

REGLAMENTO:

La prueba se registrará por el reglamento de la F.E.M.P.A. para la **Copa de Asturias**. El reglamento específico de la **VI Quebrapates Peña Mea** es el siguiente:

- La prueba, organizada por el **Grupo de Montaña Peña Mea**, con una longitud de 30,5 Km. y un desnivel de 2.200 m. de subida y otros tantos de bajada, discurrirá desde Pola de Laviana a la cumbre de Peña Mea y descenso de nuevo a Pola con el siguiente itinerario:
POLIDEPORTIVO - LLINARIEGUES - L'ESCOBAL - ENTRIALGO - LA CORREORIA - EL CABU - ARBÍN - TABLAZO - FEBRERU - FELGUERINA - LA CAMPA FELGUERA - LA CAMPA DOÑANGO - LA BOYICA - EL PICU DUBIL (CUMBRE) - LA FUENTE MEA - L'ARCÓN DE PEDROMORO - CERREU - LA COLLÁ PELLUNO - L'ARGANUSU - LES MELONERES - TOLIVIA - L'ARTASU - BUSTIELLO - LA REONDINA - SOLANO BAXO - BRAÑA RIBA - EL CAMÍN DE LOS MINEROS - CORIÁN - CANZANA - LOS XERRONES - PLAZA DEL AYUNTAMIENTO
- Los participantes habrán de ser mayores de 18 años.
- Se establecen las siguientes categorías:
COPA DE ASTURIAS:
MASCULINA Senior: 18 a 39 años **FEMENINA Senior:** 18 a 35 años **Local Absoluta:** + de 18 años
Veteranos A: 40 a 49 años **Veteranas:** 36 años en adelante
Veteranos B: 50 años en adelante
- La organización contará con los servicios de comunicación y emergencias de Protección Civil, un médico y con el adecuado transporte sanitario, pero declina toda responsabilidad ante los daños que se pudieran producir a o por los participantes, que asumen tomar parte en la prueba libremente y bajo su total responsabilidad.
- El número máximo de participantes será de **150**, por riguroso orden de inscripción.
- AVITUALLAMIENTOS:**
Existirán **tres avituallamientos líquidos** en los **km. 6, 15 y 25** y **cuatro completos -sólidos y líquidos-** en los **km. 12, 17, 21 y 27** -ver perfil-. Tras ellos existirá una zona de abandono obligatorio de residuos cuyo incumplimiento puede motivar la descalificación.
- La **VI Quebrapates Peña Mea** discurre por terreno de montaña y alcanza los 1.560 m. de altitud. Por ello, se recomienda el uso de ropas cortavientos y de un calzado provisto del necesario agarre, así como el uso de las cantimploras tipo camelback para una adecuada hidratación. Se permitirá el uso de bastones.
- La organización se reserva el derecho de suspender la prueba si las condiciones meteorológicas o de otro tipo así lo indican, ya sea antes o durante la misma.
- En las zonas en que por motivos de seguridad se considere y así se señalice, estará prohibido correr y solo se podrá discurrir por ellas caminando, bajo riesgo de descalificación.
- Se establecerán los siguientes controles máximos de paso:
•**El Cabu:** 1 hora desde la salida •**Campa Felguera:** 2 h. desde la salida •**Cumbre:** 3 h. desde la salida •**Tolivia:** 4 h. desde la salida •**Corián:** 4,30 h. desde la salida. Quienes superen esos horarios, serán neutralizados y transportados a la meta.
- Los atletas portarán permanentemente en el pecho el dorsal identificador.
- Por su seguridad, aquellos que decidan retirarse de la prueba, lo comunicarán a uno de los controles de la organización, identificados como tal con un chaleco reflectante color naranja. En caso de accidente, todos los participantes están obligados a prestar auxilio, así como a comunicarlo al siguiente puesto de control.
- La organización se reserva el derecho de interpretar o modificar el presente reglamento. La decisión de los jueces y controles de carrera con respecto a las clasificaciones será inapelable. No obstante, se atenderán todas las sugerencias o quejas que se estimen oportunas.
- En las travesías, carreteras y pistas por las que pudieran circular vehículos, los participantes se conducirán respetando las normas de tráfico.
- La participación en la **VI Quebrapates Peña Mea** supone la aceptación de estas bases.

PATROCINAN



COLABORAN



6^a Quebrapates Peña Mea



COPA ASTURIAS

de CARRERES por MONTAÑA 2010

LA POLA LLAVIANA
5 de SETIEMBRE



MÁS INFO: 985 61 07 94
www.quebrapates.es



F.E.M.P.A.



G.M. PEÑAMEA

PATROCINA:



TAM AIRLINES
A STAR ALLIANCE MEMBER



cajAstur

6^a Quebrapates Peña Mea

COMO DECÍAMOS AYER...

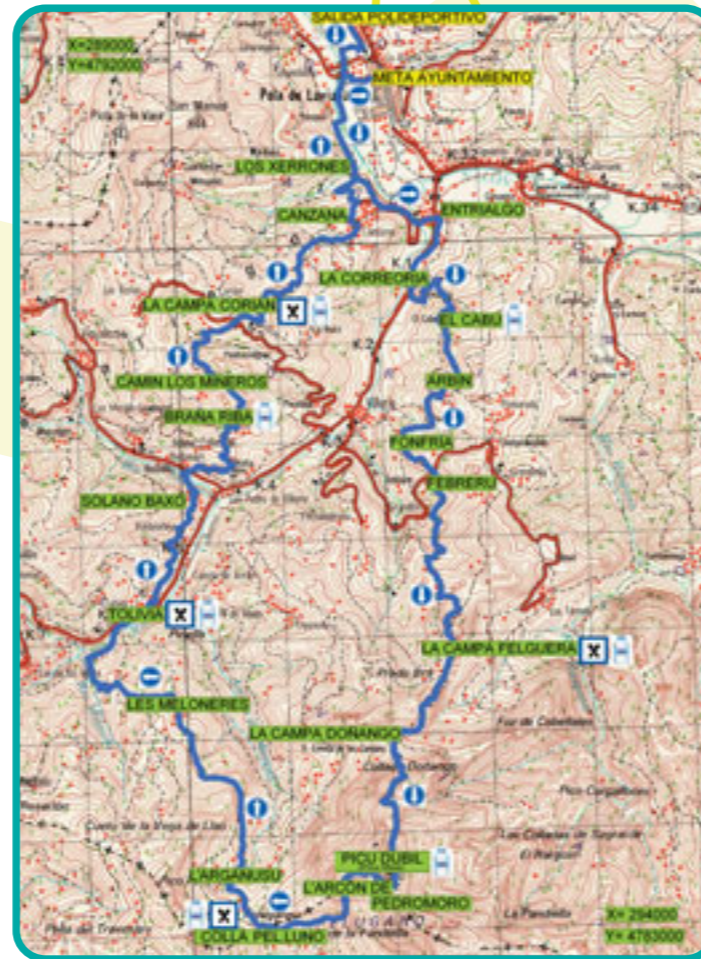
En la introducción del año pasado finalizábamos con una expresión que consideramos toda una declaración de principios: “Hace ya mucho tiempo que nos olvidamos de restar...”

Pero, la verdad, parece que algunos tienen mejor memoria o, quizás, la emplean de otra manera menos productiva. Este año 2010 la Copa de Asturias de Carreres por Montaña se ha remodelado sacando de la misma a la Travesera –que para muchos de nosotros sigue siendo lo más, pero que generaba problemas de capacidad y, por tanto, el peligro de dejar fuera de la carrera que más puntuaba a alguno de los gallitos en lucha por el título– y dando la bienvenida a dos nuevas carreras, a saber, la Vuelta al Monsacro, ya celebrada en junio, y el Maratón Resistencia del Reino Astur, que discurrió por tierras Alleranas en recientes fechas. Y, como suele ocurrir, nunca llueve a gusto de todos. Hay argumentos para todos los gustos: Unos hablan de pruebas un poco “verdes” para la Copa; hay quien agradece savia nueva; otros nunca habrían osado segregarse a la reina, aquella que le dio inicio y que es la máxima bandera, nuestra Travesera; otros se habrían ido a otros solares Astures, que hace tiempo que ofrecen ampliar horizontes por occidente; hay quien se queja de calendario saturado; y así, hasta el infinito, todos podemos aportar nuestra opinión y los consiguientes argumentos de peso, cada uno a cual más obvio y desequilibrante –sobre todo para el que lo aporta, claro está–.

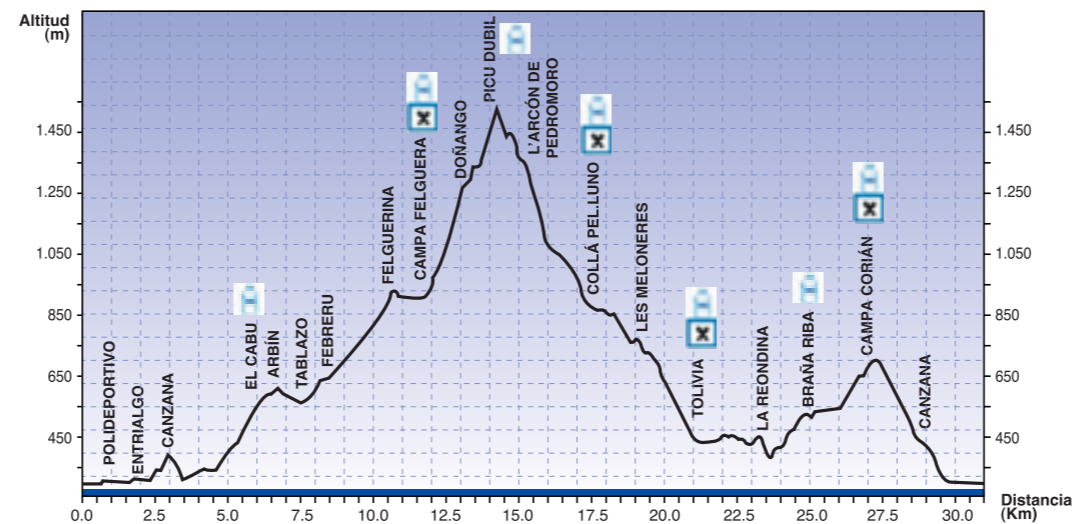
Innegable es que esos problemas con la Travesera demandaban una respuesta y que otras pruebas llamaban a la puerta. Quien decide, asume la responsabilidad de su dictamen y las consecuencias del mismo. Únicamente le demandaremos que sepa extraer las lecturas apropiadas en función de lo que ocurra con la Copa a lo largo del 2010, para, basándose en ello, rectificar o asentar las directrices aplicadas. No vamos a emitir aquí juicio alguno sobre las decisiones tomadas, que para eso existen los órganos adecuados y a ellos acudiremos, pero sí haremos el sano ejercicio de comentarlas en cuantas charlas, carreras y corrillos tengamos ocasión. Pero quede claro un principio indiscutible: El enemigo nunca debe estar en casa. Todos los implicados –Federativos, organizadores, corredores y aficionados– debemos remar en la misma dirección y toda opinión o crítica ha de hacerse desde la premisa de la constructividad y la buena voluntad, nunca con ánimo aniquilador, vengativo o egoísta. Los que llevamos toda la vida “tiraos al monte” somos conscientes del peligro que el entusiasmo competitivo encierra, de los malos rollos que genera y de su vertiente autodestructiva, con corredores enfrentados y organizadores quemados. Y sabemos como puede acabar la historia: Sin Copa de Asturias. Cuidemos responsablemente de la criatura, atendamos adecuadamente sus necesidades, reprendámosle cuando haga lo que no debe y recordemos que la mejor vacuna contra ese sombrío horizonte es acordarse del ex-técnico del Barça Van Gaal cuando decía aquello de “Tu mucho negativo, nunca positivo”.

Pero, eso seguro, si todo esto revienta, “siempre nos quedará Peña Mea...” ¿O era París?

¡ATLETAS Y AMIGOS, BIENVENIDOS A LA 6ª QUEBRAPATES!



● ENLACES FOTOS Y MAS EN: WWW.QUEBRAPATES.ES



PROGRAMA

SÁBADO 4 DE SEPTIEMBRE:

En el **POLIDEPORTIVO de Laviana:**

16 a 20 h. Retirada de dorsales.
19'00 h. Charla informativa.

DOMINGO 5 DE SEPTIEMBRE:

En el **POLIDEPORTIVO de Laviana:**

7'30 a 8 h. Retirada final de dorsales.
8 a 8'15 h. Control de salida.
8'30 h. SALIDA.

En la **PLAZA DEL AYUNTAMIENTO (Meta):**

13'30 h. Cierre del control de llegada.

En la **PLAZA DE LOS AYUNTAMIENTOS DEMOCRÁTICOS:**

14'00 h. Entrega de trofeos.
14'20 h. Sorteo de obsequios

INSCRIPCIONES

A partir del 1 de agosto por los siguientes medios:

- Teléfono:** 985 61 07 94 de 9'30 a 13'30 y de 16 a 19'30 horas, de lunes a viernes, aportando los datos solicitados en el boletín de inscripción que hay en la página web o en el tríptico de la prueba.
- E-mail:** gmpenamea@terra.es
- Correos:** Grupo de Montaña Peña Mea, C/ Leopoldo Alas, 9 • 33980 Pola de Laviana - Asturias. En los casos 2 y 3, aportando el boletín de inscripción de la página web o los datos en él solicitados. Se comprobará el pago en la cuenta, pero NO es necesario aportar resguardo del ingreso.

Cuota de inscripción:

FEDERADOS: 18 euros **NO FEDERADOS: 25 euros**

A ingresar en CAJASTUR c.c. **2048 0041 65 0340009310** (Indicando en el concepto del ingreso o transferencia EL NOMBRE DEL CORREDOR)

Plazo: Hasta el jueves 2 de septiembre.

PREMIOS

- Trofeo a los 5 primeros de cada categoría.
- Trofeo especial “Pedro Udaondo” al atleta con mejor progresión respecto a la edición anterior.
- Bolso deportivo y camiseta técnica conmemorativa + revista del Grupo Desnivel para todos los participantes.

BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN

Apellidos			
Nombre	Nacido/a el / /		
D.N.I.	Sexo	<input type="checkbox"/> M	<input type="checkbox"/> F
Domicilio	nº	piso	letra
Localidad	C.P.		
Provincia	Tel./Móvil	E-mail	
Federación Autonómica:	Tipo de licencia:	Club:	

Enviar este Boletín de Inscripción, por los medios especificados en el Reglamento, debidamente cumplimentado a máquina o letra mayúscula.

Firma

A RELLENAR POR LA ORGANIZACIÓN

Nº Inscripción	<input type="text"/>	Fémica	<input type="text"/>
Dorsal	<input type="text"/>	Veterana A	<input type="text"/>
Veterano A	<input type="text"/>	Local	<input type="text"/>
Veterano B	<input type="text"/>		

CAJASTUR. Nº Cuenta:
2048 0041 65 0340009310