

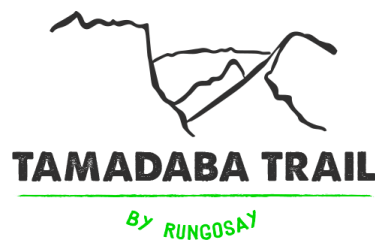
REGLAMENTO TAMADABA TRAIL 2019

ÍNDICE:

- Art. 1 - Comportamiento deportivo y respeto al medio ambiente
- Art. 2 - Plazas, inscripción y forma de pago
- Art. 3 - Cambios, traspasos y anulaciones
- Art. 4 - Requisitos de participación
- Art. 5 - Descargo de responsabilidad
- Art. 6 - Derechos de imagen
- Art. 7 - Publicidad
- Art. 8 - Protección de datos
- Art. 9 - Verificaciones técnicas
- Art. 10 - Salidas y Llegadas
- Art. 11 - Ayuda externa
- Art. 12 - Puntos de Avituallamiento
- Art. 13 - Puntos con Hora de Cierre
- Art. 14 - Puntos de Control Paso
- Art. 15 - Lugar de abandono
- Art. 16 - Responsabilidad de los Directores de Carrera
- Art. 17 - Medios de Progresión en Competición
- Art. 18 - Material OBLIGATORIO
- Art. 19 - Material RECOMENDADO
- Art. 20 - Dorsales
- Art. 21 - Uso de bastones
- Art. 22 - Normas de seguridad
- Art. 23 - Penalizaciones
- Art. 24 - Tránsito por carreteras
- Art. 25 - Categorías y clasificaciones
- Art. 26 - Dirección de Carrera
- Art. 27 - Comisarios Deportivos
- Art. 28 - Reclamaciones
- Art. 29 - Suspensión de la prueba
- Art. 30 - Modificaciones

ANEXOS

- Salidas y llegadas
- Avituallamientos y puntos con Hora de Cierre



TAMADABA TRAIL 2019

La X edición de la Tamadaba Trail se desarrolla en tres modalidades:

Mini Trail – 14 Km

La Tamadaba Trail, en su modalidad Mini – 14 km, tendrá lugar **el sábado 7 de DICIEMBRE de 2019** con salida desde El Sao (Valle San Pedro). La prueba se celebrará sobre un recorrido no circular de aproximadamente 14 Km. y con un desnivel positivo de 804 metros. La dificultad técnica es considerada: **MODERADA**.

Media Trail – 21 km

La Tamadaba Trail, en su modalidad Media – 21 km, tendrá lugar **el sábado 7 de DICIEMBRE de 2019** con salida desde San Pedro (Agaete). La prueba se celebrará sobre un recorrido en formato circular de aproximadamente 21 Km. y con un desnivel positivo de 1.370 metros. La dificultad técnica es considerada: **MEDIA**.

Ultra Trail – 52 km

La Tamadaba Trail, en su modalidad Ultra – 52 km, tendrá lugar **el sábado 7 de DICIEMBRE de 2019** con salida desde San Pedro (Agaete). La prueba se celebrará sobre un recorrido en formato circular de aproximadamente 52 Km. y con un desnivel positivo de 2.876 metros. La dificultad técnica es considerada: **ALTA**

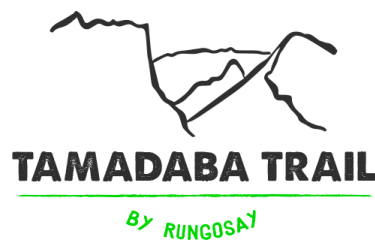
Para las tres pruebas la meta estará situada en el barrio de San Pedro. Dicho recorrido transcurrirá por lugares de las medianías del noroeste Gran Canaria, por senderos insulares, pistas y algunos pequeños tramos de carretera local que sirven de enlace entre ellos.

Los horarios de las diferentes modalidades se indican en el **ANEXO**, al final de este documento salvo modificación que se indicaría, de producirse, en la página web de la prueba y en los perfiles oficiales en RRSS.

El desarrollo de este evento se regirá por el presente **REGLAMENTO**:

Art. 1 - Comportamiento deportivo y respeto al medio ambiente

La Tamadaba Trail se celebra con respeto absoluto hacia el medio ambiente.



La Organización no cortará en ningún momento la circulación, y los participantes respetarán las normas viales en poblaciones y carreteras de uso público. Serán **DESCALIFICADOS DE LA COMPETICIÓN** los participantes que presenten comportamientos paramilitares, hagan apología del terrorismo, muestren actitudes violentas o xenófobas, o arrojen basura en la naturaleza, siendo obligatorio respetar los cultivos, el ganado y la propiedad privada en general. Los participantes serán responsables de los daños ocasionados.

Art. 2 – Plazas, inscripción y forma de pago

- Las plazas estarán limitadas a: 200 participantes en la modalidad Mini Trail, 300 participantes en la modalidad Media Trail y 100 participantes en la modalidad Ultra Trail.
- Las cuotas de inscripción se establecen de la siguiente forma:

Ultra – 52 km

Federados 63 €

No federados 65 €

Media – 21km

Federados 33 €

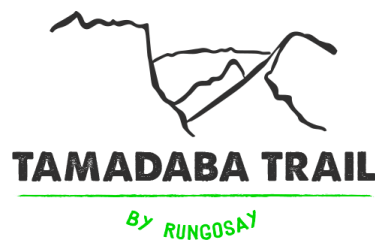
No federados 35 €

Mini – 14 km

Federados 23 €

No federados 25 €

- Sólo serán admitidas las inscripciones realizadas en la web del evento, <http://www.tamadabatrail.com> apartado **Inscripciones**, rellenando los documentos necesarios y abonando la cuota de inscripción reseñada una vez haya completado la ficha.
- Cada participante deberá rellenar correctamente todos sus datos personales y deberá comprobar que los datos que aparecen en la web se corresponden con los datos aportados a la hora de realizar la inscripción. Estos serán cotejados por la Organización durante la retirada de dorsales, siendo también necesaria la presentación de la Tarjeta Federativa, en caso de indicar que se está federado.
- El pago se realizará en el momento de la inscripción a través de alguna de las modalidades expuestas en la página de inscripción. La inscripción implica la reserva de plaza y da derecho a:

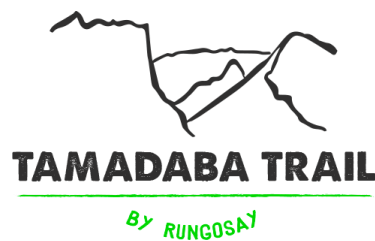


- Participar en la carrera.
- Recibir su bolsa del corredor
- Servicio de transporte hasta la salida de la modalidad Mini Trail en el horario y desde el punto establecidos por la Organización.
- Avituallamiento líquido y sólido durante la carrera.
- Dispositivo de seguridad.
- Avituallamiento líquido y sólido en meta.
- Comida fin de carrera para el corredor. Posibilidad de adquirir tickets de comida para acompañantes previo pago de 5€.
- Duchas en la zona de meta.
- Servicio de masajes en la zona de meta.
- Prenda finisher (siempre que se constate la finalización de cualquiera de los recorridos de la manera que recoge este Reglamento)
- Seguro de Accidentes.
- Todos los participantes oficialmente inscritos, estarán cubiertos por una póliza de seguros concertada por la Organización que cubriría los accidentes que se produzcan como consecuencia directa del desarrollo de la prueba y nunca como derivación de una enfermedad, dolencia, padecimiento latente, o por imprudencia, negligencia, inobservancia del presente Reglamento o de las normativas de rango superior que le sean de aplicación.
Tampoco están cubiertos mediante este seguro aquellos accidentes producidos en los desplazamientos hacia el lugar y/o desde el lugar en que se desarrolle la prueba.

- 1€ de cada inscripción estará destinado a un fin solidario.

- Al final de la carrera se entregará a los participantes que hayan completado el recorrido en su totalidad, siendo testificado por los medios técnicos que dispone la Organización para establecer los tiempos y clasificaciones de cada prueba, una prenda finisher exclusiva justificativa de haber finalizado el recorrido en los términos y condiciones que se indican en este Reglamento.

- A los participantes que no hayan podido terminar la prueba, sea por las circunstancias que sean, o la hayan realizado faltando a algunas de las obligaciones especificadas en este Reglamento, no le será entregada la citada prenda finisher.



Art. 3 – Cambios, traspasos y anulaciones

Cambios y traspasos

Una vez inscrito y abonado el importe correspondiente, para solicitar cualquier cambio en la modalidad elegida, así como para el traspaso de la plaza de un corredor a otro, se establece como **fecha máxima el 29 de noviembre**. Después de esta fecha no se podrá realizar cambio alguno. En cualquiera de los dos casos, la Organización no puede asegurar la prenda y/o talla correcta de la prenda que se entregue en la bolsa del corredor.

Devoluciones

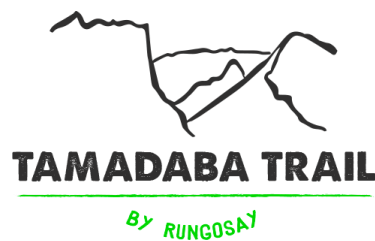
Si el corredor solicitase la devolución del importe por imposibilidad de competir, dicha solicitud se atenderá, **exclusivamente**, en los siguientes supuestos:

- a) Siempre que se solicite antes del **30/10/2019 a las 24:00 h.** tendrá derecho a la devolución del importe de inscripción, siendo practicada una **retención de 3 € por los gastos de gestión.**
- b) Siempre que se solicite entre el **31/10/2019 y el 29/11/2019** y se acompañe tal solicitud de informe que acredite la existencia de razones médicas que impiden el desarrollo de la prueba, con derecho a la **devolución del 50% del importe** de inscripción.

Después del 29/11/2019 no se podrán realizar cambios, traspasos ni anulaciones de inscripción alguna.

Aquellos inscritos que no participen en la prueba tendrán derecho a su bolsa de corredor, que se entregará en el mismo momento que al resto de participantes.

IMPORTANTE: Las bajas producidas por las anulaciones, serán substituidas por el primero de la lista de espera y en ningún caso se realizará cambio de nombre.



Art. 4 - Requisitos de participación

- Ser mayor de edad.
- Conocer y aceptar las condiciones del presente reglamento.
- Realizar correctamente todos los pasos de preinscripción e inscripción.

Art. 5 - Descargo de responsabilidad

Los participantes inscritos en la Tamadaba Trail entienden que participan voluntariamente y bajo su propia responsabilidad en la competición. Por consiguiente, exoneran, renuncian, eximen y convienen en no denunciar a la entidad organizadora, colaboradores, patrocinadores y otros participantes, de toda responsabilidad civil para con los corredores y sus herederos.

El descargo de responsabilidad se encuentra disponible en la página web de la carrera <http://www.tamadabatrail.com> en el apartado **Documentos** y se acepta expresamente en el momento en que se da por finalizado el proceso de inscripción.

Art. 6 - Derechos de imagen

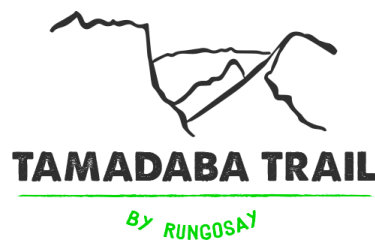
La entidad organizadora se reserva en exclusividad el derecho sobre la imagen de la Tamadaba Trail, así como la explotación audiovisual, fotográfica y periodística de la competición. Cualquier proyecto mediático o publicitario deberá contar previamente con el consentimiento de la Organización.

Art. 7 - Publicidad

Es obligatorio para los participantes la utilización y ubicación en el espacio indicado del material publicitario facilitado por la Organización (dorsales, adhesivos, etc.). Modificar, doblar u ocultar el material publicitario será PENALIZADO siendo responsabilidad de los participantes el mantenimiento del material publicitario facilitado por la Organización.

Art. 8 - Protección de datos

Al inscribirse en cualquiera de las modalidades de la Tamadaba Trail, los participantes dan su consentimiento para que la Organización de la prueba trate automáticamente



y con finalidad únicamente deportiva, promocional o comercial sus datos de carácter personal.

Conforme establece la Ley Orgánica 15/1995, de 13 de diciembre, de la Protección de Datos de Carácter Personal, el participante tiene derecho a acceder a estos ficheros con el objetivo de rectificar o cancelar de forma total o parcial su contenido.

A tales efectos se deberá solicitar por escrito en la siguiente dirección:
tamadaba.rungosay@gmail.com

Asimismo, los inscritos ceden de manera expresa a la Organización el derecho de reproducir el nombre y apellidos, clasificación obtenida y la propia del participante, la categoría, la marca deportiva realizada y su imagen.

Art. 9 - Verificaciones técnicas

Las verificaciones técnicas se podrán hacer a la hora de la retirada de dorsales, en el momento de acceder a la cámara de salida y/o durante la carrera por miembros de la Organización. En caso de hacerse a la hora de la retirada de dorsales, la Organización será la encargada de comunicarlo a todos los participantes.

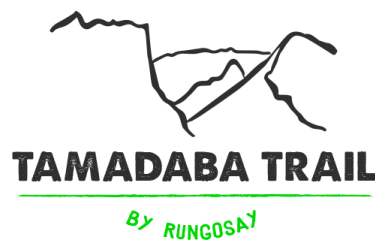
Art. 10 - Salidas y Llegadas

El cronómetro se pondrá en marcha a la hora establecida con o sin la presencia de los participantes. Los participantes que se presenten pasados 15 minutos después de haberse dado la salida serán DESCALIFICADOS.

Art. 11 - Ayuda externa

Los participantes únicamente podrán tener ayuda externa dentro las zonas señalizadas, comprendidas en un radio de entre 50 y 100 metros alrededor de cada avituallamiento. Los límites de las zonas de ayuda externa, estarán debidamente señalizados a lo largo del recorrido con un cartel de **Inicio/Final de la zona de ayuda externa**, dejando claro dónde empieza y dónde acaba.

No podrá facilitarse ayuda externa en la zona de avituallamiento usada por la Organización.



Art. 12 - Puntos de Avituallamiento

Para cada modalidad se establecen los siguientes avituallamientos:

- 1 avituallamientos en carrera de líquidos y sólidos para la Mini Trail 14km.
- 2 avituallamientos en carrera de líquidos y sólidos para la Media Trail 21km.
- 5 avituallamientos en carrera de líquidos y sólidos para la Ultra Trail 52km.

Además, existirá un avituallamiento de líquidos y sólidos una vez llegados a Meta.

IMPORTANTE: Los avituallamientos no dispondrán de vasos.

Las ubicaciones de los puntos de avituallamiento se indicarán en el **ANEXO**, al final del presente documento.

Art. 13 - Puntos con Hora de Cierre

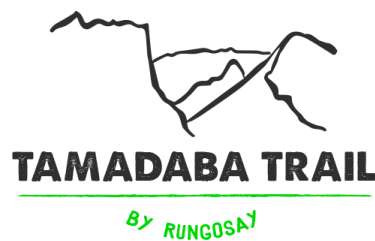
Todos los puntos de avituallamientos tendrán control horario de cierre. El horario de cierre de cada punto se establece en el anexo, al final del presente documento. El participante que finalice una SECCIÓN después del horario de cierre establecido quedará automáticamente fuera de carrera, debiendo entregar el dorsal cuando se lo requiera cualquier miembro de la Organización para comunicar dicha exclusión. En el caso de que el participante se niegue a abandonar y decida, por su cuenta y riesgo, finalizar el recorrido estando excluido de la prueba, firmará un documento de exención de responsabilidad que se le facilitará por parte de la Organización.

Art. 14 - Puntos de Control Paso

Se establecen puntos de control de paso en los diferentes puntos de avituallamiento establecidos para cada carrera.

Además, la dirección podrá establecer los puntos de control de paso que estime necesarios para controlar que la prueba se recorre en su totalidad.

En ellos se encontrará un comisario de la organización. Saltarse uno o varios Puntos de Control de Paso supondrá la DESCALIFICACIÓN de la competición.



Art. 15 - Lugar de abandono

Los abandonos deberán realizarse en los Puntos de Control o Avituallamientos. Si por causa de accidente o lesión el corredor queda inmovilizado y no puede llegar hasta un punto de control, activará el operativo de rescate contactando telefónicamente con la organización mediante el Teléfono Móvil de Emergencia que se encuentra en el dorsal.

Art. 16 - Responsabilidad de los Directores de Carrera

Los Directores de Carrera podrán retirar de la competición a un corredor, cuando consideren que este tiene mermadas sus capacidades físicas o técnicas como causa de la fatiga, no dispone del material obligado, o sus condiciones no son las apropiadas para continuar en carrera.

Art. 17 - Medios de Progresión en Competición

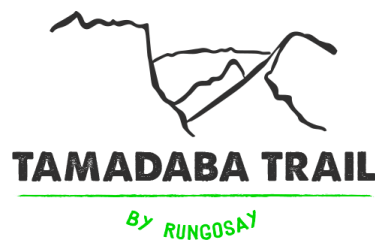
Únicamente podrá utilizarse la carrera a pie como medio de progresión estando prohibido cualquier tipo de ayuda o implemento que no sean los propios físicos y los bastones de trekking. El carácter NON STOP de la competición hace que los participantes estén lo suficientemente entrenados para realizar actividad física ininterrumpida a lo largo de varias horas, y recuperarse sin problemas para continuar con la prueba (evitando la aparición de ampollas, tendinitis y otras lesiones parecidas).

Art. 18 - Material OBLIGATORIO

Se establece el siguiente material obligatorio que habrá que presentar ante el requerimiento de los comisarios deportivos durante toda la prueba:

Modalidades MINI TRAIL Y MEDIA TRAIL:

- Móvil con saldo y batería suficiente.
- Depósito de agua de al menos 0,5 litros de capacidad.
- Calzado y ropa adecuada.
- Manta Térmica
- Vaso o depósito para su uso en los avituallamientos



Modalidad ULTRA TRAIL:

- Móvil con saldo y batería suficiente.
- Depósito de agua de al menos 1 litro de capacidad.
- Calzado y ropa adecuada.
- Manta Térmica
- Vaso o depósito para su uso en los avituallamientos
- Frontal

Art. 19 - Material RECOMENDADO

Se establece el siguiente material recomendado para **LAS TRES MODALIDADES:**

- Cortaviento y/o impermeable

Art. 20 - Dorsales

El lugar y fecha de la entrega de dorsales serán comunicados en la web de la carrera. En el caso de que el participante no pueda recoger el dorsal cuando se indique, deberá autorizar a un tercero para que lo haga en su lugar mediante el documento de autorización disponible en el apartado **Documentos** en la web

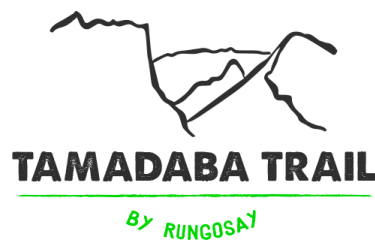
<http://www.tamadabatrail.com>

Durante toda la carrera, el corredor deberá llevar el dorsal siempre visible en la parte frontal del cuerpo.

El dorsal es personal e intransferible, por lo que todo aquel corredor que participe usando el dorsal de otra persona quedará directamente DESCALIFICADO. Durante la prueba, es decir, en la salida, meta o durante el trayecto, la Organización podrá exigir al corredor documento que acredite claramente su Identificación (nombre y foto). Su no aportación podrá suponer la DESCALIFICACIÓN del corredor.

Art. 21 - Uso de bastones

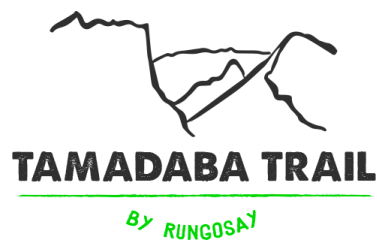
Por motivos de seguridad, queda prohibido el uso de bastones de trekking durante los primeros 2 kilómetros de carrera. Además, los participantes estarán obligados a



portarlos de forma que eviten dañar al resto de participantes durante todo el tiempo que no se estén usando.

Art. 22 - Normas de seguridad

- Todo corredor tiene el deber de prestar socorro a otro participante que esté en peligro o accidentado, estando obligado a comunicarlo al control más cercano inmediatamente. La privación de auxilio podrá ser penalizada con la descalificación inmediata.
- Es obligación de cada corredor portar consigo cualquier residuo que genere: envases, papeles, residuos orgánicos, etc. hasta los lugares señalados y habilitados por la organización. Un bastón roto en competición podrá ser entregado en un control. El competidor que no los deposite o los deje en una zona preparada, podrá ser penalizado.
- La comida que porte el corredor deberá ir marcada con el número de dorsal.
- Todo corredor deberá realizar el recorrido marcado y balizado por la organización. No respetarlo o no pasar por alguno de los controles establecidos será causa de penalización que será determinada por los comisarios de carrera y que podrá ir desde la amonestación hasta la descalificación total, según el caso.
- Los participantes deberán seguir, en todo momento y durante todo el recorrido, las instrucciones de los miembros de la Organización.
- Los competidores deben comportarse deportivamente en todo momento y mostrarse respetuosos con los demás deportistas, comisarios y demás miembros de la Organización. Además, deben ser cuidadosos con las instalaciones habilitadas para la prueba.
- Un corredor podrá retirarse de la prueba siempre que él lo desee, pero deberá hacerlo de acuerdo con los puntos siguientes:
 - Se retirará en un avituallamiento y entregará el dorsal.
 - El participante asumirá toda responsabilidad desde que abandone voluntariamente la prueba.



- La Organización facilitará la evacuación a la zona de meta de los corredores que hayan decidido abandonar después del cierre del control del avituallamiento en el que estos se encuentren.

- Ayuda externa: El acompañamiento al corredor por parte de otra persona, sea esta o no corredor, será considerado ayuda externa y podrá ser penalizado. De la misma forma, también será considerado como ayuda externa, la asistencia y/o avituallamiento externo al corredor fuera de las zonas habilitadas para tal fin detalladas en el punto 3 de este Reglamento.

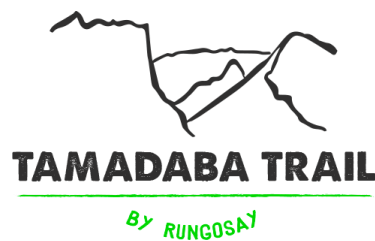
Art. 23 - Penalizaciones

Se producirá la penalización o descalificación de un corredor cuando incurra en cualquiera de los puntos indicados a continuación (el equipo arbitral tendrá potestad para hacer apercibimientos, si lo considera oportuno, antes de aplicar una penalización):

- No respetar el itinerario balizado o señalización de recorrido para atajar.
- Recibir ayuda o avituallamiento (excepto auxilio) de cualquier persona sea competidor o no, fuera de las zonas habilitadas para tal fin.
- Tirar desperdicios durante el recorrido.
- No llevar el material requerido por la organización en cada control.
- No hacer caso a las indicaciones de la organización, árbitros comisarios o colaboradores (Guardia Civil, Protección Civil, etc.).
- No pasar por cualquiera de los puntos de control de chip.
- No portar o no colocarse algún elemento del material indicado por la organización.
- Demandar ayuda sin necesitarla

Art. 24 - Tránsito por carreteras

Durante la prueba, cuando el corredor tenga que cruzar o transitar por alguna calle o carretera, deberá realizarlo con el máximo cuidado, respetando a los vehículos que puedan transitar por la zona, y siempre cumpliendo con todo lo establecido en materia de tráfico.



Art. 25 - Categorías y clasificaciones

Dentro de cada modalidad (masculina y femenina) se establecen las siguientes categorías:

- Senior (18 a 39 años)
- Veteranos I (40 a 49)
- Veteranos II (50 a 59)
- Veteranos III (60 a +60)

Aparte de las clasificaciones de cada categoría, existirá una **Clasificación General**, donde entran todas las categorías para cada modalidad (masculina y femenina).

Para establecer la categoría, se tomará la edad del corredor en el momento de la prueba.

Art. 26 - Dirección de Carrera

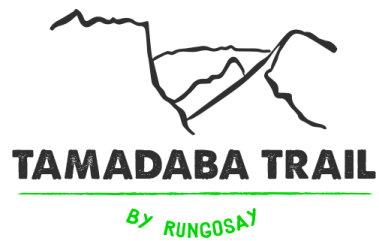
Los DIRECTORES DE CARRERA podrán suspender, acortar, neutralizar o detener la carrera, por seguridad o causas de fuerza mayor ajenas a su voluntad (climatología, variaciones del caudal hidrográfico, etc.)

Art. 27 - Comisarios Deportivos

Son los responsables de los Puntos de Control de Paso Obligados. No obedecer las indicaciones de un Comisario Deportivo supone la DESCALIFICACIÓN. Los participantes no podrán reclamar o interrogar por el reglamento, clasificaciones, itinerarios, etc. a los comisarios deportivos.

Art. 28 - Reclamaciones

Se aceptarán todas las reclamaciones previo pago de una fianza 50€. Esta fianza sólo se reembolsará si la Organización considera que la queja está justificada.

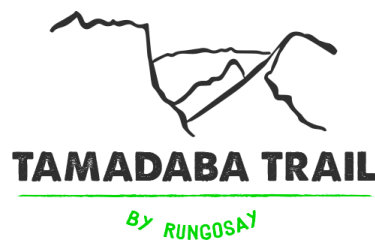


Art. 29 - Suspensión de la prueba

La Organización se reserva el derecho de suspensión de la prueba por causas de fuerza mayor, bajo alerta de las autoridades competentes y/o fenómenos meteorológicos adversos. En tal caso no se reembolsará el importe de las inscripciones ni se cubrirán los gastos de los participantes.

Art. 30 - Modificaciones

El presente reglamento puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la Organización, así como cualquier dato, norma o apartado para una óptima realización de la prueba. El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con este reglamento.



ANEXOS

Salidas y Llegadas

La Tamadaba Trail en sus tres modalidades, tendrá lugar el sábado 7 de DICIEMBRE de 2019 con salidas desde el Barrio de San Pedro en el municipio de Agaete frente al Salón Social ubicado en Calle Santiago Suárez, para las modalidades Media Trail 21 Km y Ultra Trail 52 Km, y con salida desde El Sao, Barrio de San Pedro, para la modalidad Mini Trail 14 Km. Para esta última, al no ser exactamente circular, la Organización facilitará el acceso a la línea de salida mediante lanzaderas desde el Barrio de San Pedro, siendo la única manera de acceder a la zona de salida.

Oportunamente la Organización facilitará la información necesaria para ello.

Todas las modalidades tendrán la meta establecida en el Barrio de San Pedro frente al Salón Social ubicado en Calle Santiago Suárez.

Horarios

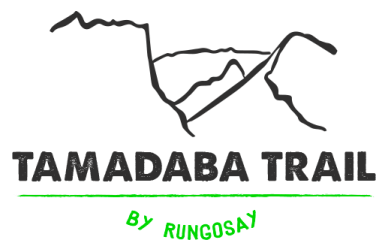
Modalidad	Distancia	Desnivel	Fecha	Salida	Salida-Meta
Mini Trail	14 Km	804 m	07/12	10:00	Salida: El Sao Meta: C/ Santiago Suárez, frente a Salón Social
Media Trail	21 Km	1.370 m	07/12	08:00	C/ Santiago Suárez, frente a Salón Social
Ultra Trail	52 Km	2.876 m	07/12	07:00	C/ Santiago Suárez, frente a Salón Social

Avituallamientos y puntos con Hora de Cierre

La Organización dispondrá los siguientes puntos de avituallamiento repartidos a lo largo del recorrido.

En los mismos, los participantes dispondrán de alimento sólido y líquido. **No habrá vasos en los avituallamientos.**

Los puntos con hora de cierre serán los mismos que los puntos de avituallamiento.



Tamadaba Mini Trail 14 Km

Avituallamientos	Punto Kilométrico	Tipo de avituallamiento	Hora de cierre
Presa de los Pérez	8,04 Km	Líquido y Sólido	13:30 (+ 3:30)
Meta	14 Km	Líquido y Sólido	15:00 (+ 5:00)

Tamadaba Media Trail 21 Km

Avituallamientos	Punto Kilométrico	Tipo de avituallamiento	Hora de cierre
Párking de Tamadaba	10,2 Km	Líquido y Sólido	10:45 (+ 2:45)
Presa de los Pérez	16,2 Km	Líquido y Sólido	11:45 (+ 3:45)
Meta	21 Km	Líquido y Sólido	13:15 (+ 5:15)

Tamadaba Ultra Trail 52 Km

Avituallamientos	Punto Kilométrico	Tipo de avituallamiento	Hora de cierre
Párking de Tamadaba	10,2 Km	Líquido y Sólido	09:45 (+ 2:45)
Degollada de Las Lajas	19,4 Km	Líquido y Sólido	11:15 (+ 4:15)
Artenara	27,6 Km	Líquido y Sólido	13:00 (+ 6:00)
Mirador Pinos de Gáldar (Zona)	36,6 Km	Líquido y Sólido	14:30 (+ 7:30)
Presa de Los Pérez	47,3 Km	Líquido y Sólido	16:30 (+ 9:30)
Meta	52 Km	Líquido y Sólido	18:00 (+11:00)