



AYUNTAMIENTO  
DE ALPEDRETE

F.E.M.A.D.



S.E.M.E.D.

## VIIª CARRERA SOLIDARIA LAS DEHESAS 10/4Km.

24 DE OCTUBRE 2021. ALPEDRETE MADRID.

MESA REDONDA DE CARRERAS POR MONTAÑA

### REGLAMENTO

**FECHA DE CELEBRACIÓN:** 24 de OCTUBRE de 2021.

**LUGAR DE SALIDA:** Plaza de Francisco Rabal. Casa de Cultura de Alpedrete. Hora de salida 12,00 H. entrega de dorsales, 10h 30m a 11h 30m.

**RECORRIDO:** Carrera con recorrido mixto calles de Alpedrete y camino rural, estará marcado. Hay dos carreras una de 10km y otra de 4Km. Se pueden ver los recorridos en la WEB del Ayuntamiento de Alpedrete, en el Blog SEMED y en la WEB FEMAD/SEMED. (1)

**ORGANIZACIÓN:** (SEMED), Sociedad Española de Montañismo, Ayuntamiento de Alpedrete. FEMAD. Fundación Española de Montañismo y Deporte Adaptado.

**COLABORAN:** - El Corte Inglés. Protección Civil. Grupo Gourmets. Grupo Aneto. Centro Odontológico Retiro. Tassica Emergency, Master de Urgencias en Montaña y Medios Inhóspitos MUMMI. Sociedad Española de Medicina y auxilio en Montaña. SEMAM.

**INFORMACIÓN:** Blogs: <http://semed-femad.com>; Web FEMAD/SEMED.

Correo Electrónico: [semedsemedes@hotmail.com](mailto:semedsemedes@hotmail.com)

**SEÑALIZACIÓN Y CONTROLES:** El recorrido estará señalizado con trozos de cinta de plástico siendo **obligatorio el paso por todas las marcas que determinan el recorrido**, así como el paso e identificación del **Corredor con su dorsal visible en los controles establecidos**.

**NORMATIVA COVID 19:** En todo momento del desarrollo de la actividad se cumplirá la Normativa Oficial del COVI 19. Anexo Normas Generales COVID 19.

**NORMAS GENERALES:** Los "equipos escoba" o el responsable de cada control y la organización tendrán potestad para retirar de la prueba a cualquier participante si su tiempo o su estado de salud así lo aconseja. Aquellas personas que no puedan terminar la prueba por cualquier motivo, deberán comunicarlo a la organización.





**Quedará descalificado** todo el que no cumpla el presente reglamento, no lleve el material adecuado, no complete la totalidad del recorrido, **deteriore o ensucie el entorno**, no lleve su dorsal bien visible o desatienda las indicaciones de la organización o no cumpla la Normativa COVI19. **La Organización puede pedir el D.N.I, en cualquier momento.**

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.

Es necesario tener la condición física y estado de salud adecuado a las características de esta prueba, los corredores declaran que han efectuado los reconocimientos médicos pertinentes que les declaran aptos para realizar esta prueba. La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia, así como de los objetos de cada participante. **Los participantes exoneran a la organización de toda responsabilidad en caso de daños a terceros accidente o lesión.**

**INSCRIPCIONES:** Fecha de inscripción: A partir del 24 Septiembre. A las inscripciones realizadas a partir del 17 de Octubre no se garantiza la talla de la camiseta. **No se permitirá participar a los que no estén inscritos.**

**DORSALES:** En la meta de 10h30m a 11h30m del día 24 de Octubre, antes de la salida se darán los dorsales a los inscritos. **Treinta plazas estarán reservadas para corredores con discapacidad.**

**PRECIO:** El importe de la inscripción es de 10€, para la carrera de 10 Km y de 7€ para la 4Km. La opción de 4Km, se podrá hacer en forma de Marcha, sin Trofeos.

**El dinero recaudado, se invertirá íntegramente en subvencionar las actividades deportivas en montañismo por personas con discapacidad de la SEMED/FEMAD en el año 2021 así como el apadrinamiento de dos niños sin recursos, en NEPAL.**

**\*INSCRIPCIONES:** Se puede hacer por internet en:

- **WEB:** [youevent.es](http://youevent.es)
- **WEB:** [carreraspopulares.com](http://carreraspopulares.com)
- **Por transferencia:** A la cuenta corriente: nº00491834182210180679, mandando al correo: [semedsemedes@hotmail.com](mailto:semedsemedes@hotmail.com) , los datos que se indican en el modelo de inscripción que se acompaña y el justificante del abono de la inscripción realizada.

La SEMED y su Fundación FEMAD asociaciones sin ánimo de lucro en la que deportistas voluntarios, colaboran en difundir el deporte del montañismo en colectivos de personas con discapacidad, dependientes, mayores o con patologías añadidas en proyectos deportivos de integración social, en ascensiones y actividades sociales y científicas de base en España.





**AVITUALLAMIENTOS:** A los 5Km y Meta. **Debido a la pandemia se darán únicamente líquidos.**

**PREMIOS:** Trofeos a los tres primeros de cada categoría de ambas carreras.  
Sorteo de regalos entre los participantes presentes, en el mismo y con el dorsal.

## CATEGORIAS

- Juvenil Femenino/Masculino:** 14 a 17 años solo permitido con permiso de los padres.
- **Adultos Femenino/Masculino:** Hasta los cuarenta y cinco años, cumplidos dentro del año).
- Veteranos Femenino/Masculino:** De cuarenta y seis en adelante.
- Con discapacidad Femenino/Masculino:** de 18 años en adelante.  
(En este caso ponerse en contacto con la Organización, correo:semedsemedes@hotmail.com para inscribirse).

**VOLUNTARIOS:** Todas las personas que quieran colaborar en la Organización de esta actividad pueden hacerlo poniéndose en contacto con la Organización.

**COMENTARIOS FINALES.** La SEMED y su Fundación FEMAD son asociaciones sin ánimo de lucro en la que personas y deportistas voluntarios, colaboran en difundir el deporte del montañismo y senderismo en colectivos de personas con discapacidad, dependientes o con patologías añadidas en proyectos deportivos de integración social, en ascensiones y actividades sociales y científicas de base en España.

La SEMED/ FEMAD/ SENDEROS DE SALUD, junto con las organizaciones citadas, invita a participar en un día de montaña con la esperanza de compartir la misma ilusión deportiva.

**GRACIAS A TODOS POR LA COLABORACIÓN Y LA PARTICIPACIÓN EN ESTA ACTIVIDAD.**

**JOSE LUIS CARRASCOSA SANZ.**  
**Presidente de SEMED/FEMAD.**

### Cesión de derechos de imagen

Durante el evento deportivo se tomarán imágenes de los corredores y del entorno general de la carrera, con la inscripción los participantes, aceptan la cesión de derechos de imagen para el uso de las fotografías con el objetivo de la difusión de la actividad por parte de Fundación FEMAD y la sensibilización de sus grupos de interés en los diferentes canales de comunicación destinados a tal fin. Los datos cedidos para la inscripción serán empleados exclusivamente para la correcta organización del evento y comunicación de información y resultados, de acuerdo a la Normativa de Protección de Datos de Carácter Personal.

### Normas Generales Covid 19.

En la zona de recogida de dorsal, meta y en toda la carrera salvo en distancias superiores a los 2m, será imprescindible el uso de mascarillas. No se permitirá la participación en el evento a personas no inscritas. El uso de gel hidroalcohólico es necesario y la organización en los puestos que utilice facilitara por dispensadores su uso. Este año no existirá el tradicional refrigerio en la llegada y el avituallamiento será de líquido fundamentalmente.

### Seminario Carreras de Montaña.

Se realizara previo a la carrera en dependencias del Ayuntamiento de Alpedrete, será semipresencial con un aforo reducido y online abierto a todo el que quiera participar. La convocatoria se realizara el 5 de Octubre.





**HOJA DE INSCRIPCIÓN. -DATOS DE INSCRIPCIÓN.**

**VIIª CARRERA SOLIDARIA LAS DEHESAS 10/4Km.  
24 DE Octubre 2021. ALPEDRETE MADRID.**

**Datos para la inscripción.**

<b>DORSAL N.º</b> <b>ORGANIZACIÓN</b> _____
--

<b>CLUB DEPORTIVO – ASOCIACIÓN - INDIVIDUAL</b>
---

--

<b>DATOS DEL PARTICIPANTE. (2)</b>				
10K <input type="checkbox"/>		4 <input type="checkbox"/>		
<b>APELLIDOS Y NOMBRE</b>	<b>EDAD</b>	<b>TELEFONO MOVIL</b>	<b>EMAIL</b>	<b>TALLA CAMISETAS.</b>

- (1) El recorrido de 4Km, podrá hacerse como Marcha. Se deberá indicar al inscribirse
- (2) Para la comunicación de variaciones en la Normativa Oficial COVI 19 en su caso, es necesario para la inscripción, reflejar el teléfono y Correo Electrónico de cada participante.

