**REGLAMENTO**

**21K-10K ECO TRAIL DE LA RESERVA DE LA LAGUNA GARZÓN**

**FECHA**

26 de enero de 2019.

**LUGAR**

Reserva de la Laguna Garzón, Intendencia de Rocha, Uruguay.

**HORARIOS DE LARGADA**

21K - 16.00 h

10K - 16.00 h

**LARGADA / LLEGADA**

Reserva de la Laguna Garzón, Intendencia de Rocha, a metros del Hotel Flotante Laguna Garzón Lodge.

**DISTANCIAS**

21K

10K Promo Eco Trail

**CATEGORÍAS**

CABALLEROS

M18-29 21K

M30-39 21K

M40-49 21K

M50-59 21K

M60 y más 21K

DAMAS

F18-29 21K

F30-39 21K

F40-49 21K

F50-59 21K

F60 y más 21K

Promo Eco Trail Caballeros 10K

Promo Eco Trail Damas 10K

**EDAD MÍNIMA**

Los participantes deberán tener como mínimo 18 años cumplidos el día de la competencia para la distancia de 21K, y 16 años cumplidos para 10k Promo Eco Trail. Los menores de 18 años deberán presentar autorización escrita de sus padres para poder retirar el kit. Es obligación de los interesados, presentar el documento de identidad cuando la Organización lo solicite.

**CIRCUITO**

El circuito estará marcado con cintas que deberán seguir para encontrar el camino. La largada será en el Hotel Flotante Laguna Garzón Lodge y se realizará el primer tramo sobre la playa para luego adentrarse en el área protegida de la Laguna Garzón para finalizar recorriendo la orilla de la Laguna con llegada en el Hotel Flotante Laguna Garzón Lodge.

**HIDRATACIÓN**

21K y 10K

Existirán durante el recorrido un puesto de hidratación, aproximadamente en la parte media del recorrido y otro en la llegada. Recomendamos llevar cinto o mochila de hidratación a aquellos que consideren necesitar ingesta de líquidos antes de este punto.

**CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE**

La carrera se desarrollará en una zona protegida, por lo que el cuidado del medio ambiente es muy importante para la conservación del área.

Los elementos de hidratación que se entregarán durante el recorrido podrán ser transportados por el corredor hasta 100 mts posterior al puesto de abastecimiento, siendo este punto la última chance para dejar el envase entregado por la organización (vaso, botella, etc.) en los tachos de residuos colocados para tal fin. Respetando tirar los plásticos en el recipiente correspondiente para poder luego proceder a su reciclaje. Los únicos puntos para dejar residuos durante la carrera son los puestos de hidratación y un espacio de 100mts posterior al mismo, fuera de esos espacios está prohibido arrojar cualquier tipo de desecho.

**Quienes no cumplan con esta regla serán descalificados de la competencia sin excepciones.**

**INSCRIPCIÓN**

Cupos limitados hasta 600 participantes entre todas las categorías de ambas distancias.

Las preinscripciones se realizan online en [www.reduts.com.uy](http://www.reduts.com.uy). Al preinscribirse online se está aceptando por completo el reglamento de carrera.

Link de inscripción para la distancia 10K Promo Eco Trail:

<https://compras.reduts.com.uy/apresentacoes.aspx?LocalID=VAR&EspetaculoID=10K&Tag=VAR329>

Link de inscripción para la distancia 21K <https://compras.reduts.com.uy/apresentacoes.aspx?LocalID=VAR&EspetaculoID=21K&Tag=VAR329>

En caso de ausencia del participante a la competencia, la Organización no reintegrará las sumas abonadas en concepto de inscripción.

**COSTO DE INSCRIPCIÓN**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **General 21K Eco Tail** | **USD** |  | **Uruguayos Afiliados AUTRA 21K Eco Trail** | **USD** |
| hasta 30 Noviembre 2018 | **50** |  | hasta 30 Noviembre 2018 | **40** |
| hasta 31 de Diciembre 2018 | **60** |  | hasta 31 de Diciembre 2018 | **50** |
| hasta 25 de Enero 2019 | **70** |  | hasta 25 de Enero 2019 | **60** |
|  |  |  |  |  |
|  **General 10K Eco Trail** | **USD** |  | **Uruguayos Afiliados AUTRA 10K Eco Trail** | **USD** |
| hasta 30 Noviembre 2018 | **30** |  | hasta 30 de Noviembre 2018 | **25** |
| hasta 31 de Diciembre 2018 | **40** |  | hasta 31 de Diciembre 2018 | **35** |
| hasta 25 de Enero 2019 | **50** |  | hasta 25 de Enero 2019 | **45** |

**INCLUYE LA INSCRIPCIÓN**

Derecho a participar.

Seguro de Accidentes Personales Sancor Seguros.

Bolsa Kit con productos de los sponsors.

Número de corredor.

Chip de cronometraje.

Hidratación en carrera y llegada.

Medallas finisher.

Premios a los 3 primeros de la genera Damas/Caballeros.

Premios por categorías para 21k Eco Trail.

Premios a los 3 primeros de la general Damas/Caballeros.

Servicio de ambulancia.

Sorteo de importantes premios: bicicletas y otros productos.

Recuperación a la llegada con ProBoots.

**ENTREGA DE KITS**

La entrega de kits para ambas distancias se realizará en el lugar de la largada el día anterior a la prueba el viernes 25 de enero en el Hotel Laguna Garzón Lodge, de 14h a 19h. Recordar traer el ticket de inscripción impreso y/o código de pago enviado por email (en caso de la inscripción se haya realizado online sin retiro de tickets en boletería)y el Deslinde de Responsabilidad correspondiente impreso y firmado para poder retirar el kit. En caso de ser menor de 18 años deberá presentarse una autorización firmada por los padres.

**DESLINDE DE RESPONSABILIDAD**

A cada participante que se inscriba se le entregará un kit completo que consta de número de corredor y chip de cronometraje, además de otros materiales promocionales. Para dicha entrega el participante deberá presentar OBLIGATORIAMENTE el ticket de inscripción y/o código de pago enviado por email (en caso de la inscripción se haya realizado online sin retiro de tickets en boletería) junto al Deslinde de Responsabilidad de participante firmado.

Al recibir el kit se debe verificar que el número de chip coincida con el número de corredor asignado.

**IDENTIFICACIÓN**

El día del evento los participantes deberán exhibir el número de corredor  sobre la remera con la que correrán. El número es intransferible. Es OBLIGATORIO llevarlo en el pecho durante toda la competencia.

El uso del chip es también OBLIGATORIO para todos los participantes y debe ser colocado de la forma en que le sea indicado por la organización. El chip es personal e intransferible y deberá ser devuelto una vez finalizada la prueba.

**SISTEMA DE CLASIFICACIÓN**

Para la clasificación se usará un sistema automático de cronometraje mediante un chip identificador que el corredor deberá llevar durante toda la carrera, de la forma en que le sea indicado. El corredor deberá pasar por debajo del arco de Largada/Llegada y por el recorrido especialmente marcado. Si pasara por algún lugar no estipulado en el recorrido, no obtendrá su tiempo y puesto en la competencia, deslindando de toda responsabilidad a la Organización.

**Todo corredor que cruce la línea de llegada sin su nro/chip no será registrado en los resultados oficiales. Esta cláusula es inapelable.**

**PREMIOS GENERALES**

Se entregarán premios a los siguientes puestos en cada categoría (DAMAS /CABALLEROS).

Para recibir los premios el competidor deberá presentarse al momento de ser llamado, no se entregan y no se envían premios por ausencia del competidor.

Categoría 21K General: Damas/Caballeros

1º puesto

2º puesto

3º puesto

Categoría 10K Promo Eco Trail general: Damas/Caballeros

1º puesto

2º puesto

3º puesto

**PREMIOS POR CATEGORÍAS**

Se premiarán todas las categorías por rango de edad en damas y caballeros del 1er al 3er puesto para la distancia 21K.

**MEDALLAS**

Se entregará una medalla “finisher”, a cada uno de los participantes que haya realizado la inscripción correspondiente a dicha competencia y finalizado el recorrido.

**CLASIFICACIÓN**

La misma estará disponible a partir del mismo día de la competencia.

**SERVICIO MÉDICO**

El evento contará con el servicio de ambulancia y médico para atender cualquier emergencia durante el período de la competencia. En caso de accidente, la cobertura que brinda la Organización para la competencia, tendrá un alcance hasta que el participante ingrese al hospital más cercano al circuito de la carrera. La atención médica posterior está a cargo del participante, no resultando responsable el Organizador, ni los sponsors o auspiciantes de las consecuencias que pudieran resultar de dicha atención médica.

**CONTROLES DEL CIRCUITO**

Adicionalmente al sistema de chip mencionado anteriormente, contaremos con un estricto control de circuito efectuado por personal idóneo. De esta manera se podrá detectar cualquier fraude y descalificar a quien incurriera en falta. Dado que se trata de una zona protegida, este punto es de suma importancia para la preservación del lugar y no afectar el hábitat de las especies de la zona.

El recorrido será además auditado por AUTRA para asegurar el cumplimiento de las distancias establecidas en cada prueba.

**RECOMENDACIONES**

Efectuar un chequeo médico completo  antes de la participación.

Efectuar una adecuada planificación del entrenamiento.

Realizar un buen descanso el día previo a la prueba.

Recordar la importancia de realizar el precalentamiento.

Procurar una adecuada dieta los días previos a la prueba (rica en hidratos de carbono y poca grasa) e hidratarse correctamente.

**SUSPENSIÓN O POSTERGACIÓN**

No se suspende por lluvias, salvo en caso que, al momento de la prueba, la organización considere que el mal tiempo pueda poner en riesgo la integridad física de los participantes, en ese caso se suspenderá el evento.

La prueba puede suspenderse el mismo día de competencia por razones de fuerza mayor, que a las claras, pongan en riesgo la integridad de los participantes sin considerar un listado taxativo y a modo de ejemplo:

*Clima severo e intempestivo.*

*Tormenta eléctrica.*

El monto abonado por concepto de inscripciones, en el caso que el evento se postergue, se trasladará únicamente a la nueva fecha propuesta. Para el caso de suspensión durante la realización de la competencia no se devolverá el monto abonado por concepto de inscripción ni se trasladará a otra fecha o evento.

**RESPONSABILIDADES DEL  PARTICIPANTE**

Al inscribirse el participante acepta este reglamento, y deberá firmar y presentar el Deslinde de responsabilidad, el cual se encuentra en la página [www.prandisports.com](http://www.prandisports.com), para poder retirar el kit.

**MÁS INFORMACIÓN O CONSULTAS**

prandisports@gmail.com