



XV TRAVESIA DE RESISTENCIA

PARQUES NATURALES LOS ALCORNOCALES Y DEL ESTRECHO
2 PARQUES, 2 MARES, 2 CONTINENTES

Puntuable para la Copa Andaluza de Travesías de Resistencia 2018



(Las dos orillas del Estrecho de Gibraltar. África al fondo)

EL ENTORNO NATURAL

Recorrido de 54 km entre los municipios de Los Barrios, Algeciras y Tarifa, dentro de dos de los parques naturales que conforman la Reserva de la Biosfera Intercontinental del Mediterráneo, los participantes disfrutarán también de vistas panorámicas de Los Lances, en Tarifa y de las montañas del Rif, en Marruecos, con la impresionante mole del Yebel Mussa, ambos incluidos en la mencionada reserva como Parajes Naturales.

Las frecuentes lluvias y el viento de Levante, cargado de humedad, hacen posible la existencia de los llamados bosques de niebla, únicos en el continente europeo. Destacan también los canutos, valles encajonados por donde discurren arroyos de montaña con una vegetación subtropical impropia en estas latitudes. Los Alcornocales están considerados actualmente como la última selva de Europa Continental.

El Estrecho, importantísimo lugar de paso de aves migratorias, nos sorprenderá con sus acantilados, los arrecifes y la cercanía de la costa africana, con impresionantes panorámicas.

EL RECORRIDO

- Salida desde Los Barrios
- Vía pecuaria Puerta Verde de Algeciras
- Cola del pantano Del Prior
- Antiguo Camino de Cádiz
- Garganta Del Capitán
- Garganta Santa
- Rio de la Miel
- Camino de Los Prisioneros
- Puerto de La Higuera
- Cortafuego (altura máxima del recorrido, 750 m)
- Rio Guadalmesí
- Puerto de El Bujeo
- Albergue Sur de Europa
- Vereda de La Cuesta
- Arenilla (mínima altura del recorrido, 0 m)
Colada de La Costa.
Subida y recorrido por crestería
Regreso a la Colada de La Costa
- Torre de Guadalmesí
- Tarifa

LO QUE OFRECEMOS

Se dispondrán un mínimo de 4 avituallamientos con agua y fruta, aunque se añadirán los suficientes en función de la climatología.

Uno de ellos incluirá nuestro tradicional desayuno campero (café recién hecho, leche, colacao, infusiones, pan macho, manteca "colorá" y blanca con zurrapa, aceite...) pasada la Garganta del Capitán y otro incluirá el almuerzo (picnic) en el albergue Sur de Europa.

El agua se ofrecerá a granel, por lo que cada participante deberá llevar un recipiente adecuado para beber y transportarla, así queremos evitar las involuntarias pérdidas de botellitas a lo largo del camino.

El regreso desde Tarifa se hará en autobuses y después celebraremos el acto de clausura con reparto de trofeos y diplomas, todo ello durante la cena en el hotel Montera Plaza (4*) Durante la prueba habrá una ambulancia disponible, medico y vehículos de apoyo.

Los participantes que se retiren serán trasladados a lugares apropiados según el punto de abandono y serán recogidos al final de la prueba.

Todos los inscritos podrán dormir en el polideportivo Samuel Aguilar las noches del viernes y del sábado.

RESERVAS E INSCRIPCIONES

1. Clubes con derecho a reserva según listado elaborado por la FAM. (ART. 3.4 CATR 2016)

Desde el día 1 al 3 de abril, incluidos. Enviar correo con un máximo de 8 participantes a alcornocalesyestrecho@hotmail.com , adjuntando justificante de ingreso por el importe total. Los clubes que quieran inscribir a mas participantes enviarán otro correo con todos los datos y contestaremos aceptando según posibilidades.

Para cualquier aclaración contactar mediante el teléfono 662030540 o el 669233194 o correo alcornocalesyestrecho@outlook.com (los justificantes tambien a este).

2. Participación individual para federados en la FAM, en la FEDME o en la FDMEC.

Entre los días 4 de abril al 7 de abril, enviar correo a alcornocalesyestrecho@outlook.com solicitando participar (indicad el nombre del club por el que está federado, de lo contrario entenderemos que no están federados), tras la confirmación ,**no antes**, haced el ingreso y enviad los datos personales con el justificante de ingreso o transferencia

3. Participación individual para no federados.

Solicitar plaza entre los días 4 al 7 de abril. Correo alcornocalesyestrecho@outlook.com Si hubiera alguna plaza disponible se evaluarán las solicitudes y se contestará dando las instrucciones a seguir.

4. Número máximo de inscripciones: 150

5. Para formalizar la inscripción deberan facilitar los siguientes datos: Nombres y apellidos, fecha de nacimiento, club al que pertenece, teléfono de contacto, correo electrónico (en inscripción grupal, sólo correo y teléfono del responsable del grupo) y talla de camiseta (unisex).

Las inscripciones no serán válidas mientras no recibamos todos los datos solicitados y las cuotas de inscripción ingresadas en banco.

Menores de edad

Se admitirán participantes con 16 años siempre que vengan acompañados por el padre, la madre o el tutor. En el caso de venir con un equipo, deberán traer la declaración jurada firmada por él mismo, por los padres o tutor y por el responsable del equipo, así como copia del DNI del adulto responsable.

CUOTA DE INSCRIPCIÓN: 30 € PARA FEDERADOS. 33 € PARA NO FEDERADOS.

CUENTA PARA INGRESOS: ES49 0182 3230 30 020 1528916 (BBVA). A NOMBRE DE CLUB DE MONTAÑA QUERCUS. NO SE DEVOLVERÁ EL IMPORTE ABONADO.

La cena del acto de clausura está incluida en la cuota de inscripción. **Los acompañantes abonarán su importe (14€)** el día 4 de mayo, durante la recepción de inscritos.

¡NOTICIA IMPORTANTE!

Por primera vez en la historia de la Copa Andaluza de Travesías de Resistencia, un club organizador ofrecerá inscripciones gratuitas. El club de Montaña Quercus, con motivo de la celebración de la 15ª edición de nuestra travesía, ofrece participación gratis a todos los

deportistas que finalizaron las cuatro últimas ediciones, es decir, las del 2017, 2016, 2015 y 2014.

Los deportistas que cumplan este requisito harán su inscripción y abono según las instrucciones dadas y nos enviarán un correo (exclusivamente para este asunto) comunicando su derecho a la gratuidad. Tras la oportuna comprobación, la cuota ingresada les será devuelta el día 4 de mayo durante la recepción de inscritos.

POR FAVOR

Al hacer el ingreso, el cajero o el sistema informático os pide vuestro nombre, ese nombre no aparece luego en la notificación de ingreso que nos hace el BBVA, por lo que no sabremos quién lo envía.

Tenéis que **repetirlo** en el apartado OBSERVACIONES o CONCEPTO. Para el ingreso por club, indicad **¡sólo!** el nombre del club. Para ingreso individual, indicar **¡sólo!** el nombre y apellidos.

ROGAMOS NO SE INSCRIBA NADIE SIN EXPERIENCIA PREVIA EN ESTE TIPO DE PRUEBAS

REGLAMENTO

La travesía se regirá por el Reglamento de la Copa Andaluza de Travesías de Resistencia (www.fedamon.com / actividades / C.A. Travesías / reglamento) y estará supervisada por jueces asignados por la FAM.

Se aplicará también el Reglamento interno.

REGLAMENTO INTERNO

- Actividad senderista no competitiva en la que no está permitido correr.
- El recorrido será guiado por miembros del club organizador, quienes marcarán el ritmo y velocidad de desplazamiento. Ningun participante podrá desplazarse por otro sitio distinto al indicado. No se permite ir por delante de los organizadores de cabeza, ni por detrás de los de cola. Los participantes que no puedan seguir el ritmo y no lleguen a tiempo a los puntos de control o avituallamientos, serán retirados de la prueba y serán llevados al punto de salida, al punto de meta o al punto intermedio, según el lugar donde ocurra el abandono.
- No se permite la participación con animales de compañía.
- Prácticamente todo el recorrido transcurre dentro de los dos parques naturales, transitándose por sitios que necesitamos proteger, por lo que no está permitido molestar a los animales, tanto salvajes como domésticos, así como coger cualquier especie de flora o fauna. Cualquier infracción será denunciada al SEPRONA, al Agente de Medio Ambiente o a la FAM. El infractor será expulsado de la travesía.
- La participación está limitada a 150 senderistas, que el día anterior a la actividad serán identificados por su DNI y Tarjeta Federativa, antes de asignarles sus dorsales numerados para su posterior control en ruta. Los participantes menores de 16 años deberán presentar autorización de sus padres o tutor legal y tendrán que hacer el recorrido acompañados por algún adulto, que se hará responsable de

él.

- Todos los participantes serán federados, por lo que estarán cubiertos por su seguro de accidente. Si hubiera alguna plaza libre, podría asistir algún no federado, en ese caso, la organización les contrarará un seguro de accidente para la actividad. Todos deberán firmar una declaración en la que harán constar que no tienen enfermedad o lesión que les impida hacer este tipo de actividad, o que pueda agravarse por la realización de la misma.
- La actividad estará cubierta por un seguro de Responsabilidad Civil.
- Será obligatorio que cada participante lleve el siguiente equipo:
 - Contenedor para reserva de agua, mínimo medio litro.
 - Chaqueta o prenda de abrigo exterior.
 - Frontal o linterna con pilas de repuesto.
 - Teléfono móvil con los números de la organización.
 - Mochila suficiente para portar todo el equipo.
 - Pantalones o mallas, mínimo por debajo de las rodillas.
- La organización ofrecerá a todos los participantes un desayuno contundente, un almuerzo tipo picnic y varios avituallamientos con fruta, agua y algún isotónico, así como una cena al final del recorrido, no obstante, la correcta alimentación es responsabilidad de cada uno.
- En cada avituallamiento, la organización dispondrá de contenedores para la recogida de residuos.
- Está terminantemente prohibido tirar cualquier cosa por el camino. Se facilitará agua mineral procedente de envases grandes, por lo que será imprescindible (no solo obligatorio) que cada participante lleve su contenedor, que le servirá para beber y como reserva para el camino.
- La prueba no se suspenderá por mal tiempo. Salvo causa muy grave. Habrá desviaciones alternativas que se tomarán si fuese necesario.
- Los participantes seguirán las instrucciones dadas por los responsables de la prueba.

PROGRAMA

Viernes, 4 de mayo. Desde las 19h a las 22h. Recepción de participantes en la sede del C.M. Quercus (Los Barrios, Avda. Rosa García Cepero, frente al restaurante Al Andalus), información y entrega de dorsales. Firma de la declaración jurada. Presentar DNI y tarjeta federativa. Devolución de cuotas de inscripción según se ha indicado anteriormente.

Sábado, 5. Comienza la travesía a las 5h. (Desde la sede del club). Termina a las 19h. Desde Tarifa se dispondrán autobuses para el regreso a Los Barrios. Clausura y cena a las 21h. en el hotel Montera Plaza. Entrada con dorsal personal.

RECORDATORIO

Si llueve en días cercanos a la celebración de la travesía, habrá agua y barro por donde tendremos que pasar.

- Llevad recipiente para beber y portar líquidos.
- Seguid los pasos de los guías de cabeza.
- Está prohibido coger plantas, molestar a la fauna y dejar residuos.
- La alimentación de cada participante es de su propia responsabilidad.
- Guardar dorsal para acceder a la cena.
- No animales de compañía

La puntuación por quipos se hará según indica el Reglamento de Travesías de la FAM. A los participantes con piel delicada les aconsejamos llevar puesto el pantalón largo.

Rogamos utilizar las luces rojas intermitentes solo en caso de emergencia, el uso continuado de estas supone una molestia innecesaria para los marchadores situados detras.

Por favor, ayudadnos a conservar nuestros parques, no dejar nada en el campo y tened cuidado con los pañuelos de papel, que suelen “caerse”.

Os informamos de que el tránsito por algunas zonas por donde pasamos son de especial protección y necesitan el oportuno permiso, incluso hay lugares por donde está prohibido pasar en determinados meses del año.

XV TRAVESÍA DE RESISTENCIA PP.NN. LOS ALCORNOCALES Y DEL ESTRECHO

