

# VI Trail de Montaña Los Carabeos

## Memorial Manuel Pérez Nestár

### 7ª Prueba Puntuable Copa de CXM Trail FCDME Línea y por Clubes

Organizador: Club Deportivo Somaloma Los Carabeos

**VI TRAIL de montaña**  
Sur de Cantabria

**LOS CARABEOS**

7ª Prueba Copa de CXM Trail FCDME línea individual y por clubes

**MEMORIAL MANUEL PÉREZ NESTAR**

Lugar: Arroyal de Los Carabeos (Cantabria)  
Dificultad: Media

**Recorrido**  
25 km, TRAIL, salida: 10:00 h.  
20 km, ANDARINES, salida: 9:00 h.  
10 km, MARCHA FAMILIAR, salida: 10:15 h.

**31-VII-2022**

**Información e inscripciones:**  
[www.trailloscarabeos.es](http://www.trailloscarabeos.es)  
**Forum Sport**  
C.c. Valle Real, Camargo  
C.c. Los Ochos, Av. de Bilbao - Torrelavega

**Deportes Cumbres**  
d/ Guevara 8, Santander

C.D. SOMALOMA LOS CARABEOS  
Ayuntamiento de Valdeprado del Río

GOBIERNO de CANTABRIA  
CONSEJERÍA DE UNIVERSIDADES, IGUALDAD, CULTURA Y DEPORTE

CXM TRAIL FCDME

FEDERACION CANTABRA DE DEPORTES DE MONTAÑA FCDME

## **INDICE:**

- 1.- INTRODUCCIÓN
- 2.- ORGANIZACIÓN
- 3- FECHA DE LA PRUEBA.
- 4.- PARTICIPANTES.
- 5.- RECORRIDO, MAPA y PERFIL
- 6.- AVITUALLAMIENTOS
- 7.- REGLAMENTO
- 8.- DATOS DEL ORGANIZADOR

## **1.- INTRODUCCIÓN**

El Club Deportivo Somaloma Los Carabeos con la colaboración del Ayuntamiento de Valdeprado del Río se embarca en la organización del **VI Trail de Montaña Los Carabeos - Memorial Manuel Pérez Nestár (7ª Prueba Puntuable Copa de CXM Trail FCDME Línea Individual y por Clubes)** contando con el éxito y experiencia de las seis anteriores ediciones del Trail.

El objeto de esta carrera de montaña es el de dar a conocer Los Carabeos, su comarca, paisajes, cultura, etc., así como fomentar todos los valores que este deporte conlleva.

Estos eventos requieren de una compleja organización para que todo salga según lo previsto: una adecuada señalización del circuito, avituallamientos bien provistos y ubicados, asistencia sanitaria, logística de comunicaciones, aparcamientos para los coches, entorno organizado de salida y meta, etc.

## **2.- ORGANIZACIÓN**

El VI Trail de Montaña Los Carabeos - Memorial Manuel Pérez Nestár (7ª Prueba Puntuable Copa de CXM Trail FCDME Línea Individual y por Clubes) es una prueba organizada por el Club Deportivo Somaloma Los Carabeos, cuya realización se propone en el marco de los proyectos para el año 2022.

En el privilegiado entorno de Los Carabeos, la belleza, diversidad y dificultad de los recorridos, aproximadamente 10, 20 y 25 km., de senderos, cortafuegos y pistas que, junto a las espectaculares vistas del entorno, seguro dejarán huella en los participantes.

El VI Trail de Montaña Los Carabeos - Memorial Manuel Pérez Nestár (7ª Prueba Puntuable Copa de CXM Trail FCDME Línea Individual y por Clubes) se realizará el 31 de Julio de 2022, con salida desde el Parque Nieves Marina de Arroyal de los Carabeos (Cantabria).

En el transcurso de las rutas, existe la posibilidad de escapes en varios puntos de las mismas, facilitando a los participantes la reducción del recorrido.

La Marcha estará debidamente Señalizada contará con servicios médicos para cualquier percance (Ambulancias médico, enfermera y coches todoterreno) y solicitados los debidos permisos al Servicio de Montes, Juntas Vecinales y Ayuntamiento, así como cubierta por los seguros de accidentes y responsabilidad civil.

La organización movilizará a unas 50 personas (amigos, familiares, ...) que voluntariamente nos ayudarán a que la marcha sea un éxito. Estos voluntarios estarán en los cruces velando por los participantes, en los avituallamientos, en los vehículos de apoyo, en la meta, etc.

### 3.- FECHA DE LA PRUEBA

La prueba se celebrará el día **31 de Julio de 2022**. La salida será a las 9:00 horas para los andarines. Una hora más tarde la salida de los corredores a las 10:00 horas y por quinto año contamos con una marcha Familiar que comenzará después de la salida de los corredores, para finalizar todas las pruebas en el mismo punto de salida siendo la hora límite las 16:00 h (Parque Nieves Marina, Arroyal de los Carabeos, Cantabria).

### 4.- PARTICIPANTES.

El número de participantes no se conocerá hasta el mismo día de la marcha, pero se calcula que se superen los 300.

### 5. - RECORRIDO, MAPA y PERFIL

La organización ha creado y diseñado tres recorridos, en los que se ha optimizado una cómoda gestión de los cruces, puntos de avituallamiento, control, observación y evacuación ante posibles incidentes o heridos, consiguiendo con ello unos trazados diversos, divertidos y seguros para todos, participantes y espectadores.

La señalización se llevará a cabo por miembros de la organización, a base de cinta de marcaje, Banderines, Cuerdas, señales gráficas y cualquier sistema de seguridad que sea necesario.

Se indicará el sentido de la marcha en los cruces y los pasos óptimos, teniendo una referencia visual del destino final del tramo que se acometa en cada momento

**Recorrido Marcha Familiar: 10 km. Desnivel acumulado 730 m aprox.**



## Recorrido Andarines: 20 km. Desnivel acumulado 1690 m aprox.



## Recorrido Corredores: 25 km aprox. Desnivel acumulado 2218 m aprox.



## **6.- AVITUALLAMIENTOS:**

Se colocarán tres avituallamientos para los andarines y cuatro para los corredores, aproximadamente uno cada 6 Km., compuestos por agua, fruta, refrescos, bollería, membrillo, chocolate y bebidas isotónicas. Y un avituallamiento específico en el km 5 para los participantes en la Marcha Familiar o Iniciación. Además del avituallamiento de meta.

Posteriormente se efectuará la entrega de trofeos para los corredores y sorteo de regalos para todos los participantes.

Simultáneamente habrá una comida para todos los participantes (bono incluido en inscripción) y acompañantes que se inscriban (adquieran bono de comida).

Repondremos fuerzas y comentaremos los momentos más excitantes de la Marcha.

## **7.- REGLAMENTO**

1. La prueba tendrá lugar el 31 de Julio de 2022 con salida a las 9 horas para Andarines y 10:00 horas para Corredores desde el Parque Nieves Marina.

Posteriormente se realizará la Marcha Familiar, a las 10:15 h que estará dirigida sobre todo a los más jóvenes, a las familias y a las personas que deseen iniciarse en el mundo de la montaña y que será muy bella y discurrirá por senderos, caminos y un hermoso bosque.

2. La prueba se celebrará sobre un recorrido aproximado de 20 km para los Andarines, de 25 aprox. km para el Trail ó Corredores y 10 Km para la Marcha Familiar en el entorno de Los Carabeos.

### **3. CATEGORÍAS:**

Podrán participar las personas que lo deseen, mayores de 18 años.

(Los menores de 18 años podrán participar con autorización paterna y con la presencia de un adulto durante el evento), por riguroso orden de inscripción a través de Internet o los lugares establecidos para ello, según las siguientes categorías (edad cumplida a fecha 31 diciembre 2021) y en el caso de la marcha de iniciación a partir de 8 años y siempre acompañados de un adulto durante el evento:

#### **Trail: según reglamentación FCDME**

- Absoluta: (masculino y femenino)
- Veteranos A (Masculino y Femenino): de 40 a 49 años
- Veteranos B (Masculino y Femenino): de 50 años 59 años.
- Veteranos C (Masculino y Femenino): más de 60 años
- Promesas: de 21 a 23 años
- Junior: de 19 a 20 años

#### **Trail corto: según reglamentación FCDME**

- Juvenil: de 17 a 18 años
- Cadete: de 15 a 16 años
- Infantil: de 13 a 14 años

## **Andarines**

-Tres primeros absolutos masculinos y tres primeras absolutas femeninas.

**Marcha Familiar:** No competitiva.

## 4. PRECIO e INSCRIPCIONES:

Las inscripciones son estrictamente personales e intransferibles, no pudiendo sustituir un participante por otro. Las inscripciones serán definitivas, en el caso de no poder participar no se realizará la devolución de la inscripción.

### **Trail y Andarines:**

Inscripción: 25 € para Trail. 22 € Federados en Montaña  
20 € para Andarines

La inscripción da derecho a participar en la prueba, seguros, bolsa del corredor (Camiseta conmemorativa del evento, etc.), avituallamientos durante y postcarrera. Comida tras la carrera, Médico, enfermera, ambulancias, trofeos y regalos para los ganadores y sorteo de cuantos obsequios consiga la organización.

### **Marcha Familiar:**

Inscripción: 12 €

La inscripción da derecho a participar en la prueba, seguros, bolsa del corredor (camiseta conmemorativa del evento, etc.), avituallamiento, avituallamiento post carrera. Comida tras la carrera. Médico, enfermera, ambulancias, etc...

## 5. INSCRIPCIONES:

Las inscripciones podrán realizarse de las siguientes formas:

- Online, a través de la pasarela de pago segura de UNO.es y a través del enlace que se habilitará en la sección inscripciones de la web [www.trailloscarabeos.es](http://www.trailloscarabeos.es). **Dicha plataforma de pago se cerrará el día 25 de julio de 2022 (lunes a las 24:00 h).**
- A través de los enlaces en el Facebook Trail Los Carabeos.
- En Fórum del Centro Comercial Valle Real, Maliaño en horario comercial hasta el día 25 de julio de 2022 (lunes) contarán con dorsal personificado y los que se inscriban del 26 al 29 de Julio de 2022, no será personificado y la recogida será en Arroyal de Los Carabeos.
- En Deportes Cumbres, calle Guevara, 8 (Santander), en horario comercial hasta el día 29 de Julio. Los dorsales se recogerán en Arroyal de Los Carabeos.

- El día antes de la carrera, 30 de Julio, en un punto habilitado por la organización (Posada Los Carabeos, situada en el Barrio de Arroyal de Los Carabeos) en horario de 18:00 h. a 20:00 h. en Arroyal de Los Carabeos. En este caso no se les podrá garantizar que tengan camiseta ni bono de comida.

6. RECOGIDA DE DORSALES: La recogida de dorsales será personalizada, siendo IMPRESCINDIBLE presentar el DNI.

Para recoger el dorsal a nombre de otra persona, deberá presentarse fotocopia del DNI y justificante de pago de la inscripción.

Los dorsales podrán recogerse en:

- Fórum Sport del Centro Comercial Valle Real, Maliaño, Cantabria, del 27 al 29 de Julio de 2022 en horario comercial. Estos días podrán inscribirse pero recogerán sus dorsales en Arroyal de Los Carabeos.
- El día 30 de Julio, en horario de 18:00 h a 20:00 h., en la Posada Los Carabeos, situada en el Barrio de Arroyal de Los Carabeos. Cantabria.
- El día de la carrera 31 de Julio de 2022, en el lugar habilitado en la SALIDA, desde las 7:45 h. hasta treinta minutos antes de la hora prevista para la salida de cada prueba

#### 7. SEÑALIZACIÓN Y CONTROLES:

El recorrido estará señalizado con trozos de cinta de plástico de color vivo, banderines y señales gráficas, siendo responsabilidad de cada participante localizar la señalización y seguirla, así como el paso por los controles establecidos. La organización podrá establecer controles de paso sorpresa, todo corredor que no efectúe el paso por los mismos será descalificado automáticamente de la prueba. Existirán referencias kilométricas en algunos controles.

Si no ves las balizas en un margen máximo de unos 100 metros retrocede y busca de nuevo las señales.

Es obligatorio seguir los senderos señalizados y esta terminante prohibido atajar.

Cerrando las pruebas la organización dispondrá de corredores escoba tras los cuales no podrá ir nadie, aunque si alguien lo hace será bajo su propia responsabilidad.

#### 8. AVITUALLAMIENTOS:

Existirán 3 avituallamientos líquidos y sólidos para los andarines y 4 para los corredores, más el de meta para todos los participantes. Y uno para la Marcha Familiar.



Es obligación de cada participante llevar sus desperdicios hasta la llegada o lugares habilitados por la organización. El participante que arroje basura en los lugares no señalados será descalificado.

**EN LOS AVITUALLAMIENTOS NO HABRA VASOS DE PLASTICO.** Cada participante deberá llevar su propio recipiente.

9. PREMIOS:

Se entregarán trofeos para los tres primeros clasificados de cada categoría de la carrera y para los 3 primeros andarines y 3 primeras andarinas, además del sorteo de regalos para todos los participantes.

10. Quedará descalificado todo el que no cumpla el presente reglamento, no complete la totalidad del recorrido, deteriore o ensucie el entorno, no lleve su dorsal bien visible en la parte delantera del cuerpo o desatienda las indicaciones de la organización y fuerzas de seguridad.

11. La organización se reserva el derecho a realizar las modificaciones que considere necesarias en función de los diferentes condicionantes, así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas lo obligan o por fuerza mayor.

12. Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados y a respetar las normas de circulación en los cruces de carretera.

13. Salvo en caso de lesión grave, un corredor no debe abandonar NUNCA fuera de un punto de control. Debe avisar al responsable del punto de abandono. El corredor mantendrá su dorsal. La evacuación será decidida con el jefe del puesto donde ha abandonado el corredor.

En caso de abandonar pasado un punto de control, será necesario volver a dicho punto y comunicar la retirada al jefe de puesto.

14. La organización declina toda responsabilidad en caso de negligencia, así como de los objetos de cada participante.

15. La participación en las pruebas está bajo la responsabilidad y propio riesgo de los participantes. Será de forma voluntaria y reuniendo las condiciones físicas y de salud necesarias para la participación en una prueba de estas características.

16. Los regalos de la bolsa de corredor se garantizan para aquellos participantes cuya inscripción se realice desde la apertura de inscripciones hasta el día 16 de Julio. Después de ese día se podrán inscribir hasta completar cupo, pero no se garantiza camiseta ni bolsa de corredor.

17. En la Marcha Familiar o de Iniciación los niños deberán ir acompañados por un adulto responsable y con autorización de padres o tutores.

18. Derechos de Imagen: Todos los corredores renuncian expresamente a su derecho de imagen durante la prueba y a todo recurso contra la organización por la utilización de dicha imagen. La entidad organizadora se reserva en exclusividad el derecho sobre la imagen de la prueba, así como la explotación audiovisual y periodística de la competición. Cualquier proyecto mediático o publicitario deberá contar con el consentimiento de la organización.

19. Se cumplirá el protocolo Covid-19 en vigor en la Comunidad de Cantabria.

20. Como Prueba de la Copa FCDME se aplicará el reglamento FCDME.

21. El participante en el momento de su inscripción manifiesta encontrarse físicamente apto para la prueba y declina cualquier responsabilidad por parte de la organización.

22. La organización se reserva el derecho a modificar este reglamento por causas de fuerza mayor.

#### **8.- DATOS DEL ORGANIZADOR**

Club Deportivo Somaloma Los Carabeos

C/ Real, 1

39419 Arroyal de Los Carabeos (Cantabria)