

**Reglamento**

El próximo sábado 5 de septiembre se celebrará en Longás la IX edición de TRAIL “No hay pitera, subida al cielo de las Cinco Villas”. El Ayuntamiento de Longás y la Asociación Cultural Chinela organizan esta prueba bajo con la colaboración de [Fartleck Sport](#) , prueba que se incluye en el calendario de la Federación Aragonesa de Atletismo siendo designada Campeonato de Aragón de Trail.

**Artículo 1.- Información General No hay Pitera.**

El horario de comienzo de la prueba será las 10.00h (19K) y las 10.30h (11K) mientras que la hora de cierre de carrera de ambas pruebas será las 14.00h. La salida se producirá desde el pabellón de deportes.

**El trazado constará de un 90% de senda, recorriendo el Espacio Natural Protegido de la Sierra de Santo**

**Domingo.** El orden de salida y las diferentes categorías serán las siguientes:

| Hora   | Categoría  | Año Nac.    | Metros | Desnivel    | Trofeos  |
|--|--|-------------|--------|-------------|----------|
| 10:00  | General M y F  | 18 y + años | 19K    | +/- 1000 m  | 1º-2º-3º |
| 10:00  | Sénior M y F   | 18-34 años  | 19K    | +/- 1000 m  | 1º-2º-3º |
| 10:00  | Máster A M y F   | 35-44 años  | 19K    | +/- 1000 m  | 1º-2º-3º |
| 10:00  | Máster B M y F   | 45-54 años  | 19K    | +/- 1000 m  | 1º-2º-3º |
| 10:00  | Máster C M y F   | 55 o + años | 19K    | +/- 1000 m  | 1º-2º-3º |
| 10.30  | General M y F  | 18 y + años | 11K    | + / - 570 m | 1º-2º-3º |
| 10.30  | Sénior M y F   | 18-34 años  | 11K    | + / - 570 m | 1º-2º-3º |
| 10.30  | Máster A M y F   | 35-44 años  | 11K    | + / - 570 m | 1º-2º-3º |
| 10.30  | Máster B M y F   | 45-54 años  | 11K    | + / - 570 m | 1º-2º-3º |
| 10.30  | Máster C M y F   | 55 o + años | 11K    | + / - 570 m | 1º-2º-3º |
| 14:15  | <p align="center">Entrega de trofeos y Campeonato de Aragón.<br/>                     La entrega de trofeos se realizará sin público.<br/>                     Se llamará por megafonía a los tres primeros clasificados por categoría.<br/>                     Además la zona habilitada será al aire libre.</p> |             |        |             |          |
| <p align="center">Se dará un obsequio a los 3 clubes con mayor participación.</p>  |  |             |        |             |          |
| <p align="center">Campeonato de Aragón FAA de Trail Largo (19K) y Corto (11K)<br/>                     Recibirán medalla los 3 primeros atletas clasificados en la categoría (ver normativa FAA)</p> |  |             |        |             |          |
| <p align="center">Trofeos no acumulables, contabilizando en primer lugar categoría GENERAL.</p>  |  |             |        |             |          |
| <p align="center"><a href="#">19K Perfil y Ruta</a></p>  |  |             |        |             |          |
| <p align="center"><a href="#">11K Perfil y Ruta</a></p>  |  |             |        |             |          |

**Artículo 2.- Inscripciones (hasta completar 200 plazas).**

**ONLINE:** [www.nohaypiteralongas.com](http://www.nohaypiteralongas.com)

**PRESENCIALES:** [Fartleck Sport](#) (Tomás Bretón 46)

**Precio de la inscripción:**

|   | Hasta 23 de agosto | 24 agosto al 02 septiembre |
|---|--------------------|----------------------------|
| <b>Atleta Federado FAA</b>  | 20€                | 22€                        |
| <b>Atleta sin licencia FAA</b>  | +3€                | +3€                        |
| <b>Comida Popular Acompañantes</b>  | +10€               |                            |
| La inscripción incluye: camiseta técnica, bolsa de corredor con obsequios diversos,<br>y vale para la comida popular. |                    |                            |
| No se devolverá el dinero de la inscripción.<br>Excepto en el caso de suprimir la prueba por motivos de seguridad.    |                    |                            |
| El cambio de dorsal por razones justificadas se permite hasta el domingo 30 de agosto.                                |                    |                            |

**Entrega de dorsales:** se realizará el sábado 5 de septiembre desde las 08:00h hasta 30 minutos antes del comienzo de cada prueba en el pabellón del pueblo, debiendo entregar el resguardo de la inscripción o el DNI.

Se establecerá un sistema de elección de hora para la recogida del dorsal con el fin de evitar aglomeraciones y mantener la distancia social, siguiendo el protocolo de actuación del Covid-19.

**Artículo 3.- Seguros.**

Todos los participantes inscritos correctamente en la prueba estarán cubiertos con un seguro de responsabilidad civil y de accidentes. La organización dispone del correspondiente seguro de responsabilidad civil. Queda totalmente prohibida la participación de corredores no inscritos.

La organización recomienda hacerse una revisión médica y / o prueba de esfuerzo a todas aquellas personas que no hayan corrido una prueba de similares características anteriormente o lleven un período prolongado de tiempo sin realizar actividad física.

**Artículo 4.- Aspectos técnicos.**

**Previos**

Será descalificado cualquier atleta que, a sabiendas de su imposibilidad de participar, proporcione datos erróneos a la Organización, para poder hacerlo.

La participación en la competición supone la aceptación del presente Reglamento, se recomienda a los participantes llevar hidratación.

### Prueba

Marcaje de la prueba: el recorrido estará señalado mediante cintas, estacas, flechas y balizas (naranjas o verdes según la distancia), indicando también los puntos kilométricos y perfil.

Todos los corredores deberán pasar por los puntos de control establecidos por la organización, pudiendo ser eliminados en caso de no realizarlos.

Todo lo no previsto en este reglamento, será resuelto por el Juez Arbitro, de acuerdo con el reglamento en vigor de World Athletics, la RFEA y FAA. Se debe recordar que las reclamaciones deberán hacerse ante el Juez Árbitro de la prueba, hasta 30 minutos después de hacerse pública la clasificación de la carrera.

### Criterios Ambientales

El entorno debe cuidarse y respetarse, en los avituallamientos habrá cubos de basura para tirar los desperdicios que se puedan generar debiendo el participante hacer utilización de los mismos o transportar su propia basura generada. La organización contará con un cierre de carrera que se encargará de eliminar todos los marcajes realizados.

En la prueba de 19K se establece tiempo de paso de 2h en el primer paso por la zona del "Portillo" (Aproximadamente kilómetro 7) aquel atleta que supere ese tiempo deberá realizar obligatoriamente la prueba de distancia 11K o continuar la prueba de 19K sin dorsal.

### Artículo 5.- Cronometraje y resultados.

El control de tiempos y puestos se realizará mediante el sistema de cronometraje CHIP con revisión del jurado FAA. Los resultados de "No hay pitera Longas, subida al cielo de las Cinco Villas" podrán verse en la página [www.nohaypiteralongas.com](http://www.nohaypiteralongas.com) y en la web [www.federacionaragonesadeatletismo.com](http://www.federacionaragonesadeatletismo.com) , pasadas 48 horas de la finalización de la prueba, pudiendo comprobarse los resultados en la zona de la llegada habilitada para ello.

### Artículo 6.- Servicios al corredor

- Se dispondrá de ambulancia en la zona de salida / meta.
- Únicamente se habilitará el servicio de baños que serán desinfectados periódicamente.
- La inscripción incluye: camiseta técnica, bolsa de corredor con obsequios diversos, y vale para la comida popular.
- Se habilitarán diversas zonas de aparcamiento para participantes.
- **Comida popular:** se hará entrega a la finalización de la prueba de un kit de comida a cada participante en la puerta del pabellón, por tanto, **NO HABRÁ ZONA HABILITADA PARA COMER**, debiendo cada persona encontrar el sitio para comer manteniendo siempre la distancia social de

seguridad de 2m.

- Aquellas personas que no participen en la prueba podrán colaborar con la misma quedándose a comer por el precio de 10€ por persona y adquiriendo la camiseta de la prueba por el precio de 10€.
- **Avituallamientos**
  - **5K (a Paul d'enchargau, 11K y 19K):** agua (botella de 0,5l), bebida isotónica, fruta deshidratada y barrita energética.
  - **9K (Alto de San Domingo, sólo 19K):** agua (botella de 0,5l), bebida isotónica, fruta (plátano) y conguitos.
  - **14K (a fuen d'os berros 11K y 19K):** fuente para autoabastecimiento.
  - **16K (o paso d'as Argoatas 11K y 19K):** agua (botella de 0,5l), bebida isotónica, fruta deshidratada y conguitos o barrita energética.
  - **Meta:** agua (botella de 0,5l), bebida de recuperación y lacasitos o conguitos..
  - Los avituallamientos coinciden y son el mismo número para la carrera de 19k y la de 11k en el punto de a Paul d'Enchargau.

NOTA: EN AMBOS RECORRIDOS, SE CRUZAN VARIAS VECES, BARRANCOS Y EL PROPIO RIO, QUE NO COINCIDEN CON LOS AVITUALLAMIENTOS Y SUMA A LOS AVITUALLAMIENTOS DISPUESTOS.

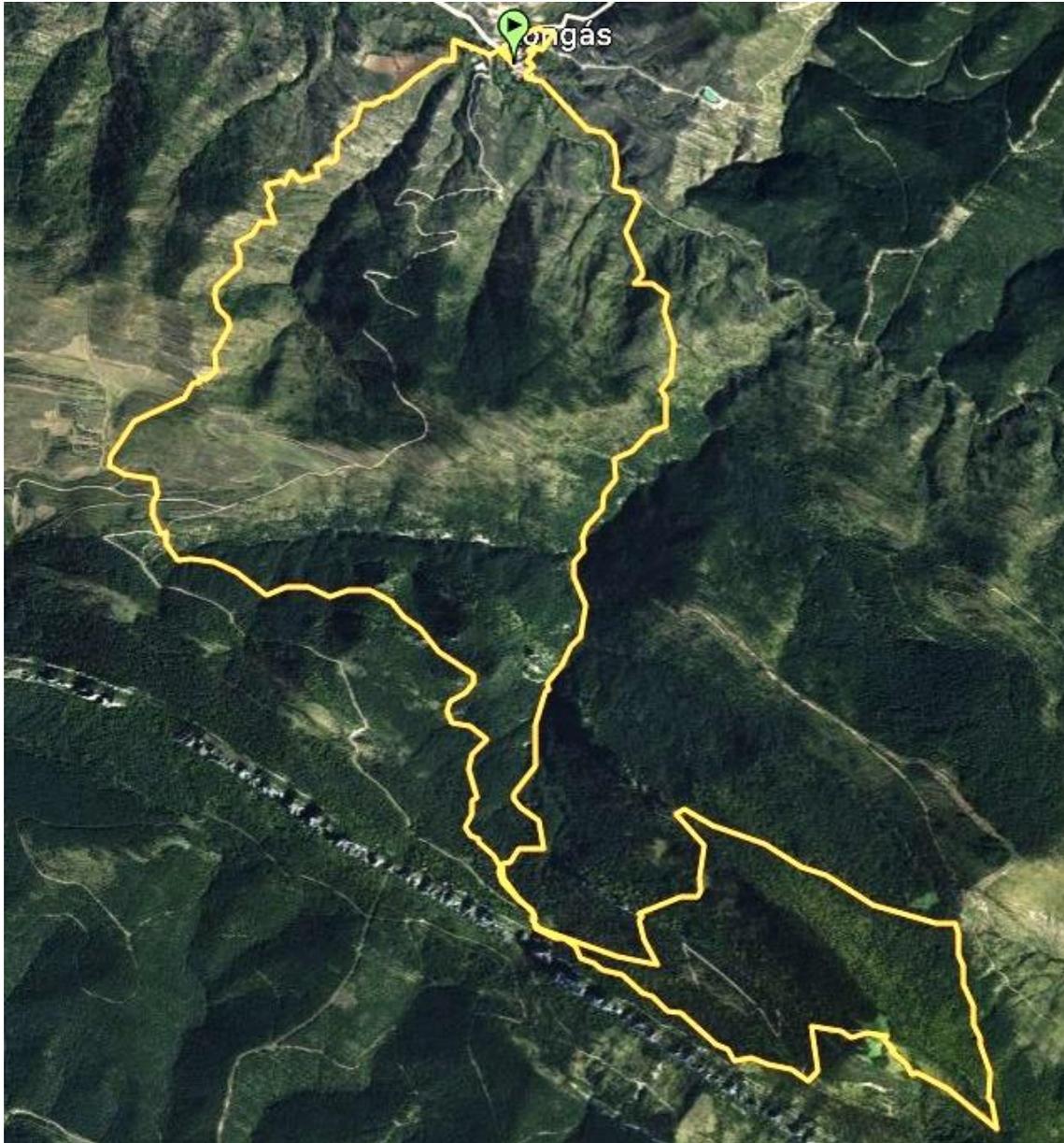
- **¿Cómo recibiré mi avituallamiento?**

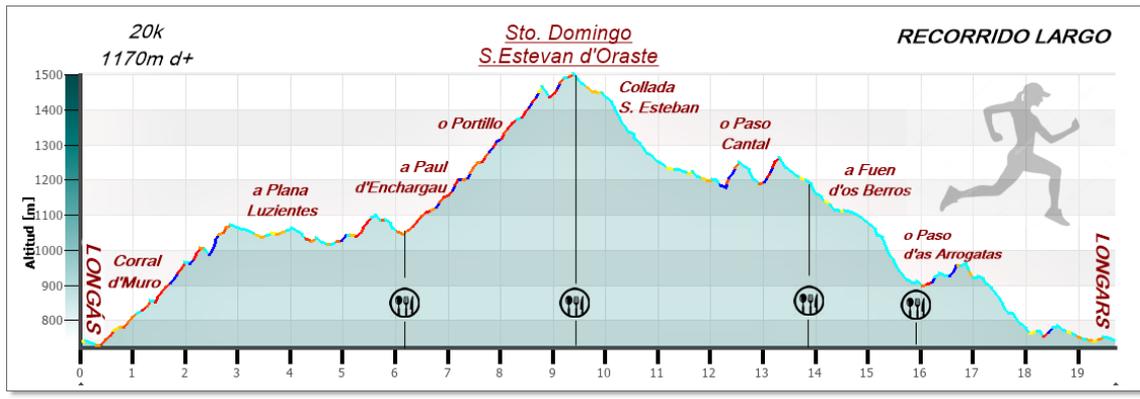
Al llegar a cada zona avituallamiento tendré una bolsa con un pack completo de avituallamiento. Será decisión de cada corredor elegir el lugar donde avituallarse respetando siempre la distancia de seguridad de 2m con el resto de participantes.

- Se recomienda llevar mochila propia para almacenar y llevar el avituallamiento individualizado que cada participante recibirá en las zonas habilitadas para ello debido al Covid-19.
- En cada zona de avituallamiento habrá dispuestas zonas de recogida de residuos, en las que el corredor deberá depositar los desperdicios generados.
- Autobús organización: suprimido por Covid-19

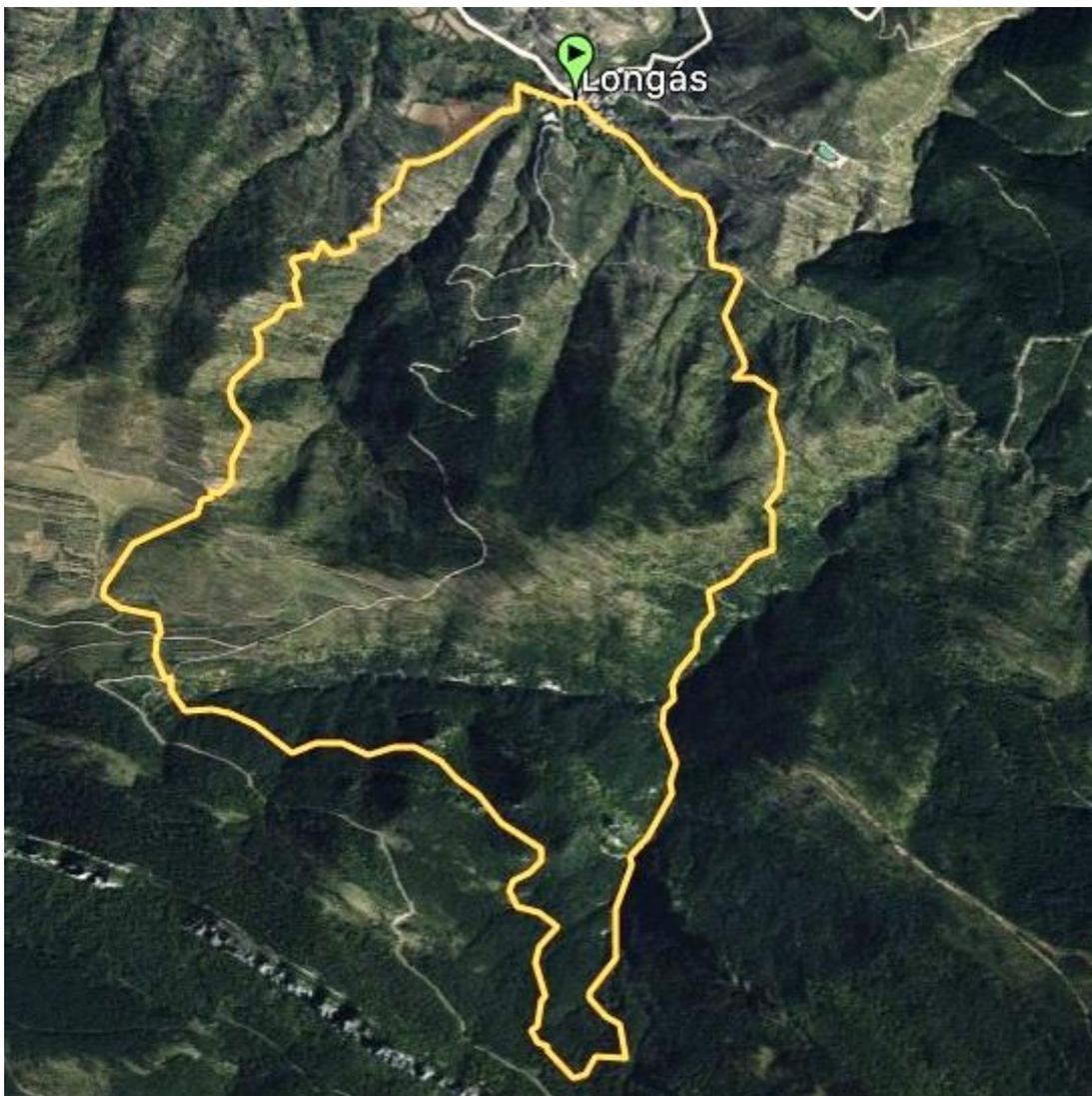
Artículo 7.- Recorrido

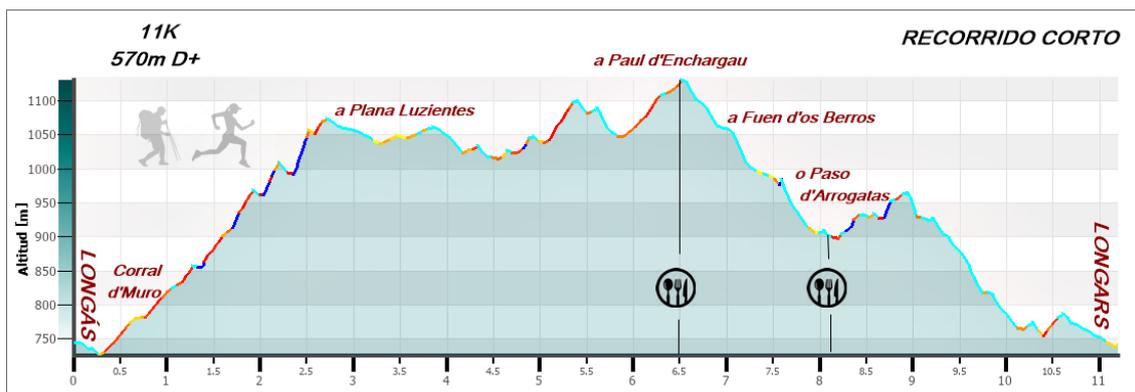
[19K \(Wikiloc\)](#)





[11K \(Wikiloc\)](#)





#### **Artículo 8.- PROTOCOLO FAA COVID-19**

La competición se desarrollará siguiendo el [protocolo FAA Covid-19](#), el cual debe tenerse en cuenta a la hora de preparar la prueba:

1. La organización delimitará zonas de entrada y salida a la hora de recoger los dorsales debiendo ser recogidos a la hora que cada corredor ha indicado en su inscripción, no pudiendo recogerse a otra hora de la indicada.
2. Todo participante deberá portar en todo momento mascarilla sin filtro la cual podrá retirarse 100m después del comienzo de la prueba y deberá volverse a colocar una vez entrada la meta.
3. Se debe respetar los 2m de seguridad en todas las zonas comunes.
4. Se establece una cámara de llamadas obligatoria con anterioridad a la salida debiendo acudir cada corredor a la misma 10 minutos antes de la salida.
5. La organización reservará varias plazas en cada distancia para los “posibles primeros clasificados/as”. El resto de participantes entrarán al cajón de salida en función de su paso por cámara de llamadas. En la zona de pre-salida no será posible intercambiar las posiciones.
6. Para recoger el dorsal y acceder a cámara de llamadas se establecerá un control de temperatura obligatorio que no deberá exceder de los 38°C. Aquel participante que supere este registro no podrá recoger el dorsal o, en su defecto, participar en la prueba.
7. Una vez finalizada la prueba el participante deberá recoger su avituallamiento y dirigirse a una zona abierta respetando de nuevo los 2m de seguridad.
8. No habrá servicio de guardarropa.
9. La organización publicará los resultados en varios puntos de la localidad y en la página web de la prueba, [www.nohaypiteralongas.com](http://www.nohaypiteralongas.com), para evitar aglomeraciones y respetar la distancia de seguridad de 2m.

**Artículo 9.- CAMPEONATO DE ARAGÓN TRAIL FAA**

La Federación Aragonesa de Atletismo organiza el 5 de septiembre el Campeonato de Aragón de TRAIL FAA durante la celebración del Trail No hay pitera, Subida al Cielo de Longás (Zaragoza). Quedando supervisada la realización del mismo a la situación actual sanitaria y a la autorización de Sanidad del Gobierno de Aragón.

El campeonato de realizará sobre dos distancias:

Larga 19K con desnivel positivo de  
+/-1000 metros. Corta 11K con  
desnivel positivo de +/-570 metros.

La inscripción de los atletas vendrá determinada por la organización, pudiendo participar en el Campeonato atletas con Licencia de Trail Running o atletas con Licencia de Atletismo, de Aragón. Se entregará medalla a cada uno de los tres primeros atletas federados (temporada 2020) clasificados en cada categoría.

Categorías (masculina / femenina): General

Sub Categorías (masculina / femenina): Sub-20, Sub-23 y Máster, esta última con las sub-categorías pertinentes:

| HOMBRES   | MUJERES              |
|---|----------------------|
| M-35 De 35 a 39 años                                  | W-35 De 35 a 39 años |
| M-40 De 40 a 44 años                                  | W-40 De 40 a 44 años |
| M-45 De 45 a 49 años                                  | W-45 De 45 a 49 años |
| M-50 De 50 a 54 años                                  | W-50 De 50 a 54 años |
| M-55 De 55 a 59 años                                  | W-55 De 55 a 59 años |
| M-60 De 60 a 64 años                                  | W-60                 |
| De 60 a 64 años Y así sucesivamente<br>de 5 en 5 años |                      |

Aquellos atletas ARAGONESES que hayan quedado entre los tres primeros del Campeonato de España de Trail Running de cualquier categoría de la temporada 2018-2019 tendrán la inscripción gratuita. También será inscripción gratuita para los tres primeros del Campeonato de Aragón de Trail FAA en la categoría general masculina o femenina de la última edición.

Para realizar la misma deberán solicitarla correo [faa@federacionaragonesadeatletismo.com](mailto:faa@federacionaragonesadeatletismo.com) con fecha límite el próximo 31 de agosto, con posterioridad a esta fecha podrán realizar la inscripción del mismo modo que el resto de participantes.

**CTO. ESPAÑA POR FEDERACIONES AUTONÓMICAS TRAIL RUNNING****13 de diciembre de 2020 (Zahara de la Sierra-Cádiz)**

Como consecuencia de la situación de incertidumbre que vive la celebración de eventos deportivos a día de hoy, es complicado para la Dirección Técnica de la FAA fijar unas competiciones concretas para la elaboración de las selecciones que acudirán al campeonato.

Por ello, se irán publicando dependiendo de las pruebas que se vayan a celebrar, cuáles de ellas serán referentes para la elaboración de la selección.

1ª competición de referencia Sábado 5 de septiembre de 2020: [IX Trail No hay pitera. Subida al Cielo de las Cinco](#)

[Villas de Longás 11K 19K. C \(Auton\)](#)

**CRITERIOS SELECCIÓN**

-Los atletas de categoría absoluta deberán participar en las pruebas largas del evento (salvo se indique lo contrario).

-Los atletas de categoría promoción deberán participar en las pruebas cortas del evento.

**Categoría Absoluta Masculina y Femenina:** Hasta cinco atletas seleccionables.

**Categoría Promoción Sub 20 y Sub 18 Masculina y Femenina:** Hasta tres atletas seleccionables.

En toda competición se aplicará el PROTOCOLO FAA COVID 19 ([ENLACE](#))