



REGLAMENTO IX EDICIÓN DE LA CARRERA CÍVICO-MILITAR "DESAFÍO DE LOS 300"



ÍNDICE

1.- GENERALIDADES	3
2.- MODALIDADES DE CARRERA	3
3.- NORMAS GENERALES	4
4.- HORARIOS	5
5.- INSCRIPCIONES Y PRECIOS	5
6.- RECOGIDA DE DORSALES E IDENTIFICACIÓN	6
7.- COMITÉ DE ORGANIZACIÓN	7
8.- JUECES DE LA CARRERA	7
9.- PENALIZACIONES	8
10.- DESCALIFICACIONES	10
11.- RECLAMACIONES Y APELACIONES	11
12.- AVITUALLAMIENTOS	12
13.- CATEGORÍAS Y PREMIOS	12
14.- REGOGIDA BOLSA FINISHER Y ENTREGA CHIP	13



15.- GUARDARROPA13

16.- PROTECCIÓN DATOS CARÁCTER PERSONAL14

17.- DERECHOS DE IMAGEN14

18.- RESPONSABILIDADES15

19.- SEGUROS16

20.- ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO16



1.- GENERALIDADES

El Club Deportivo "Tcol. González Tablas", en colaboración con organismos e instituciones de la Ciudad Autónoma de Ceuta y de su Comandancia General, organizará la IX edición de la carrera cívico-militar "Desafío de los 300", que se celebrará el sábado 11 de abril de 2026 en Ceuta.

Esta carrera consiste en dos recorridos de obstáculos sobre un itinerario de 14 km (distancia STANDARD) y otro itinerario de 6 km (distancia SPRINT) de longitud, balizado por personal del Grupo de Regulares de Ceuta n° 54.

El recorrido de 14 km está distribuido entre el casco urbano, el área del Monte Hacho, las playas de Recarga, Corrales, Santa Catalina, Ribera y el cruce del Foso Real a nado (ver itinerario en la página web oficial).

El recorrido de 6 km comparte el mismo itinerario que el recorrido de 14 km, pero se evita el tramo que rodea el Monte Hacho realizando un bucle de regreso en el Parque de San Amaro.

El recorrido de 6 km contempla un menor número de obstáculos que el recorrido de 14 km (18 obstáculos frente a 31 obstáculos en función del recorrido).

2.- MODALIDADES DE CARRERA

Las modalidades de la carrera serán las siguientes:

Distancia Sprint (6km).

- Binomio masculino.
- Binomio femenino.
- Binomio mixto.

Distancia Standard (14 km).

- Trinomio masculino.
- Trinomio femenino.
- Trinomio mixto. (Cualquier combinación es válida siempre que existan componentes del equipo de ambos sexos).



3.- NORMAS GENERALES

Estas normas pueden ser corregidas o modificadas por la organización hasta el momento de inicio de la prueba. Igualmente pueden ser modificados los obstáculos y su forma de paso.

Todo el personal participante será **mayor de 18 años**.

Esta no es una prueba individual, es un reto de equipo, por lo que se permite el apoyo mutuo entre componentes. El equipo marchará siempre reunido, con una diferencia no superior a 50 m entre el primer y último componente del equipo. Los obstáculos los pasará el equipo **por la misma calle**.

Durante el recorrido se llevarán a cabo pruebas exigentes, en alguna de las cuales se requiere soltura acuática, y la obligación de equiparse con algún equipo de protección (proporcionado por la propia organización).

Las prendas obligatorias son las zapatillas deportivas, pantalón o malla y camiseta. Todo el equipo irá uniformado con la misma camiseta. Se recomiendan guantes debido a la existencia de obstáculos en los que se gatea, escala, se utilizan troncos, cuerdas, etc. Los equipos militares oficiales llevarán la camiseta de la respectiva Unidad.

El tiempo máximo de realización de la prueba es de 3:30 horas, por lo tanto, la meta quedará cerrada en ese momento.

El día de la carrera los participantes del recorrido Sprint se presentarán en la zona de salida a las 09:00h y los participantes del recorrido Standard se presentarán a las 09:30h. El jefe del equipo dará novedades de su personal para control y activación del chip en el puesto habilitado de la empresa de cronometraje, por lo que **será obligatorio el DNI**.

Los jueces de prueba y obstáculos irán uniformados con petos naranja y/o amarillo. Los balizadores y auxiliares de obstáculos llevarán el uniforme de campaña militar y la prenda de cabeza típica de Regulares, el Tarbuch.

Durante todo el recorrido habrá asistencia sanitaria coordinada, existiendo ambulancias de Soporte Vital Avanzado (SVA) y Soporte Vital Básico (SVB). En los obstáculos de agua existirán embarcaciones de seguridad, buceadores y socorristas.



El nombre del obstáculo y la explicación del mismo se encontrará 25 metros delante del obstáculo, en un cartel tamaño A3, si bien en la página web oficial figurará la misma información, de forma que el corredor la conozca de antemano.

4.- HORARIOS

Las salidas se realizarán por tandas, atendiendo a la modalidad del equipo. De este modo, se establece el siguiente horario:

Distancia Sprint (6km).

- Binomio masculino: salida a las 10:00 h.
- Binomio femenino: salida a las 10:05 h.
- Binomio mixto: salida a las 10:10 h.

Distancia Standard (14 km).

- Trinomio masculino: salida a las 10:30 h.
- Trinomio femenino: salida a las 10:35 h.
- Trinomio mixto. salida a las 10:40 h.

Así mismo, en todas las tandas se establecerán cajones de salida para dividir al personal entre aquellos que vayan con un ánimo competitivo frente a los que van con ánimo más recreativo.

5.- INSCRIPCIONES Y PRECIOS

La inscripción deberá realizarse en el apartado de inscripciones de la web oficial: www.eldesafiodelos300.es. El precio de la inscripción será de 25€ por integrante para el recorrido de 14 km, y de 20€ por integrante para el recorrido de 6 km.

En caso de no poder participar, la cuota de inscripción no será devuelta, tanto si el corredor realiza su renuncia con antelación como si no se presenta al evento. Existe la posibilidad de transferencia de dorsal a otro corredor siempre y cuando se gestione el cambio 6 días antes del evento, fecha en la que se cierra el plazo de inscripciones y se procede a gestionar el pertinente seguro de los participantes. Queda terminantemente prohibido el cambio de



inscripción entre corredores si no se gestiona el cambio en la plataforma de inscripción.

El plazo límite de inscripción online será el domingo anterior al día de la prueba (fecha límite inscripción el 5 de abril de 2026), o bien hasta que se complete el número de inscripciones disponibles.

La inscripción se dará por formalizada cuando se haya aceptado el presente Reglamento de la prueba, la hoja de exoneración de responsabilidad de la Organización, obligatoria e individual, y se haya efectuado el pago de la cuota de inscripción. Se respetará rigurosamente el día y hora de abono para adjudicar las plazas disponibles.

Incidencias:

En caso de producirse alguna incidencia durante el proceso de inscripción, se debe contactar por correo electrónico a la dirección info@mistiemposconchip.com, o bien al teléfono [+34692919995](tel:+34692919995), especificando lo siguiente:

- Nombre de la prueba y modalidad (*ejemplo: DESAFIO DE LOS 300, binomio masculino distancia sprint*).
- Nombre, apellidos y DNI de los integrantes del equipo.
- Incidencia ocurrida.

6.- RECOGIDA DE DORSALES E IDENTIFICACIÓN

El plazo de recogida de dorsal se abrirá los 2 días previos a la realización de la prueba (09 y 10 de abril de 2026), en la Sala Noble del Casino Militar de Ceuta (C/Camoens 8), desde las 16:00 hasta las 20:30 horas, si bien el mismo día de la prueba y de manera excepcional, se podrá recoger al disponer de un punto de entrega habilitado a tal efecto sobre la playa de la Ribera. Para la recogida del dorsal es imprescindible presentar el DNI o pasaporte del participante.

A todos los participantes se les entregará una **badana** con el número del dorsal del equipo y el número del componente. El dorsal irá anudado a la cabeza o al brazo, debiéndose ver bien el número del dorsal.



Por otra parte, se entregará un chip a cada componente, que irá en el tobillo o muñeca, para el control de tiempos. Es obligatorio la devolución del chip a la organización por parte de todos los integrantes del equipo una vez finalizada la prueba. **Este chip deberá ser devuelto por el participante, y recibirá a cambio la bolsa finisher.**

7.- COMITÉ DE ORGANIZACIÓN

Presidente:

- Coronel D. Luis Gonzaga Jiménez Nogueras, Jefe del Grupo de Regulares de Ceuta n° 54.

Director de la Prueba:

- Teniente Coronel D. Luis Francisco Mateo Alonso.

Oficial de Proyecto:

- Capitán D. Francisco Javier Roger Revilla.

Jurado Técnico:

- Comandante D. Sergio Ortiz De Zarate (Presidente).
- Brigada. D. Antonio Manuel Rodríguez Ordóñez.
- Brigada D. Alonso Chicón Calvente.

8.- JUECES DE LA CARRERA

Habrán jueces en cada obstáculo que garantizarán el cumplimiento de las normas, pero depende del buen hacer de cada uno el completarlos correctamente.

Los jueces de la prueba tendrán la capacidad de descalificar o retirar al participante que muestre signos de daños físicos o entrañe riesgo alguno para su propia seguridad y/o la del resto de los participantes, así como para el buen desarrollo de la prueba.

Cuando coincidan en un obstáculo dos o más equipos, donde haya que esperar por no existir obstáculos suficientes, el juez de la misma con sus auxiliares los ordenará por orden de llegada de todo el equipo reunido.



El corredor deberá llevar el dorsal en un lugar visible en todo momento para poder ser identificado fácilmente por jueces de obstáculos y meta. En todo momento los jueces podrán parar al corredor y pedirle la correcta colocación del dorsal para su identificación, si así fuera necesario.

9.- PENALIZACIONES

El objetivo de la prueba es que todos los participantes consigan superar con éxito los diferentes obstáculos que habrá a lo largo del itinerario, sin embargo, si algún integrante o el equipo en su totalidad no fuese capaz de atravesarlo con éxito alguno de ellos por la circunstancia que fuera, las penalizaciones serían las siguientes:

N°1-Acarreo de sacos: Todo el equipo realizará 30 Burpees por saco no entregado.

N°2-Saltos de tronco: Todo el equipo realizará 30 Burpees por integrante que no lo cruce.

N°3- Salto contenedor: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°4-Carrera por el mar: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no la finalice.

N°5-Ruedímetro: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°6-Equilibrio de troncos: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°7-Arrastre de ruedas: Todo el equipo realizará 30 Burpees si el equipo no lo supera.

N°8-Equilibrio: Todo el equipo realizará 30 Burpees por cada participante que no lo supere.

N°9-Cross: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°10-Rocky steps: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.



N°11-Salto camión: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°12-Senda infierno: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°13-Lanzamiento granadas: Todo el equipo realizará 30 Burpees si el equipo no logra acertar en el objetivo ninguno de los lanzamientos de los que disponen.

N°14-Salto caballo: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°15-Spinning: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no alcance la distancia indicada.

N°16-Circuito crossfit: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°17-Memoria: Todo el equipo realizará 30 Burpees si no consigue acertar.

N°18-Atlas carry: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°19-Lanzamiento peso: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no alcance el objetivo.

N°20-Carros combate: Todo el equipo realizará 30 por participante que no lo supere.

N°21-Red: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°22-Acarreo heridos: Todo el equipo realizará 30 Burpees si el equipo no lo supera.

N°23-Laberinto elástico: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°24-Monkey bar: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°25-Salto red: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.



N°26-Arrastre vehículos: Todo el equipo realizará 30 Burpees si no consiguen alcanzar el objetivo.

N°27- Castillos hinchables: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

N°28-Cruce foso: Todo el equipo realizará 60 Burpees por participante que no lo supere, véase, atravesar el foso desde un espigón a otro de la forma que sea. La única forma de no superarlo sería evitar introducirse al mar y optar por un itinerario terrestre alternativo. Además, **el equipo que no complete este obstáculo no podrá optar al pódium** (primer, segundo o tercer puesto) de la categoría en la que participe.

N°29-Dados: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere o abandone cualquier equipo asignado en esta prueba (fusil de madera y mochila de combate).

N°30-Plano inclinado: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere o abandone cualquier equipo asignado en esta prueba (fusil de madera y mochila de combate).

N°31-Alambrada: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere o abandone cualquier equipo asignado en esta prueba (fusil de madera y mochila de combate).

Si por estado de agotamiento o lesión temporal de un componente del equipo, el equipo decide detenerse en un control u obstáculo, el tiempo que emplee en ello NO será neutralizado.

Sólo habrá tiempos de neutralización en casos de extrema gravedad como accidentes y cortes justificados por las FCSE.

Si cualquier juez, ya sea de obstáculo o de itinerario, observa una separación mayor a 50 metros entre el primer y el último componente del equipo, lo detendrá hasta que esté completamente reunido el equipo.

10.- DESCALIFICACIONES

Habrà jueces de carrera en cada obstáculo, identificados con petos naranja y/o amarillo, para comprobar que se cumple la normativa establecida y con capacidad de descalificar.



Los participantes serán descalificados en las siguientes situaciones:

- Incorrecta identificación, de acuerdo a estas normas.
- El incumplimiento del itinerario marcado por la organización.
- Iniciar la salida antes de la señal del juez de salida.
- Alterar la marcha de otros atletas, poniendo en peligro la seguridad o vulnerando de forma intencionada las elementales normas de respeto.
- Acceder a la meta por cualquier otro sitio distinto al de llegada.
- Recibir ayuda externa al equipo y a la organización.
- Desobedecer las indicaciones de la organización.
- No cumplir con los horarios establecidos por la organización.
- No intentar superar un obstáculo.
- Mantener un comportamiento antideportivo entre los miembros del equipo, con otros equipos participantes, con el público, con alguno de los jueces de la prueba y con las FCSE y voluntarios que participan para el buen desarrollo de la carrera.

En cualquier otra circunstancia no contemplada en el presente reglamento, la organización se reserva el derecho a decidir si ésta es motivo de descalificación o no.

La retirada de uno cualquiera de los componentes del equipo (voluntariamente, por lesión o eliminación), supondrá la descalificación de la prueba como equipo, pudiendo finalizar la carrera el resto si al menos quedan dos. Todo el personal que se retire está obligado a comunicarlo a la organización (balizadores o jueces de obstáculos o personal de salida/meta).

11.- RECLAMACIONES Y APELACIONES

El proceso de reclamación comenzará con una protesta verbal del jefe del equipo. Si lo considerase oportuno, posteriormente podrá presentar una reclamación. Toda reclamación se presentará por escrito y firmada por el jefe del equipo al Director de la Prueba. Cada protesta hará referencia a los artículos del reglamento, los reglamentos oficiales de la competición o los acuerdos de la reunión técnica en los que se basa. El plazo para presentar reclamaciones finalizará una hora después de la publicación de los resultados provisionales.



El Jurado Técnico resuelve en primer y último término las reclamaciones recibidas de acuerdo con la normativa deportiva antes mencionada. Sus decisiones, que no estarán supeditadas a cualquier precedente y son definitivas, serán presentadas por escrito por su presidente al director de la prueba y a los jefes de los equipos participantes. El jefe del equipo aceptará en todos los casos las decisiones del Jurado Técnico, y no establecerá ni tolerará reacciones desagradables hacia los jueces y árbitros o hacia la organización.

12.- AVITUALLAMIENTOS

Habrá avituallamientos, aproximadamente, en los kilómetros 4, 8, 12 y en meta para el recorrido Standard, y en el kilómetro 3,5 y en meta para el recorrido sprint.

Se autoriza al personal participante a poder llevar encima todo tipo de geles, chocolatinas, agua, etc. No se permitirá ayuda o avituallamiento del exterior, salvo en casos de un evidente riesgo para la salud del participante.

13.- CATEGORÍAS Y PREMIOS

Categorías:

- BINOMIO SPRINT MASCULINO.
- BINOMIO SPRINT FEMENINO.
- BINOMIO SPRINT MIXTO.
- BINOMIO SPRINT VETERANO (media de edad del equipo igual o superior a 45 AÑOS) .
- TRINOMIO STANDARD MASCULINO.
- TRINOMIO STANDARD FEMENINO.
- TRINOMIO STANDARD MIXTO.
- TRINOMIO STANDARD VETERANO (media de edad del equipo igual o superior a 45 AÑOS) .
- MASCULINO ENTIDADES DEPORTIVAS. (SÓLO TRINOMIOS RECORRIDO STANDARD) .
- FEMENINO ENTIDADES DEPORTIVAS. (SÓLO TRINOMIOS RECORRIDO STANDARD) .
- MIXTO ENTIDADES DEPORTIVAS. (SÓLO TRINOMIOS RECORRIDO STANDARD) .



- MASCULINO MILITAR. (SÓLO TRINOMIOS RECORRIDO STANDARD).
- FEMENINO MILITAR. (SÓLO TRINOMIOS RECORRIDO STANDARD).

La **categoría militar**, sólo se llevará a cabo en la distancia Standard. Además, los equipos deberán ser trinomios masculinos o bien femeninos, no existiendo por tanto una modalidad militar de trinomio mixto.

La **categoría de entidades deportivas**, sólo se llevará a cabo en la distancia Standard. En la categoría de entidades deportivas competirán aquellos equipos que participen en representación de un club deportivo, gimnasio, boxes de Crossfit y otras entidades vinculadas a la práctica deportiva. Cada club podrá **proponer únicamente a un (1) trinomio masculino y/o a un (1) trinomio femenino** que represente al club deportivo.

Premios:

- Medalla: Para todos los participantes **que finalicen la prueba** en cualquiera de los recorridos seleccionado.
- Trofeos: para los equipos que finalicen 1º, 2º y 3º clasificados en cada categoría.

La **entrega de premios** tendrá lugar **a las 13:00 horas** del día 11 de abril de 2026 en la playa de la Ribera.

14.- REGOGIDA BOLSA FINISHER Y ENTREGA CHIP

Una vez finalizada la prueba, los participantes podrán recoger una bolsa finisher que contendrá artículos de regalo.

Para recibir la bolsa finisher, **el personal de la Organización le requerirá al participante que entregue el chip de control de tiempos.**

15.- GUARDARROPA

Habrà servicio específico de guardarropa que funcionará con pulsera. La organización no puede hacerse responsable de objetos voluminosos o de valor, por lo que recomendamos no saturar este servicio y dejar en él lo imprescindible.



16.- PROTECCIÓN DATOS CARÁCTER PERSONAL

En cumplimiento de lo dispuesto en la **Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales**, le informamos de que los datos personales facilitados serán tratados e incorporados a los sistemas de tratamiento cuya responsabilidad corresponde al **Club Deportivo "Tcol. González Tablas"**.

La recogida y tratamiento de los datos personales tiene como finalidad la **gestión de la inscripción de los participantes**, el **desarrollo y organización de la prueba deportiva**, así como la **comunicación de información relacionada con la misma**.

Asimismo, los datos personales podrán ser utilizados para la **difusión del evento y la publicación de la clasificación final**, en la que podrán figurar nombre, apellidos, categoría y club de los participantes.

La base jurídica para el tratamiento de los datos es el **consentimiento expreso del interesado**, otorgado mediante la formalización de la inscripción. Los participantes declaran conocer y aceptar las condiciones del evento y consienten expresamente el tratamiento de sus datos para las finalidades indicadas.

Igualmente, las Fuerzas Armadas (**FAS**) y el **Instituto Ceutí de Deportes (ICD) de la Ciudad Autónoma de Ceuta** tratarán los datos personales en el ámbito de sus respectivas competencias y en cumplimiento de sus obligaciones legales.

Los interesados podrán ejercer los **derechos de acceso, rectificación, supresión, limitación del tratamiento, oposición y portabilidad**, en los términos previstos en la normativa vigente, dirigiéndose al responsable del tratamiento.

17.- DERECHOS DE IMAGEN

La aceptación de la presente normativa implica que el participante **autoriza expresamente a la organización a la captación de imágenes y grabaciones audiovisuales** de su participación en la prueba, desde el momento de la recogida de dorsales y durante el desarrollo de la competición, hasta la finalización del evento y la entrega de premios.

El participante **presta su consentimiento** para la **utilización, reproducción y difusión** de dichas imágenes, en las que pueda resultar claramente



identificable, a través de cualquier medio o soporte (incluidos, entre otros, páginas web, redes sociales, cartelería, publicaciones y material promocional), con **finés informativos, promocionales y publicitarios** del evento y de las actividades o productos vinculados al mismo.

Asimismo, el participante **cede de forma gratuita a la organización**, y en su caso a las **entidades o empresas colaboradoras**, los derechos de explotación de las imágenes captadas, **sin limitación temporal ni territorial**, y sin que dicha cesión genere derecho a **compensación económica alguna**.

18.- RESPONSABILIDADES

La Organización advierte expresamente que la prueba reviste un **alto nivel de exigencia física y técnica**, desarrollándose en un entorno que puede implicar **riesgos inherentes derivados de la presencia de obstáculos naturales y/o artificiales**, incluyendo pruebas que requieren **capacidad y solvencia acuática**.

La participación en la prueba implica que el participante **declara bajo su responsabilidad** encontrarse en **condiciones físicas y mentales adecuadas**, gozar de **buena salud**, y no padecer **enfermedad, limitación o lesión previa** que pueda verse agravada como consecuencia de su participación. Asimismo, manifiesta conocer las características y exigencias de la prueba y **participar de forma voluntaria**, asumiendo íntegramente los **riesgos y posibles consecuencias** derivados de la misma.

La Organización **declina toda responsabilidad** por los **daños, perjuicios o lesiones** que pudieran sufrir los participantes durante el desarrollo de la prueba, ya sean **propios o causados a terceros**, así como por aquellos daños que puedan ser ocasionados por terceros al participante, salvo en los supuestos legalmente establecidos.

Igualmente, el participante **exonera expresamente de responsabilidad a las Fuerzas Armadas (FAS)** por los posibles daños que pudieran producirse con motivo de la **asistencia, auxilio o traslado en vehículos militares**, o por la intervención de personal perteneciente a las mismas en situaciones de emergencia o apoyo logístico.



19.- SEGUROS

La Organización dispondrá de una póliza de seguro de responsabilidad civil y un seguro médico individual. De este modo, todos los participantes estarán cubiertos por la póliza de seguro de accidentes contratada por la organización.

20.- ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO

La formalización de la inscripción en la **IX Edición del "DESAFÍO DE LOS 300"** implica que el participante **declara conocer, aceptar y cumplir íntegramente el presente reglamento**, así como las normas que regulan la prueba y que se encuentran disponibles en la página web oficial **www.eldesafiodelos300.es**. En caso de interpretación, discrepancia o duda, **prevalecerá el criterio de la Organización**, que será vinculante para todos los participantes.

Asimismo, el participante **autoriza expresamente a los servicios médicos de la prueba** a prestar la **asistencia sanitaria que consideren necesaria**, incluso en el supuesto de que no haya sido solicitada de forma expresa. Del mismo modo, acepta que, si el personal sanitario determina que debe **interrumpir o abandonar la prueba por existir riesgo para su salud**, se compromete a **acatar de forma inmediata** las indicaciones y decisiones adoptadas por dichos profesionales.

El Presidente del Club Deportivo "Tcol. González Tablas"