suficiente antelación para garantizar la calidad del mismo y se realizará una última el día anterior a la prueba para finalizar el balizaje.

NOTA:
Se recomienda evitar los pasajes muy técnicos (ejemplo: escalada de aristas rocosas, rappel, etc.) con el fin de evitar embotellamientos, riesgos innecesarios y el ralentizar la competición.
Las zonas de trepada no podrán exceder de más de un II grado de dificultad, y 50º de pendiente.

Respecto a las Carreras en línea:

Existirá un indicador kilométrico cada 5 kilómetros, indicado con un color distinto de las marcas de baliza y con la cifra kilométrica bien definida.

Respecto a las Carreras Verticales:

Las competiciones de Carrera Vertical constarán de una única subida, permitiéndose un máximo del 5% de bajadas propias de las características del terreno y no provocadas.
El porcentaje de pendiente media estará siempre entre el 20% y el 50%, siguiendo la siguiente fórmula:

Distancia en vertical x 100 / Distancia en horizontal = Pendiente%

(La fórmula propuesta y por tanto el desnivel deseado para la realización de la prueba, se empezará a cumplir a partir de la categoría juvenil)

La tipología del terreno debe ser adecuada para la progresión sin material de protección personal, y podrán ser empleadas cuerdas fijas si las condiciones del itinerario lo requieren.
Sólo se considerará Kilómetro Vertical aquella competición de 1.000 metros de desnivel positivo entre salida y llegada (+/- 5% tolerancia) que se desarrolle sobre terreno irregular de gran pendiente, el recorrido del cual no exceda de 5 Kilómetros.

· 7.2.4 - Señalización del itinerario: El itinerario deberá señalizarse con banderas, cintas, flechas y de color que contraste claramente con el entorno, no debiendo ser necesarias técnicas de orientación para seguirlo.
Los elementos de marcaje son recomendables que estén fabricados con materiales biodegradables.
En condiciones de visibilidad normales, desde una marca tendrá que ser visible la siguiente. En el caso de condiciones meteorológicas adversas, éstas deberán ser reforzadas con el doble de ellas o más, garantizando siempre la máxima seguridad de los competidores y las competidoras. Los lugares que puedan conducir a confusión estarán debidamente señalizados con cinta de balizar de color que contraste claramente.

Se podrán usar señales de pintura únicamente en asfalto y cerca de poblaciones. No se permitirá en árboles, piedras, etc. Tampoco en el interior de poblaciones o sobre monumentos históricos.
Al término de la competición la organización está obligada a retirar en un plazo máximo de 7 días, todos los materiales utilizados para la señalización, control de la prueba y puestos de avituallamiento. De no cumplir este punto se les podrá abrir expediente disciplinario por contaminar el Medio Natural.
Existirá un indicador kilométrico cada 10 kilómetros, indicado con un color distinto de las marcas de baliza y con la cifra kilométrica bien definida

· 7.2.5 - Controles de salida y de llegada.

La prueba contará con un control de salida y otro de llegada, pudiendo estar situados o no en el mismo lugar
Existirá un control de cronometraje en las líneas de salida y llegada.

· 7.2.6 - Controles de paso.
Se situarán controles de paso en aquellos puntos más significativos: cumbres, collados, cruces, etc.
Estos deberán estar bien balizados formando un recinto que obligue pasar a corredores y corredoras por su interior.
En los controles de paso se podrán tomar tiempos intermedios en previsión de interrupción de la prueba.
En cada control deberá haber tantas personas de la organización como sean necesarias.
Estos Controles de pasó podrán ser también punto de avituallamiento. Existirá como mínimo un avituallamiento sólido. Existirán papeleras en el punto de avituallamiento y a 100 m después del mismo.

· 7.2.7 - Controles orientativos:
Si las condiciones del terreno lo exigen, en las zonas de peligro o que puedan conducir a confusión (piedras, barrancos, ríos, cambios de dirección, bosques, cruces de pistas, etc.) además de estar debidamente señalizados y balizados, la organización, deberá situar un observador u observadora o control orientativo.

· 7.2.8 - El itinerario estará marcado y balizado el día anterior a la misma hora del inicio de la competición, con el fin de que los supervisores o las supervisoras puedan recorrerlo para su homologación posterior. En el caso de realizarse un itinerario alternativo por condiciones meteorológicas adversas, este deberá estar marcado y balizado 12 horas antes del inicio de la carrera.

· 7.2.9 - Características del itinerario:
El recorrido de las competiciones será siempre por pistas y caminos no asfaltados, senderos, barrancos, etc., a pesar de todo se considerará válido un máximo del 15% del total del recorrido para que éste transcurra sobre asfalto, cemento, o cualquier tipo de pavimento.

· 7.2.10 - En todos los casos, el recorrido de la carrera no superará el 50% de pista transitable para vehículos.

· 7.2.11 - La organización de la carrera preverá un Control de Cierre de Carrera (Equipo escoba).

7.3 – Seguridad

· 7.3.1 - En las zonas con peligros objetivos en que no se pueda evitar el riesgo residual se deberá destinar controles orientativos, de una/s persona/s para alertar del peligro.

· 7.3.2 - Todo material usado en la protección de la competición (protección de escalada, etc.) deberá cumplir con los estándares de la UIAA y de la CE, salvo indicación marcada por La FEDME.

· 7.3.3 - Los supervisores o las supervisoras deberán inspeccionar el itinerario con el fin de asegurarse que se está cumpliendo con el reglamento y la normativa.

· 7.3.4 - La organización deberá disponer de un médico o una médica con el equipo adecuado para facilitar la asistencia sanitaria necesaria. Se podrá contar con la colaboración de Cruz Roja, Protección Civil, etc.

· 7.3.5 - La organización deberá disponer de un plan de seguridad, grupo de salvamento y material adecuado para ello, para actuar en el caso de producirse un accidente, asegurando la evacuación y traslado de la persona herida a un hospital con la máxima rapidez. (Prever el supuesto que, por condiciones adversas, no se pueda realizar un salvamento aéreo).

· 7.3.6 - Un sector del itinerario ya supervisado y aprobado la víspera de la competición que se vea afectado por un peligro objetivo (peligro de avalancha, desprendimientos de piedras, etc.), del cual no se pueda disminuir su riesgo hasta minimizarlo al residual, por motivos de seguridad, podrá ser anulado. La organización en este caso no está obligada a sustituirlo con otro tramo de las mismas características, aunque esto afecte al desnivel total de la prueba.

· 7.3.7 - En cualquier punto del recorrido, el médico o la médica de carrera o el equipo arbitral de La FEDME podrá determinar la retirada de competición de un corredor o una corredora si muestra síntomas evidentes de agotamiento u otro síntoma que aconseje la no continuidad de este en la competición.

7.4 – Zonas de salida y llegada

· 7.4.1 - **Zona de salida**:

La zona de salida tendrá en lo posible un frente de 10 m. La zona de salida estará debidamente balizada formando un recinto cerrado, con un paso obligado de acceso para poder realizar las verificaciones oportunas.

La zona de salida estará equipada con un cronómetro conectado a la llegada que se pondrá en funcionamiento en el momento de dar la salida.

Antes de acceder a la zona de salida, los competidores y las competidoras deberán pasar los controles siguientes:

- Dorsales.
- Material.

En la salida deberá haber un servicio de recogida y guarda de material de competidoras y competidores, para que éste pueda ser recuperado por ellas y ellos en la llegada.

Cuando una prueba FEDME, por tanto con deportistas participantes con tarjeta federativa FEDME, es coincidente con una prueba de carácter autonómico, con deportistas participantes con tarjeta federativa autonómica, las salidas podrán ser diferenciadas e independientes con un tiempo de diferencia prudencial o cajón entre una y otra consensuado con el equipo arbitral. La primera en salir será la prueba FEDME y la segunda la autonómica, de esta manera se seguirá el formato de los Campeonatos Internacionales ISF, al tiempo que evitaremos problemas en el cronometraje y la edición de las clasificaciones.

· 7.4.2.- **Zona de llegada**:

El punto de llegada cronometrado estará situado donde lo establezca la organización, pudiendo ser el mismo que el de salida.
La entrada en meta de los corredores y de las corredoras se determinará por la parte anterior del tórax.
Los últimos 100 m. deberán de estar balizados fácilmente identificable, con el fin de evitar el cruce de personas de esta zona.
La zona de llegada deberá estar debidamente balizada formando un recinto impermeable al público en general, solo podrá acceder al interior el personal acreditado. En el interior del recinto de llegada se encontrará un sistema de cronometraje, una zona equipada debidamente con una o varias mesas para realizar el control de material y una zona reservada para avituallamiento (ver apartado 8.6)

7.5 – Los controles. Labores y responsabilidades que se les atribuye

· 7.5.1 - La organización designará una persona responsable de cada punto, la cual debe ser fácilmente identificable.

· 7.5.2 - Cada punto de control de paso estará equipado con un sistema de comunicación conectado con el director o la directora de la prueba, una libreta de control, lápiz y un botiquín de primeros auxilios.

· 7.5.3 – Las personas que componen un control de paso anotarán en la libreta: El Núm. de dorsal, la hora de paso de cada equipo, corredor o corredora, participantes que se retiren y las irregularidades que se puedan producir por incumplimiento del reglamento, debiendo entregarla al Comité de Carrera al finalizar la prueba.

· 7.5.4 – Las personas del control estarán facultadas para denunciar a las competidoras y a los competidores, en el caso que infrinjan el reglamento de competición e informarán al Comité de Carrera de tales infracciones. En ningún caso el control podrá sancionar o retener a un corredor o una corredora

· 7.5.5 – Las personas de los controles deberán conocer bien la zona que se les ha asignado.

· 7.5.6 – Las personas de un control son las responsables de velar por la seguridad de las competidoras y los competidores en la zona que se les ha asignado.

· 7.5.7.- Los controles están facultados para indicar la conducta a seguir en todo momento a las y los participantes, como:

- En caso de peligros objetivos: **como debe actuar el competidor o la competidora**.
- Cruces: **orientar para evitar confusiones**.
- Cambio de itinerario: **mal tiempo, imprevistos**, etc.
- Accidente: **socorrer**.
- Neutralización: **cronometrar**.
- En caso de abandonar: **itinerario a seguir**.
- Suspensión de la prueba: **itinerario a seguir**.
- Uso del material concreto: **quitar o poner**.

· 7.5.8.- Todos los controles, deberán estar situados en el sitio indicado para realizar el control 30 minutos antes de la hora de la salida de la prueba.

7.6– Avituallamiento

· 7.6.1 - La organización dotará de un avituallamiento sólido y líquido al finalizar la prueba en el recinto de llegada.

· 7.6.2 - Está prohibido el avituallamiento y la ayuda durante el desarrollo de la competición de cualquier persona sea competidora o no, exceptuando los servidos por la organización y/o los autorizados por el Comité de Carrera en las zonas previstas.

· 7.6.3 - Durante el recorrido se situarán controles de avituallamiento (excepto en los Ultras), en una distancia no superior a 5 kilómetros o 500 metros de desnivel, prevaleciendo la condición que se cumpla antes. Estos controles estarán provistos, como mínimo, de agua o refrescos. Este punto se tendrá en especial consideración en subidas y llanos, no así en las bajadas. En cada competición existirá como mínimo un avituallamiento sólido a mitad del recorrido.

7.7– Tiempo de paso por los controles

· 7.7.1 - La organización podrá marcar unos tiempos de paso por los controles según los criterios que crea convenientes. Los corredores y las corredoras que no puedan

superar el control dentro del tiempo establecido, serán dirigidos y dirigidas a la llegada por un itinerario de salida.

· 7.7.2 - Se establecerá un tiempo límite de finalización para la prueba, este tiempo variará dependiendo de la distancia, dureza y características del terreno, y será establecido por los supervisores o las supervisoras del itinerario

· 7.7.3 - La organización deberá facilitar los itinerarios o medios de evacuación a los competidores o las competidoras que no puedan superar los controles con el tiempo de paso previsto.

· 7.7.4 - Los corredores o las corredoras que entren fuera de control figurarán en la clasificación general en los últimos puestos.

7.8– Mapas

· 7.8.1 - La organización está obligada a facilitar un mapa o croquis de la región a cada participante, éste podrá ser en formato digital y deberá especificar la situación de:

- El itinerario previsto y el alternativo.
- Los controles de paso.
- Los controles orientativos.
- Salida y Llegada.
- Puntos de servicio médico y de socorro.
- Puntos conflictivos.
- Avituallamientos.
- Puntos de corte y horarios.

· 7.8.2 - La organización facilitará por participante un perfil de los itinerarios con cotas y Km. de recorrido. El perfil del itinerario de la carrera será confeccionado a escala, siendo esta de proporción 1 km por cada 100 metros de desnivel.

7.9– El dorsal

· 7.9.1 - El dorsal será proporcionado por la organización. Uno por corredor o corredora.

· 7.9.2 - El dorsal será de tela o material resistente al agua y de unas medidas de 25 x 20 cm como mínimo.

· 7.9.3 – Las competidoras y los competidores tienen obligatoriedad de llevar el dorsal facilitado por la organización. Éste se llevará en un lugar visible y en la parte delantera durante toda la prueba y no podrá ser doblado ni recortado.

· 7.9.4 - Antes de entrar en el recinto de salida se efectuará un control de dorsal.

· 7.9.5 - El dorsal deberá guardarse hasta la clasificación final definitiva.

· 7.9.6 - El dorsal deberá respetar una zona de no menos de 10x5cm, ubicado en la esquina inferior derecha, para los logotipos de FEDME, CSD y empresas patrocinadoras.

· 7.9.7 - El diseño de los dorsales específicos en las pruebas FEDME (no OPEN) serán administrados por el Área de CxM de La FEDME, atendiendo sobre todo al código de colores de cada categoría.

7.10– Supervisión y control de material

· 7.10.1 - Antes de comenzar la prueba, la organización supervisará el material siguiente:

1. Calzado y las condiciones y complementos para los/as minimalistas y alternativos/as en función de la altura de la prueba,
2. Dorsal
3. Vestimenta
4. Material exigido por la organización.

· 7.10.2 - Todo el material que no cumpla los requisitos especificados en el apartado **4.2**. del **reglamento de competición** será rechazado.

· 7.10.3 - El control del material requerido por la organización se efectuará a la llegada, penalizando, si este fuera el caso, de acuerdo con el **reglamento de competición** apartado **4.5**.

· 7.10.4 - Antes de entrar al recinto de salida se efectuará un control dorsal. A todo o toda participante que no cumpla con los requisitos expuestos en el apartado **4.2.1** se le impedirá la participación en la prueba.

7.11– Itinerarios alternativos

· 7.11.1 - Sabiendo que la prueba discurre por terreno de montaña y que éste está muy influido por las condiciones meteorológicas y nivológicas, la organización deberá disponer de uno o más itinerarios alternativos. Éstos deberán poder ser recorridos en el caso de que las condiciones meteorológicas o nivológicas sean adversas.

· 7.11.2 - La organización deberá prever las peores condiciones meteorológicas y nivológicas con la finalidad de estudiar un itinerario alternativo para estas circunstancias.

· 7.11.3 - Estos itinerarios están sujetos a todos los apartados de este reglamento.

7.12– Reunión informativa

· 7.12.1 – **En los días previos a la prueba** la organización deberá realizar una reunión informativa en la que se informará a las y los participantes de:

- Itinerario previsto, características: longitud y desnivel.
- Hora de salida.

- Tiempo estimado para el primer corredor o primera corredora.
- Ubicación de los controles y tiempos de paso máximos.
- Avituallamientos.
- Tiempo máximo de finalización de la carrera.
- Situación de lugares peligrosos o conflictivos.
- Lugares donde será necesario el uso de material especial, si los hubiese.
- Lugares equipados con cuerdas, si los hubiese.
- Material obligatorio para la prueba.
- Material complementario para los corredores o las corredoras minimalistas y alternativos/as, si fuera el caso.
- Meteorología prevista.
- Información nivológica, si fuese necesaria.
- Respeto al medio ambiente
- Derechos y obligaciones de las y los participantes
- Presentación del Equipo arbitral y responsable FEDME.

Se recomienda: Preparar la reunión informativa entre organización, equipo arbitral y equipo de supervisión, así como documentar la descripción del itinerario con transparencias o diapositivas del mismo.

· 7.12.2 - Toda esta información podrá ser expuesta en el lugar que se realice dicha reunión y firmada por la persona que ostente la Presidencia del Jurado. También podrá ser hecha pública a través de las distintas redes sociales o cualquier otro canal de comunicación del organizador de la prueba o de la propia FEDME

· 7.12.3 - **Antes del inicio de la prueba**, la organización deberá realizar un recordatorio de:

- Los puntos más importantes expuestos en la noche anterior.
- Modificaciones de última hora.

7.13– Clasificaciones

· 7.13.1 - Se establecerá una clasificación por cada categoría de acuerdo con el tiempo necesitado para recorrerlo. A este tiempo se le añadirá las posibles penalizaciones que pueda haber tenido la persona competidora.

· 7.13.2 - El corredor o la corredora que haya contabilizado el menor tiempo en su categoría, una vez aplicadas las posibles penalizaciones, será el ganador o la ganadora de la prueba en su categoría.

· 7.13.3 - Al finalizar la prueba, la organización debe facilitar las clasificaciones por categorías al delegado o delegada de La FEDME en papel y formato informático y hacerlas públicas a los competidores y las competidoras.

8. Ranking FEDME

8.1- Definición

El Ranking FEDME es una valoración de los mejores resultados conseguidos por deportistas con licencia FEDME del año en curso en las pruebas del calendario oficial FEDME. Cada temporada La FEDME establecerá un Ranking que atenderá a dichos resultados.

8.2.- Puntuación

Se contabilizarán las clasificaciones correspondientes a los Campeonatos de España de las distintas especialidades (vertical, en línea y ultra), las pruebas que constituyen las Copas de España de las distintas especialidades (vertical, en línea y ultra), desde la 1ª posición hasta la 15ª.

Posición en Carrera	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	7ª	8ª	9ª	10ª	11ª	12ª	13ª	14ª	15ª
Campeonatos España	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6
Pruebas Copas España	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

Se considerarán siempre los puestos obtenidos en la clasificación absoluta de cada competición, tanto masculina como femenina y de esta manera se establecerá un Ranking masculino y un Ranking femenino.

En caso de empate, se procederá al desempate de la siguiente manera:

Valorar primero la mejor puntuación a nivel de Campeonatos de España y finalmente, Copas de España, si fuera el caso. Si aplicado este cálculo se sigue manteniendo el empate, se considerará el puesto obtenido como ex aequo.

ANEXOS

ANEXO 1: Hoja de reclamación

Esta hoja deberá estar impresa en papel oficial de La FEDME, rellenada en todos sus apartados y firmada por la persona reclamante, y una persona del Jurado de Competición. El recibo del depósito deberá ir firmado por el delegado o la delegada de La FEDME, quien percibirá tal cantidad. Deberá entregarse una copia o fotocopia de la reclamación a la persona reclamante.

HOJA DE RECLAMACIÓN

De la competición celebrada el ...../...../..... Núm.

Reclamación:……

En……

Organizada por el Club……

Reclamante:

Nombre y apellidos	
Club o Federación a la que representa	
DNI (o equivalente para extranjeros)	
Dirección	
Teléfono	
Correo electrónico	

Deportistas afectados:

Nombre	Dorsal	Club o Federación

Exposición de los hechos:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Solicitud del corredor o de la corredora:

.....

.....

.....

En....., a..... de ..... de.....

La persona reclamante

Fdo.

Presidente del Jurado de Competición

Fdo.

La **FEDME** ha recibido la cantidad de: ***60 €***

Del señor o de la señora .....

En concepto de:……

Depósito de reclamación número ..... del día ...../...../.....

Esta cantidad será devuelta si la reclamación prospera.

En....., a..... de ..... de.....

La delegada o El delegado de la FEDME

Fdo.

ANEXO 2: Cláusula de exención de responsabilidad al organizador u organizadora para el uso del calzado minimalista o alternativo en pruebas oficiales FEDME.

D./Dña....., mayor de edad, con DNI núm. ..... manifiesta que ha sido total y completamente informado/informada de las características de la prueba *(nombre de la prueba)*....., del material recomendado y que conoce los riesgos intrínsecos que conlleva la participación en cualquier actividad de montaña y los acepta y asume voluntariamente, decidiendo participar en la misma con calzado minimalista o alternativo, eximiendo alas entidades organizadoras de cualquier responsabilidad a causa de tal decisión personal.

En ……....., a…….... de ..... de 20.....

ANEXO 3: Hoja de inscripción para federaciones / clubes para los Campeonatos de España FEDME de SSAA y clubes (línea, kv, ultra y snowrunning)

Debéis marcar los 8 integrantes máximo (masculinos y/o femeninos) que la Selección Autonómica/club: <NOMBRE DEL CLUB> designa, en cada categoría, para formar la selección/ club, de corredores/as que podrán puntuar en el Campeonato de España de Carreras por Montaña en Línea, kv, ultra o snowrunning

(El mínimo de corredores POR SELECCIÓN/CLUB y SEXO es de 3 personas para categorías inferiores juvenil-junior-promesa; y de 4 personas para la categoría absoluta).

SELECCIÓN AUTONÓMICA DE: ……

ABSOLUTO FEMENINO:		**ABSOLUTO MASCULINO:**	
Nombre y Apellidos	**DNI**	**Nombre y Apellidos**	**DNI**

PROMESA FEMENINO:		**PROMESA MASCULINO:**	
Nombre y Apellidos	**DNI**	**Nombre y Apellidos**	**DNI**

JUNIOR FEMENINO:		JUNIOR MASCULINO:	
Nombre y Apellidos	**DNI**	**Nombre y Apellidos**	**DNI**

JUVENIL FEMENINO:		JUVENIL MASCULINO:	
Nombre y Apellidos	**DNI**	**Nombre y Apellidos**	**DNI**

Fdo:.....

En…….. a …… de …… de 202……

El documento debe ser enviado en tiempo y forma, debidamente relleno y firmado a la dirección de correo electrónico**: inscripcionesoficiales@fedme.es**

ANEXO 4: Bibliografía

- Reglamento de Carreras de Esquí de Montaña FEDME 2001.
- Reglamento de Carreras por Montaña FEMECV 1998.
- Normas para la Organización.
- Normas de Competición.
- Requisitos Técnicos de los Recorridos.
- Notas aclaratorias y ampliaciones al Reglamento FEMECV.
- Reglamento Gran Fondo Calderona 1999 (Club Correcaminos).
- Reglament de VII Campionat d'Andorra de Travesses d'Estiu 1999.
- Documento Base para la determinación de las características de las Carreras por Montaña Vinculadas al ámbito FEDME.
- Aneto Top Maratón
- Folletos informativos de diferentes carreras autonómicas y nacionales.
- 1 Copa de España de Carreras por Montaña. Puntos Básicos 2001.
- V Maratón Alpino Madrileño.
- Reglamento del X-Marathon
- Reglamento de Carreras de Montaña en la FEEC
- Protocolos medioambientales de la FEDME específicos para las Carreras por Montaña
- Reglamento realizado en **Diciembre 2008** por: David Mora, Manuel Amat, Jordi Marimón y Lluís Giner y con la colaboración de componentes del equipo de arbitral de carreras por montaña de la FEDME.
- Reglamento revisado y actualizado en **Noviembre 2009** por: Goio Larrañaga, Joan Juncosa, Eduardo Egea, Miquel Giménez, Manuel Amat, Eduardo Rodríguez y Jordi Marimón.
- Reglamento actualizado en **Noviembre 2010** por: Lluís Giner.
- Reglamento actualizado en **Noviembre 2011** por: Antxón Burcio, José Antonio Blas, Manolo Amat, Pedro Gámez, Carlos Gómez, Fernando Rosa, Arnau Anguera, Eduardo Rodríguez, Julián Otaegi, Paco Bernabeu y Lluís Giner.
- Reglamento actualizado en **Noviembre 2012** por: Goio Larrañaga, Jordi Marimón, Pau Pérez y Lluís Giner.
- Reglamento actualizado en **Octubre 2013** por: Goio Larrañaga, Miquel Giménez y Lluís Giner.
- Reglamento actualizado en **Noviembre 2014** por: Goio Larrañaga, Miquel Giménez, Jordi Marimón y Lluís Giner.
- Reglamento actualizado en **Noviembre 2015** por: Goio Larrañaga y Lluís Giner.
- Reglamento actualizado en **Octubre 2016** por: Lluís Giner.
- Reglamento actualizado en **Octubre 2017** por: Pau Pérez, Rogelio Macías y Lluís Giner.

- Reglamento actualizado en **Octubre 2018** por: Pau Pérez, Rogelio Macías y Lluís Giner.
- Reglamento actualizado en **Noviembre 2019** por: Rogelio Macías, Nuria Domínguez y Lluís Giner.
- Reglamento actualizado en **Noviembre 2021** por: Milo Rodrigo, Rogelio Macías y Lluís Giner.
- Reglamento actualizado en **Noviembre 2022** por: Milo Rodrigo, Juan a. Gatón y Lluis Giner.
- Reglamento actualizado en **Octubre 2023** por: Juan A. Gatón, Tomás Aguilera y Lluis Giner.
- Reglamento actualizado en **Marzo 2025** por: José Antonio Blas, Nuria Domínguez, Juan García, Pere Rullán, Tomás Salvador y Gonzalo Zea

ANEXO 5. Parámetros de buenas prácticas en el desarrollo de la organización de pruebas de Carreras por Montaña en el medio natural

Este anexo está organizado en **tres apartados**, que comprenden los hitos fundamentales de una prueba de carreras por montaña: la planificación y diseño, la ejecución y la finalización de la misma. Para cada una de estas fases se han definido las actuaciones que deben abordar la entidad organizadora de la prueba, así como la implicación y el compromiso de los corredores y de las corredoras. Se trata de un resumen del libro de buenas prácticas ambientales en Carreras por Montaña consensuado entre La FEDME y Europarc -España.

En cada una de estas fases, se incluye y se especifica, el tipo de tarea o actuación que debe asumir cada uno de los actores implicados en el desarrollo de la prueba: entidad organizadora, administración ambiental u otras implicadas, y los corredores.

Se incorpora un glosario de términos técnicos con el fin de aclarar conceptos y aportar un conjunto de vocablos que nos permitan utilizar un lenguaje común cuando hablemos de este tipo de actividades que se desarrollan en el medio natural.

1. PLANIFICACIÓN Y DISEÑO DE LA PRUEBA

1.1. El papel del organizador u organizadora de la prueba

Las organizadoras de una competición de carreras por montaña son las entidades que promueven y desarrollan estos eventos. Entre las funciones de la organización destacan:

- Organización pre-competición (administración, solicitar con tiempo suficiente todos los permisos y autorizaciones necesarias, controles, trazado del itinerario, marcaje y equipamientos del mismo, información meteorológica, equipamientos de salida y llegada, mapa con el itinerario y perfil, difusión de la prueba…).
- Recibir y registrar a todo el personal acreditado para la competición.
- Registrar y controlar el acceso a las zonas de salida, llegada y zonas restringidas acatando las indicaciones realizadas por el equipo de supervisión.
- Toma de tiempos en los controles de paso y de llegada.
- Velar por la seguridad en todo el itinerario de la competición.
- Velar por reducir al mínimo los impactos ambientales generados por la competición.
- Asistir a los competidores y las competidoras que abandonen la competición.
- Ofrecer servicios para los supervisores y las supervisoras, prensa y medios de comunicación.
- Ofrecer servicios médicos, salvamento y otros equipamientos pactados.
- Organizar ceremonias de apertura, entrega de premios y clausura.
- Colaborar con el equipo de supervisión en todo momento.

Y todas aquellas recogidas en el apartado 4 del Reglamento de competiciones

1.2. La Memoria técnica de la prueba

El organizador o la organizadora de la prueba debe presentar a La FEDME una Memoria técnica del evento. Este documento incluirá: la descripción general de la prueba y el reglamento del corredor o corredora.

1.3. Descripción general de la prueba

Este apartado incluirá las características generales del tipo de prueba, entre otros: organizador, fecha de celebración, trazado, número de edición, publicidad, tipo de terreno, salidas y llegadas, número máximo de participantes, longitud, perfil, duración máxima, desnivel positivo, etcétera.

A continuación, se indican una serie de epígrafes a los que se debe hacer referencia y prestar una especial atención cuando la organización elabore la descripción general de la prueba.

- **Diseño del trazado de la prueba** El itinerario de la prueba deberá digitalizarse sobre una cartografía digital a una escala adecuada. En el momento de diseñar el trazado se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:
  - La **salida y meta** deberán ubicarse, preferentemente, en **suelo urbano**.
  - El **trazado** debe tener en cuenta, en su **inicio**, un tramo que transcurra por **zonas urbanas y alrededores**, de forma que el paso por zonas sensibles no se realice próximo a la salida, donde se aglomeran los corredores y las corredoras.
  - Las pruebas deben **discurrir por la red viaria**. El orden de prioridad en la utilización de éstas se adecuará a la siguiente tipología:
    - pistas pavimentadas,
    - pista de tierra,
    - red de senderos
    - otros senderos consolidados o señalizados,
    - los que figuren en el inventario de caminos (cuando exista).
  - No se debe **arrancar, cortar, desbrozar o dañar la vegetación** de los márgenes de los caminos o sendas, a utilizar como recorridos, a modo de acondicionamiento previo para la prueba.
  - Valorar la **compatibilidad con otros usos** que puedan coexistir en ese momento en el espacio medio natural protegido, (tramos de pista abiertos a la circulación de vehículos a motor, bicicletas, rutas ecuestres, senderos homologados con gran afluencia, etcétera) debiéndose especificar, la necesidad o no, de cerrar ciertos accesos durante la realización de la prueba.

- **Publicidad de la prueba**. La información se realizará preferentemente por correo electrónico. De igual modo, es recomendable que la inscripción de las y los participantes en la prueba se haga vía telemática evitando así el consumo de papel.
- **Autorizaciones para desarrollar el evento.** Los organizadores o las organizadoras de la prueba debe solicitar, con tiempo suficiente, las correspondientes autorizaciones para desarrollar el evento.
- **Marcaje, señalización o balizamiento del itinerario**. Tendrá la misión de indicar el recorrido de la prueba de forma clara, que no ocasione confusiones. Se determinará el tipo de material (mejor si son reutilizables y de tipo “pica”) y su recogida será sencilla, se realizará inmediatamente después de finalizada la prueba o en el menor tiempo posible, y no dejarán huella en el medio una vez

terminada ésta. Se evitará la utilización de pintura, de cualquier tipo, yeso o cal, incluso el marcaje con elementos biodegradables. Nunca se podrán utilizar árboles, rocas u otros elementos naturales para clavar o atornillar señales.

Las balizas podrían incluir un distintivo de la organización (sello del club). En todo caso, sería recomendable que el recorrido pudiera seguir trazados ya marcado con señales de PR o GR, etcétera.

- **Las instalaciones, tipo sanitarios, escenarios o megafonía, tendrán carácter provisional** y se retirarán el mismo día de la prueba o al día siguiente. Se ubicarán en la zona de salida y llegada de la totalidad de participantes, en núcleos urbanos.
- **Controles de salida, paso y meta.** Se definirán los puntos de control y los mecanismos a utilizar (crono oficial, chip o dorsal) así como el personal que estará dedicado a esta tarea.
- **Avituallamientos.** Los puntos de avituallamiento se ubicarán preferentemente en zonas accesibles con vehículos, aprovechando áreas recreativas, miradores, u otras infraestructuras de uso público, siempre y cuando la ubicación de éstos no sea incompatible con el normal uso de dichas infraestructuras en la fecha prevista. Se definirá su localización, su balizamiento y accesos. Se minimizarán los residuos y su recogida será selectiva. No se utilizará ningún tipo de envase en estos puntos.
- **Comunicaciones.** Se definirá un plan de comunicación entre el personal de la organización que se encuentran en el recorrido: avituallamientos, árbitros, sanitarios, protección civil y centralita. Esta red de comunicación mantendrá informado al equipo técnico de cualquier incidencia ambiental, de seguridad o sanitaria. Asimismo, se facilitará a las corredoras y a los corredores un teléfono de contacto, para poder informarse mutuamente, sobre cualquier tipo de incidencia antes y durante el desarrollo de la prueba. Este número de teléfono de contacto o emergencia puede estar impreso en la parte posterior del dorsal.
- **Compromisos legales y de seguridad** que debe cumplir un evento de estas características (plan de emergencias, autoprotección, seguridad, etcétera), según la normativa específica de cada administración autonómica.
- **Apoyo logístico necesario.** Se incluirá un listado de los vehículos necesarios (vehículos de apoyo, ambulancias, etcétera) y de cualquier otra medida logística prevista para la realización de la prueba.
- **Limpieza**. Se definirá el plan de limpieza, cuyo objetivo es devolver al medio su estado previo a la prueba.
- **Animación festiva, escenarios, sanitarios, guardarropa.** Descripción de estructuras temporales, momentos de instalación y recogida, megafonía…

2. LA ORGANIZACIÓN

2.1. Un aspecto fundamental son las buenas prácticas ambientales a cumplir por la organización. Su contenido debería ajustarse a los siguientes criterios:

- La prueba deberá diseñarse y programarse, teniendo en cuenta los periodos del año con menor o nula incidencia sobre la flora o la fauna.
- La salida y la meta deberán ubicarse, preferentemente, en suelo urbano. Serán los únicos lugares del recorrido en los que se podrá instalar publicidad comercial (pancartas, banderolas, etcétera).

La organización debe asumir la obligación de reducir al mínimo los residuos generados durante la celebración de la prueba y para ello se tendrán en cuenta los siguientes criterios:

- Evitar envases de plástico (vasos y botellas) y envoltorios.
- Implantar algún sistema para la identificación de los residuos de cara a penalizar a los infractores o las infractoras.

La organización efectuará una recogida selectiva de residuos. Para ello se ubicarán al inicio, al final y en los puntos de avituallamiento, bolsas o recipientes adecuados para facilitar su recogida.

Propiciar y publicitar el uso del transporte público colectivo tanto por parte de la organización como de las y los participantes.
Instar a la organización a priorizar el consumo de productos locales (Km0) como obsequios y material para la totalidad de participantes, que favorezca la economía de proximidad y reduzca al mínimo las distancias para su transporte (criterios de sostenibilidad, huella ecológica).

- Las áreas para personas espectadoras se ubicarán en áreas de fácil acceso, evitando aglomeraciones e impactos sobre los recursos, y favoreciendo la circulación.
- La organización deberá contar con los permisos de los posibles titulares de los terrenos privados, aprovechamientos cinegéticos, etcétera.
- En las actuaciones de publicidad de la prueba y, en las reuniones previas con los corredores y las corredoras, se informará sobre las normas básicas de respeto al medio natural.
- Se evitarán las emisiones sonoras dentro del medio natural. Este tipo de ambientación solo podría realizarse, en los entornos de la salida y meta, y siempre que se ubiquen en núcleos urbanos.
- La organización se comprometerá a coordinar, en colaboración con la autoridad competente, el estacionamiento de los vehículos (tanto de la propia organización como del público asistente) para que éstos no obstaculicen el tránsito rodado y el acceso a pistas, no afecten a taludes naturales, y no bloqueen los accesos a tomas de agua o depósitos contra incendios. Estos puntos deben contar, al menos, con dos salidas.
- Se promocionará el transporte público colectivo (autobuses, vehículos alta ocupación, etcétera) o el habilitado por la propia organización del evento.
- Se informará a las corredoras y a los corredores de la conducta ambiental que deben seguir durante la carrera (no gritar, no salirse de los caminos, no atajar, no arrojar basura).
- Las personas voluntarias deberán recibir una mínima formación ambiental para desempeñar su labor.

2.2. Buenas prácticas ambientales para acompañantes de corredores y corredoras.

Estas buenas prácticas deben estar también presentes en la descripción general, y pueden plasmarse en una hoja informativa que se incluiría en la bolsa del corredor y de la corredora o estar accesible en la página web del evento. Entre otros aspectos, estas buenas prácticas deben incluir:

- Información sobre los **accesos (facilitar mapa), marcar zonas de tránsito** permitido, horas de paso de corredoras y corredores y lugares donde deben ubicarse los y las acompañantes (donde la afección al medio sea mínima).
- Recomendar hacer **uso del transporte público**. En caso de utilizar vehículos privado, circular y estacionarlos en las zonas habilitadas por la organización y la administración del espacio protegido.
- Se **evitarán las emisiones sonoras** dentro del medio natural (megafonía). Prohibición de lanzamiento de cohetes y pirotecnia, incorporar grupos musicales

o megafonía como ambientación. Este tipo de ambientación solo podría realizarse, en los entornos de la salida y meta, y siempre que se ubiquen en núcleos urbanos.
- Información sobre el **uso adecuado de la velocidad de los vehículos** en el interior del medio natural.
- Invitar a ser **responsable de sus residuos** y transportarlos hasta su residencia habitual o en todo caso, hasta el lugar de recogida selectiva, en los núcleos urbanos.
- Informar sobre la conveniencia de **no utilizar fósforos y cigarrillos**, si se utilizan, deberán apagarse cuidadosamente, depositando las colillas en contenedores.

3. REGLAMENTO DEL CORREDOR Y DE LA CORREDORA

El reglamento es el documento normativo, a redactar por la organización, que recogerá las obligaciones, sanciones y/o penalizaciones al corredor o a la corredora con respecto a su comportamiento ambiental. El Reglamento deberá incorporar, en su preámbulo/introducción, una breve explicación sobre los valores del medio natural por donde discurre la prueba y su fragilidad ambiental (carácter educativo y de sensibilización ambiental).

El reglamento de la corredora o del corredor debe estar disponible en la web de la prueba.

Obligaciones de las corredoras o de los corredores relacionadas con el respeto y cuidado del medio natural

Estas obligaciones también deberán tenerse en consideración durante los **periodos de entrenamiento** de corredoras y corredores, previos a su participación en una prueba de carreras por montaña.

- Respetar el entorno. No dañar los recursos naturales, geológicos, culturales.
- Respetar el itinerario establecido y balizado por la organización, no saliéndose de éste.
- Evitar senderos secundarios al sendero principal.
- No atajar campo a través.
- Evitar recortar por el interior de las curvas.
- La prohibición de tirar basura (desperdicios, envolturas, alimentos o material) salvo en los lugares habilitados por la organización.
- Denunciar cualquier conducta medioambiental negligente de otros corredores u otras corredoras.
- No gritar durante el recorrido. Mantenerse en silencio.
- Evitar pisar en el interior de zonas húmedas: charcas, arroyos, turberas, etcétera.

Penalizaciones

La organización velará por el estricto cumplimiento de estas obligaciones, y en su caso por la aplicación de las penalizaciones estipuladas. Los tiempos de las penalizaciones las decidirá el equipo arbitral en función del beneficio obtenido y el perjuicio causado. Son causa de penalización o incluso descalificación:

- Tirar desperdicios durante el recorrido.
- Abandonar residuos fuera de las papeleras situadas en los avituallamientos.
- Abandonar el itinerario establecido. Acortar el recorrido o utilizar atajos.
- Gritar o emitir sonidos (silbatos) o luces (destellos) que pueda generar molestias a la fauna o al resto de usuarios o de usuarias del espacio sin causa justificada.
- Señalizar parte del recorrido con spray, pinturas u otros elementos indelebles.
- Prescindir de los elementos necesarios (dorsal, código de identificación) para identificar a la o el participante.

4. FINALIZACIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PRUEBA

4.1. El papel del organizador u organizadora de la prueba

Criterios/directrices/actuaciones en la ejecución de la prueba

La organización tendrá que informar del correcto desarrollo de la prueba, conforme a los contenidos recogidos en la memoria técnica presentada. Para ello deberá asumir las siguientes actuaciones:

- Elaboración de un informe de evaluación final que deberá incluir, entre otros, los siguientes aspectos: impactos ocasionados durante la celebración de la prueba, posibles problemas imprevistos, medidas ejecutadas, impacto socioeconómico en el entorno inmediato.
- Retirar los materiales de señalización, las estructuras y equipamientos utilizados en la prueba.
- Realizar encuestas de valoración – satisfacción de la prueba, identificando los puntos fuertes y los débiles.
- Propiciar/facilitar la posibilidad de denunciar cualquier tipo de negligencia ambiental, por parte de los y las participantes o la organización del evento, a través de un sencillo protocolo.
- Posibilidad de evaluar la huella ambiental de la prueba con la colaboración de la administración ambiental.

4.2. El papel de corredoras y corredores

Durante esta fase de desarrollo de la prueba las corredoras y los corredores deberán rellenar la **encuesta de satisfacción-valoración** de la prueba, incidiendo en los aspectos técnicos y ambientales de la misma. Será Entregada a las y los participantes junto al dorsal y deberá entregarse al concluir la prueba y recibir la bolsa de cada corredor o corredora o similar (camiseta, diploma de participación, recuerdo…).

5. GLOSARIO

Autorización. Resultado administrativo que posibilita la realización de una actividad, por ejemplo, una prueba de carreras por montaña, bajo unos condicionantes previos. La autorización la solicitará el organizador u organizadora de la prueba aportando la información que en cada caso le indique la administración ambiental.

Avituallamiento. Área delimitada por la organización donde se ofrece, a las corredoras y a los corredores, comida y bebida. Según el tipo de avituallamiento podrá tener además un puesto sanitario, descanso o de recogida de corredores o corredoras (retirada). También se establece como punto de retirada de posibles residuos generados en el recorrido.

Balizas. Elementos que se utilizan para marcar el recorrido.

Briefing (apertura)**.** Reunión informativa que tiene lugar en los días previos al comienzo de la prueba en la que la organización explica a corredoras y corredores cuestiones descriptivas del itinerario, localización de los avituallamientos y productos alimenticios, localización de puestos sanitarios, descripción general de la prueba (dificultades, precauciones, tipo de suelo, peligros), tipos de categorías y premios, horarios, reglamentos del corredor y corredora y datos de interés para el público. Y en algunas ocasiones una descripción del entorno por donde transcurre la prueba.

Debriefing (clausura)**.** Reunión técnica entre la organización del evento deportivo.

Huella ambiental. Medida del consumo de recursos que genera una prueba a lo largo de su ciclo de vida: diseño, desarrollo y finalización. Se medirá el consumo de energía (incluido transporte), el consumo de agua y la generación de residuos.

Informe de evaluación final. Informe que se realizará al finalizar la prueba y tras aplicar las medidas propuestas. Deberá incluir los impactos ocasionados por la celebración de la prueba y posibles problemas imprevistos. Se evaluará el impacto residual, la efectividad de las medidas, propuestas de mejoras para próximas ediciones.

Memoria técnica. Documento técnico que recoge la descripción general de la prueba y el reglamento del corredor y corredora. Esta memoria debe ser presentada por la entidad organizadora de la prueba.

Organizador u organizadora. Persona física o jurídica promotora, convocante, responsable o directora de una prueba de carreras por montaña, ya sea con ánimo de lucro o con otras finalidades.

Penalización. Sanción que se impone a un corredor o una corredora cuando incumple alguna de las obligaciones recogidas en el reglamento de corredores y corredoras.

Reglamento de la corredora y del corredor. Reglamento donde deben estar toda la información referente a las obligaciones y deberes de corredoras y corredores incluido las conductas respetuosas con el medio natural.

Seguro de responsabilidad civil. Es aquel en el que el asegurador o aseguradora se obliga a cubrir el riesgo a cargo del asegurado de la obligación de indemnizar a un tercero o una tercera los daños y perjuicios causados por un hecho previsto en el contrato de seguro de cuyas consecuencias sea civilmente responsable el asegurado o la asegurada.

Zonas para espectadores y espectadoras. Zonas habilitadas para ubicar a los espectadores y las espectadoras de una competición. Deberán estar señalizadas correctamente, su acceso debe ser sencillo, alejadas de las zonas más sensibles, contener información de los horarios de paso de corredores y corredoras. A ser posible, próximas a puntos de avituallamiento.

ANEXO 6. Certificado médico

CERTIFICADO MÉDICO DE APTITUD DEPORTIVA

D/Dña.....

Licenciado en Medicina colegiado en con el número..... , con ejercicio profesional en.....

CERTIFICO:

Que.....con DNI..... no presenta contraindicación para participar en la prueba deportiva:

……

Firmado: (Firma y Sello del médico)

En……..……..a……..de…….....202…….

CUESTIONARIO: (Datos a Rellenar por el médico o participante)

Alergias (sobre todo si ha provocado algún episodio de anafilaxia)
…….....……..

HTA……

DM……..….

Dislipemia……....

Fumador o exfumador …..……

Antecedentes familiares de cardiopatía isquémica ……

Antecedentes familiares de muerte súbita …….…….....……..

¿Ha presentado alguna vez un síncope (pérdida de conciencia) con el ejercicio?
…….....,,,,,,,,,.....

¿Presenta alguna otra enfermedad significativa? ……..,……

¿Toma algún tratamiento habitual? Indique cuál ..……...…….....

EXPLORACIÓN: (A realizar por el médico)

Frecuencia cardíaca en reposo…….

Tensión arterial en reposo: Sistólica……..... Diastólica……..,,,.....

Auscultación Cardiopulmonar ¿Se ha objetivado algún soplo en la auscultación cardíaca?.....……,…….

Pulsos periféricos: Presencia y Simetría……,,……..

ECG: Informe del trazado……,,,,……

Grupo Sanguíneo/ Rh:……..……,,,,……

Firma del deportista (o representante legal, con DNI)

ANEXO 7. Competiciones de carreras por montaña para personas con discapacidad visual

En el año 2024 se produjo la integración de las carreras por montaña desde la Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDC) en la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada mediante el correspondiente convenio de integrción.

En el presente anexo se recogen las especificaciones necesarias para la práctica deportiva de las carreras por montaña para personas con discapacidad visual en sus diferentes grados, a partir del Código de Clasificación del Comité Paralímpico Internacional, el Comité Paralímpico Español y la International Blinding Sports Federation (IBSA).

Para el desarrollo de este reglamento se han tenido en cuenta:

- Normativa y Reglamento del Circuito Nacional de Carreras por Montaña de FEDC.
- Reglamento de Competiciones de Carreras por Montaña FEDME.
- Reglamento de Carreras por Montaña de la FEDME - Federació D'esports De Muntanya I Escalada De La Cv.

CAPÍTULO I.- OBJETO

1. Las carreras de montaña programadas por la FEDME tendrán como objetivo facilitar la participación y la competición de las personas con discapacidad visual en esta disciplina, reuniendo para ello a deportistas y guías que practican esta actividad.

CAPÍTULO II.- ÁMBITO DE APLICACIÓN

2. Este reglamento regula todas las competiciones oficiales de carreras por montaña para personas con discapacidad visual de la FEDME y es de aplicación obligatoria en todas sus actividades.

3. La Federación se reserva la interpretación auténtica de esta normativa y de las normas que la complementan y desarrollan cualquier controversia que pudiera plantearse.

4. Cualquier controversia sobre la aplicación de este reglamento será resuelta por la FEDME, la cual también podrá complementarlo según considere necesario.

5. Para todo lo no recogido en este anexo se tendrá en cuenta el Reglamento de Competiciones de Carreras por Montaña FEDME.

6. En el caso de que se dé alguna situación que no encuentre regulación en este reglamento o en sus normas de desarrollo, la FEDME adoptará cuantas medidas estime necesarias, pudiendo incorporar las resoluciones, si las considera útiles, en futuros reglamentos. En el mes de septiembre de cada temporada se podrán proponer modificaciones para el reglamento de la temporada siguiente.

7. El mero hecho de inscribirse en una competición de carrera por montaña significará la aceptación de todas las reglas recogidas en la presente normativa y las específicas de cada carrera

CAPÍTULO III.- COMPETIDORES Y DEPORTISTAS DE APOYO (GUÍAS)

8. En esta disciplina deportiva tomarán parte los deportistas con discapacidad visual y los guías:

Deportistas con discapacidad visual.- Serán siempre personas con discapacidad visual, clasificados en tres categorías: B1, B2 y B3 de acuerdo con su nivel de discapacidad, cuyo informe podrá ser solicitado por la FEDME.

Los deportistas serán incluidos en las categorías según lo establecido en la Clasificación IBSA (International Blind Sports Federation):

- B1. Agudeza visual más pobre que LogMAR 2.6
- B2. Agudeza visual en rango entre LogMAR 1.5 a 2.6 (inclusive) y/o campo visual constreñido a un diámetro de menos de 10º.
- B3. Agudeza visual en rango entre LogMAR 1.4 a 1.0 (inclusive) y/o campo visual constreñido a un diámetro de menos de 40º.

9. Será requisito imprescindible para la participación en las pruebas programadas que, tanto los competidores como los guías dispongan de la correspondiente licencia habilitada FEDME.

CAPÍTULO VI.- DESARROLLO DE LAS COMPETICIONES

SECCIÓN 1ª. LA BARRA O EQUIPO

10. Las carreras por montaña programadas por la FEDME son competiciones por equipo, por lo que no será posible participar en ellas de manera individual.

11. En las carreras por montaña los competidores y guías formarán grupos de tres personas denominados barra o equipo.

12. Cada barra o equipo podrá estar configurada en cualquiera de estas formas:

12.1. Un guía delantero, un competidor con clasificación visual B1 y otro guía trasero o timón.

12.2. Un guía delantero, un competidor con clasificación visual B2 y otro guía trasero o timón.

12.3. Un guía delantero, un competidor con clasificación visual B3 y otro guía trasero o timón.

13. La composición de las barras deberá decidirse al momento en que deba realizarse la inscripción a la competición sin perjuicio de que los guías puedan variar hasta un periodo máximo anterior a la prueba que será determinado en cada competición. La inscripción de cada equipo debe realizarla el competidor e incluir a los guías, los cuales podrán ser sustituidos hasta un plazo máximo determinado por cada competición.

14. Durante la competición, los deportistas que formen un equipo estarán unidos en todo momento por medio de la denominada “barra direccional” reglamentaria, salvo en las zonas donde el terreno sea susceptible de ser atravesado de una forma alternativa y en los momentos previstos para avituallarse.

15. En caso de lesión o abandono de uno de los guías, el competidor podrá finalizar el recorrido. De forma extraordinaria, y anteponiendo la seguridad de los competidores, los guías que no puedan continuar en la competición podrán ser sustituidos en caso de ser necesario.

16. En el caso de carreras a partir de maratón el equipo podrá estar formado por 4 componentes (3 guías más el deportista con discapacidad visual).

SECCIÓN 2ª. DIVISIÓN DE LOS COMPETIDORES

17. Categorías. Todos los participantes inscritos en las Carreras por Montaña de la FEDME, se integrarán en alguna de las siguientes categorías:

17.1. Categoría femenina: Equipos con una deportista femenina clasificada como B1, B2 o B3.

17.2. Categoría masculina: Equipos con un deportista masculino clasificado como B1, B2 o B3.

SECCIÓN 3ª. ITINERARIO

18. Las competiciones programadas por la FEDME se desarrollarán en terreno de montaña, el cual estará debidamente trazado, marcado, balizado y controlado.

19. Se realizará un reconocimiento previo por parte de un guía experimentado para facilitar a los deportistas información detallada sobre tecnicidad, tipo de superficie, zonas conflictivas o cualquier tipo de información que pueda ser de utilidad para los participantes inscritos. Esta información podrá remitirse a través de comunicación por vía telemática y/o en reunión previa al inicio de la competición con todos los participantes.

SECCIÓN 4ª. MATERIAL Y EQUIPAMIENTO

20. Cada competidor y guía deberá usar el material obligatorio según el reglamento de carreras por montaña de la FEDME.

21. La Organización entregará a cada deportista un dorsal; éste se llevará durante toda la prueba en la parte delantera y de forma visible por lo que respecta al número de identificación, para facilitar su lectura a los encargados de los controles y no podrá ser doblado ni recortado.

22. El material obligatorio, será requerido por los/as Árbitros/as de la FEDME, en el control de dorsales y en las partes del recorrido destinadas para tal efecto, y todos los corredores y corredoras estarán obligados/as a someterse a dicho control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera.

23. Por motivos meteorológicos, económicos u organizativos, la entidad organizadora de la carrera podrá modificar o suspender alguna o algunas de las pruebas previstas, si así lo estima necesario. La devolución o no de las inscripciones estará sujeta a las normas publicadas por la entidad organizadora de la carrera, ante la cual el deportista deberá reclamar, si así lo estima oportuno.

24. Las fechas de las Carreras por Montaña y las sedes de cada competición de cada temporada serán publicadas en el calendario oficial de la FEDME.

25. Controles de paso: La organización en común acuerdo con el equipo arbitral FEDME marcará un tiempo máximo de paso para los controles y para terminar la prueba, según los criterios que crean convenientes. Estos tiempos pueden ser diferentes de los marcados para los corredores sin discapacidad.