



REGLAMENTO OFICIAL DE LA CARRERA NOVENA EDICION 2023

1. LA CARRERA

La carrera “**Aventura San Lorenzo**”, se desarrollará durante los días 07 y 08 de abril de 2023 en la comuna de Cochrane.

La edición 2023 de la carrera tendrá un campamento en el sector San Lorenzo de la comuna de Cochrane, a 60 km aprox. De la ciudad de Cochrane. Además el día previo a la carrera (06 de abril) estará destinado a la acreditación de los equipos y a la charla técnica.

La versión del 2023, se va a correr en EQUIPOS DUPLAS. Para participar se requieren una buena condición física y conocimientos básicos de navegación con cartografía diseñada para la carrera. Todas las categorías deberán realizar las etapas de la competencia definidas con diversos puntos en la carta, durante los recorridos deben tener en cuenta que deberán ir por bosques, cerros, y cruzar ríos y arroyos cordilleranos.

Los trayectos deben realizarlo completo todos los integrantes del equipo, pasando por cada Punto de Control en las distintas disciplinas, por lo que si uno de los dos abandona la competencia, el equipo completo será descalificado.

La carrera contará con Puntos de Control (PC), apoyados por personas de la organización, además podrán existir Puntos de Control Virtuales (PCV), en el cual los corredores deberán sacarse fotografía digital del punto a marcar, con cámaras fotográficas o teléfonos celulares, las que deberán mostrar en el próximo PC para que se les marque el pasaporte.

Los Equipos deben estar preparados físicamente, así como disponer del equipamiento adecuado de abrigo y protección, el cual será solicitado y chequeado en el proceso de acreditación, el día antes del inicio de la competencia. De igual modo, la organización, para fiscalizar el cumplimiento del equipamiento, realizará chequeos en los Puntos de Control, donde el no llevar alguno de los implementos implicará a una sanción para el equipo en tiempo adicional de carrera. Equipos sin radio tendrán sanción en tiempo y no podrán realizar las etapas de trekking.

2. FORMATO DE CARRERA

La carrera tendrá un recorrido total de entre 100 y 200 km. aproximados, (informará las distancias el día de la charla técnica) la que dependerá de cada categoría, esta tendrá una duración de dos días, con descanso obligatorio la noche del primer día, se estima un tiempo de competencia por día de entre 7 y 12 hrs. aproximadas, por lo que cada equipo será quién administre los tiempos de su competencia. De igual modo, la organización definirá horarios de corte en la carrera durante ambos días.

Es obligatorio para todos los equipos chequearse el día previo a la competencia, y participar de la charla técnica.

La carrera tendrá inicio en lugar que define la organización, para la presente edición será en el sector de San Lorenzo, mismo lugar donde se encontrará ubicado el Camp.

Los competidores podrán llegar con medios propios al lugar del Camp de la carrera. La organización dispondrá de traslado de competidores y sus equipos, si es que alguno lo requiera.

Los equipos deberán sumar la mayor cantidad de Puntos de Control durante ambos días, los que no logren marcar algún PC tendrán una penalización de 05 horas por cada uno de ellos. Los equipos podrán optar a no

marcar uno o más PC sin ser descalificados, sin embargo, tendrán la penalización antes indicada por cada PC que no se registre. También cada competidor deberá llevar en toda la carrera y en forma personal su equipamiento individual obligatorio, siendo decisión del equipo que competidor lleva el equipamiento colectivo. Los equipos que extravíen su radio no podrán iniciar o continuar la carrera.

Una vez iniciada la carrera la organización no trasladará equipamiento, indumentaria o alimentos de los competidores, debiendo ser trasladarlos por sus propios medios. Se exceptúa en este caso los Bolsos de Kayak, que serán entregados a la organización el día antes al inicio de la competencia y serán devueltos al final de esta, en el lugar definido por la organización, también se exceptúan las bicicletas que deban ser trasladadas al punto de inicio de la carrera, en el caso de ser necesario. Tampoco podrán recibir asistencia de equipos de apoyo, familiares u cualquier otro transeúnte. Sólo se permitirá apoyo externo en los puntos de control que la organización determine.

3. SEGURIDAD

Con la finalidad de resguardar la seguridad de los competidores, se definirá una hora de corte para algunos PC, la que se informará en la charla técnica, para lo cual si el equipo pronostica que no llegará al PC antes de la hora de corte, se deberá dirigir al PC siguiente, de la misma forma si el controlador se percata que el equipo no llegará al siguiente PC a tiempo, le indicará que se dirija al PC subsiguiente, con la correspondiente sanción en ambos casos.

El director de la carrera tendrá la facultad de quitar algunos puntos de control durante el desarrollo de la competencia, los que serán informados a la totalidad de los competidores en forma oportuna, los que no serán sancionados, también podrá detener la carrera por condiciones climáticas extremas, que impidan su normal desarrollo. Para este caso, se detendrá el tiempo de la carrera, pudiendo reanudarse esta o trasladar a los competidores hasta el campamento u otro punto de control. En este caso será responsabilidad de la organización definir si los equipos trasladados deben continuar o no en competencia.

4. CATEGORIAS

Duplas VARONES y MIXTO:

Tiene las tres disciplinas de la carrera.

Duplas SENIORS:

Equipos con los dos integrantes mayores de 40 años de edad, realizan el mismo recorrido que la categoría Intermedio. Tiene las tres disciplinas de la carrera.

Dupla PRIMERA VEZ:

Equipos con ambos integrantes sin experiencia alguna en Aventura San Lorenzo. Tendrá Trekking y Mountain Bike. (no hacen kayak).

CATEGORÍA	DISTANCIA	CUPOS	DESCRIPCIÓN
Duplas Varones	Entre 150 y 200 km aprox.	10	Equipos: Hombre-Hombre
Duplas Mixto		10	Equipos: Hombre-Mujer Mujer-Mujer
Duplas Senior		10	Equipos: Hombre-Hombre Hombre-Mujer Mujer-Mujer
Dupla Primera Vez	Entre 100 y 120 km aprox.	10	Equipos: Hombre-Hombre Hombre-Mujer Mujer-Mujer

Las categorías sólo se conformarán con un mínimo de cinco **(05) equipos**. Al no completarse los cupos, los equipos inscritos deberán ser derivados a otra categoría que defina la organización.

5. LOCACIONES, HORA DE ACREDITACIÓN, PARTIDA

El proceso de acreditación de los competidores se realizará el día antes de la carrera desde las 16:00 hrs. hasta las 19:30 hrs. La Charla técnica se realizará a las 20:00 hrs.

La competencia iniciará el día 07 de abril. La competencia terminará el día 08 de abril.

6. FORMAS DE INSCRIPCIÓN

Se debe llenar una ficha por equipo, la que se encuentra disponible en la página de la carrera www.aventurasanlorenzo.cl

Los equipos extranjeros deberán contactarse con los organizadores para acordar la forma de pago.

El valor por participación será de:

CATEGORÍA	DICIEMBRE a FEBRERO
DUPLAS	CH \$ 40.000

Las inscripciones se realizarán mediante nuestro sitio web www.aventurasanlorenzo.cl

Equipos extranjeros podrán cancelar el día de la acreditación.

7. INSCRIPCIÓN A LA ACTIVIDAD

La inscripción dará derecho a:

- Derecho a participar de toda la actividad durante los 2 días.
- Camping con agua caliente.
- Ambulancia y paramédico en Camp.
- Mapa para la carrera.
- Medalla por participación.
- Medalla Premiación hasta el Tercer Lugar.
- Polera oficial.
- Premio en equipamiento para el primer lugar de cada categoría.
- Kayak doble, modelo sit on top.
- Hidratación y frutas, meta y algunos PC.

8. DERECHOS, OBLIGACIONES Y RESPONSABILIDADES

Organización

La organización se reserva el derecho de modificar, ampliar, o reformular en cualquier momento el presente reglamento, lo cual será comunicado oportunamente a los participantes.

El director de carrera se reserva el derecho de modificar o realizar cambios en el trayecto original de la carrera, por razones de tiempo, seguridad u otro.

Competidores

Al registrarse, los participantes deben ser conscientes de los riesgos y peligros asociados a este tipo de eventos especiales y aceptarlos libre y voluntariamente, asumiendo completamente los riesgos, peligros y la posibilidad de accidentes personales, muerte, daño y/o pérdida material, para lo cual cada participante deberá firmar obligatoriamente un formulario (ficha de inscripción) donde asume que está físicamente apto para participar en la actividad, y que renuncia a todo tipo de acción legal en contra de la organización por cualquier circunstancia o motivo.

De igual manera, al inscribirse, los participantes aceptan el uso y difusión para fines publicitarios, comerciales u otros, de las imágenes y fotos que puedan obtenerse del evento.

Cada participante es responsable de su propio desempeño en la actividad. Él / Ella juzgará, por si mismo, si debe y/o puede seguir o no en la actividad. Excepto si la Organización decide excluirlo por razones de

seguridad y/o de salud física, por lo que deberá estar preparado para competir en la carrera con luz de día o durante la noche, para lo cual debe cumplir con equipo mínimo obligatorio.

Para poder marcar su pasaporte, deberán llegar ambos competidores Puntos de Control.

Está prohibido llevar durante la carrera dispositivos GPS y/o reloj con GPS. Si un equipo es sorprendido durante la carrera, o se informa posteriormente a la organización de su uso, con las debidas pruebas, será descalificado de la competencia y no tendrá derechos a lugares y/o premios.

Es obligatorio portarla la radio VHF en todo momento apagada y aislada del ambiente. En caso de usarse debe ser exclusivamente en casos de emergencias. Cualquier otro uso será el director de carrera quien evaluará la descalificación, sanción en tiempo, u otra.

Los equipos no podrán recibir asistencia de familiares durante la carrera, como acompañamiento en ruta con vehículos, traslados en vehículos, abastecimiento de agua, alimentos, ropa, etc. Sólo la organización tendrá la facultad de asistir a algún equipo o a todos los equipos de la competencia, sin que esto implique generar una ventaja deportiva para el o los equipos asistidos.

Los participantes deben estar en condiciones físicas y de salud compatible con las exigencias de la actividad, para lo cual deberán realizarse chequeos médicos de forma periódica.

9. EDAD MÍNIMA

La edad para participar es desde los 18 años.
Excepcionalmente podrán participar menores de edad, desde los 15 años, debiendo contar con autorización notarial de sus padres, permitiéndose sólo un participante menor de edad por equipo y toda vez que integre equipo con un familiar directo.

10. EQUIPOS, REEMPLAZOS Y ABANDONOS

Cada equipo deberá inscribir dos integrantes, para cual deben tener un nombre, no se autorizará el cambio de integrante o nombre de equipo una vez iniciada la carrera.

Cada equipo debe designar un **Capitán**, el que debe ser unos de los integrantes del equipo. El capitán será el responsable de su equipo y la única persona autorizada para comunicarse con la organización. En caso de retiro o abandono del equipo sólo se aceptará como voz oficial la comunicación del Capitán.

El abandono de un competidor significará la eliminación del equipo de la carrera. Si el otro competidor desea completar el recorrido podrá realizarlo fuera de competencia y siempre que el Director de carrera lo autorice.

Las bicicletas no podrán ser cambiadas una vez iniciada la carrera. Si alguna sufre deterioro que no se pueda reparar en ruta y que impida continuar en la competencia, el equipo deberá abandonar y no se aceptará reemplazo, esto con la finalidad de no beneficiar a competidores locales por sobre los foráneos.

La bicicleta sólo podrá ser reemplazada una vez iniciada la carrera, si esta producto del traslado de parte de la organización sufre algún desperfecto, el cual debe ser informado de forma anticipada al director de carrera, para estar en conocimiento en casi de que esta falle una vez iniciada la competencia.

11) EQUIPAMIENTO

Equipamiento obligatorio por PERSONA

TREKKING y MTB	MTB	KAYAK
- 1 Linterna - 1 Par de guantes de abrigo - 1 Mochila chica. - Ropa de viento/lluvia (1 pantalón + 1 chaqueta). - 1 Par de zapatillas de trekking. - 1 Segunda capa superior (polar o similar). - 1 Lente para sol.	- 1 Bicicleta de montaña - Herramientas (1 corta-cadena y/o 1 herramienta multipropósito). - 1 Bombín. - 1 Cámara de repuesto. - 1 Par de guantes para MTB. - Parches y pegamento. - 2 Reflectantes (delantero	- 1 Chaleco salvavidas. - 1 Traje de neopreno o traje seco. - 1 Par de zapatos de neopreno o zapatillas. - 1 Silbato. - 1 Casco (mismo de la MTB) - 1 Kayak y remos (proporcionado por la

- 1 Gorro de abrigo. - 1 Cantimplora para agua. - 1 Casco - 1 Silbato. - Comida.	blanco, trasero rojo). - 2 Luces (delantera y trasera).	organización)
--	--	---------------

Equipamiento obligatorio por EQUIPO

DURANTE TODA LA CARRERA
- 1 Bolsa para residuos mediana (ziploc o similar). - 1 Radio VHF. - 1 Brújula. - Mapa de la carrera (proporcionado por la organización) - 1 Botiquín de primeros auxilios con los siguientes elementos: ✓ 6 apósitos autoadhesivos (curitas). ✓ 1 rollo de venda elástica de 1,50 mts. de largo por 10 cms. de ancho. ✓ 2 sobre individual de gasas estériles de 10 por 10 cms. para cubrir heridas. ✓ 1 apósito para cubrir heridas (reemplazable por toalla higiénica). ✓ 30 ml. solución antiséptica. ✓ 1 unidad pomada para picaduras o quemaduras (Hipoglos). ✓ 6 comprimidos de Ibuprofeno 400 mg. ✓ 1 cinta adhesiva de 2,5 cms. de ancho por 3 mts. de largo. ✓ 1 tijera pequeña. ✓ 1 pinza depilar.

PARA CAMPAMENTO
- 1 Carpa (por equipo). - 1 Bolsa o saco de dormir (individual). - 1 Colchoneta aislante (individual). - Utensilios para comer: servicios, plato, jarro (individual) - Útiles de aseo personal.

12. TIEMPO DE CARRERA

La actividad tendrá tiempo controlado por considerarse que es una competencia. Resultarán ganadores quienes sumen menor tiempo en las ambas jornadas. La organización controlará el tiempo oficial de cada día y se sumarán ambos una vez finalizada la competencia.

13. VESTIMENTA Y SPONSORS

Cada participante y equipo deberá velar por contar con la vestimenta más adecuada para participar del evento, además deberá llevar en todo momento visible la polera de la carrera., sólo en la etapa de kayak podrá ir el Salvavidas sobre la polera oficial.

Se permiten logos de auspiciadores solamente en casco, medias, calzas, mangas, buff, bicicletas.

14. SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

Para el caso de emergencias existirá comunicación radial HF entre la Organización y la Municipalidad de Cochrane, además de teléfono satelital. De igual modo la organización dispondrá de un vehículo 4x4 para traslados de emergencia.

Sólo en caso de emergencias y si un equipo decide abandonar la competencia debe informar de forma inmediata a la organización., el equipo deberá ponerse en contacto de forma inmediata con el director de la carrera, o el puesto de Control más cercano según se identifique en el mapa de carrera.

En caso de abandono, lesión o aquellos equipos que se extravíen, deberán autorrescatarse o autoevacuarse hasta el punto donde sea posible acceder por la organización, sólo en casos de extrema emergencia la organización enviará un grupo o equipo para rescate.

Los equipos deberán llevar en todo momento el radio VHF y el kit de primeros auxilios, y están obligados a prestar ayuda a otro equipo que lo necesite

Los participantes deberán tener bien puesto y abrochado el casco durante toda la carrera.

11. SANCIONES

- Falta de equipamiento obligatorio (30 min. por especie)
- Integrantes del equipo separados por sobre 1 min. (30 min.)
- Equipo sin radio. (No podrán realizar las etapas de trekking y deberán dirigirse a PC CAMP).
- Sin casco (1 hr)
- Polera no visible (1 hrs)
- No registrar un pc (06 hrs)
- Pérdida de pasaporte (descalificación)
- Recibir asistencia (descalificación)
- Uso de GPS (descalificación)
- Actitudes antideportivas (descalificación)
- No subir al podio a recibir premios (descalificación)

12. OTROS

El director de la carrera tendrá la facultad de modificar las presentes bases antes de la realización del evento.

AVENTURA SAN LORENZO
Director de la carrera