



## ITINERARIO DE COMPETICIÓN

Recorrido Salida en la Plaza Travesía del Cares, dirigiéndonos hacia la subida hacia Caín de arriba por la pista, para coger el cueto a la derecha, para ir a la Paredina y pasar a las Boas, luego de Picachel a Monte las Hojas después nos encontramos con Hierbas Altas, la Versolina, el Callejo del Torno, la Fuente Cuarroble y llegamos a la Canal de Trea empezamos a subir hasta la Cruz de Ario, seguido al refugio de Ario y seguimos por la majada de Ostion Ario y la Canal de Culiembro desde la Ruta del Cares el puente Bolín, pasamos por los túneles, los Pinteros y Caín dónde está un avituallamiento seguimos la marcha hasta el Barrio de la Arena de Caín pasamos por el Travesedo, de ahí al cueto pardo después vamos a la izquierda hacia Calabredo y el monte tejera cogemos la canal de mesones que está el otro avituallamiento junto las cabañas de ahí hasta fuente Cuzia subimos al sedo armado, sedo mesones y la majada de mesones empezamos a subir al Puerto de Cuba, la Cerra Carbanal coronamos y aquí empezamos a bajar hasta la canal de Capozo de ahí a la Farfada cruzas al Monte Corona hacia el Mirador del Tombo bajamos al camino antiguo de el Rebeco hasta la Ermita de Corona por ahí nos metemos en el monte hasta el puentuco de la Peguera caminamos hasta Santijan por la carretera de Caín, llegamos a Castro y cogemos el camino antiguo de el pando al lado de una fuente, empezamos a subir y cogemos el desvío a la izquierda en el alto del Pando hacemos la bajada hacia Caín y nos dirigimos por sus calles hasta la meta.

### REGLAMENTO 2024

#### Art.1- EL CORREDOR:

Podrán tomar parte en la carrera todas las personas mayores de 18 años, de cualquier sexo o Nacionalidad, el DNI original del titular de la inscripción, en el momento de recoger el dorsal. En caso de no cumplir cualquiera de estos requisitos el corredor no podrá tomar la salida. Se solicitará un informe médico de capacitación del corredor, que se entregará en la recogida de dorsales. Quien no aporte dicho informe no podrá tomar la salida. Dicho informe es válido con tres meses de antigüedad desde el día de la prueba.

#### Art.2- DORSALES:

Los dorsales se retirarán por el mismo corredor, el día anterior a la prueba y el mismo día de la prueba una hora antes en la recepción habilitada. Deberán de situarse en lugar visible durante todo el recorrido de la prueba y conservarse hasta cruzar la meta. Los dorsales son personales e intransferibles siendo la pérdida del mismo posible motivo de descalificación.

#### Art.3- HORARIOS:

3.1- Salida: El cronómetro se pondrá en marcha a la hora establecida con o sin la presencia de los participantes. Los participantes que se presenten pasados 15 minutos después de haberse dado la salida serán DESCALIFICADOS.

3.2- Horarios de corte: La competición tendrá varios horarios de paso, en los cuales se cortará a los competidores que no pasen en el tiempo estipulado por la organización. Dichos horarios los fija la organización de la carrera y los hará públicos en el anexo a este reglamento próximamente. Corte de horario: 1- En el Avituallamiento de Caín a las 11:00 h

3.3- Horario de cierre de carrera: El control de llegada se cerrará transcurridas 11 horas desde el comienzo de la competición, a las 17:00 horas.

#### Art.4- MATERIAL OBLIGATORIO:

Se establece el siguiente material obligatorio y que habrá que presentar ante el requerimiento de los comisarios deportivos durante toda la prueba: - Móvil con saldo y batería suficiente. - Depósito de agua de al menos 0.5 litros de capacidad. - Calzado y ropa adecuada. - Manta Térmica. - Chaqueta impermeable y transpirable. No serán válidas las tipo cortavientos. - Linterna frontal. - Depósito de hidratación para los avituallamientos (vaso). - Silbato. - Gorra o similar. - Venda o taping, mínimo 80x3 cm.

4.1 La Organización podrá solicitar otro material obligatorio si las condiciones meteorológicas así lo aconsejasen (pantalón largo, guantes, gorro, crampones forro polar fino o similar). Esta circunstancia, de ser necesaria, se comunicará con antelación en la charla técnica. Los crampones en caso de ser requeridos deberán tener un mínimo de 10 puntas y estas no menos de 12 mm. Sin puntas frontales, no serán válidos por tanto los micro crampones de clavos.



4.2 Se autoriza la utilización de bastones, pero tendrán que ser transportados desde el inicio hasta el final de la prueba por cada participante que decida su uso, no estando permitido el abandono o entrega de los mismos en ningún lugar del recorrido. Será penalizado el corredor que lo incumpla.

#### Art.5- AVITUALLAMIENTOS:

1. Vega de Ario (Líquido)
2. Culiembro (Sólido y líquido)
3. Cain (Sólido y líquido)
4. Mesones (Sólido y Líquido)
5. El Tombo (Sólido y Líquido)
6. Caín META (Sólido Líquido)

Solo podrá tocar la comida del avituallamiento el voluntario que proporcionara al corredor lo necesario por tema Covid. Deberán esperar por orden al llegar al avituallamiento el turno que le corresponda. Una vez finalizado su turno de comida en el avituallamiento depositara los residuos correspondientes a la papelera, para dejar paso a los siguientes corredores.

#### Art.6- MOTIVOS DE DESCALIFICACIÓN:

1. No respetar el itinerario marcado: El participante que se salga de la ruta marcada por las balizas de manera voluntaria quedará automáticamente descalificado de la prueba. Existiendo controles secretos de paso; se podrá utilizar la ayuda del GPS para confirmar dicha infracción.
2. Recibir ayuda externa por personas ajenas a la organización.
3. No llevar puesto el dorsal o recortarlo: Los dorsales son personales e intransferibles siendo la pérdida del mismo posible motivo de descalificación.
4. Cambio de dorsal o de GPS con otro corredor o pérdida de los mismos.
5. Cambiar las balizas colocadas por la organización.
6. Arrojar basura durante el recorrido de la carrera: Por respeto al entorno por donde discurre la competición, será obligatorio depositar los vasos o botellas de los avituallamientos en los contenedores habilitados al efecto, y no podrá salir nadie del avituallamiento con los vasos y residuos del mismo, debiendo dejarlos después del área de avituallamiento, así como lo que se genere en carrera será obligatorio guardarlo y tirarlo en las zonas habilitadas.
7. Abandono durante la carrera de utensilios propios: el corredor tiene la obligatoriedad de terminar la carrera con el mismo material que empezó, no siendo posible abandonarlo por el camino y volver a recogerlo posteriormente.
8. Saltarse un control obligatorio de paso.
9. No prestar auxilio a otros participantes.
10. No hacer caso a las indicaciones de la organización: No obedecer las indicaciones de un Comisario Deportivo supone la DESCALIFICACIÓN. Los participantes no podrán reclamar o interrogar por el reglamento, clasificaciones, itinerarios, etc., a los comisarios deportivos. Cualquier miembro de la organización está autorizado a anotar las diversas anomalías que observe y trasladarlas al director de carrera, pudiendo de este modo realizar la sanción correspondiente al corredor.
11. Control del material: Se efectuarán controles aleatorios de material a lo largo del recorrido. La falta de alguno de los materiales obligatorios será motivo de descalificación.
12. Respeto al entorno por el que discurre la prueba: Cualquier corredor que deteriore, modifique o ensucie el entorno por el cual discurre la prueba será descalificado automáticamente.
13. QUEDA TOTALMENTE PROHIBIDO EL USO DE AURICULARES O ALTAVOCES CON MÚSICA EXTERNOS DURANTE TODA LA PRUEBA, QUEDANDO AUTOMÁTICAMENTE DESCALIFICADO DE LA PRUEBA AL CORREDOR QUE SE LE VEA CON ELLOS. EL RESPETO AL ENTORNO Y LA NATURALEZA, ES UNO DE LOS PRINCIPALES VALORES EN LOS QUE SE SOSTIENE ESTA PRUEBA. REGLAMENTO 2024.
14. **ESTA PROHIBIDO CORRER POR EL TRAMO DE LA RUTA DEL CARES QUEDANDO EXPULSADO DE LA CARRERA AUTOMATICAMENTE. HABRA CONTROL DE TIEMPOS EN ESE TRAMO PARA CONTROLARLO.**



#### Art.7-CATEGORÍAS:

Se establecerán las siguientes categorías:

- Absoluta masculina y femenina (Mayores de 18 años)
- Sénior masculina (18 a 44 años)
- Veteranos 1 masculina (de 45 a 54 años)
- Veteranos 2 masculina (más de 55 años)
- Sénior femenina (18 a 39 años)
- Veteranas 1 femenina (de 40 a 49 años)
- Veteranas 2 femenina (más de 50 años)
- Pareja mixta (femenina -masculina) (18 en adelante)
- La edad de referencia será tomada a 31 de diciembre del año de la competición.

Categorías por Equipos:

- Un componente del equipo será el portavoz del mismo, encargado de facilitar mediante email a la organización, quien compone dicho equipo, adjuntando NOMBRE Y DNI de cada componente, Así como el nombre del equipo en Cuestión.
- El periodo de inscripción finaliza el jueves previo a la celebración de la prueba.
- El equipo que no se inscribiere de este modo, no podrá optar a dicha clasificación, aunque en la inscripción individual aparezcan varios componentes de dicho equipo.
- Para entrar en esta clasificación han de inscribirse como mínimo 3 integrantes con el nombre del equipo. Un corredor no podrá inscribirse en más de un equipo.
- Han de ir uniformados con la indumentaria que los identifique como equipo.
- No será obligatorio que los componentes del equipo vayan juntos durante la prueba, pudiendo pasar separados por los diferentes puntos de control.
- Clasificarán únicamente los tres primeros de cada equipo en cruzar la meta, sumándose los tiempos para obtener el tiempo total. Gana el equipo que menos tiempo global sume y así será la regla para componer una clasificación por equipos.
- Los integrantes de los equipos optan de forma individual a la clasificación general y por categorías, indiferentemente de que formen parte de un equipo.

#### Art.8- ENTREGA DE PREMIOS:

La entrega de trofeos y premios tendrá lugar en la zona de Meta, siendo obligatoria la asistencia de los ganadores/as y será el sábado una vez realizado el cierre de carrera, deberán asistir todos los premiados para recoger el premio, la ausencia al recogerlo perderá dicho premio.

#### Art.9- DESCARGA DE RESPONSABILIDAD:

Los participantes inscritos en El Desafío el CAINEJO, entienden que participan voluntariamente y bajo su propia responsabilidad en la competición. Por consiguiente, exoneran, renuncian, eximen y convienen en no denunciar a la entidad organizadora, colaboradores, patrocinadores y otros participantes, de toda responsabilidad civil para con los corredores y sus herederos. Firman y aceptan el documento de descargo. REGLAMENTO 2024

#### Art.10- DERECHOS DE IMAGEN:

La entidad organizadora se reserva en exclusividad el derecho sobre la imagen del Desafío el Cainejo, así como la explotación audiovisual, fotográfica y periodística de la competición. Cualquier proyecto mediático o publicitario deberá contar previamente con el consentimiento de la organización. Durante el evento se realizarán fotografías para ponerlas a disposición de los participantes y en las redes sociales. Así como utilizarlas en un futuro con intereses publicitarios. Los participantes al inscribirse en la carrera aceptan la anterior condición, así como la cesión de sus derechos de imagen a la organización de la prueba.



#### Art.11-RESPONSABILIDAD DE LOS DIRECTORES DE CARRERA:

Los Directores de Carrera podrán retirar de la competición a un corredor, cuando consideren que este tiene mermadas sus capacidades físicas o técnicas como causa de la fatiga, no dispone del material obligado, o sus condiciones no son las apropiadas para continuar.

#### Art.12- SUSPENSIÓN DE LA PRUEBA TOTAL O PARCIALMENTE:

La Organización se reserva el derecho a suspender la competición o parte de ella, en función de la climatología el mismo día o días anteriores u otras causas, sin la devolución del importe de la inscripción. Si fuera necesario interrumpir y suspender la prueba en un punto del recorrido, la clasificación quedaría según el orden y tiempo de llegada en el punto de interrupción, si esto no fuese posible se utilizarán los tiempos del último control realizado.

#### Art.13- ABANDONO DE LA PRUEBA POR PARTE DE UN CORREDOR:

Por motivos de seguridad, los que se retiren o se encuentren en problemas deberán comunicarlo al control más próximo. Lo mismo que si otros participantes cercanos se percatan de una posible auxilio o accidente de un compañero, estarán en la obligación de socorrerle si fuera necesario, y notificarlo a cualquier miembro de la organización o servicio de socorro. El participante que se haya retirado voluntariamente y no lo comunique a los controles más cercanos, obligando a los equipos de rescate a iniciar su falsa búsqueda, deberán de hacerse cargo de todos los gastos originados por el contratiempo.

#### Art.14- DECLINACIÓN DE RESPONSABILIDAD:

La Organización declina toda responsabilidad por daños personales a terceros o propios. La Organización declina toda responsabilidad en caso de accidente o negligencia del corredor, así como de la pérdida o rotura de los objetos personales de cada participante. Cada corredor será responsable de todo perjuicio o lesión que pueda causarse a sí mismo o a terceros, exonerando a la Organización de cualquier responsabilidad en caso de accidente o lesión. No obstante se proveerá un Servicio de Rescate Médico a disposición de los participantes.

#### Art.15- MODIFICACIONES:

El presente reglamento puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la organización, así como cualquier dato, norma o apartado para una óptima realización de la prueba. El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con este reglamento. Para todo aquello no especificado en el Reglamento Desafío El Cainejo 2024, se acogerá a lo dispuesto por el Comité Organizador. La participación en esta carrera DESAFIO "EL CAINEJO" 2024 supone la aceptación del presente reglamento.

Precio de la inscripción 67€



---

## POLÍTICA DE DEVOLUCIONES

Para darse de baja de la lista de inscritos, es necesario mandar completar el formulario de devolución con sus datos personales, licencia federativa, DNI y copia del ingreso bancario.

Del importe del mismo se descontará las tasas de gestión de la plataforma de pago y dependiendo del mes el importe correspondiente.

Una vez hecho el pago de la inscripción, la organización devolverá los importes según tabla:

**01-01-2024 HASTA 29-02-2024**  
95%

**01-03-2024 HASTA 31-03-2024**  
50%

**01-05-2024 HASTA 18-05-2024**  
0%

Si se tuviera que cambiar la celebración de la prueba a otro mes de este año (después del verano).