

REGLAMENTO

El próximo sábado 5 de octubre se celebrará en Bielsa la **IV edición del TRAIL VALLE DE BIELSA DESAFÍO COMODOTO**, con diferentes distancias: 39K, 24K y 14K, organizada por el [Ayuntamiento de Bielsa](#) bajo la dirección técnica de [Fartleek Sport](#). La prueba está incluida en el calendario autonómico bajo el control técnico del Comité Territorial de Jueces de la [Federación Aragonesa de Atletismo](#).

ARTÍCULO 1: INFORMACIÓN GENERAL

La salida se producirá desde la [Plaza Mayor](#) de la localidad oscense de Bielsa. El orden de salida y las diferentes categorías serán las siguientes:

HORA	CATEGORÍA	EDAD	DISTANCIA	DESNIVEL	PREMIOS
08:30	TVB 39K GENERAL M Y F	18 y + años	39K	+2500D	Trofeo 1º 2º 3º
08:30	TVB 39K SÉNIOR M Y F	18-34 años	39K	+2500D	Trofeo 1º 2º 3º
08:30	TVB 39K MÁSTER A M Y F	35-44 años	39K	+2500D	Trofeo 1º 2º 3º
08:30	TVB 39K MÁSTER B M Y F	45 Y + años	39K	+2500D	Trofeo 1º 2º 3º
08:30	TVB 24K GENERAL M Y F	18 y + años	24K	+1700D	Trofeo 1º 2º 3º
08:30	TVB 24K SÉNIOR M Y F	18-34 años	24K	+1700D	Trofeo 1º 2º 3º
08:30	TVB 24K MÁSTER A M Y F	35-44 años	24K	+1700D	Trofeo 1º 2º 3º
08:30	TVB 24K MÁSTER B M Y F	45-54 años	24K	+1700D	Trofeo 1º 2º 3º
08:30	TVB 24K MÁSTER C M Y F	55 y + años	24K	+1700D	Trofeo 1º 2º 3º
09:00	TVB 14K GENERAL M Y F	18 y + años	14K	+1050D	Trofeo 1º 2º 3º
09:00	TVB 14K SÉNIOR M Y F	18-34 años	14K	+1050D	Trofeo 1º 2º 3º
09:00	TVB 14K MÁSTER A M Y F	35-44 años	14K	+1050D	Trofeo 1º 2º 3º
09:00	TVB 14K MÁSTER B M Y F	45-54 años	14K	+1050D	Trofeo 1º 2º 3º
09:00	TVB 14K MÁSTER C M Y F	55 y + años	14K	+1050D	Trofeo 1º 2º 3º
09:00	TVB 14K ANDADA	14 y + años	14K	+1050D	-

*Al tratarse de una prueba autonómica aragonesa, los/las atletas que pueden optar a los premios económicos, si los hubiera, son aquellos/as con licencia por la Federación Aragonesa de Atletismo (AR/ARF/TARA).

HORA	ENTREGA DE TROFEOS
14:00	Entrega TVB 14K .
15:00	Entrega TVB 24K .
17:00	Entrega TVB 39K .

Trofeos **NO** acumulables. Primero la categoría GENERAL y después las subcategorías.
Será obligatorio permanecer en la ceremonia de entrega de trofeos para recibir los premios.



ARTÍCULO 2: INSCRIPCIONES

Inscripciones ONLINE (hasta el 29 de septiembre): www.trailvalledebielsa.com

FECHA	TVB 14K ATLETAS FAA (AR-ARF-TARA) *	TVB 24K ATLETAS FAA (AR-ARF-TARA) *	TVB 39K ATLETAS FAA (AR-ARF-TARA) *	ATLETAS NO FEDERADOS FAA*
Hasta 05/08	22€	32€	46€	+4€
Hasta 05/09	27€	37€	51€	+4€
Hasta 29/09	30€	41€	55€	+4€
No se devolverá el dinero de la inscripción excepto en el caso de suprimir la prueba por motivos de seguridad. En caso de devolución ésta se realizará de forma íntegra excepto 4€ en concepto de gastos de gestión bancarios.				
No se admitirán inscripciones finalizado el plazo de inscripción por motivos de organización, salvo que la misma decida ampliarlo (se comunicará en la web de la prueba).				
El cambio de dorsal se permite hasta el domingo 29 de septiembre por causas justificadas.				
CAMISETA TÉCNICA: se entregará a todos los participantes inscritos la camiseta técnica conmemorativa de la prueba de la marca 42K, ideal para la práctica deportiva.				
*Únicamente serán válidas las licencias de la Federación Aragonesa de Atletismo (AR-ARF-TARA). No se aceptarán otras licencias.				
Habrá Comida Popular en las Piscinas de Bielsa desde las 13:00 horas . El coste de la comida para los acompañantes será de 12 euros.				
A los atletas que dispongan de Carné Joven Europeo de Aragón, se les descontará 4€ al precio de la inscripción.				

Horarios de recogida de dorsales y bolsa del corredor:

- **Viernes 4:** de 19:30h a 21:00h en el [Ayuntamiento de Bielsa](#).
- **Sábado 5:** de 07:00h a 08:30h en el [Ayuntamiento de Bielsa](#).

ARTÍCULO 3: SALIDA

CAJONES DE SALIDA:

De cara a una mejor organización de la zona de salida y para favorecer la participación de cada uno de los deportistas atendiendo a su nivel y características, se establecen estos cajones de salida:



1. Cajón VIP (Carrera Popular)

Se reservará un lugar en las primeras posiciones de salida para posibles "atletas ganadores" de la categoría general tanto en masculino como en femenino (estos deberán indicar esta posible condición en la web indicando los motivos que serán validados o no por nuestros técnicos).

El acceso a este cajón VIP deberá realizarse por delante del arco de salida (junto a las banderolas VIP) donde tendrán una zona específica para calentarse.

2. Cajón CORREDORES (Carrera Popular)

Por la parte trasera del arco de salida se habilitará una zona para la entrada del resto de participantes que realicen la prueba corriendo, situándose detrás del anterior cajón. La organización eliminará la barrera realizada con cinta de balizar entre cajones unos segundos antes del disparo de salida de la prueba.

3. Cajón ANDARINES

En el caso de que en la prueba haya categoría andada estos deberán realizar la entrada a su cajón de salida por detrás de los participantes corriendo para facilitar la salida de la prueba. En el caso de que el reglamento autorice participar con perro estos deberán situarse en la parte trasera de este cajón para evitar el posible estrés de los animales con la multitud.

La apertura de los diferentes cajones se realizará 10 minutos antes del comienzo de cada prueba.

ARTÍCULO 4: SEGUROS

Todos los participantes inscritos correctamente en la prueba estarán cubiertos con un seguro de responsabilidad civil y de accidentes. La organización dispone del correspondiente seguro de responsabilidad civil. Queda totalmente prohibida la participación de corredores no inscritos.

La organización recomienda hacerse una revisión médica y / o prueba de esfuerzo a todas aquellas personas que no hayan corrido una prueba de similares características anteriormente o lleven un período prolongado de tiempo sin realizar actividad física.

ARTÍCULO 5: ASPECTOS TÉCNICOS

Será descalificado cualquier atleta que, a sabiendas de su imposibilidad de participar, proporcione datos erróneos a la Organización, para poder hacerlo. Se debe recordar que las reclamaciones deberán hacerse ante el Juez Árbitro de la prueba, hasta 30 minutos después de hacerse pública la clasificación de la carrera.



5.1 MATERIAL OBLIGATORIO INDIVIDUAL

Se realizará control de material antes de la salida, además de controles aleatorios de material durante el recorrido, cada corredor debe portear su propio material obligatorio. En caso de no llevar alguno de estos materiales **EL PARTICIPANTE NO PODRÁ TOMAR LA SALIDA** y, además, podrá ser descalificado de la misma si la falta de alguno de ellos se produce durante la competición. El material obligatorio quedará definido en el reglamento y será recordado en el Briefing.

Material Obligatorio:	Material Opcional / Recomendable:
Mochila (Cinturón no válido).	Gorra de sol/Buf/Visera/Protección Solar.
1L de agua al comenzar la prueba.	Camiseta térmica.
Comida que cada participante considere necesaria.	Mallas largas.
Manta de supervivencia.	Chaqueta cortaviento o chubasquero
Sistema hidratación.	
Teléfono móvil con batería cargada.	
Silbato	

5.2 CRITERIOS AMBIENTALES

El entorno debe cuidarse y respetarse, en los avituallamientos habrá cubos de basura para tirar los desperdicios que se puedan generar debiendo el participante hacer utilización de los mismos o transportar su propia basura generada. La organización contará con un cierre de carrera que se encargará de eliminar todos los marcajes realizados.

5.3 ABASTECIMIENTOS Y ESTACIONES DE AYUDA

Atención importante en los avituallamientos **NO** habrá vasos para favorecer el cuidado del medio ambiente, por lo tanto, cada corredor deberá portar su vaso plegable, camelback o sus propios bidones para rellenar (como ya se ha indicado con anterioridad en el material obligatorio).

Abastecimientos TVB 14K:

- **Llanos de Diera, 8,2K:** agua, isotónico, frutos secos y gominolas.
- **Presa Pineta, 11,9K:** agua, gominolas y fruta.

Abastecimientos TVB 24K:

- ❖ **Lo Grau, 8,4K:** agua, isotónico, frutos secos, fruta.
- ❖ **Espierba, 10,2K:** agua, isotónico, frutos secos, fruta.
- ❖ **Llanos de Diera, 13K:** agua, isotónico, frutos secos y gominolas.
- ❖ **Presa Pineta, 16,8K:** agua, gominolas y fruta.
- ❖ **Musulié, 21,6K:** agua, isotónico, frutos secos y gominolas.



Abastecimientos TVB 39K:

- **Lo Grau, 8,4K:** agua, isotónico, frutos secos, fruta.
- **La Estiva, 13,5K:** agua, isotónico, frutos secos, fruta.
- **Ermita de Pineta, 18,6K:** agua, isotónico, frutos secos, fruta.
- **Espierba, 26,1K:** agua, isotónico, frutos secos, fruta.
- **Llanos de Diera, 28K:** agua, isotónico, frutos secos y gominolas.
- **Presa Pineta, 31,8K:** agua, gominolas y fruta.
- **Musulié, 36,7K:** agua, isotónico, frutos secos y gominolas.

Abastecimiento de meta para todas las distancias: Agua, frutos secos, fruta, snacks y otros.

- ❖ En cada zona de avituallamiento habrá dispuestas zonas de recogida de residuos, en las que el corredor deberá depositar obligatoriamente los desperdicios generados.
- ❖ Se dispondrá de 'sprays' antiinflamatorios en cada uno de los avituallamientos para aliviar el dolor de músculos y articulaciones en torceduras, esguinces o calambres, entre otras cosas.

5.4 TIEMPO LÍMITE Y BARRERAS DE CORTE

TVB 14K (corriendo y andando):

- Hora comienzo: 09:00h
- N° abastecimientos: 2
- Tiempo límite: 05:00h
- Hora límite llegada a meta: 14:00h

TVB 24K (corriendo):

- ❖ Hora comienzo: 08:30h
- ❖ N° abastecimientos: 5
- ❖ Tiempo límite: 5:30h
- ❖ Hora límite llegada a meta: 14:00h

TVB 39K (corriendo):

- Hora comienzo: 08:30h
- N° abastecimientos: 7
- Tiempo límite: 8:00h
- Hora límite llegada a meta: 16:00h

Barreras de corte 24K:

Se establecerá un punto de corte en la prueba:

- ❖ **Presa Pineta, Kilómetro 16,8**, donde el recorrido de las pruebas 24K y 39K se separan de la 14K. Aquel participante que su tiempo de paso sea superior a 3:50 horas deberá finalizar la prueba por el recorrido corto 14K (sin opción a premiación).



Barreras de corte 39K:

Se establecerán dos puntos de corte en la prueba:

- **Avituallamiento Lo Grau, kilómetro 8,4**, donde el recorrido de la prueba 39K se separa de la 24K. Aquel participante que su tiempo de paso sea superior a 2:15 horas deberá finalizar la prueba por el recorrido medio 24K (sin opción a premiación).
- **Presa Pineta, Kilómetro 31,8**, donde el recorrido de las pruebas 24K y 39K se vuelve a separar de la 14K. Aquel participante que su tiempo de paso sea superior a 6 horas deberá finalizar la prueba por el recorrido corto 14K (sin opción a premiación).

Este corte se realiza por motivos de organización y seguridad de los deportistas, dadas las condiciones de la prueba en la que se participa.

5.5 BOLSA DE VIDA PRUEBA 39K

Bolsa de vida de Espierba (kilómetro 26.1): El viernes 4 de 19:30h a 21:00h, durante la recogida de dorsales, se podrá dejar una bolsa de vida que será transportada a Espierba. La bolsa será dejada en el lugar habilitado para ello en la zona de salida / meta. La bolsa es propia y para identificarla habrá que utilizar una cinta que se recogerá en el mismo lugar y escribir en ella el número de dorsal correspondiente.

5.6 PENALIZACIONES (a estimación del jurado de la prueba)

- **Material obligatorio en la salida:** la organización junto con el jurado de la prueba hará un control del material obligatorio (total o parcial) indicado en este reglamento. Todo atleta que no disponga del material obligatorio en la salida no podrá participar en la prueba.
- **Material obligatorio en la meta (o puntos de control):** en caso de que un participante no cumpla la normativa de material obligatorio en meta será penalizado con un incremento de 30 minutos sobre su tiempo final.

No realizar el trazado previsto por la organización: si un participante no realiza el recorrido oficial de la prueba, será sancionado con 15 o 30 minutos de penalización a su tiempo final. El Juez Árbitro decidirá este incremento en función de la distancia y desnivel recorridos (valorando las ventajas adquiridas o no por el cambio de recorrido).

5.7 CHARLA TÉCNICA ('BRIEFING')

El viernes 4 de octubre a las 20:00h tendrá lugar para las tres distancias una charla técnica informativa sobre diversos aspectos de la carrera para todos aquellos participantes de la prueba que quieran asistir en el [Ayuntamiento de Bielsa](#).



5.8 OTRAS DISPOSICIONES

La participación en la competición supone la aceptación del presente reglamento. Todo lo no previsto en el mismo, será resuelto por el Juez Arbitro, de acuerdo con el reglamento en vigor de World Athletics, la RFEA y FAA. Se debe recordar que las reclamaciones deberán hacerse ante el Juez Árbitro de la prueba, hasta 30 minutos después de hacerse pública la clasificación de la carrera.

ARTÍCULO 6: CRONOMETRAJE Y RESULTADOS

El control de tiempos y puestos se realizará mediante el sistema cronometraje chip estando la empresa responsable del cronometraje **Fartleck Sport** homologada por la RFEA, con validación del jurado FAA. Los resultados del **IV TRAIL VALLE DE BIELSA. DESAFÍO COMODOTO** podrán verse en la página www.trailvalledebielsa.com.

ARTÍCULO 7: SERVICIOS AL CORREDOR

- ❖ Se dispondrá de **ambulancia con médico** en la zona de salida / meta y en otros puntos clave como Espierba y Ermita de Pineta
- ❖ **Vehículo 4*4** para acceder a los lugares menos accesibles del circuito.
- ❖ **Duchas y vestuarios** en las **Piscinas de Bielsa** desde las 07:30 horas.
- ❖ **Camiseta conmemorativa** de la prueba de la marca 42K.
- ❖ Todos los participantes recibirán una **caja del corredor** con diversos productos de patrocinadores y colaboradores.
- ❖ Cerveza Rondadora incluida en la **caja del corredor**.
- ❖ **Dorsal** personalizado.
- ❖ **Jornada de puertas abiertas** en el Museo de Bielsa.
- ❖ **Avituallamiento final en meta**: habrá un avituallamiento líquido y sólido (fruta, frutos secos, etc...) al llegar a la línea de meta para todos los participantes.
- ❖ Comida Popular en las **Piscinas de Bielsa** desde las 13:00 horas
- ❖ Servicio de **fotografía** de la prueba gratuito.
- ❖ Servicio de **video** de la prueba gratuito a cargo de Fartleck TV.



ARTÍCULO 8: RECORRIDOS

Recorrido 14K (Wikiloc)



1945 m

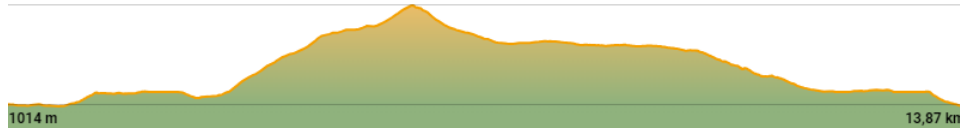
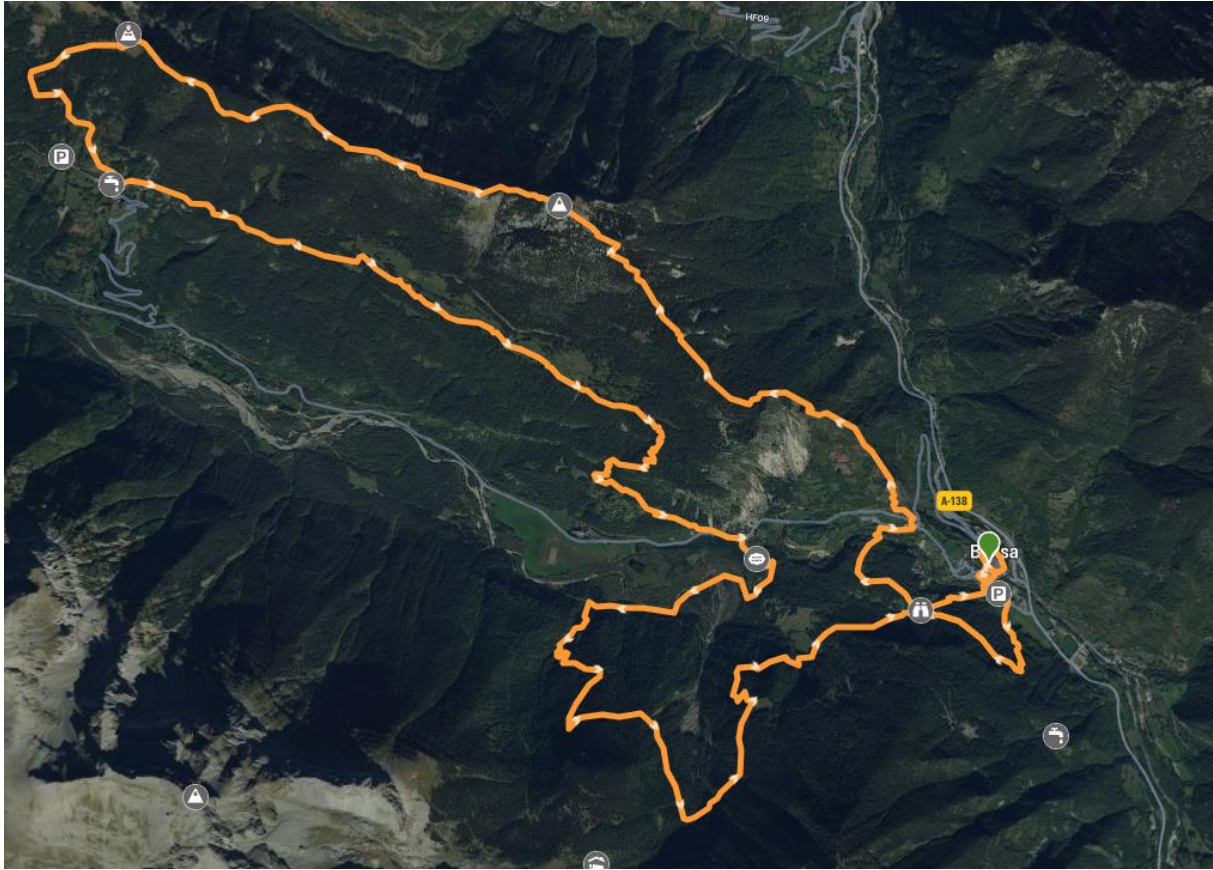


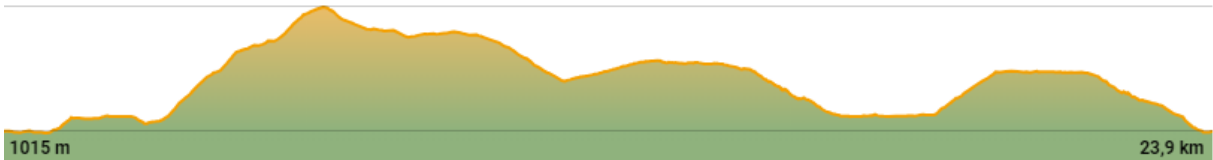
TABLA TÉCNICA TRAIL VALLE DE BIELSA DESAFÍO COMODOTO BY FARTLECK SPORT					
DISTANCIA	DESNIVEL	ALTURA INICIO	ALTITUD MÁXIMA	TERRENO	ZAPAS RECOMENDADAS
14K	+1050m	1028m	1945m	2% Asfalto 98% Pistas - Sendas	Trail



[Recorrido 24K \(Wikiloc\)](#)



2027 m



**TABLA TÉCNICA TRAIL VALLE DE BIELSA DESAFÍO COMODOTO
BY FARTLECK SPORT**

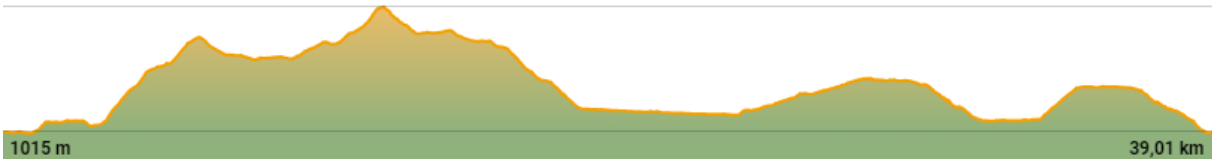
DISTANCIA	DESNIVEL	ALTURA INICIO	ALTITUD MÁXIMA	TERRENO	ZAPAS RECOMENDADAS
24K	+1700m	1028m	2027m	1% Asfalto 99% Pistas - Sendas	Trail



[Recorrido 39K \(Wikiloc\)](#)



2349 m



1015 m

39,01 km

**TABLA TÉCNICA TRAIL VALLE DE BIELSA DESAFÍO COMODOTO
BY FARTLECK SPORT**

DISTANCIA	DESNIVEL	ALTURA INICIO	ALTITUD MÁXIMA	TERRENO	ZAPAS RECOMENDADAS
39K	+2500m	1028m	2349m	1% Asfalto 99% Pistas - Sendas	Trail

