

VIII CARRERA VERTICAL Edif.TORRE LAGUNA
Prueba incluida en el Circuito Mundial de "Towerrunning"2019

- Crono escalada de 547 escalones
O
- 6 km + 547 escalones

El Ejido, sábado 8 de Junio de 2019 17:30 h.

REGLAMENTO DE COMPETICIÓN

Art. 1

Introducción:

La VIII Carrera Vertical Torre Laguna de El Ejido es una carrera con 3 modalidades, esta prueba está incluida en el ***Circuito Mundial de Towerrunning 2019***.

A: Bomberos Carrera vertical contrarreloj individual de 28 plantas y 547 escalones.

B: Carrera vertical contrarreloj individual de 28 plantas y 547 escalones para corredores open.

C: Carrera de 6 km en circuito urbano llano con llegada en el piso 28 de Torre Laguna para corredores Open.

Se permite la inscripción en dos modalidades, abonando solo una, salvo bomberos que pueden inscribirse en las tres modalidades.

La modalidad A comenzará a las 17:30 h, con crono individual y por equipos de bomberos y a continuación la modalidad B de "corredores open" con salidas individuales y por equipos.

La modalidad C comenzará una vez finalizada las salidas de la crono de las modalidades A y B. Este recorrido eminentemente llano de aproximadamente 6 km, comenzará frente al edificio Torre Laguna, para finalizar en la planta 28 con sus 547 escalones, siendo el ganador de la prueba, el corredor que termine el recorrido en el menor tiempo posible.

Nota: Si un corredor de la modalidad C, tras recorrer el circuito urbano no desea, ascender la Torre, podrá finalizar el recorrido en el arco de 6 km, aunque no optaría a los premios de clasificación en dicha modalidad.

Art. 2

Inscripciones, requisitos y obligaciones de los participantes:

2.1.- Inscripciones:

Nota: Se permite la inscripción en dos modalidades, abonando solo una, salvo bomberos que pueden inscribirse en las tres modalidades.

La prueba estará limitada a 300 atletas (250 open y 50 bomberos) que se completarán por riguroso orden de inscripción y pago. El precio de la inscripción es de 10 € y podrás inscribirte hasta el jueves 6 de junio a las 13:00 horas, de las siguientes formas:

- A través de imd.elejido.es
- Personalmente en la Casa del Deporte (IMD)

El plazo de inscripción de la prueba se abre el 15 abril y finaliza el jueves 6 de junio a las 13:00 horas. No se podrán realizar inscripciones a partir del 7 de junio.

Habrá que rellenar el formulario de inscripción con los datos requeridos y se deberá de abonar el pago de la cuota de 10€, mediante pago con tarjeta o transferencia en la cuenta de **Unicaja** del IMD **ES35 2103-0853-84-0230000038** o **Cajamar** **ES74 3058-0163-50-2732000015** indicando en el concepto del resguardo **nombre del corredor y dni (muy importante)**, y enviarlo por correo electrónico a inscripcionesimd@elejido.es o por whatsapp al 618032805, también se podrá abonar en metálico en las oficinas del IMD.

Modalidad A:

- **Bombero individual**
- **Bomberos – equipos (tres integrantes)**

Los equipos deberán ser de 3 participantes y pudiendo ser del mismo sexo.

La salida será de los tres bomberos al mismo tiempo, no siendo necesario que vayan juntos durante la subida a la Torre, pudiendo pasar separados a la llegada a meta.

Para la obtención de la clasificación, se sumarán los tiempos de cada integrante del equipo y ganará aquel que menos tiempo sume.

Los tiempos de cada uno de los integrantes del equipo de bomberos, clasificará de forma individual en la categoría A (crono bomberos).

***Para cualquier duda o consulta sobre esta categoría, contactar con Pedro Vera en el teléfono 677839848**

La inscripción del equipo deberá hacerse de forma conjunta.

Modalidad B:

- **Crono individual 28 plantas (547 escalones)**
- **Crono equipo (cuatro integrantes obligatorio mixto) 28 plantas (547 escalones).**

Los equipos deberán ser de 4 integrantes, donde unos de ellos debe de ser de sexo diferente. La salida será de los cuatro corredores al mismo tiempo y no será necesario que vayan juntos durante el transcurso de la prueba, pudiendo pasar separados en la llegada a meta. Se obtendrán la suma de los tiempos de los integrantes del equipo y ganará el equipo que menos tiempo sume.

Los tiempos de cada uno de los integrantes del equipo clasificará de forma individual en la categoría B (crono individual OPEN).

La inscripción del equipo deberá hacerse de forma conjunta.

Los dorsales podrán ser retirados en la recepción de Torre Laguna el mismo sábado, 8 de Junio, a partir de las 16'00 h y hasta las 17'30 h. Será obligatorio e indispensable la presentación de documentos oficiales (N.I.F., N.I.E., pasaporte.. etc.) en vigor para la retirada del dorsal.

2.2.- Requisitos de participación

- Ser mayor de edad.
- Conocer y aceptar las normas de este reglamento.
- Presentar la ficha médica y descargo de responsabilidad.
 - Realizar correctamente todos los pasos de inscripción.
 - Los corredores de la categoría de bomberos deben acreditar documentalmentemente, la pertenencia a dicho colectivo.

2.3.- Vestimenta y material necesario:

○ **Material obligatorio:**

Los corredores deberán ir provistos de ropa y calzado deportivo acorde a la prueba, con el **dorsal colocado en la pierna izquierda en caso de bomberos y en el pecho en caso de corredores open.**

En la prueba destinada a bomberos, la subida se efectuaría con el **nivel 1** de intervención del cuerpo de bomberos de cada participante, cumpliendo con las normas *UNE 469:95* y la *NFPA*, para las prendas del N-1 de intervención que serán aportadas por cada participante (botas, cubrepantalón, chaquetón y casco). El equipo de respiración autónomo (espaldera y botella) será aportado por la organización.

El traje de intervención será de 3 capas mínimo, no podrá ser manipulado.

Botas: Norma UNE (no permitidas botas forestales ni media caña).

Para más información sobre esta categoría contactar con 677839848 (Pedro Vera).

2.4.- Servicios al corredor:

- A cada corredor se le obsequiará con camiseta de recuerdo y hortalizas de temporada por gentileza de la organización.
- Igualmente se dispondrá de avituallamiento líquido y sólido a la llegada a meta, y en la zona mixta.
- Servicio de guardarropa.
 - Servicio de duchas en el Pabellón de El Ejido a partir de las 20:30 horas.

2.5.- Descargo de Reponsabilidad-Ficha Médica

Es obligatorio rellenar y firmar el descargo de responsabilidad-ficha médica, y entregarlo a la organización el día de la retirada del dorsal.

Este documento se podrá descargar de la pagina web: imd.elejido.es o rellenarlo el mismo día de la prueba al retirar el dorsal.

Art 3

Categorías y Premios de cada modalidad:

1: JÓVENES: Masculina y Femenina de 18 a 29 años.

2: SENIOR: Masculina y Femenina de 30 a 40 años.

3: VETERANOS: Masculina y Femenina de 41 años en adelante.

4: BOMBEROS / CUERPOS DE SEGURIDAD: Categoría única en modalidad A.

5: EQUIPOS OPEN: Categoría única (Modalidad B), 4 integrantes y al menos uno del sexo diferente.

6. EQUIPOS BOMBEROS: Categoría única (Modalidad A); 3 integrantes y sin distinción de sexo.

7. MODALIDAD TRIPLE SUBIDA (bomberos)

Clasificaciones:

Habrán trofeos para los 3 primeros clasificados de las categorías 1, 2 y 3 tanto masculina como femenina.

Habrán trofeos para los 3 primeros clasificados de las categorías 4 y 5 categoría única.

Trofeo para el Club más numeroso

Novedad en modalidad A (Bomberos) Clasificación triple subida puntuando la suma de los tiempos de las modalidades A, B y C.

Trofeo al Cuerpo o Institución de bomberos más numerosas.

Igualmente se entregarán y sortearán diferentes premios y regalos.

Art 4

Descalificaciones:

Será motivo de descalificación:

- No respetar las normas de la organización.
- No respetar los bienes inmuebles del edificio y de la propiedad privada del mismo.
- Obstaculizar el adelantamiento y no echarse a la derecha cuando un corredor sea más rápido.
- Arrojar basura o mostrar actitudes violentas hacia participantes, organización o

mobiliario.

- No respetar el recorrido balizado por la organización o realizar cualquier tipo de atajo.
- Para bomberos, además, no llegar con el aire de la botella, quitarse la máscara durante el recorrido o desprenderse de cualquier prenda o material.

Art 5

Desarrollo de la prueba:

La prueba comenzará a las 17:30 horas, con salida contrarreloj individual para ascender las 28 plantas con 547 escalones de la modalidad A de bomberos, a continuación la categoría B open, y al finalizar la crono, se dará la salida para los 6 km + los 547 escalones, terminando el recorrido en la planta 28 del edificio "Torre Laguna", donde se dispondrá de avituallamiento líquido y sólido.

Para descender, se podrá coger el ascensor que nos lleva a la planta baja y a la zona mixta, donde a través de una pantalla gigante, se retransmitirá en directo, la carrera con actualización de clasificaciones en vivo, zona de stands, zona de estiramientos, refrigerio, guardarropa, etc.

Art 6

Modificaciones:

El presente reglamento podrá ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la organización, así como cualquier dato, norma o apartado, velando por el buen desarrollo de la prueba.

El hecho de la formalización de la inscripción supone la aceptación del presente reglamento.