

1. La prueba está organizada por La Asociación Deportiva Nisdafe y el Ayuntamiento de La Frontera con la colaboración de Gesportcanarias y la Federación de Atletismo así como diferentes empresas privadas.
2. La prueba SE DISPUTARÁ EL DÍA 24 DE ENERO DE 2009 a partir de las 9 horas y los participantes dispondrán hasta las 19.00 horas para completar la misma. Por lo tanto habrá un tiempo máximo de 10 horas para finalizar la prueba.
3. **INSCRIPCIÓN.** El plazo para formalizar la inscripción será desde el 15 de noviembre hasta el viernes 16 de enero de 2009 a las 20.00 horas. El número máximo de participantes será de 200 para la carrera de 42km y 100 para la de 28km, si alguna de las dos listas no se completara y la otra tuviera más peticionarios se añadirían dichas inscripciones siempre que se sobrepasen los 300 participantes en total. En el momento en que se alcance esta cifra se cerrará la inscripción.
La CUOTA DE INSCRIPCIÓN será de 25 Euros

La inscripción incluye:

- Avituallamiento líquido y sólido durante la carrera y en la llegada.
- Bolsa del corredor con material deportivo y productos de El Hierro.
- Cena de la Pasta la noche antes y Paella al finalizar la carrera.
- Fiesta Nocturna y exposición de fotografías (En Frontera)
- Traslados en guagua del aeropuerto a Frontera y regreso.
- Seguro de la prueba.
- Asistencia sanitaria.
- Transporte de ropa y bolsa personal hasta el punto más alto de la carrera. Este servicio se retirará al pasar el último corredor y se trasladará a meta.
- Camiseta conmemorativa y recuerdo de la prueba.
- Informe del tiempo realizado que se entregará finalizada la prueba.

Las inscripciones podrán realizarse de las siguientes formas:

- Rellenando y enviando el formulario a través de la página web y realizando el ingreso de la cuota de inscripción en la cuenta nº 2065 0067 63 3000224145.
 - Por fax, en el 922 253445, enviando la hoja de inscripción.
 - También podrá hacerse de forma directa en los siguientes puntos:
Ayuntamiento de La Frontera. (Departamento de Deportes)
Tiendas INTERSPORT (C. Comerciales de Tenerife y Gran Canaria)
Guzmán Sport. Pasaje Agüere s/n. La Laguna. Tel. 922 251186.
4. **RECORRIDO.** La prueba comenzará en el Canal de Frontera, pero se dará una presalida un km antes en la Plaza de Tigaday (Zona de META). El recorrido discurrirá casi en su totalidad por pistas forestales y senderos, sólo los dos últimos km son pavimentados. El recorrido estará señalizado en su totalidad mediante carteles, cinta de balizar y estacas de color naranja con el logo de la carrera serigrafiado. El rutómetro de la prueba es el publicado en la página oficial de la carrera. Cualquier cambio o modificación en el mismo se hará público por los mismos medios.
 5. **PARTICIPACIÓN.** La participación está abierta a todos los corredores, federados o no, que hayan formalizado debidamente su inscripción. No podrán participar los menores de 16 años, y los menores de edad sólo podrán hacerlo en la carrera de 28km y con autorización paterna . Para recoger la tarjeta y el dorsal

será imprescindible presentar el DNI de cada participante. Los dorsales y el chip se recogerán el viernes 23 de 11 a 20 h. en el Ayuntamiento de La Frontera.

Asimismo los participantes deberán depositar una fianza de 20 euros por el uso del chip que le serán devueltos al entregar el mismo al finalizar la prueba.

6. CATEGORÍAS. Las categorías que se establecen son las siguientes:

HOMBRES

Junior	16 – 17 años.
Absoluta	18 – 39 años.
Veteranos M 40	40 – 49 años.
Veteranos M 50	50 – 59 años.
Veteranos M 60	60 años y más

MUJERES

Junior	16 – 17 años.
Absoluta	18 – 39 años.
Veteranas	40 años y más.

Se entregarán tres trofeos por categoría, tanto masculina como femenina.

7. MATERIAL. Para participar en la prueba cada deportista deberá llevar consigo el material siguiente:

- Calzado y vestimenta adecuados para la práctica de carreras por montaña.
- Un dorsal que deberá llevar en un lugar visible durante toda la prueba para facilitar su lectura a los encargados de los controles y no podrá ser doblado ni recortado.
- Bebida y camelback o portabidón para portar la misma.
- Se autoriza asimismo el uso de bastones.

Antes de la salida se procederá al control del dorsal y del material. A todos los participantes que no cumplan con los requisitos referidos al material se le impedirá la participación en la prueba.

8. DESARROLLO DE LA PRUEBA. Para poder clasificarse los participantes deberán realizar íntegramente el recorrido y haber pasado por todos los puestos de control establecidos por la organización. Es responsabilidad de cada participante seguir el recorrido marcado. No respetarlo será causa de penalización o descalificación.

Los participantes, durante el recorrido, deberán seguir en todo momento las instrucciones del personal de los controles.

En caso de abandonar la prueba deberá indicarlo **OBLIGATORIAMENTE** en el puesto de control más cercano. El competidor asume toda su responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado.

9. CIERRE DE CONTROL. No se establecerán horarios de cierre de control, si bien es responsabilidad de los participantes que prevean que van a tardar más de 10 horas llevar un frontal o linterna, pues anochecerá a las 19.00 horas. La Organización mantendrá abierta la META y el personal de Control mientras hayan corredores participando.

- 10. CRONOMETRAJE.** La prueba estará controlada de modo electrónico con el sistema Championchip. En la bolsa de cada participante se encontrará el chip que deberá portar en todo el recorrido. La organización situará controles para asegurarse que todos los corredores completan el recorrido y registrar los tiempos de paso.
- 11.** Está terminantemente prohibido recibir ayuda externa o avituallamiento durante el desarrollo de la prueba fuera de los puntos dispuestos por la organización y descritos en la reunión informativa.
- 12.** Los participantes deberán mantener escrupulosamente limpio el entorno. Para ello se deberá comer y beber **SIN DEJAR UN SOLO ENVASE FUERA DE LOS RECIPIENTES** habilitados para ello. El incumplimiento de este punto implica la descalificación inmediata. Los avituallamientos dispondrán de una primera parte donde se recogerán la bebida y los alimentos y una segunda parte situada a 50 metros donde una persona de la Organización les indicará donde depositar los residuos que pudieran portar. Estará terminantemente prohibido traspasar dicho lugar sin haber depositado la basura en la papelera, siendo descalificado quien no cumpla esta norma.
- 13. SEGURIDAD.** La organización de la prueba garantizará la seguridad de los participantes disponiendo para ello las medidas y personal necesarios. Se contempla la presencia de vehículos oficiales, tanto de la organización como de medios de seguridad, debidamente identificados.
El recorrido no estará cerrado al tráfico por lo que hay que respetar el código de circulación y extremar las precauciones al cruzar la carretera o al llegar a algún cruce.
Los puntos exactos de cruce de carretera estarán cubiertos por personal de la organización y deberán ser conocidos por los corredores. Esta información está disponible en el apartado de descripción del recorrido.
El personal de control está facultado para indicar la conducta a seguir en todo momento a los participantes en caso de peligros objetivos, cambio de itinerario, accidente o en caso de abandono.
Un vehículo de La Cruz Roja hará las veces de vehículo escoba.
- 14.** Si las circunstancias lo requieren, se podrá interrumpir o neutralizar la prueba en un punto del recorrido. En este caso se clasificará según el orden y tiempo de llegada en dicho punto o en su defecto, en el último control realizado.
- 15.** Es responsabilidad de cada participante estar físicamente preparado para realizar la prueba. El personal médico tendrá potestad para retirar el dorsal a cualquier corredor cuando considere que su salud está en peligro.
- 16.** El Jurado de competición es el responsable de resolver las posibles reclamaciones derivadas del desarrollo de la competición, así como cualquier otra cuestión no contemplada en el presente reglamento. En caso de duda prevalecerá el criterio de la organización.