

# Campeonato Nacional de Ultra Maratón 50K y 100K

## Desafío Powerade

### Reglamento

1. **Organización:** la prueba es oficial de la Federación Paraguaya de Atletismo como campeonato Nacional y Label Bronce de la IAU (International Association of Ultrarunners) será realizada el día sábado 19 de diciembre de 2020 a partir de las

19:00 horas, terminando el domingo 20 de diciembre a las 7:00 de la mañana.

La categoría principal es individual para 50K y 100K.

Habrà una categoría por Equipos dentro de las 12 hs compuesta por hasta 12 participantes los cuales deben correr mínimo 1 hora, en caso de no contar con los 12 participantes deberán completar las 12 horas con la cantidad de integrantes de esos equipos y Habrà otra categoría por Equipos dentro de las 6 hs. Compuesta por hasta 6 participantes los cuales deben correr mínimo 1 hora.

El evento solo se cancela en caso de catástrofes que coloquen en riesgo la integridad física de los participantes. El evento se desarrollará en un circuito mixto de asfalto y pista en la SND.

#### **LA EDAD MÍNIMA PARA PARTICIPAR ES DE 18 AÑOS.**

2. **Descripción de la competencia:** será realizada una única etapa con total libertad de ritmo.

3. **Admisión de los participantes:** el atleta deberá estar apto para desarrollar una prueba de este tipo. Se recomienda que todos los participantes tengan previo a la prueba un chequeo médico.

Eventuales gastos médicos y hospitalarios resultantes del desgaste físico del atleta, será de entera responsabilidad del atleta.

Cualquier atleta podrá ser sometido a examen antidoping.

#### **4. Categorías:**

- **100K**
  - Individual
  - Equipos de hasta 12 personas (mínimo 2)
- **50k**
  - Individual
  - Equipos de hasta 6 personas (mínimo 2)

La categoría **Individual de 100K** tendrá las siguientes **categorías por edad:**

- Hasta 30 años
- 31 a 40 años
- 41 a 50 años
- 51 a 60 años
- 61 para más.

#### **5. Programa del evento:**

Sábado 19/12:

- Entrega de Chips desde las 17:00 en adelante.
- Charla técnica antes de cada largada.
- 18.30 hs: Concentración. Reunión técnica en el lugar de largada.
- 19.00 horas: Largada de los que corren 100K.

Domingo 20/12:

- 01.00 horas: Largada de los que corren 50K.
- 07.00 horas: Finalización general.

**NOTA1:** Cada participante individual llevará 2 chips uno de pecho y otro de tobillo. Los miembros de equipos llevarán un chip de pecho cada uno, y el chip de tobillo solo el que está corriendo; el mismo deberá ser entregado al participante que lo releva.

**NOTA 2:** Ninguna atleta podrá contar con la asistencia de otro en carácter de PACER, en caso de incurrir en esta práctica será descalificado.

**NOTA 3:** Cada atleta de las categorías individuales de 50 o 100K podrá tener hasta 1 asistente en el lugar a designar dentro del predio, NO PODRA HABER DENTRO DEL CIRCUITO más personas o acompañantes.

EL chip de tobillo será entregado el día del evento y será necesario un documento en garantía del mismo el cual se devolverá contra la recepción del mismo.

**6. Elementos de identificación del atleta:** cada atleta recibirá un número chip que deberá fijar en la parte frontal de su vestimenta Patrocinio individual: el atleta podrá utilizar el espacio en su vestimenta para sus patrocinadores individuales. No será permitido que los participantes corran sin remeras.

**7. Orden de largada.** Todos los participantes largaran al mismo tiempo sin preferencia de edad ni sexo.

**8. Puesto de control:** el puesto de control será realizado en el pörtico de largada. A cada paso por el pörtico de largada se registrará su tiempo. Un equipo médico estará presente en el puesto de control.

**9. Circuito:** No será permitido al atleta correr fuera del circuito. El atleta que se ausente del trayecto cualquiera sea el motivo, deberá informar a la fiscalización de su salida y su posterior entrada.

**Los atletas que necesiten caminar podrán hacerlo entre los carriles 6 al 8, estará prohibido el uso de los carriles 1, 2, 3 y 4.**

**10. Alimentación e hidratación:** la organización de la prueba proveerá de hidratación con agua e isotónico durante toda la prueba y luego de media hora de la finalización. Las bebidas serán servidas durante las doce horas en un puesto de hidratación: agua normal y fría, isotónica y gaseosa. El atleta realizara su propio control de alimentación e hidratación. Cualquier otro tipo de alimento deberá ser proveído por el propio atleta. El atleta será el que deberá servirse, siendo responsabilidad de la organización solo la reposición de las bebidas. **NOTA:** Cada atleta podrá tener hasta 2 asistentes durante la competencia.

Ningún asistente de atleta podrá acompañar al mismo para su asistencia, la misma se realizará en los puestos habilitados para dicho fin, no podrá caminar o correr al lado del mismo.

**11. Asistencia médica y fisioterapia:** la organización dispondrá de equipo médico de pronto auxilio durante las doce horas y una hora más después de finalizada la competición. El equipo médico tendrá autoridad para retirar de la competición a todo atleta que no esté apto para participar o que hayan recibido cuidados médicos vitales.

Habrá atención de fisioterapia durante las doce horas del evento y luego de una hora de finalizada la prueba.

12. **Abandono:** en el caso de abandono voluntario, el atleta deberá entregar su número de identificación a la fiscalización. El atleta que haya sido alejado de la prueba por decisión médica, el equipo le retirara su número de identificación. Una vez que haya ocurrido el abandono voluntario o por razones médicas, no podrá retornar a la pista. El resultado final del atleta que abandono o que se retiró por decisión médica, será el kilometraje valido del mismo al retirarse de la prueba.

13. **Riesgos de la prueba:** Por tratarse de una prueba de alto desgaste físico, cada uno de los participantes inscriptos tienen total conocimiento de los riesgos que la prueba puede ocasionar. Por tanto, en el término de responsabilidad en la hora de inscripción, el atleta deslindara de toda responsabilidad a la organización. Todo participante deberá saber que participa por su propia responsabilidad y que la organización de la prueba no asumirá ninguna responsabilidad en caso de desfallecimiento físico o de accidente personal de cualquier naturaleza. Sera obligatoria la presentación del certificado médico en el momento del retiro del Numero-Chip.

14. **Condiciones climáticas:** el atleta podrá utilizar la parte exterior de la pista para armar toldos para guardar sus pertenencias y su equipo técnico y de apoyo La organización dispondrá de dos toldos, uno para alimentación e hidratación y otro para fisioterapia, así como los sanitarios químicos.

15. **Inscripciones:** Las inscripciones se realizarán de forma online desde [www.pmcpy.org](http://www.pmcpy.org) o en el local situado en Ana Díaz esq. Pai Pérez de 8.00 a 13.00 horas.

- Costo de la inscripción:

A) guaraníes 200.000 individual 100K

B) guaraníes 120.000 individual 50K

C) Por equipos y por persona: 100.000 guaraníes

## 16. Premiación

### Individual 100K

A) Categoría General (Masculino y Femenino)

1. 1er Lugar: Trofeo

B) Categorías por Edad (Masculino y Femenino)

Solo clasificación.

### Equipos 100K

1. 1er Lugar: 1 Trofeo

### Individual 50Ks – Solo General (Masculino y Femenino):

1. 1er Lugar: Trofeo.

### Equipos 50K

1. 1er Lugar: 1 Trofeo

- Todos los participantes que terminen la prueba recibirán una medalla de participación.