

IX 2023

**SAN JORGE
DRAGON
Trail**

12 febrero
cotoccuadros

Molina de Segura

10k, 21k
Carrera

Marcha Pedestre
Cross Escolar

trailsanjorge.es




San Jorge

NUS
NEVER SURRENDER®



IX SAN JORGE TRAIL

12 de febrero de 2023

LOS CUADROS – Molina de Segura



MURCIA LIGA TRAIL RUNNING´2023

PRESENTACIÓN

San Jorge Trail'2023, cumple 9 años el próximo día 12 de febrero, después de un periodo de ausencia motivado por la pandemia, regresamos con la obligación de continuar ofreciendo a todos los amantes de la actividad física y el deporte, en plena naturaleza, un evento destinado a toda la familia.

Por lo tanto, animar a aquellas personas que todavía no han participado en nuestra prueba, a que nos acompañen, pues una vez que se siente, que se busca un objetivo a través del esfuerzo físico, que se involucra a más miembros de la familia, cuando todo ello coincide, provoca la necesidad de actuar aunque sólo sea un domingo diferente de cada mes de febrero.

Finalmente, con esa intención de continuar siendo un evento diferente y diferenciador del resto, continuamos con ese matiz familiar, ofreciendo la posibilidad de dejar a sus hijos, en el servicio de Atención a la Infancia, con personal profesional de la enseñanza al frente de dicho servicio.

Les esperamos.

CARACTERÍSTICAS DE LA PRUEBA

- **Fecha:** Domingo, 12 de febrero de 2023
- **Lugar:** Monte Público Los Cuadros (Molina de Segura)
- **Organización:** Club San Jorge. Colegio San Jorge. Urbanización La Alcayna – Molina de Segura, Murcia
- **Punto de Inicio de las diferentes pruebas:** Colegio San Jorge
- **Punto Final:** Colegio San Jorge

MODALIDADES Y PRUEBAS

Modalidades	Pruebas	Desnivel	Hora salida
CARRERA	21K	700 mts.	09.30h.
	10K	300 mts.	10.00h.
MARCHA SENDERISTA	21K	700 mts.	09.00h.
	10K	300 mts.	10.00h.

Nota: todas las modalidades y pruebas tienen previsto el cierre de meta a las 14.00 h.

CROSS ESCOLAR (Carrera categorías edad escolar). Hora salida: a partir de las 11.15 h.

CATEGORÍA	FECHA NACIMIENTO	DISTANCIA	HORARIO
Juvenil	2005-2006	2000 m	11.15
Cadete	2007-2008	2000 m	11.15
Infantil	2009-2010	2000 m	11.15
Alevín	2011-2012	1000 m	11.30
Benjamín	2013-2014	500 m	11.45
Prebenjamín	2015-2016	500 m	11.45
Chupetas	2017 y posteriores	250 m	12.00

PROGRAMA

DOMINGO 12 DE FEBRERO DE 2023

07:45-09:45 h. Recogida de dorsales. Colegio San Jorge

08:00-09:45 h. Desayuno para los participantes (café, chocolate y bizcocho)

09:00 h. Inicio Marcha SENDERISTA 21K.

09:30 h. Inicio carrera 21K.

10:00 h. Inicio Carrera/marcha 10K.

11:15 h. Inicio Kid Cross Escolar*

12:45 h. Comida para participantes

13:00 h. Entrega trofeos categoría escolar

13:15 h. Entrega trofeos categorías adultas

14:00 h. Cierre Control de Meta todas las categorías

* Los participantes del Cross Escolar, categoría chupetas, serán obsequiados con una medalla conmemorativa, y a partir de la categoría Prebenjamín en adelante, optarán a medalla SAN JORGE KID CROSS por categoría (no les incluye la comida ofrecida por la organización). Se podrán inscribir a la comida, previo pago de 6 €, el mismo día de la prueba, hasta las 10,00 horas.

DURANTE EL TRANCURSO DE TODA LA JORNADA HABRÁ EN LA ZONA DE META (Colegio SAN JORGE):

- Taller de Atención a la infancia (08,00 a 14,00 h.)

BOLSA PARTICIPANTE

Su Inscripción incluye:

- Desayuno.
- Avituallamientos líquidos y sólidos, durante y al finalizar la Prueba.
- Asistencia sanitaria (ambulancia, médico, enfermera, etc...).
- Servicio de Duchas nada más terminar la Prueba.
- Servicio de Masaje a cargo del equipo de fisioterapeutas.
- Uso gratuito de las Instalaciones Deportivas Colegio San Jorge (piscina climatizada). De 11.00 a 14.00 horas.
- Comida al finalizar la prueba (**ES NECESARIO CONFIRMAR EL MISMO DÍA DE LA PRUEBA, ANTES DE LAS 10,00 HORAS**).
- Optarán a las medallas por categorías.
- Camiseta técnica (*si eligen la opción en el proceso de inscripción*).

LUGAR DEL EVENTO

IX SAN JORGE TRAIL se encuentra ubicado en un entorno natural inmejorable, muy próximo a la capital murciana, en la Urbanización La Alcayna, Molina de Segura, Murcia. El punto de partida se sitúa en la institución educativa Colegio San Jorge (Avda. Picos de Europa, s/nº. Urbanización La Alcayna. Molina de Segura), discurriendo todo el recorrido por el monte público de Los Cuadros.

La llegada y toda la logística de las prueba se encuentra ubicada en el Colegio San Jorge.

CONTACTO

CLUB SAN JORGE.-
Avda. Picos de Europa, s/nº - Urbanización La Alcayna.
30507 MOLINA DE SEGURA (Murcia).
Telf.: 626475680 (17.30 a 19.30 lunes a viernes)
Email: informacion@trailsanjorge.es

REGLAMENTO GENERAL IX SAN JORGE TRAIL

INTRODUCCIÓN

SAN JORGE TRAIL es una Carrera de montaña incluida en la Liga de carreras de montaña TRAIL TOUR de la FAMU y se rige por este reglamento y el reglamento de la LIGA TRAIL-RUNNING de la Federación de Atletismo de la Región de Murcia. La prueba cuenta con dos distancias, una de 10Km y otra de 21Km (senderismo y carrera) con salida en horarios diferentes. Todos los participantes inscritos aceptan el reglamento y estarán obligados a cumplirlo y a respetar el medio por donde discurre el recorrido. La participación en cualquiera de las pruebas supone igualmente la asunción del riesgo que implica la realización de un esfuerzo físico que además se realiza en un medio que cuenta con posibles peligros derivados del terreno, de la flora y de la fauna.

La organización no suministrará envases de agua de un solo uso, debiendo los participantes contar con su propio sistema de hidratación o envase.

Art.1º.- ORGANIZACIÓN.

El Club San Jorge organiza la IX edición de SAN JORGE TRAIL, una entidad dependiente del centro educativo Colegio SAN JORGE junto a la Federación de Atletismo de la Región de Murcia. Con la colaboración inestimable del Excmo. Ayuntamiento de Molina de Segura, protección Civil, Policía Local, Cruz Roja, y como no, con el apoyo humano de la comunidad educativa del Colegio San Jorge (alumnos, profesores y AMPA), en colaboración con la Federación de Atletismo y el Excmo. Ayuntamiento de Molina de Segura.

Art.2º.- FECHA.

IX SAN JORGE TRAIL se celebrará el próximo día **12 de Febrero de 2023** para las diferentes modalidades. Las pruebas de Trail Running 10K y 21K son puntuables para la LIGA TRAIL-RUNNING, organizada por la Federación de Atletismo de la Región de Murcia.

Prueba	Hora salida
21K. Senderismo	09.00h.
21K. Carrera	09.30h.
10K. Senderismo	10.00h.
10K. Carrera	10.00h.



Distancia 10K

El recorrido discurre por senderos, pistas forestales y sendas del Monte Público Los Cuadros, sumando un total de 10 km., con 300 metros de desnivel acumulado, tanto de subida como de bajada, contará con 2 puestos de avituallamiento, coincidiendo uno aproximadamente con el punto kilométrico 5, más el avituallamiento final de meta, situado en el Colegio San Jorge. **La organización no suministrará envases de agua de un solo uso, debiendo los participantes contar con su propio sistema de hidratación o envase.**

Imagen del recorrido 10K



Perfil del recorrido 10K



Distancia 21 K

El recorrido discurre por senderos, pistas forestales y sendas del Monte Público Los Cuadros, sumando un total de 21 km., con 700 metros de desnivel positivo acumulado, tanto de subida como de bajada, contará con 4 puestos de avituallamiento coincidiendo aproximadamente con los puntos kilométricos, 5, 9,5 y 15, más el avituallamiento final de Meta. **La organización no suministrará envases de agua de un solo uso, debiendo los participantes contar con su propio sistema de hidratación o envase.**

Imagen del recorrido 21K



Perfil del recorrido 2



Art.4º.- CATEGORÍAS.

Se establecen las siguientes categorías: FEMENINA y MASCULINA

TRAIL RUNNING 30K

- Categoría Absoluta: que tengan 18 años o más el día de la realización de la prueba.
- Sub 23: desde el año de nacimiento de 2001 hasta el 2005.
- Senior: desde el año de nacimiento de 1989 hasta el 2000.
- Máster 35: desde el año de nacimiento de 1984 hasta el 1988.
- Máster 40: desde el año de nacimiento de 1979 hasta el 1983.
- Máster 45: desde el año de nacimiento de 1974 hasta el 1978.
- Máster 50: desde el año de nacimiento de 1969 hasta el 1973.
- Máster 55: desde el año de nacimiento de 1964 hasta el 1968.
- Máster 60: desde el año de nacimiento de 1963 y anteriores.
- Local: para los residentes en Molina de Segura.

TRAIL RUNNING 10K

- Categoría Absoluta: que tengan 15 años o más el día de la realización de la prueba.
- Infantil: año de nacimiento 2009 y 2010.
- Cadete: desde el año de nacimiento 2006 hasta 2008.
- Sub 23: desde el año de nacimiento de 2001 hasta el 2005.
- Senior: desde el año de nacimiento de 1989 hasta el 2000.
- Máster 35: desde el año de nacimiento de 1984 hasta el 1988.
- Máster 40: desde el año de nacimiento de 1979 hasta el 1983.
- Máster 45: desde el año de nacimiento de 1974 hasta el 1978.
- Máster 50: desde el año de nacimiento de 1969 hasta el 1973.
- Máster 55: desde el año de nacimiento de 1964 hasta el 1968.
- Máster 60: desde el año de nacimiento de 1963 y anteriores.
- Local: para los residentes en Molina de Segura.

MODALIDAD SENDERISMO (10K./21K.). Se establece como “no competitiva”, no existiendo trofeos por clasificación.

NOTA IMPORTANTE: *Los nacidos en el año 2010 y anteriores, podrán participar en la prueba de 10K. Running y Senderismo y 21K. Senderismo, previa autorización paterna.

Art.5º.- INSCRIPCIONES Y PRECIOS.

Todas las inscripciones podrán realizarse a través de la web **www.famu.es**, desde la publicación de este reglamento y hasta el día de cierre de las inscripciones o cuando se cubran las plazas previstas, fijándose tal día para el **MARTES 7 DE FEBRERO DE 2023, a las 23:59 horas, o cuando se agoten las plazas disponibles**, se establece como único medio de pago el sistema on-line de pago seguro TPV.

La participación está limitada a 600 corredores/as en total, para las dos pruebas 10K. y 21K.

La inscripción de los menores de 18 años deberá ir obligatoriamente acompañada del consentimiento paternal, debidamente cumplimentado (ANEXO I), acompañado por la fotocopia de los documentos de identidad de todos y cada uno de los firmantes y en caso de representante legal además deberá aportar documento acreditativo de tal condición.

Las Cuotas de inscripción son:

PRUEBA	FEDERADOS (Licencia FAMU, FEDME, CICLISMO O TRIATLON)		NO FEDERADOS	
	CAMISETA		CAMISETA	
	SI	NO	SI	NO
10K. Carrera/Senderismo	20	13	23	16
21K. Carrera/Senderismo	22	15	25	18

Los participantes deberán ser mayores de 18 años para la prueba de 21K. Carrera y mayores de 16 años para las pruebas 21K. Senderismo y 10K. Senderismo/Carrera.

Nota: los nacidos en el año 2010 y anteriores podrán participar en la prueba de 10K. Senderismo/carrera, previa autorización paterna.

No se procederá a la devolución del importe de la inscripción en caso de no participación, sea cual fuere el motivo. A cada corredor inscrito se le entregará un dorsal personalizado para lo que será imprescindible presentar el DNI y en el caso de estar federados, la ficha federativa. El dorsal se situará en el pecho de forma visible, sin doblar ni recortar. Previo a la salida se pasará un control de dorsales para acceder al recinto de los atletas. Para poder participar en la carrera todos los atletas llevarán el dorsal correctamente colocado, y la indumentaria y calzado apropiados para la carrera. Las condiciones físicas han de ser también las requeridas para la distancia y dureza del itinerario. A todo corredor que no cumpla con estas condiciones, a juicio de la Organización, se le impedirá participar. El importe de la inscripción da derecho a: a participar en la prueba, seguro de responsabilidad civil y de accidentes, avituallamientos sólidos y líquidos, prendas deportivas conmemorativas, existirá una zona de custodia para objetos de los participantes (Será imprescindible presentar el dorsal para depositar y recoger cualquier objeto) guardarropa, comida post-carrera (previa confirmación el día de la prueba), zona de fisioterapia en meta, vestuario duchas, aseos, y cuantos obsequios consiga la organización.

*No se realizará ninguna inscripción fuera de plazo ni el día de la carrera.

IMPORTANTE comprobar el estado de la inscripción antes del cierre de inscripciones a través del enlace de la página web de la FAMU, para solucionar posibles incidencias.

Art.6º.- SUPERVISIÓN.

La prueba estará supervisada por delegados y/o jueces federativos y personal de la organización, contando con el control de tiempos de empresa de cronometraje, la cual facilitará la edición de resultados y clasificaciones.

Toda reclamación deberá ser efectuada antes de 15´ después de ser publicados los resultados. En toda cuestión o duda que no esté contemplada en este reglamento se aplicará el criterio de la organización atendiendo a reglamentación de la RFEA y la IAAF.

Art.7º.- ENTREGA DE DORSALES.

Los dorsales se podrán recoger el sábado 18 de febrero, de 16:00 a 20:00 horas en y el día de la carrera desde las 7:30, hasta media hora antes del inicio de la prueba en la que participe.

La entrega de dorsales y bolsa del corredor estará en las instalaciones del Colegio San Jorge (Avda. Picos de Europa, s/nº. Urbanización La Alcayna. Molina de Segura).

Para la recogida de dorsales será OBLIGATORIO presentar el DNI o documento oficial que acredite la identidad, así como la licencia federativa, si es el caso.

NO SE PERMITIRÁ LA PARTICIPACIÓN DE NINGÚN CORREDOR SIN DORSAL POR MOTIVOS DE SEGURIDAD ya que no estarán cubiertos por los seguros de la organización y por lo tanto, serán retirados de la carrera aquellos que no porten su dorsal de forma visible.

Art.8º.- DISPOSITIVO MÉDICO Y DE SEGURIDAD.

La prueba cuenta con un dispositivo médico adecuado y con la colaboración de Cruz Roja, policía local, protección civil y miembros de la organización que velarán por el buen desarrollo de la prueba. Solamente podrán acompañar la prueba los vehículos que determinen la policía y organización.

Art.9º.- CONSIGNA, VESTUARIOS, ASEOS Y APARCAMIENTOS

Los corredores tendrán a su disposición un servicio de consigna GRATUITO que se registrará por el número de dorsal establecido en la zona de Salida. Además, la organización habilita los siguientes servicios para los corredores; aseos, situados en la zona de recogida de dorsales (junto a la Salida- Meta) duchas y vestuarios, a 300m, en la zona deportiva de la Casa del Agua y aparcamiento situado a 500 metros de la zona de Salida.

Art.10º.- PREMIOS.

Todas las categorías tendrán opción a premio con independencia que los corredores sean federados FMRM, FEDME o no (10k./21K. Carrera).

Además, se otorgarán tres premios: un obsequio/recuerdo al Club con mayor representación, un obsequio/recuerdo al senderista con mayor edad y otro para el senderista más joven que completen el recorrido de 21K.

Obsequios para los tres primeros y las tres primeras de la categoría corredor/a LOCAL.

Los resultados y premios de la Liga TTF 2023 se rigen por el reglamento establecido por la FAMU.

Bolsa del corredor para todos/as los deportistas participantes.

Para optar a los obsequios y premios será obligatorio asistir a la ceremonia de entrega que se celebrará al finalizar la carrera en la zona destinada al efecto por la organización, y/o enviar un representante autorizado en delegación. **Posteriormente no se entregará ningún obsequio.**

Art.11º.- NORMAS DE COMPORTAMIENTO Y MOTIVOS DE DESCALIFICACIÓN.

Normas de comportamiento:

- No se permite salir del sendero o recorrido marcado.
- Respetar el entorno y no tirar nada durante el recorrido.
- No se permite utilizar auriculares en la salida y en las zonas de abastecimiento.
- No usar bastones en la salida y cuidar de no entorpecer al resto de participantes si se usan durante el recorrido.
- Tener precaución con el resto de personas o usuarios del entorno (ciclistas, senderistas, motoristas).
- Llevar equipo adecuado (calzado y ropa deportiva) agua y botella o dispositivo de hidratación.
- Recomendamos llevar chubasquero y teléfono móvil para imprevistos.
- No está permitido correr con mascotas o acompañantes.

Motivos de descalificación:

- No realizar la totalidad del recorrido por el itinerario marcado por la organización.
- No pasar por el control de salida y por los que se habiliten durante el recorrido.
- Los "Corredores Escoba" o el responsable de cada control tendrán potestad para retirar de prueba a cualquier corredor si su tiempo en carrera o su estado de salud así lo aconseja.
- El corredor que se retire deberá avisar al control más próximo.
- Invertir más de 3,5 horas en el km 18, para distancia **21K. TRAIL.**
- Invertir más de 4,5 horas en el km 18, para distancia **21K. MARCHA SENDERISTA.**
- Invertir más de 1 hora en el paso del Km 4 o más de 2 horas, en el Km 7, para la distancia **10K.**
- No seguir las indicaciones de los delegados y/o jueces federativos o personal de la organización.

- No llevar el dorsal, completamente extendido en un lugar bien visible.
- Recibir ayuda externa salvo en los lugares autorizados por la organización.
- Participar con el dorsal de otro corredor o con un dorsal no autorizado por la Organización.
- Mostrar una actitud antideportiva o agresiva hacia cualquier miembro organizativo, equipo técnico, empresas vinculadas o colaboradores con la organización o hacia cualquier corredor de la prueba.

Los participantes no están autorizados para correr acompañados de mascotas, ni otras personas ajenas a la competición, en especial menores de edad, por cuestiones de seguridad, pudiendo ser descalificados por este motivo, y no figurarían en la clasificación final ni podrían acceder a ninguno de los premios u obsequios que la organización otorgue.

Art.12º.- COBERTURA.

Todos los participantes serán incluidos en una póliza de seguros de accidentes deportivos y estarán cubiertos ante los posibles accidentes que se produzcan como consecuencia de desarrollo de la carrera, y nunca como derivación de un padecimiento o tara latente, lesión, imprudencia, negligencia, inobservancia de las leyes y del articulado del Reglamento, indicaciones de la organización, etc., ni los producidos en los desplazamientos al y desde el lugar en que se desarrolle la carrera.

IMPORTANTE: *En caso de accidente se debe comunicar tal situación a cualquier miembro de la organización,* debiendo ser atendido en primera instancia por los servicios médicos de la organización quienes determinarán el grado de lesión e iniciar el protocolo de comunicación del parte de accidentado. El teléfono de urgencias para el día de la carrera es el 687493610.

Art.13º.- RESPONSABILIDAD.

Todos los participantes reconocen y confirman por el mero hecho de inscribirse y tomar parte en la salida que se encuentran en condiciones físicas adecuadas, y suficientemente entrenado para participar en la prueba. Que no padecen enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse y perjudicar gravemente a su salud o al resto de participantes de esta prueba y que, si se padeciera algún tipo de lesión, defecto físico o cualquier otra circunstancia que pudiera agravarse o perjudicar gravemente la salud al participar en esta prueba y/o en sus actividades paralelas, lo pondrá en conocimiento de la Organización, aceptando las decisiones que al respecto se adopten por los responsables del evento.

Art.14º.- DERECHOS DE IMAGEN.

Autorizo a los organizadores del evento a la grabación total o parcial de mi participación en el mismo mediante fotografías, películas, televisión, radio, video y cualquier otro medio conocido o por conocer y cedo todos los derechos relativos a su explotación comercial y publicitaria que consideren oportuno ejercitar, sin derecho por mi parte a recibir compensación económica alguna.

Art.15º.- MODIFICACIONES AL REGLAMENTO.

Todos los participantes, por el hecho de inscribirse, aceptan el presente reglamento y en caso de duda o de surgir alguna situación no reflejada en el mismo, prevalecerá lo que disponga el Comité Organizador. La organización se reserva el derecho a modificar el itinerario, horarios, avituallamientos e incluso el presente reglamento, si por causa justificada o de fuerza mayor fuera necesario o aconsejable.

Art.16º.- LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS.

De conformidad con la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, que regula la Protección de Datos de carácter Personal, todos los datos personales proporcionados en la ficha de inscripción serán incorporados a ficheros automatizados titularidad de la Federación de Atletismo de la Región de Murcia, debidamente inscrita ante la Agencia de Protección de Datos, y que cumplen las medidas organizativas y de seguridad exigidas por el Reglamento de Medidas de Seguridad regulado por el RD 1720/2007. Sus datos personales serán utilizados en los términos previstos por la legislación vigente, y

para la finalidad antes mencionada. Si lo desea, puede ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación, y oposición, que le son reconocidos por la citada Ley Orgánica. Para ejercitar este derecho deberá solicitarlo por escrito dirigido a la Federación de Atletismo de la Región de Murcia C/ Juan Carlos I, 15 – 30.009 Murcia.

En La Alcyna, a 10 de diciembre, de 2022.
LA ORGANIZACIÓN

ANEXO 1.-

AUTORIZACION PATERNA PARA MENORES DE 18 AÑOS

D./Dña. _____, con DNI _____, en calidad de PADRE, MADRE o TUTOR (indicar lo que procede), del MENOR _____, con DNI _____: Le autorizo a que participe en la Carrera "SAN JORGE TRAIL" que se celebrará el próximo 12 de febrero de 2023, en la prueba denominada "21K. Senderismo", "10K. Senderismo", "10K. Carrera" (indicar lo que procede), igualmente manifiesto mi conformidad a que los datos relativos a mi hijo/a, tutelado/a, que han sido reseñados en el formulario de la Carrera, sean comunicados a la Federación de Atletismo de la Región de Murcia FEME y/o entidad de seguros por ellos convenida o por la organización de la carrera, con la finalidad de suscribir el correspondiente contrato de seguro en el que conste como asegurado mi hijo/a, tutelado/a, con objeto de dar cobertura a los accidentes o lesiones que puedan producirse en la práctica deportiva en la que participa. Se extiende esta autorización para que se puedan tomar fotografías o video de su hijo/a, tutelado/a, y publicarlas en los medios de difusión del Club Organizador, siempre relacionado con el actual evento deportivo.

En _____, a ____ de _____ de 2023.

PADRE, MADRE o TUTOR

