

# REGLAMENTO COMPETICIÓN CRONOFERRATA

---



## 1º INTRODUCCIÓN

## 2º NORMAS BÁSICAS

## 3º MATERIAL REGLAMENTARIO

## 4º MANIOBRAS DE FERRATA

## 5º ADELANTAMIENTOS

## 6º SANCIONES Y PENALIZACIONES

## 7º RECORRIDOS

---

### 1. INTRODUCCIÓN.

---

La I Crono Ferrata Hermida`18 es un evento competitivo de montaña que implica una serie de riesgos que han de minimizarse. Por ese motivo se ha diseñado un reglamento específico para esta prueba que todos los corredores han de cumplir, sin excepciones. Jueces de carrera velarán por el cumplimiento del reglamento en todo momento y aquellos corredores que incumplan las normas establecidas serán eliminados inmediatamente, sin excepción. Las decisiones de los jueces serán incuestionables. La organización de este evento comparte una serie de valores que todo amante de la montaña debe de asumir como propios: Compañerismo, deportividad y aprecio por la naturaleza.

---

### 2. NORMAS BÁSICAS.

---

La I Crono Ferrata La Hermida`18 tendrá un recorrido exigente tanto a nivel físico como mental. Al ser una actividad que se desarrolla en altura, el factor psicológico es tan importante como el físico y no es recomendable para aquellas personas que sufran de vértigo. La novedad de esta prueba reside en la combinación de dos modalidades deportivas en montaña: escalada y Trail.

**Todos los participantes deben estar federados en cualquier modalidad de montaña.**

La carrera está dividida en dos partes bien diferenciadas, un primer tramo vertical ascendiendo la vía ferrata de La Hermida, con salida en la plaza del pueblo hasta cueva Ciloña y un segundo tramo, descendiendo desde cueva Ciloña hasta la plaza del pueblo.

El primer tramo atraviesa la vía ferrata hasta Cueva Ciloña, para ello los participantes deberán estar equipados con el material reglamentario y homologado. Una vez que se termina la ferrata, comienza el segundo tramo, un descenso de montaña muy vertical y exigente. El recorrido se completa con una aproximación a meta por carretera y pista de 1,5 kilómetros.

### **3. MATERIAL REGLAMENTARIO.**

---

El material necesario para participar en la I Crono Ferrata La Hermida`18 debe estar homologado y en buen estado. Se revisará el material antes de la salida por parte de la organización, así que todos los participantes deben asegurarse de que su equipo está en las condiciones óptimas para el ascenso de la vía ferrata. El material reglamentario y obligatorio será: Casco, arnés, disipador homologado para ferratas y cabo de anclaje. No estarán permitidos disipadores artesanales realizados con placas o nudos. El cabo de anclaje debe estar provisto de un mosquetón de seguridad, así como de otro tipo ferrata o HMS.

### **4. MANIOBRAS EN LA FERRATA**

---

Los corredores tendrán la obligación de utilizar la cinta disipadora en todas las zonas de la vía ferrata que estén equipadas. Se debe utilizar ambos mosquetones de la cinta disipadora para asegurarse al cable que recorre la vía. El cable de seguridad está fraccionado lo que requiere pasar los mosquetones de un fraccionamiento a otro. La maniobra correcta consiste en pasar un mosquetón primero y después el otro. El corredor debe estar asegurado al cable en todo momento, no cumplir esta norma producirá la eliminación del corredor.

El cabo de anclaje es un elemento esencial de seguridad, permite sujetarse a la pared en caso de necesidad y se utilizará en caso de adelantamiento en la vía ferrata.

**El uso del casco es obligatorio durante todo el recorrido, desde la salida hasta la llegada a meta.**

## 5. ADELANTAMIENTOS.

---

Los adelantamientos se permitirán en la vía ferrata siguiendo unas estrictas normas de seguridad. Muchos tramos de la vía ferrata ascienden paredes muy verticales en las que no hay espacio para adelantar. Para evitar que corredores más rápidos se vean frenados por otros más lentos se ha diseñado una regla de adelantamiento muy específica.

El corredor que sea alcanzado por otro corredor en la ascensión por la vía ferrata deberá facilitar en todo lo posible la maniobra de adelantamiento. Para ello cesará en su ascensión en el fraccionamiento siguiente y utilizará el cabo de anclaje para asegurarse a los escalones que recorren la vía. Esperará en el fraccionamiento a ser adelantado y continuará su marcha. Aquellos corredores que no faciliten el adelantamiento serán avisados por los jueces, con un máximo de dos avisos.

El corredor que adelanta deberá hacer notar su presencia y realizará el adelantamiento respetando las reglas de seguridad. En resumen, en los adelantamientos la cinta disipadora del corredor adelantado tiene que tener los dos mosquetones anclados al cable de seguridad y el cabo de anclaje fijado a un peldaño de acero. Por su parte, el corredor que adelanta también estará anclado a la vía en todo momento sobrepasando al otro corredor con precaución.

La organización considera que los participantes en este evento mantendrán unos valores de compañerismo y deportividad ejemplares asociados al deporte de montaña en general y facilitarán en todo momento los adelantamientos.

## 6. SANCIONES Y PENALIZACIONES.

---

Aquellos participantes que no cumplan las normas y reglas establecidas para este evento serán sancionados. Una sanción puede implicar la eliminación inmediata del corredor.

La organización considera que la seguridad es un elemento esencial y los jueces aplicarán a rajatabla el reglamento. Las infracciones se han dividido en GRAVES y MUY GRAVES.

Infracciones Graves:

- No facilitar el adelantamiento.
- Quitarse el casco.
- Arrojar basura. (Ej: Envoltorios de geles, envases, botellas...)

- Conductas agresivas o faltas de respeto hacia los jueces u otros participantes.
- No utilización por parte del corredor adelantado del cabo de anclaje.
- Sanciones: Primer aviso (tarjeta amarilla); segundo aviso (tarjeta roja), el corredor es eliminado.

Infracciones Muy Graves:

- No asegurarse a la vía ferrata en las zonas equipadas con cable de seguridad.
- No utilizar ambos mosquetones para asegurarse al cable de seguridad que recorre la vía ferrata.
- Conductas antideportivas que vayan en contra de los valores establecidos para este evento.
- Desviarse del recorrido establecido con la intención de conseguir un beneficio.
- Agredir, empujar o insultar a un juez u a otro participante.
- Cualquier otro motivo que la organización considere viola los valores y normas establecidas.
- Sanciones: Tarjeta roja, Eliminación inmediata.

## **7. RECORRIDO.**

---

La I Crono Ferrata La Hermida`18 es una competición que combina varias disciplinas de montaña. Por un lado, los corredores han de enfrentarse a una ascensión muy vertical utilizando la vía ferrata de La Hermida. En líneas generales, una vía ferrata es un camino o recorrido rocoso equipado con peldaños, clavos, puentes u otros accesorios que ayudan a salvar un desnivel determinado. La mayoría de las vías ferratas están provistas de un cable de acero fraccionado por tramos que permite a los usuarios asegurarse y evitar accidentes mortales. Al igual que otras disciplinas de escalada, las vías ferratas están graduadas en dificultad, siendo K1 una dificultad baja y un K6 una dificultad elevada. Al ser una actividad en altura, tanto el factor físico como el psicológico han de tenerse en cuenta.

Por otro lado, cuando los corredores terminen la vía ferrata, seguirán las indicaciones para descender un tramo clásico de carrera de alta montaña con mucha piedra suelta que requerirá mucha precaución por parte de los participantes.