



## REGLAMENTO

La **ENTRE-TESLA** tendrá lugar el primer fin de semana de agosto, con salida y llegada en Medina de Pomar, discurriendo por el circuito que marca la organización bajo el siguiente reglamento:

1º .- La prueba se celebrará sobre un circuito de 14.300 metros, Andando o Corriendo, prácticamente sin desnivel acumulado.

2º .- Podrán participar todas las personas mayores de 18 años y menores acompañados (mínimo 10 años andando) y con autorización.

### 3º .- *Modalidades y Categorías*

(Los menores de 18 años, con autorización)

**Andando:** Categoría única, mayores de 10 años.

<b>Corriendo:</b>	masculino	femenino
	Junior (16-19 años)	Junior (16-19 años)
	Senior (20-39 años)	Senior (20-34 años)
	Vet.A (40-49 años)	Vet.A (35-44 años)
	Vet.B (50-59 años)	Vet.B (45-54 años)
	Vet.C (60-99 años)	Vet.C (55-99 años)

### 4º .- *Recorrido*

El trazado está señalizado mediante marcas de pintura, cintas plásticas, indicaciones de giros, avituallamientos, puntos kilométricos.

Habrán 3 puntos de control en el recorrido, siendo descalificado el que no cumpla el mismo.



Se deben respetar las normas de circulación al salir a tramos de carreteras aunque la organización disponga de personal en estos puntos. Cada participante es responsable de cumplir este apartado.

La organización dispondrá papeleras instaladas en los avituallamientos. Se agradece la colaboración de los participantes.

Durante la prueba habrá un servicio sanitario a disposición de los participantes, permanentemente comunicado con los puntos de asistencia y control.

El sábado día 4 se dispondrá de un plano donde se indicarán los lugares con acceso por carretera para ver a los participantes.

La carrera se cerrará a las 00:30 horas del domingo día 5.

### **5º . - Clasificación**

Habrá una clasificación general por cada modalidad.

En la carrera también habrá clasificación por categorías.

### **6º . - Premios**

Se podrán dar premios individuales absolutos masculino y femenino, así como a los primeros de cada categoría en la modalidad de carrera. Premio por participación en al menos 5 pruebas del circuito provincial de carreras Nocturnas, que se dará en octubre en el Real Monasterio de San Agustín.

### **7º . - Avituallamientos**

La organización dispondrá de 5 puntos de avituallamiento, 1 sólido-líquido y 4 líquidos en carrera, más 1 sólido-líquido en meta. La organización podrá modificar el emplazamiento o el número de éstos en función de las necesidades de carrera.



**8º** .- Durante la prueba la organización dispondrá de vehículos de asistencia permanente en el recorrido, además de vehículos en los avituallamientos para trasladar participantes retirados o lesionados hasta la línea de meta en Medina de Pomar.

**9º** .- La asistencia sanitaria será dispensada en Medina de Pomar, a parte de la proporcionada en la prueba.

**10º** .- Es obligatorio llevar frontal y el dorsal siempre bien visible, atender las indicaciones de la organización para el buen desarrollo de la prueba.

**11º** .- Respeta el entorno y ayuda a la organización con los medios que a tal fin se dispongan.

***12º .- Inscripciones***

(Hasta llegar a 500 participantes) \* A través de la página web [IDJ Diputación de Burgos.](#)

***13º .- Precio***

El precio será de 5 € e incluye, participar en la prueba, diploma, obsequio, avituallamientos, duchas, seguros y demás servicios que la organización dispondrá para la prueba.

**14º** .- La organización podrá realizar todas las modificaciones que considere oportunas para el buen desarrollo de la prueba.



## Programa

### **SÁBADO 4 DE AGOSTO DE 2018**

- **Entrega de dorsales Andando**, de 21:00 a 21:45 horas de la tarde, en el la Plaza Mayor.
- **Entrega de dorsales Corriendo** de 22:05 a 22:20 horas de la noche, en el la Plaza Mayor.

## Horarios:

- |                      |  |
|----------------------|--|
| - De 21 a 21:45 h    | Entrega de dorsales <b>Andando</b> .   |
| - 22:00 h.           | <b>Salida Andando 14,3 km.</b>         |
| - De 22:05 a 22:20 h | Entrega de dorsales <b>Corriendo</b> . |
| - 22:30 h.           | <b>Salida Corriendo 14,3 km.</b>       |

Los horarios podrán sufrir modificaciones.



**Consejos:** *Obligatorio llevar frontal o linterna* al desarrollarse por la noche y por terrenos difíciles. Se recomienda tener la condición física adecuada.

**Es aconsejable divertirse en todos los avituallamientos, así como en el resto del recorrido.** Cada participante podrá llevar el avituallamiento que estime oportuno personalmente.

Se recomienda la utilización de calzado adecuado y ropas necesarias según la climatología de la noche, así como un reconocimiento previo del recorrido.

**Telefono de información.**

\* Teléfono: 661422604

## ***ALOJAMIENTOS***

### **En Medina de Pomar:**

- |                           |                    |
|---------------------------|--------------------|
| * Restaurante El Olvido   | Tfno. 947 190 001  |
| * Hostal Linaje           | Tfno. 947 190 742. |
| * Restaurante La Tizona * | Tfno. 947 147 466. |
| * Hotel La Alhama         | Tfno. 947 190 846. |
| * Posada Graja Ribacardo  | Tfno. 947 131 406. |
| * Hostal Rural Villacovos | Tfno. 625 651 425. |
| * Restaurante El Molino   |                    |
| * Camping El Brezal       |                    |

### **En Villarcayo (a 8 Km. de la salida):**

- |                         |                    |
|-------------------------|--------------------|
| * Hotel Doña Jimena *** | Tfno. 947 130 563. |
| * Minihostal **         | Tfno. 947 131 540. |
| * Hotel Plati **        | Tfno. 947 131 015. |
| * Hotel La Rubia *      | Tfno. 947 130 260. |

### **Casas Rurales**

- |                              |                    |
|------------------------------|--------------------|
| * Consultar CEDER Merindades | Tfno. 947 130 197. |
|------------------------------|--------------------|

