



registrarmiento

El competidor debe estar plenamente consciente de la longitud y la especificidad de la prueba, así como haber adquirido antes de la carrera una capacidad real de autonomía personal en el desierto que permita gestionar las situaciones inherentes a este tipo de prueba principalmente como:

- Saber afrontar sin ayuda exterior condiciones climáticas a causa del calor y el sol.
- Saber gestionar, incluso aislado, los problemas físicos o mentales generados por fatiga, problemas digestivos, dolores musculares o articulares, pequeñas lesiones, etc.
- Ser plenamente consciente de que el papel de la organización no es ayudar a un corredor a gestionar sus situaciones o problemas. Ser plenamente consciente que para una actividad semejante en montaña, la seguridad depende en primer lugar de la capacidad del corredor para adaptarse a los problemas, previsibles o no.
- Informar y sensibilizar a sus acompañantes sobre el respeto de los lugares, las personas, la limpieza del desierto, así como el cumplimiento cabal de las reglas de la carrera.

El trail de desierto es una carrera de **semi-autosuficiencia**, es decir, la organización provee agua en puntos de abastecimiento y los competidores deberán de abastecerse con el resto como alimento y electrolitos.

El corredor entenderá que se corre en un entorno desértico, por lo que **deberá estar preparado física y mentalmente** para sortear cualquier eventualidad en el desierto. El corredor entiende que el papel de la organización no es buscar a corredores extraviados, por lo que deberán de estar pendientes de las marcas que se colocan para llevar al competidor por el recorrido.

El tiempo límite para finalizar el recorrido es hasta las **12:00 p.m.**

La carrera se desarrolla sobre un **entorno desértico**, por lo que cada competidor deberá cumplir con los siguientes elementos en su equipo de carrera:

- Atuendo para correr por el desierto como ropa deportiva y tenis.
- Número de competidor y chip (proporcionados por la organización)
- Mochila de hidratación de al menos un litro y medio de capacidad.
- Electrolitos o pastillas de sal.
- Lentes de sol o para protección en caso de levantamiento de arena por otro corredor o el viento.
- Una gorra para el sol (no visera).
- Un teléfono móvil cargado.
- Mini botiquín para eventualidades como dolores de cabeza o raspaduras.
- Cubrebocas o Buff.

Recomendaciones:

- Usar bloqueador solar.
- Llevar una prenda estilo Buff.
- Cubrir su cuerpo con prendas para el sol.
- Usar colores claros en su ropa.

Premiación: Se entregará una medalla de participante a cada uno de los competidores que cruce la meta en el tiempo determinado. (12:00 p.m.). Se premiarán a los primeros 3 lugares de las siguientes categorías 10K y 20K en modalidades masculinas y femeninas.

- De 18 a 29 años.
- De 30 a 39 años.
- De 40 a 49 años.
- De 50 a 59 años.
- De 60 a 99 años.

- ➔ El costo por inscripción es de **\$500 pesos**.
- ➔ Está estrictamente prohibido tirar basura por el recorrido, así como dañar la flora y fauna de la zona.
- ➔ En caso de que las condiciones meteorológicas no sean las favorables y atenten contra la seguridad de los competidores, o por cualquier otra causa que los Organizadores consideren que es más seguro u óptimo para la experiencia de los corredores, la ruta podrá ser modificada previo aviso de ello. A su vez, en caso de contingencia mayor, el evento podrá ser suspendido o pospuesto para una fecha posterior. En caso de suspensión por causas de seguridad, la inscripción no será reembolsable. En caso de posponer la fecha del evento no existirá reembolso de la inscripción pero su lugar quedará asegurado para la fecha que se fije para la competencia. En caso de suspensión del evento una vez ya realizada la salida de los competidores, tampoco se contemplará reembolso alguno.



23 DE OCTUBRE DE 2022
PAREDÓN, COAHUILA
DISTANCIA DE 10K y 20K



PROTOCOLOS GENERALES ANTI COVID-19

- La **capacidad máxima de corredores** inscritos será de **500**.
- Ningún corredor podrá asistir al evento **si presenta algún síntoma del COVID-19**, o si estuvo en contacto durante los 14 días previos al evento con alguna persona con síntomas o con COVID-19 diagnosticado.
- Los corredores **que ya hayan sido diagnosticados positivos de COVID-19**, solo podrán participar si han pasado mínimo 14 días posteriores a su recuperación total o alta médica.
- Se recomendará públicamente que si algún interesado es de los considerados de alto riesgo para contagiarse, **se omita de inscribirse al evento, ni que asista al evento**.
- Sugerimos ampliamente que los competidores vayan únicamente con otras personas que vayan a participar. **Evitar por favor llevar acompañantes al menos que sea sumamente necesario**.
- Guardar **distancia de 1.5 metros con otras personas** en todo momento.



PROTOCOLOS ANTI COVID-19 **PARA ARRANQUES Y ENTREGA DE NÚMERO Y CHIP:**

- El competidor podrá recoger su paquete de competidor **el sábado 22 de octubre en el café VELOCUP** en la ciudad de Saltillo, Coahuila; o podrá enviar a alguien más a que haga lo propio en su nombre (mostrando identificación del inscrito), en horarios de 12:00 a 16:00 horas. **Deberá llevar cubre bocas, colocar gel anti bacterial en sus manos y guardar distancia de 1.5 metros con otras personas.**
- El competidor también podrá recoger su paquete de competidor **el domingo 23 de octubre** en el lugar del arranque de la carrera en Paredón, Coahuila, en horario de 7:00 a 8:00 a.m. **Deberá llevar cubre bocas, colocar gel anti bacterial en sus manos y guardar distancia de 1.5 metros con otras personas.**
- El competidor que ya haya recogido su paquete de competidor (número y chip), **podrá arrancar en cualquiera de los 3 horarios: 8:00, 8:15 u 8:30 A.M.**
- El competidor deberá seguir las marcas de la carrera para hacer **el total del recorrido de 10K y 20K, su chip marcará el tiempo y distancia de su recorrido.**



PROTOCOLO ANTI COVID-19 **PARA ZONA DE META.**

- El competidor al llegar a la meta podrá hidratarse con los insumos que se encuentren en la zona, así como se le dará su medalla en una bolsa de plástico debidamente sanitizada. **Ya que al competidor se le haya entregado su medalla de participación y éste se haya hidratado, deberá de retirarse a la brevedad para evitar grupos de gente en la zona de meta.** La zona de meta estará debidamente dividida en secciones para guardar distancia de anti contagio, y en todo momento se deberá usar cubre bocas o su prenda Buff.



**23 DE OCTUBRE DE 2022
PAREDÓN, COAHUILA
DISTANCIA DE 10K y 20K**