OSO.
TRAIL PROZA

II EDICIÓN

AYTO. DE PROAZA

20K M

UTMB® INDEX

OSO
TRAIL PROAZA

NATURALEZA, ESFUERZO, SUPERACIÓN.

19 DICIEMBRE
VERTICAL

20 DICIEMBRE
TRAIL 14k

20 DICIEMBRE
ANDARINES

20 DICIEMBRE
CRECETRAIL

TRAIL ÉPICO
ENTORNO ÚNICO

DESAFIA
TUS LÍMITES

CORRE ENTRE
BOSQUES Y MONTAÑAS



INSCRIPCIONES
A PARTIR DEL
8
SEPTIEMBRE

PARA INSCRIBIRSE EN
WWW.ROCKTHESPORT.COM

1.- Requisitos de los participantes

Para participar en el evento, se han de cumplir los siguientes requisitos:

- Ser mayor de 13 años, únicamente se solicitará un documento firmado (estará en la recogida de dorsales) por el padre, la madre o tutor/a para los menores de edad.
- Conocer y aceptar las condiciones del presente reglamento.
- Estar perfectamente informado sobre qué es FORCADA VERTICAL y disponer de los conocimientos, experiencia, material y de los niveles físico y psicológico necesarios para poder soportar y superar posibles problemas relacionados con la resistencia, desnivel, geografía y el entorno del evento, tales como: la fatiga, los problemas digestivos, los problemas musculares y en articulaciones, las contusiones, heridas leves, el frío, la lluvia, nieve, niebla, calor...etc.
- Realizar correctamente todos los pasos y requisitos para la inscripción.
- Los participantes que no dispongan de Licencia Federativa Oficial de Montaña están obligados a reflejarlo durante el proceso de inscripción y deberán tramitar un seguro con vigencia el ldía del evento, que supone un coste extra de 3€.
- La Organización se reserva el derecho de excluir de FORCADA VERTICAL, incluso antes del inicio de ésta, a aquellos participantes cuya conducta entorpezca la gestión y7o buen desarrollo de la misma, del mismo modo que también podrá realizar excepcionalmente admisiones que no cumplan algunos de los requisitos anteriores

1.1 Introducción y objetivos:

Las Carreras por Montaña es una disciplina incluida dentro del conjunto de actividades que recogen los estatutos de la Federación de Montaña, Escalada y Senderismo del Principado de Asturias FEMPA. Las Carreras por Montaña es una especialidad deportiva que se manifiesta a través de carreras por baja, media y alta montaña, ya sea estival o invernal, realizándose el itinerario a pie y en el menor tiempo posible. Las competiciones de Carreras por Montaña tienen como objetivo:

Reunir en competición a los corredores de montaña y equipos de los Clubes de Montaña de Asturias, así como fomentar la participación en pruebas de otras zonas y atraer a nuestra región a atletas foráneos, siempre con el fin de enriquecer nuestra disciplina.

Mejorar el nivel deportivo de los corredores de montaña y ayudar a la evolución de esta especialidad deportiva.

2.- INSCRIPCIONES Y CANCELACIONES

2.1 Forcada Vertical

- Inscripción 17€ más 3€ en caso de no estar federado/a, si hace también el OSO TRAIL PROAZA, el preció será de 35 por las dos pruebas
- La Organización se reserva el derecho a ampliar o a reducir el número de plazas a cubrir por motivos de seguridad o por otros motivos que puedan afectar al buen desarrollo de la carrera.
- Las inscripciones se realizarán por pasarela de pago a través del enlace habilitado en el perfil de Instagram de la carrera

2.2 Fechas de inscripciones:

La fecha de apertura de inscripciones será el martes 8 de septiembre de 2026 a las 00:00 horas, a través de la pasarela de pago. Siendo la fecha de cierre de inscripciones el día 15 de Diciembre de 2026 a las 00:00 horas.
En caso de lesión o problemas sobrevenidos tras formalizar la inscripción, se podrá causar baja antes del 10 de diciembre, se le aplicará la devolución del 80% del precio de inscripción y si lo hace del 11 al 15 de diciembre la devolución será del 50%. Para ello deberá tramitarlo a través del correo loborace6@gmail.com.

2.3 Política de cancelaciones:

El mal tiempo no será impedimento para la realización de la prueba, si bien la Organización se reserva el derecho de poder cancelarla si concurriesen situaciones objetivas de riesgo que pudieran poner en peligro la seguridad e integridad de los participantes (alertas meteorológicas, incendios forestales, corrimientos del terreno, etc). En estos casos, primará la seguridad de los participantes ante cualquier otra variable. Si por causas objetivas de riesgo que pongan en peligro la seguridad de integridad de los participantes la prueba fuese suspendida, no habrá derecho a devolución ni la organización será responsable de los costes, gastos o pérdidas de cualquier tipo provocados por la persona inscrita en relación con el Evento, incluyendo sin carácter limitativo su alojamiento y traslado hacía o desde el Evento.

En caso de condiciones meteorológicas adversas o sucesos que se estimen graves y afecten a la seguridad de la prueba u otras causas de fuerza mayor (ejemplo: una pandemia), la organización se reserva el derecho de modificar los horarios de corte, la hora de salida de la carrera, neutralizarla e incluso anularla.

3.- DORSAL, BOLSA DEL CORREDOR Y CHIP

3.1 Recogida de Dorsal y Chip

Será obligatorio llevar el dorsal totalmente visible durante la prueba, siempre en la parte frontal del cuerpo, por encima de la ropa. El dorsal es personal e intransferible y se entregará únicamente (junto con la bolsa del corredor) al participante. Para ello será necesario presentar en el momento de la recogida la siguiente documentación:

- DNI, Pasaporte o NIE.
- Licencia Federativa en caso de estar asegurado. La recogida de dorsales y bolsa del corredor se realizará en los lugares indicados en el programa. Autorización en caso de no poder recoger el dorsal. Si el participante no puede recoger personalmente el dorsal en los horarios establecidos, podrá autorizar a una persona para que lo haga en su lugar, para lo que deberá presentar los siguientes documentos: Formulario de Autorización de recogida de dorsal firmado por ambas partes, el cual esta en la plataforma de inscripciones.
- Fotocopia del DNI, pasaporte o NIE del participante.
- Fotocopia de la Licencia Federativa en caso de estar asegurado.
- DNI original de la persona autorizada a recoger el dorsal.

4.- PROGRAMA HORARIO

JUEVES 17

- A partir de las 17h hasta las 19h se entregarán dorsales en el concesionario de AUTOSA (Cerdeño)

SABADO 19

- **Desde las 15:00h hasta las 16:00h** se entregarán dorsales en la zona asignada en Proaza
- **A partir de las 16:00h se dará salida escalonadamente por tandas** para favorecer que no hay tapones en el recorrido. Las tandas que se hagan se avisarán con la suficiente antelación a los corredores, igualmente estarán en el tablón en la zona de inscripciones
- **A las 18:30h** se hará la ceremonia de entrega de premios.

5.- MATERIAL Y SUPERVISIÓN

5.1 Material obligatorio:

- Calzado y vestimenta adecuados.
- Dorsal visible entre pecho y rodillas, en la parte frontal del corredor.
- Vaso o solflask, 500ml de agua
- Chaqueta cortavientos.
- Manta térmica

5.2 Kit condiciones meteorológicas adversas

Podrá ser activado por la organización los días previos de la prueba, siendo el medio oficial el correo electrónico o SMS.

- Teléfono móvil.
- Guantes.
- Buff o gorro
- Malla larga.

5.3 La organización prohibirá terminantemente

- Uso de auriculares o altavoces exteriores.
- Participar con raquetas de nieve o esquís.
- Participar con animales de compañía.
- Sacar envases del avituallamiento fuera del mismo.
- Tirar cualquier objeto o envoltorio durante el transcurso de la prueba.
- Atajar en cualquier punto del recorrido de la prueba.

6.- RECORRIDO: Marcaje, puntos de control y avituallamientos.

- El recorrido consta de 4800m y 900m. de desnivel positivo en constante subida.
- El corredor deberá seguir todo el marcaje del recorrido, pasando todos los puntos de control situados en el recorrido.
- La organización podrá realizar controles en cualquier punto del recorrido, tanto de material como de tiempos.
- El participante deberá atender las preguntas y peticiones de cualquier voluntario, médico o responsable que estén en el recorrido.
- Habrá un avituallamiento líquido que estará situado en el km 2,400, aproximado se informara.
- Debido a la política ambiental de la organización, no se utilizan vasos en el avituallamiento, siendo obligatorio por parte del participante el

transporte de bidón o vaso para su uso en los mismos.

- Por respeto al entorno, será obligatorio no tirar envases o envoltorios durante todo el recorrido. El incumplimiento de esta norma será motivo de descalificación.
- Se dispondrá de UN avituallamiento líquido en mitad del recorrido.
- Se dispondrá de una zona de avituallamiento sólido y líquido en la zona de salida.
-

7.- SEGURIDAD

Durante la competición se deberán tomar todas las medidas necesarias de seguridad. El itinerario estará diseñado de tal manera que el riesgo residual sea el mínimo, velando en todo momento por la seguridad de los competidores.

En las zonas con peligros objetivos en que no se pueda evitar el riego residual se deberá destinar controles orientativos para alertar del peligro y siempre deberán ponerse carteles bien visibles indicando el tipo de peligro existente. Durante toda la prueba, se dispondrá de varios equipos médicos y de seguridad coordinados por la organización. El participante podrá solicitar su ayuda o asistencia en el caso de necesitarla.

Estos equipos podrán:

- Eliminar de la prueba y anular el dorsal, siempre que lo consideren no apto para continuar.
- Ordenar una evacuación para cualquier participante que consideren en peligro.

La dirección de la carrera no cuestionará las decisiones del equipo médico y de seguridad.

Todos los corredores están obligados a socorrer a cualquier participante, dentro de sus capacidades y conocimientos, no hacerlo supone un delito grave por omisión de socorro.

En caso de una emergencia, el participante deberá comunicarlo al control más próximo y se procederá con el plan de evacuación.

SEGURO DE ACCIDENTES: Si la organización considera necesaria la evacuación con helicóptero o equipo externo, los gastos irán a cargo del seguro que el corredor ha declarado tener durante la inscripción, ya sea la Licencia Federativa o la contratada durante la inscripción (en este caso la organización hará todos los tramites) Si el participante declaró estar en posesión de una licencia inexistente, la Organización no se hará cargo de los gastos derivados del accidente.

8.- CATEGORIAS

La prueba se regirá por las categorías del reglamento FEMPA vigente.

Año de nacimiento				
Año de competición 2026	**Infantil**	**Cadete**	**Juvenil**	**Junior**
	13 y 14 años	15 y 16 años	17 y 18 años	19 y 20 años
	2013-2012	2011-2010	2009-2007	2006-2005

Año de nacimiento					
Año de competición 2026	**Promesas**	**Senior**	**Veterano/a A**	**Veterano/a B**	**Veterano/a C**
	21, 22 y 23 años	De 24 a 39 años	De 40 a 49 años	D 50 a 59 años	A partir de 60 años
	2005-2003	1987-2002	1977-1986	1967-1976	1966 y anteriores

La edad a tener en cuenta es la que tenga el corredor a 31 de diciembre del año en competición.

8.1 Premios:

Todas las categorías tendrán trofeo los tres primeros clasificados en cada una de ellas.

9.- DERECHOS DE IMAGEN Y PROTECCIÓN DE DATOS

La aceptación de este reglamento implica que el participante autoriza a la organización y a quien ésta estime, a la grabación de su participación en la prueba, así como su consentimiento para la difusión de todas las imágenes tomadas durante el transcurso de la prueba.

La organización, así mismo, será la única que tenga los derechos sobre imagen de la prueba.

Autorización administrativa: De conformidad con lo dispuesto en la Ley Orgánica 15/1999, de Protección de Datos de Carácter Personal (LOPD) y su normativa de desarrollo, el responsable del sitio web, en cumplimiento de los dispuesto en el art. 5 y 6 de la LOPD, informa a todos los participante que faciliten o vayan a facilitar sus datos personales, que estos serán incorporados en un fichero automatizado que se encuentra debidamente inscrito en un fichero de la Agencia Española de Protección de Datos.

10.- ABANDONOS, PENALIZACIONES Y RECLAMACIONES

10.1 Abandonos:

En caso de abandono de un corredor, éste deberá indicarlo en el control más cercano o llamar al teléfono de la organización (impreso en dorsal). Siempre que sea posible deberá entregarse el chip a la organización.

10.2 Penalizaciones:

Este apartado se regirá por el REGLAMENTO FEMPA

11.- RESPONSABILIDAD

La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente o negligencia, así como de la pérdida de objetos de participantes, no haciéndose responsable de aquellos que los corredores dejen en vestuarios o avituallamientos.

El corredor asume toda responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado.

12.- MODIFICACION DEL REGLAMENTO

La inscripción en la prueba implica la aceptación de este reglamento.

La organización realizará las modificaciones y actualizaciones del reglamento, para corregir errores y aclarar puntos que pueden ser confusos para los participantes.

En todo lo no contemplado en este reglamento, o en caso de duda, prevalecerá el reglamento FEMPA