

A TENER EN CUENTA

Al desarrollarse la prueba dentro de un Parque Natural se adquieren unos compromisos cuyo cumplimiento requiere de vuestra colaboración en los siguientes puntos:

- Utilizar los abrevaderos, fuentes, etc, sólo para beber y refrescarse, y nunca para lavar botas, vestimenta u objetos.
- Seguir el trazado marcado por la organización, sin pisar las tierras de cultivo y cerrando las verjas metálicas.
- Los lugares dispuestos para el avituallamiento deben quedar mejor que como nos lo encontramos.
- Se prohíbe la difusión del track del recorrido por ser algunas zonas de propiedad privada y de protección medio ambiental, con permiso ocasional para el día de la travesía.

AYUDA A CUIDAR TU MEDIO AMBIENTE

INSCRIPCIONES E INFORMACIÓN

CUOTA DE INSCRIPCIÓN: 28,00 euros federados.
31,00 no federados

PLAZOS DE INSCRIPCIÓN:

Desde el 24 de agosto al 6 de septiembre de 2015:

Clubes con derecho de reserva según el Artículo 3.4 del Reglamento de la CATR 01/2015, con un máximo de ocho participantes por club.

Desde el 7 de septiembre al 13 de septiembre de 2015:

Resto de clubes y participantes federados individuales.

Desde el 14 de septiembre al 20 de septiembre de 2015:

Recepción de solicitudes individuales de participantes no federados.

No se devolverá ningún ingreso bancario realizado fuera del plazo establecido, en cuenta distinta de la indicada o sin la confirmación de la Organización.

Para formalizar la inscripción habrá que remitir al club organizador:

- 1.-Hoja de inscripción debidamente cumplimentada, individual o de grupo en los plazos señalados.
- 2.-Ingreso del importe en la cuenta indicada en la hoja de inscripción.
- 3.-Se debe remitir al correo electrónico: tignosa@tignosa.com el resguardo del ingreso y copia de la licencia federativa.

Inscritos: Rogamos confirmen la inscripción en el listado de inscritos de la web: www.tignosa.com

Información: (por la tarde, de 20:30 a 22:00 h.)

650083982 – 671110056

E-mail: tignosa@tignosa.com

PATROCINAN:



COLABORAN:



Diputación de Córdoba
Delegación de Juventud y Deportes



3 DE OCTUBRE DE 2015



ORGANIZAN:
GRUPO DE MONTAÑA TIÑOSA
FEDERACIÓN ANDALUZA DE MONTAÑISMO



www.tignosa.com

FEDERACION ANDALUZA DE MONTAÑISMO

REGLAMENTO

- Prueba deportiva no competitiva puntuable para la Copa Andaluza de Travesías de Resistencia para clubes de montaña.
- El número de participantes puntuables para la Copa por club irá en función de las plazas disponibles para los clubes que cumplan con las condiciones del Artículo 3.4 del Reglamento de la C.A.T.R. de 01/2015. Con un máximo de 8.
- Se requiere una buena condición física, equipamiento adecuado para lluvia y viento y frontal para las horas de marcha nocturna, material que podrá ser requerido por el árbitro de la FAM en los puntos de control.
- Los participantes deberán firmar con antelación una declaración en el que se hará constar que no poseen ninguna circunstancia que le impida la realización normal de la ruta.
- No se tramitará ninguna inscripción cuyo ingreso se haya realizado fuera del período de inscripción que le corresponda. Perdiendo el derecho a su reintegro.
- Habrá período de inscripción previo reservado a los Equipos de los Clubes que se acogen al Artículo 3.4 del Reglamento de la C.A.T.R.
- Cuota de inscripción: 28 euros federados, 31 euros no federados.
- Se levantará acta de clasificación por clubes con participantes oficiales y del resultado final de la prueba. Se hará constar relación de finalistas y de abandonos.
- Transcurre por el P.N. de las Sierras Subbéticas Cordobesas, en ocasiones por senderos señalizados.
- En la recepción será obligatoria, la presentación del D.N.I. y la tarjeta federativa de montaña en vigor.
- La participación estará limitada a 150 personas.
- La inscripción será efectiva por riguroso orden de recepción de la documentación requerida. Edad mínima, 16 años.
- No se tendrá derecho a la devolución del importe de inscripción después de las 20:30 h. del día 21 de sept.
- Miembros de la organización marcarán el ritmo de marcha para garantizar el horario previsto. Ningún marchador lo sobrepasará. El retraso de algún participante sobre ese horario implicará el abandono de la prueba. Habrá puntos de control que servirán de escape para aquellos que deseen abandonar la prueba.
- Cada participante será responsable de su correcta hidratación y alimentación, que deberá prever para toda la ruta.
- La organización proporcionará agua en puntos del recorrido, así como el desayuno, la comida al mediodía y varios

avituallamientos.

- El itinerario está exento de dificultad técnica y para evitar riesgo de pérdida se balizará algún tramo del recorrido.
- Habrá asistencia sanitaria, coches de apoyo, y servicios de duchas y aseos al final del recorrido.
- La prueba no se suspenderá por mal tiempo. Salvo por causas muy graves.
- La organización se reserva el derecho de modificar tanto el recorrido como el presente reglamento si por algún motivo fuese necesario.
- La participación en esta prueba conlleva la aceptación del presente reglamento.

PROGRAMA

VIERNES 2

Recepción de participantes: 2 de octubre de 20:00 a 23:00 horas, en la Plaza del Ayuntamiento de Cabra (Córdoba).

SÁBADO 3

Salida: Ciudad Deportiva de Cabra a las 4:30 h.

Llegada: Ciudad Deportiva de Cabra a las 19:30 horas.

Acto de Clausura: Ciudad Deportiva de Cabra a las 21:00 horas.

Obsequio de Camiseta Técnica para todos los participantes y diploma a los finalistas.

Alojamiento: días 2 y 3 en la Ciudad Deportiva de Cabra.

Por lo que deberán traer **saco y aislante**.

ITINERARIO

LUGAR: Parque Natural de las Sierras Subbéticas Cordobesas.

Distancia: 65 km

Duración Aproximada: 15:00 horas (13 horas serán de marcha).

Recorrido: CABRA (Ciudad Deportiva) – Camino San Marcos – Puerto del Mojón – Carretera del cortijo de Valdecañas – Puerto Escaño – CARCABUEY – Sierra de los Pollos – Puerto Cerezo – Vichira – GR7 – Los Villares – Camino Campanilla – CARCABUEY- Área Castillejo – Área El Palancar – Cortijo Navazuelo – Entrada carril de Las Navas – Cortijo La Viñuela - CABRA.

Altura Máxima: 1303 m - Altura Mínima: 478 m

Desnivel máximo: 825 m









Desnivel de ascenso acumulado: 2825 m

Desnivel de descenso acumulado: 2825 m

DIFICULTAD: Ver M.I.D.E. (3-2-3-5)

TIPO DE TERRENO: Pista terriza, camino y sendero de montaña.

M.I.D.E. (Método de Información De Excursiones).

 Medio. Severidad del medio natural	Se valorarán de 1 a 5 puntos, respetando estrictamente este manual de procedimientos.	MIDE Horario: 15:00 Horas Desnivel de ascenso acumulado: 2825 m. Desnivel de descenso acumulado: 2825 m. Distancia horizontal recorrida: 65 km.     Condiciones de verano, sin nieve, tiempos estimados según criterios MIDE, sin paradas.
 Itinerario. Orientación en el itinerario		
 Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento		
 Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario		

PERFIL DEL RECORRIDO

