

ASPECTOS GENERALES

- La firma de la recogida del dorsal implica que se acepta el reglamento y las indicaciones de la organización, y contravenirlos supone la descalificación.
- El recorrido atraviesa espacios naturales protegidos por lo que el estricto cumplimiento de la normativa ambiental es obligatorio, entre otros:
 - Debéis marcar cualquier material desechable con su número de dorsal. Los materiales desechables son, entre otros, botellas de agua de plástico, los geles o las barritas energéticas. Se controlará en diversos puntos del recorrido que ese material está marcado
 - Los residuos se depositarán en los contenedores habilitados para ello
 - Se discurrirá con sigilo y sin proferir gritos ni afectar a la flora y fauna silvestre
- **HIDRATACION.** Debéis llevar vaso o bidón para hidrataros. Los avituallamientos proveen de líquidos y en los casos designados proporcionan agua para rellenar los bidones.
- **CIERRE DE CONTROL:** Superado el tiempo límite marcado por la organización en cada punto, los participantes deberán abandonar la prueba.
- **TELÉFONO DE URGENCIA: 670554680.** Apuntarlo por de tras del dorsal y, por favor, utilizarlo únicamente en caso de **emergencia**. Una mala utilización de ese teléfono impedirá que situaciones reales de emergencia sean atendidas. **En caso de EMERGENCIA llamad al 112.**

SEÑALIZACIÓN

- En la mayor parte del recorrido está señalizado por carteles de Vías Pecuarias y las flechas amarillas del Camino de Santiago (en mojones, piedras o el suelo).
- Generalmente, ante la duda entre dos Vías Pecuarias, seguid la flecha del Camino de Santiago
- En los cruces y cambios de dirección donde podrían surgir dudas con esas señalizaciones (Vías Pecuarias o Camino de Santiago) encontraréis cinta blanca con el logo de la carrera.
- Por la noche, además de cinta, el recorrido estará señalizado con material reflectante. Por ello es muy importante que llevéis el **frontal** para que identifiquéis rápido el recorrido.

CRUCE DE POBLACIONES Y CARRETERAS

- **MUCHA PRECAUCIÓN** en el cruce de poblaciones o carreteras, pues no estará cortada ninguna vía al tráfico rodado. Especial cuidado al paso por Colmenar Viejo y Cercedilla.
- Es obligatorio seguir las instrucciones de Guardia Civil o Policía o de cualquier miembro de la organización, llegando incluso a detenernos, si es requerido, en especial en el paso de poblaciones o cruce de carreteras.

RETIRADAS Y ABANDONO DE LA PRUEBA

- Si el servicio médico o la organización considera que las condiciones físicas no son adecuadas para seguir con la marcha podrá obligar al participante a retirarse y entregar el dorsal.
- En caso de retirada hay que avisar a la organización (en el siguiente punto de control o a un ciclista) de forma que no se generen situaciones de emergencia al no conocer vuestra situación

MATERIAL OBLIGATORIO

- Durante toda la carrera: botella o cantimplora de más de un litro. Por la noche: Manta térmica, silbato, dinero, linterna o frontal y una luz intermitente o fija (en la parte trasera de la mochila), ropa de abrigo.
- En Cercedilla habrá un control de material por parte de la organización. El participante que no lleve uno de estos objetos será penalizado o descalificado.

AUTOBUSES DE LA ORGANIZACIÓN Y ENTREGA-RECOGIDA DE MOCHILAS

- Los autobuses de regreso saldrán con destino a Madrid, sin horario fijo, cada hora y media, según se vayan completando el total de plazas de que dispone.
- Podrán utilizar el autobús sólo los que han contratado el servicio; hay que enseñar el dorsal al responsable de la organización.
- Los acompañantes que quieran subir al autobús habrán de enseñar su recibo de pago
- Las mochilas debéis entregarlas al camión adecuado: Colmenar, Cercedilla, Segovia
- Las mochilas acaban todas en Segovia, no van de Colmenar a Cercedilla.
- Las mochilas que no se recojan en Segovia se entregarán el domingo **22 de septiembre de 16:30 a 19:00** en Madrid. Para información: **Pablo - 617399910**