REGLAMENTO OFICIAL
“Del mar al techo de Ceuta”
1er Memorial Capitán Álvaro García

1. Descripción y fecha

La prueba “**Del mar al techo de Ceuta. 1er Memorial Capitán Álvaro García**” es una carrera por montaña, en formato cronoescalda, organizada bajo normativa general de la FEDME, adaptada a las características específicas del evento.

Se celebra el día 12 de diciembre de 2026.

Lugar y hora de salida: Playa de Calamocarro, a las 11:00 h.

2. Descripción de la prueba

- Modalidad: **Carrera vertical por montaña**
- Desnivel positivo: **349 metros**
- Formato: **Contrarreloj individual**
- Salidas: **Cada 30 segundos**
- Lugar salida: Aparcamientos de la N-354 junto al acceso de la playa de Calamocarro, frente a la subida para el centro de menores Punta Blanca.
- Recorrido: Íntegramente señalizado y controlado por la organización.
- Descripción: salida cruzando la carretera hacia el centro de menores Punta Blanca, subida por el sendero frente al merendero, cruce perpendicular de la pista de la Lastra hacia el cortafuegos, subida del cortafuegos, cruce de la carretera hacia el vallado del acuartelamiento García Aldave, sendero paralelo al vallado hasta la Torre de Anyera y meta.

3. Participación

La prueba está abierta a corredores/as desde categoría **Junior hasta Veterano C**, según reglamento oficial de la FEDME.

GENERAL ABSOLUTA	**MASCULINA**	**1º, 2º Y 3º**	**19 AÑOS EN ADELANTE**
	FEMENINA	**1ª, 2ª Y 3ª**	
JUNIOR	**MASCULINA**	**1º, 2º y 3º**	**19 – 20 AÑOS**
	FEMENINA	**1ª, 2ª Y 3ª**	
PROMESA	**MASCULINA**	**1º, 2º y 3º**	**21,22,23 AÑOS**
	FEMENINA	**1ª, 2ª Y 3ª**	
SENIOR	**MASCULINA**	**1º, 2º y 3º**	**A PARTIR DE 24 AÑOS**
	FEMENINA	**1ª, 2ª Y 3ª**	
VETERANOS/AS A	**MASCULINA**	**1º, 2º y 3º**	**40 A 49 AÑOS**
	FEMENINA	**1ª, 2ª Y 3ª**	
VETERANOS/AS B	**MASCULINA**	**1º, 2º y 3º**	**50 A 59 AÑOS**
	FEMENINA	**1ª, 2ª Y 3ª**	
VETERANOS/AS C	**MASCULINA**	**1º, 2º y 3º**	**A PATIR DE LOS 60 AÑOS**
	FEMENINA	**1ª, 2ª Y 3ª**	

DIVERSIDAD FUNCIONAL

Se establecen las siguientes categorías:

Diversidad Funcional Física
Diversidad Funcional Psíquica
Diversidad Funcional Sensorial
Diversidad Funcional Visual (Barras direccionales con guía/as)
Diversidad Funcional Asistida (sillas y carros impulsados)

4. Modalidades

Se establecen cinco modalidades de participación:

- **Con licencia federativa FDMEC**
- **Resto de federados**
- **No federados**
- **Adaptada**
- **Militares**

5. Premios

- Trofeo para los **3 primeros clasificados/as de cada categoría.**
- Trofeo para primer clasificado masculino y femenino categoría adaptado.
- Trofeo para primer clasificado masculino y femenino categoría Militar.
- Obsequio/recuerdo para **todos los participantes**.

La entrega de trofeos será en el **Acuartelamiento 'García Aldave'** a partir de las 13:00 h.

6. Inscripciones

Las inscripciones se realizarán exclusivamente a través de la plataforma de cronometraje:

- Mis Tiempos con Chip

Precios

- **Federados FDMEC**: 10 €
- **Federados Montaña**: 12 €
- **Militares y No federados** : 15 €

7. Servicios al corredor

La organización proporcionará:

- **Recogida y transporte de ropa seca** desde salida hasta meta
- **Avituallamiento sólido y líquido en meta**
- **Servicio sanitario** durante el evento
- **Control de tráfico** en cruces de carretera

- **Voluntarios distribuidos en el recorrido**

8. Normativa de carrera

Normas de comportamiento:

- Es **obligatorio ceder el paso** al corredor que adelanta, desplazándose hacia la derecha
- Está **prohibido ayudarse agarrándose de la vegetación** (ramas, arbustos, etc.)
- Queda **terminantemente prohibido arrojar residuos** en el entorno natural

Uso de bastones:

- El uso de bastones está permitido y queda a criterio de cada deportista.
- De usarse, deberán llevarlo durante todo el recorrido, quedando prohibido el abandonarlos en cualquier sitio.
- Mantener distancia (≈3 m) siempre que sea posible o dejar de usarlos momentáneamente al adelantar.

El incumplimiento de estas normas supondrá la **expulsión inmediata.**

Seguridad:

- En caso de problemas físicos:
    - Siempre que sea posible, el participante deberá situarse en un lugar que **no interfiera en el recorrido**
- Está prohibido:
    - **Descender por el circuito en sentido contrario**
    - **Obstaculizar a otros participantes**

10. Responsabilidad del participante

Todos los participantes, al formalizar su inscripción, declaran:

- Estar en **perfectas condiciones físicas** para realizar la prueba
- Conocer la dureza y características del recorrido

- Eximir de responsabilidad a la organización ante:
    - Accidentes
    - Lesiones
    - Daños propios o a terceros derivados de la participación

11. Aceptación del reglamento

La inscripción implica la **aceptación íntegra del presente reglamento**.

12. Modificaciones

La organización se reserva el derecho de:

- Modificar el recorrido
- Alterar horarios
- Suspender la prueba por causas justificadas (meteorológicas o de seguridad)