



REGLAMENTO XVI CARRERA PENCONA

Art. 1 FECHA. - El **DOMINGO** 25 de mayo de 2025, el Ayuntamiento de Aldeanueva de la Vera, organiza la XVI Carrera Pencona por Montaña, a las 9:30 horas de la mañana, sobre una distancia de 21 km aproximadamente y 1.200 metros de desnivel positivo aproximadamente.

La salida y meta será en la plaza de San Antón (junto a la carretera en el centro del pueblo).

Art. 2 RECORRIDO Y SEÑALIZACIÓN. - La competición de la XVI Carrera Pencona se desarrollará sobre un recorrido duro y muy técnico de trochas por montaña.

El recorrido estará debidamente señalizado con cintas de colores bien visibles (en la pestaña de recorrido estará explicado que tipo de color estará puesto en cada lugar), con yeso y señales verticales en los cruces. Las referencias kilométricas estarán cada 5 kilómetros.

(Para tener más información del recorrido pinchar en la pestaña Recorrido en el blog de la Carrera)

Art. 3 PARTICIPACIÓN. - Podrán participar los corredores mayores de 18 años que lo deseen, sin ningún tipo de distinción con un máximo de 300 corredores.

Los participantes deben de estar perfectamente informados sobre qué tipo de carrera es la CARRERA PENCONA y disponer de los conocimientos, experiencia, material y de los niveles físico y psicológico necesarios para poder soportar y superar posibles problemas relacionados con los deportes de resistencia, y el desnivel, geografía y entorno salvaje del evento, tales como: la fatiga, los problemas digestivos, los problemas musculares y en articulaciones, las contusiones, heridas leves, el frío, la lluvia, nieve, niebla, calor, etc.

El viernes 24 de mayo (según lo que determine el último informe meteorológico), se comunicará si finalmente alguno de los artículos de la lista NO es obligatorio a partir de una hora determinada o durante toda la carrera.

El material obligatorio para la XVI Carrera Pencona será:

- Zapatillas específicas de Carreras por Montaña con tacos de una suficiente longitud para el agarre en zonas técnicas
- Chaqueta cortavientos de manga larga y capucha e impermeable
- Gorra, Visera o Bandana
- Recipiente para avituallamiento
- Manta térmica
- Silbato
- Móvil

En el caso que las organizaciones lo crean conveniente podrán establecer más material obligatorio en el REGLAMENTO DE LA PRUEBA.

No obstante, se **RECOMIENDA** tener en posesión el siguiente material por si pudiera ser solicitado como obligatorio en la prueba: Material apropiado para correr en montaña, zapatillas, pantalones y camiseta. Mochila y sistema de hidratación, al menos de 0,5L, manta térmica, silbato, mallas piratas o largas, visera, gorro o Buff, chaqueta impermeable, guantes y el hecho de que un artículo sea obligatorio, implica que el corredor debe llevarlo con él, pero no necesariamente puesto, y por lo tanto puede estar dentro de la mochila.

Los controles de material se podrán hacer al 100% de los corredores o aleatoriamente en cualquier punto del recorrido entre la salida y la llegada (incluidos). No llevarlo implica la descalificación inmediata de la carrera.



Art. 4.- CATEGORÍAS:

XVI CARRERA PENCONA

Masculino y Femenina:

Jóvenes: 18-23

Sénior A: 24-39

Veteranos A: de 40 a 49

Veteranos B: de 50 a 59

Veteranos C: + 60

Inclusiva:

Comarcal:

Local:

NOTA: Las categorías que tengan menos de 4 participantes, se podrán integrar en la inmediatamente superior, previa información a los interesados antes de los listados finales.

En las categorías de Comarcal y Local se considerarán los nacidos y residentes en dichas localidades.

Art. 5 PREMIOS. -

PREMIOS XVI CARRERA PENCONA

CATEGORÍA GENERAL MASCULINA Y FEMENINA

1º Lote de Productos

2º Lote de Productos

3º Lote de Productos

Todas las demás subcategorías los premios también serán lote de productos

Art. 6 SERVICIOS.- A todos/as los/as corredores/as por el hecho de participar, se les obsequiará con una bolsa del corredor.

Además, habrá diferentes servicios a los corredores,

- * Seguro de Accidentes y Responsabilidad Civil
- * Asistencia en carrera
- * Evacuación
- * Avituallamiento en carrera
- * Fotografías y video de la carrera
- * Cronometraje
- * Correr por parajes totalmente naturales con vistas maravillosas de la comarca de la vera.
- * Guardarropa,
- * Masajes,

En el Pabellón Polideportivo:

- * Duchas,

En la Plaza de San Antón:

- * Limonada natural al llegar a meta,
- * Migas gratis para corredores y acompañantes
- * Entrega de Premios



Art. 7 INSCRIPCIONES. - Las inscripciones deberán formalizarse a través del enlace de la página web de la Carrera Pencona a partir del 1 de abril en el portal www.chipserena.es

El precio de las inscripciones es:

XVI Carrera Pencona:

PLAZO 0: el 10 de abril de 20 € (únicamente para corredores FEXME) 24 horas.

PLAZO 1: a partir del 11 de abril 25 euros los no federados por participante, y 20 euros los federados en montaña hasta el jueves 15 de mayo a las 23:59 horas,

PLAZO 2: a partir del viernes 16 de mayo a las 00:00 hasta el miércoles 21 de mayo a las 14:00 con un coste de 30 € los no federados y 25 € los federados en montaña.

Para poder participar en la carrera, los corredores deberán presentar al retirar el dorsal, la licencia federativa y DNI los federados o DNI los no federados.

Deportistas Federados (Son válidas la Licencia Tipo B en Extremadura de la FEXME, la de Ámbito Nacional de cualquier Federación Regional de Montaña y Escalada que cubra Carreras por Montaña; cualquier otra licencia, por ejemplo, atletismo o triatlón, **NO ES VÁLIDA**)

Para realizar correctamente la inscripción el corredor debe aceptar y acatar que es conocedor del reglamento de la prueba y de la fexme.

La inscripción en la carrera es personal y no transferible.

Los deportistas federados podrán inscribirse hasta 1 hora antes de la prueba en secretaría, abonando la cuota ordinaria del primer plazo más un incremento de 10 Euros el mismo día de la prueba al delegado principal, siempre y cuando no se hayan agotado las plazas en el segundo plazo.

Art. 8 ENTREGA DE DORSALES. –

Se efectuará el día sábado 24 de mayo de **18:00 horas hasta las 20:00 horas en la Casa de la Cultura (C/ Maestro Aparicio N° 10)**, y el día domingo 25 de mayo **desde las 8:00 hasta media hora antes de la salida las 9:30 h. en la plaza de San Antón.**

Art. 9 AVITUALLAMIENTOS. - La prueba de la XVI Carrera Pencona **NO** será en régimen de **Autosuficiencia.**

Dichos avituallamientos serán líquidos y sólidos.

Avi 1: Km. 5: líquido (agua, isotónico) y sólido (plátano y chocolate, golosinas) paraje de la picota.

Avi 2: Km. 10: líquido (agua, isotónico) y sólido (plátano y chocolate, golosinas) camino de los raizales.

Avi 3: Km. 13: líquido (agua, isotónico) y sólido (plátano y chocolate, golosinas) camino de la barrera de yuste.

Avi 4: Km. 16,5: líquido (agua, isotónico) y sólido (plátano y chocolate, golosinas) camino de los raizales.

ES OBLIGATORIO QUE CADA CORREDOR LLEVE UN RECIPIENTE PARA BEBER.

Se recuerda a todos los corredores que está prohibido tirar los envoltorios de geles, barritas y todo aquello que

degrade el entorno fuera de los lugares establecidos para tal motivo.

El abandono de desperdicios fuera de las zonas de avituallamiento, supondrá la descalificación

Art. 10.- SEGURIDAD Y ASISTENCIA MÉDICA.

Durante toda la prueba habrá un equipo médico y de seguridad internos que estarán coordinados con el 112 y la



organización de la CARRERA PENCONA.

Todos los corredores se someterán al juicio del médico siempre que éste lo solicite, siendo la valoración del

equipo médico la que prevalezca ante cualquier otra, por lo que los médicos y enfermeros podrán:

- Eliminar de la prueba (anulando el dorsal) a todo corredor que consideren no apto para continuar.
- Ordenar la evacuación de cualquier corredor a quien consideren en peligro.
- Ordenar la hospitalización de cualquier corredor cuando ésta se considere necesaria.

La dirección de carrera nunca cuestionará el criterio o las decisiones tomadas por los miembros del equipo médico

y no se hará responsable de las consecuencias que el incumplimiento de sus órdenes pueda tener sobre el corredor

que no las acate.

Todos los corredores están obligados a socorrer a cualquier otro participante que lo necesite, dentro de las propias

capacidades y conocimientos. No hacerlo implicaría incurrir en un delito grave por omisión de socorro, estipulado

por la ley.

Art. 11 NORMATIVA.- los corredores que no cumplan las normas establecidas, no cumplan las indicaciones de la Organización, no cubran las distancias establecidas o no acate las decisiones de los jueces, se aplicará la normativa según el reglamento de la FEXME.

Puntos de avituallamiento y horario de corte de la carrera			
Lugar	Km	Tiempo de Carrera	Hora
Salida	0	00:00	9:30
Avituallamiento 1	5	00:50	9:50
Avituallamiento 2	10	01:30	11:00
Avituallamiento 3	13	02:00	11:30
Avituallamiento 4	16,5	03:00	12:30
Llegada	21	03:30	13:00

En cualquier caso, los responsables de la organización tendrán la potestad para retirar de la prueba a los

corredores que no cumplan con las expectativas de los tiempos establecidos para los controles de cronometraje,

Así como a cualquiera que haya infringido este reglamento, no haya completado el recorrido marcado, no lleve el

dorsal reglamentario de forma bien visible, desatienda las indicaciones de los organizadores ó del Médico de la

Prueba o mantenga una actitud poco deportiva hacia los demás corredores.

A estos efectos, la organización tiene prevista la participación de corredores escobas que actuarán como cierre de carrera. Todos aquellos participantes que se vean afectados por una decisión de descalificación deberán hacer

entrega del dorsal en el puesto de control más cercano y abandonar la prueba atendiendo a las indicaciones de los

miembros de la organización.

Igualmente, todos aquellos atletas que deseen retirarse de la competición, podrán realizarlo en cualquiera de los

controles de paso entregando el dorsal y comunicándoselo al personal de control y en caso de urgencia en cualquiera de los avituallamientos. En caso contrario, la organización no se hace responsable de la evacuación del

atleta hasta la meta.



Responsabilidades éticas de los corredores:

Los corredores tienen la obligación de ayudar a otros participantes en caso de daño o lesión. En tales casos tienen también la obligación de informar al Punto de Control más cercano.

La carrera se desarrolla en montaña y entornos naturales. Es responsabilidad de cada corredor respetar el entorno para su mejor conservación. Esto implica respetar y conservar la flora, la fauna y los paisajes.

Los corredores deberán llevar consigo cualquier desecho o basura que produzca a los lugares designados y autorizados por la organización para el vertido de desechos (Puntos de Control o avituallamientos).

Art. 12.-MEDIO AMBIENTE

La carrera se desarrolla en su parte por parajes naturales de belleza excepcional, por lo que será obligación de todos preservar el entorno estando terminantemente prohibido arrojar desperdicios fuera de las áreas de control.

A tal efecto se colocarán contenedores de basura hasta una distancia máxima de 100 metros desde el puesto de control.

Art. 13.- Para lo no contemplado en la presente normativa, la Organización decidirá según criterio propio, en base a la reglamentación al respecto. La participación en esta prueba implica la aceptación de este Reglamento.

Art. 14.- NORMATIVA ESPECIFICA Y CESION DERECHOS DE IMAGEN.

Todos los participantes, por el hecho de inscribirse, declaran conocer y aceptar las normas establecidas en el presente **Reglamento de la XVI Carrera Pencona** y la normativa específica sobre **responsabilidades y protección de datos**. En caso de duda prevalecerá el criterio de la Organización.

Por el solo hecho de inscribirse, el participante declara lo siguiente:

- “Me encuentro en estado de salud óptimo para participar en la XVI Carrera Pencona que se celebra el 26 de mayo de 2024 siendo consciente del riesgo adicional que conlleva el hecho de que esta carrera tenga lugar en el medio rural natural, en lugares de difícil acceso. Por ello, asisto de propia voluntad e iniciativa asumiendo íntegramente los riesgos

y consecuencias derivadas de mi participación y en el caso de padecer alguna lesión o circunstancia que pudiera perjudicar gravemente mi salud me comprometo a ponerlo en conocimiento de la organización lo antes posible”.

- “El mero hecho de inscribirse en esta prueba supone la aceptación del presente reglamento. En cuanto a la exención de responsabilidad, ésta estará sujeta a lo establecido en los artículos 50.1 y 51.D del Real Decreto 2816/1982 de 27 de agosto por el que se aprueba el Reglamento General de Policía de Espectáculos Públicos y Actividades Recreativas”.

- “Durante el desarrollo de la competición contribuiré con la organización con los aspectos relativos a la seguridad y organizativos de la carrera y seguiré y acataré todas las decisiones de los responsables de la organización (jueces, médicos, organizadores)”.

- “Autorizo a que la organización haga uso publicitario de fotos, videos y cualquier otro tipo de material audiovisual en el que pueda figurar, aceptando la publicación de mi nombre y apellidos en el periodo de inscripción de la prueba, en la clasificación final del evento, en los medios de comunicación y/o Internet, sin esperar pago, compensación o retribución alguna por este concepto”.

Al inscribirse en la prueba XV Carrera pencona, y en cumplimiento de la Ley Orgánica 3/2018 del 11 de diciembre de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, los participantes dan su consentimiento para que los datos de carácter personal contenidos en la inscripción realizada, sean incluidos en un fichero para su tratamiento por la organización con finalidad exclusivamente deportiva,



promocional o comercial. En cumplimiento de la citada Ley, el participante tiene el derecho de acceder a estos ficheros con el objeto de rectificar o cancelar de forma total o parcial su contenido. Para hacerlo, se deberá solicitar por escrito al Ayuntamiento de Aldeanueva de la Vera Dirección: Calle Maestro Aparicio Nº 8, 10430, Aldeanueva de la Vera (Cáceres).

El Participante declara reconocer y aceptar que el Organizador tiene derecho a grabar y captar/fijar imágenes fijas y animadas del Evento (incluyendo su nombre y apellidos, sus palabras y su representación) que aparezcan en los diferentes equipamientos (en adelante "Las Películas y las Imágenes"). El Participante declara aceptar toda explotación, por parte del Organizador o de un tercero autorizado, de las Películas e Imágenes y de la totalidad o una parte de su contenido o extractos para las siguientes necesidades, sin limitación de duración:

- * difusión del Evento Carrera Pencona (es decir toda difusión en su totalidad o en extractos, en directo o en diferido, en cualquier medio de comunicación o de plataforma conocida o que se cree en el futuro, radiodifusión, teledifusión, cualquier comunicación o distribución móvil, digital, en circuito cerrado o en lugares públicos, por Internet o DVD);
- * explotación por parte de cualquier patrocinador, colaborador o proveedor del Evento en sus operaciones/campañas de comunicación institucional.
- * promoción de las futuras ediciones del Evento o de cualquier evento