



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 cronoescala, organizada bajo normativa general de la FEDME, adaptada a las características específicas del evento.

Se celebra el día 12 de diciembre de 2026.

2. Descripción de la prueba

- Modalidad: **Carrera vertical por montaña**
- Desnivel positivo: **349 metros**
- Formato: **Contrarreloj individual**
- Salidas: **Cada 30 segundos**
- Lugar: 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.

Se incluye:

- **Categoría masculina y femenina**
- **Categoría adaptada**

4. Inscripciones

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

- Mis Tiempos con Chip

Precios

- **Federados FDMEC: 10 €**
- **Federados: 12 €**
- **No federados: 15 €**

5. Niveles de salida

A la hora de formalizar la inscripción, los participantes deberán seleccionar un nivel estimado:

- **Grupo 1 (alto nivel)**
- **Grupo 2 (nivel medio)**
- **Grupo 3 (nivel iniciación)**

Esta clasificación servirá únicamente para **organizar el orden de salida**, no afecta a resultados oficiales.

6. Modalidades

Se establecen dos modalidades de participación:

- **Con licencia federativa FDMEC**
- **Resto de federados y no federados**

Habrá una clasificaci3n para cada modalidad, respetando las mismas categorías.

7. Servicios al corredor

La organizaci3n proporcionará:

- **Recogida y transporte de ropa seca** desde salida hasta meta
- **Avituallamiento s3lido y líquido en meta**
- **Servicio sanitario** durante el evento
- **Control de tr fico** en cruces de carretera
- **Voluntarios distribuidos en el recorrido**

8. Premios

- Trofeo para los **3 primeros clasificados/as de cada categoría y modalidad**
- Obsequio/recuerdo para **todos los participantes**, incluyendo su tiempo oficial

9. 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 vegetaci3n** (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)