

# REGLAMENTO

VIII EDICIÓN CARRERA CIVICO-MILITAR

"DESAFÍO DE LOS 300"







# REGLAMENTO VIII EDICIÓN DE LA CARRERA CÍVICO-MILITAR

## “DESAFÍO DE LOS 300”



### ÍNDICE

1- GENERALIDADES .....	3
2- MODALIDADES DE CARRERA .....	3
3- NORMAS GENERALES.....	3
4- HORARIOS .....	4
5- INSCRIPCIONES Y PRECIOS.....	4
6- RECOGIDA DE DORSALES E IDENTIFICACIÓN .....	5
7- COMITÉ DE ORGANIZACIÓN.....	5
8- JUECES DE LA CARRERA .....	6
9- PENALIZACIONES .....	6
10- DESCALIFICACIONES .....	8
11- RECLAMACIONES Y APELACIONES.....	9
12- AVITUALLAMIENTOS .....	9
13- CATEGORIAS Y PREMIOS .....	9
14- GUARDARROPA .....	10
15- PROTECCIÓN DE DATOS CARÁCTER PERSONAL .....	10
16- DERECHOS DE IMAGEN.....	10
17- RESPONSABILIDADES.....	10
18- SEGUROS .....	11
19- ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO .....	11



## 1.- GENERALIDADES

El Club Deportivo "Tcol. González Tablas", junto una amplia colaboración con organismos e instituciones de la Ciudad Autónoma de Ceuta y de su Comandancia General, organizará la VIII edición de la carrera cívico-militar "Desafío de los 300", que se celebrará el sábado 31 de mayo de 2025 en Ceuta.

Esta carrera consiste en un recorrido de obstáculos sobre un itinerario de 14 km,s de longitud, en todo momento balizado por personal del Grupo de Regulares de Ceuta nº 54, distribuido entre el casco urbano, la zona 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).

## 2.- MODALIDADES DE CARRERA

Las modalidades de la carrera serán las siguientes:

- Trinomio masculino.
- Trinomio femenino.
- Trinomio mixto.

El itinerario y los obstáculos serán los mismos para las tres modalidades posibles de la prueba.

## 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 trinomio marchará siempre reunido, con una diferencia no superior a 10" entre el primer y último componente del equipo y de 5 metros en los obstáculos que se especifique. Los obstáculos los pasará el trinomio **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 trinomio 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 trinomios 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 se presentarán en la salida a las 09:00h, donde su Capitán jefe o más caracterizado dará novedades de su personal para control y activación del chip, 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:

- 10:00 → Salida tanda TRINOMIO MASCULINO.
- 10:05 → Salida tanda TRINOMIO MIXTO.
- 10:10 → Salida tanda TRINOMIO FEMENINO.

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.eldesafíodelos300.es](http://www.eldesafíodelos300.es). El precio de la inscripción será de 25€ por integrante (75€ total del equipo).

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 antes de realizarse la prueba (25 de mayo), 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](mailto:info@mistiemposconchip.com), o bien al teléfono [+34692919995](tel:+34692919995), especificando lo siguiente:

- Nombre de la prueba y modalidad (ejemplo: DESAFIO DE LOS 300, trinomio masculino).
- 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 antes de la realización de la prueba (29 y 30 de mayo), 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 bandana 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. Además, se entregará un chip a cada componente, que irá en el tobillo o muñeca, para el control de tiempos.

## 7.- COMITÉ DE ORGANIZACIÓN

Presidente:

- Coronel D. Luis Gonzaga Jiménez Nogueras, Jefe del Grupo de Regulares de Ceuta nº 54.

Director de la Prueba:

- Teniente Coronel D. Luis Francisco Mateo Alonso.

Oficial de Proyecto:

- Capitán D. José Ramón Lamolda Velasco.

Jurado Técnico:

- Comandante D. Sergio Ortiz De Zarate (Presidente).
- Capitán D. Francisco Javier Roger Revilla.
- 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 incoherencia física 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:

Nº1-Acarreo de sacos: Todo el equipo realizará 30 Burpees por saco no entregado.

Nº2-Saltos de tronco: Todo el equipo realizará 30 Burpees por integrante que no lo cruce.

Nº3- Salto contenedor: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº4-Carrera por el mar: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no la finalice.

Nº5-Ruedímetro: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº6-Equilibrio de troncos: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº7-Arrastre de ruedas: Todo el equipo realizará 30 Burpees si el trinomio no lo supera.

Nº8-Equilibrio: Todo el equipo realizará 30 Burpees por cada participante que no lo supere.

Nº9-Cross: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº10-Rocky steps: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº11-Salto camión: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº12-Senda infierno: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº13-Lanzamiento granadas: Todo el equipo realizará 30 Burpees si el trinomio no logra acertar en el objetivo ninguno de los tres lanzamientos de los que disponen.

Nº14-Salto caballo: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº15-Circuito crossfit: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº16-Apreciación distancias: Todo el equipo realizará 10 Burpees por cada distancia que no se encuentre en un radio  $\pm$  150 metros.





Nº17-Memoria: Todo el equipo realizará 30 Burpees si no consigue acertar.

Nº18-Atlas carry: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº19-Lanzamiento peso: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no alcance el objetivo.

Nº20-Carros combate: Todo el equipo realizará 30 por participante que no lo supere.

Nº21-Red: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº22-Acarreo heridos: Todo el equipo realizará 30 Burpees si el trinomio no lo supera.

Nº23-Laberinto elástico: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº24-Monkey bar: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº25-Salto red: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Nº26-Arrastre vehículos: Todo el equipo realizará 30 Burpees si no consiguen alcanzar el objetivo.

Nº27-Cruce foso: Todo el equipo realizará 120 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.

Nº28-Dados (zona militar): 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).

Nº29-Plano inclinado (zona militar): 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).

Nº30-Alambrada (zona militar): 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).

Nº31- Castillos hinchables: Todo el equipo realizará 30 Burpees por participante que no lo supere.

Si por estado de agotamiento o lesión temporal de un componente del trinomio, 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 10 segundos entre el primer y el último componente del trinomio o bien una distancia de 5 metros en los obstáculos que así se especifique, lo detendrá hasta que esté completamente reunido el trinomio.





## 10.- DESCALIFICACIONES

Habrán 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 el peligro la seguridad y vulnerando 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 trinomio (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 Capitán del trinomio. Si lo considerase oportuno, posteriormente podrá presentar una reclamación. Toda reclamación se presentará por escrito y firmada por el Capitán 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 capitanes de los trinomios participantes. El Capitán 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

Habr  avituallamientos, aproximadamente, en los kilómetros 4, 8, 12 y en meta.

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 extrema gravedad.

## 13.- CATEGORÍAS Y PREMIOS

### Categorías:

- MASCULINO GENERAL.
- FEMENINO GENERAL.
- MIXTO GENERAL.
- MASCULINO MILITAR.
- FEMENINO MILITAR.
- VETERANO (suma edades del trinomio: MÁS DE 130 AÑOS).

### Premios:

- Medalla: Para todos los participantes **que finalicen la prueba.**
- Trofeos: para los que finalicen 1 , 2  y 3  clasificados en cada categoría.

## 14.- GUARDARROPA

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

## 15.- PROTECCIÓN DATOS CARÁCTER PERSONAL

En cumplimiento de lo dispuesto en el artículo 5 de la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal, le informamos que sus datos personales serán tratados y quedarán incorporados en ficheros de responsabilidad de Club Deportivo "Tcol. González Tablas". La recogida y tratamiento de los datos personales incorporados a los ficheros tiene como finalidad la inscripción de los participantes, así como la información a los mismos de todas las cuestiones relacionadas con la prueba deportiva.

Los datos personales facilitados serán utilizados para la finalidad propia del acontecimiento, para la difusión de éste y de la clasificación final de la prueba, en la que aparecerán nombre, apellidos, categoría y club.

Al realizar la inscripción, los participantes se comprometen a cumplir los términos contenidos en el mismo y consienten expresamente que sus datos personales sean tratados para las





finalidades citadas, mientras que las FAS y el Instituto Ceutí de Deportes (ICD) de la Ciudad Autónoma de Ceuta harán lo mismo con el cumplimiento de sus obligaciones.

## 16.- DERECHOS DE IMAGEN

La aceptación de la presente normativa implica que el participante autoriza a la Organización a la grabación y fotografiado de su participación en esta prueba, desde el momento de recogida de dorsales hasta la entrega de premios, prestando su consentimiento para la difusión de las imágenes en las que resulte claramente identificable y cediendo todos los derechos a la explotación por parte de la Organización o por las empresas colaboradoras para fines de difusión y publicidad del evento y/o productos asociados al mismo, sin tener derecho a percibir por ello compensación de ningún tipo.

## 17.- RESPONSABILIDADES

La Organización advierte de que la prueba es dura, dándose en la misma los riesgos inherentes a la presencia de obstáculos naturales o artificiales, incluyendo pruebas que requieren solvencia acuática.

Es responsabilidad exclusiva del participante ser apto para la competición, es decir, éste afirma y verifica que está física y mentalmente preparado, goza de buena salud para afrontar tal prueba y carece de enfermedad alguna o lesión anterior que pueda agravarse con la participación en la misma. Por ello, asiste por iniciativa propia a esta competición asumiendo los posibles riesgos y consecuencias derivadas de su participación.

La Organización declina toda responsabilidad por los daños, perjuicios o lesiones que la participación en esta prueba pueda ocasionar a sí mismo, a otras personas e incluso en el caso de que terceras personas causen daños al corredor (participante o de la organización). Además, descarga de responsabilidad a las Fuerzas Armadas (FAS) por los posibles daños producidos en caso de tener que ser trasladado en vehículos militares o auxiliado por miembros del mismo.

## 18.- 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.

## 19.- ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO

Considerando que el corredor ha realizado su inscripción para la VIII Edición del "DESAFÍO DE LOS 300", se da por entendido que éste acepta el presente reglamento y se compromete





a cumplir las reglas que regulan la carrera, disponibles en la página web [www.eldesafiodelos300.es](http://www.eldesafiodelos300.es). En caso de duda, prevalecerá el criterio de la Organización.

Autoriza a los Servicios Médicos de la prueba a que practiquen la asistencia sanitaria necesaria, aunque ésta no haya sido solicitada. Así mismo, en caso que los Servicios Médicos indiquen que el corredor debe abandonar la prueba por existir riesgo para su salud, éste se compromete a acatar la recomendación de los expertos sanitarios.

El Presidente del Club Deportivo "Tcol. González Tablas"

