



La Final del World Series Green Cup, Duatlón de Montaña, en una sede REAL DE MONTAÑA, en uno de los destinos Ecológicos, Naturales y de Aventura, más exuberante de AMERICA.

Green Cup nunca ha sido tan verde como ahora...

REGLAMENTO DE COMPETENCIA GREEN CUP COSTA RICA

1. REGLAS GENERALES

Una prueba Green Cup es una prueba combinada compuesta de una sección de Carrera Cross y otra de Ciclismo de Montaña.

1.1. MODALIDADES

Las modalidades a desarrollarse son:

Individual: Es la principal de las modalidades, en ella cada deportista recorre las dos secciones de la prueba.

Equipos (Relevos): Modalidad por equipos de dos deportistas. Uno realizará la sección de la Carrera Cross y el otro el del Ciclismo de Montaña. Competirán contra el resto de los participantes en la modalidad equipos. La salida de la competencia de los Equipos en simultáneo con los participantes individuales.

1.2. DISTANCIAS

Carrera Cross 12km - Ciclismo de Montaña 28km

1.3. PARTICIPANTES

En las pruebas Green Cup® pueden tomar parte todas las personas interesadas, el único requisito es reconocer estar en condiciones físicas y psíquicas para afrontar una prueba de este tipo, y asumir el riesgo que la participación en este tipo de eventos supone.

1.4. CATEGORÍAS

1.4.1. **Individual:** Se establece una Clasificación General Masculina y otra General Femenina. Además de la Clasificación General a la que pertenecen todos los participantes que corran individualmente, estos podrán pertenecer a las siguientes categorías:

MASCULINO	
CATEGORIA	EDAD
General Masculino	Cualquier edad
Juvenil Masculino	17 años y menos
Mayor Masculino	18-29 años
Master A Masculino	30-39 años
Master B Masculino	40-49 años
Master C Masculino	50-59 años
Master D Masculino	60 años y mas
FEMENINO	
General Femenino	Cualquier edad
Juvenil Femenino	17 años y menos
Master Femenino	35 y más años

1.4.2 Categorías de Equipos:

EQUIPOS	
CATEGORIA	EDAD / SEXO
Equipo Masculino	Cualquier edad / sexo masculino
Equipo Femenino	Cualquier edad / sexo femenino
Equipo Mixto	Cualquier edad / diferente sexo

1.4.3 En todos los casos, la categoría de edad estará determinada por la edad del participante al 31 de diciembre del año en que se celebre la competición.

2. REGLAS GENERALES PARA LOS PARTICIPANTES

2.1. RESPONSABILIDAD GENERAL

2.1.1. Es responsabilidad del participante estar bien preparado para la prueba. Esto es, gozar de buena salud

Green Cup® Costa Rica: MULTI RETO AVENTURA CRC S.A.D. – Tel/Fax (506) 22948612 – eventos@multireto.com

Green Cup® España: MC-SPORT Apartado Postal 161; 26200 – Haro – España - luis.garcia@mc-sport.com



en general, así como tener un nivel aceptable de preparación. La inscripción en una prueba no asegura ni cubre esta responsabilidad.

- 2.1.2. El participante tiene la obligación de conocer y respetar estas reglas de competición, así como las normas de circulación y las instrucciones de los responsables de cada prueba.
- 2.1.3. El participante tiene la obligación de conocer, defender, y respetar el medio ambiente en el que se realiza el evento. La participación en la prueba no exime al participante de esta obligación. El mal trato o la falta de respeto hacia el medio puede ser motivo de descalificación pudiendo llegarse a la expulsión de la competición general.
- 2.1.4. El participante deberá acreditarse a través de su DNI o pasaporte y el comprobante de pago o depósito de la inscripción.
- 2.1.5. El participante es responsable de su propio equipo y ha de comprobar que sus características se ajusten al presente reglamento. Además deberá utilizar, sin modificar, todos los dorsales y elementos de identificación proporcionados por el organizador y aprobados por el delegado técnico. La sanción por no cumplir esta regla es la descalificación.
- 2.1.6. El dorsal para el tronco deberá ser completamente visible desde delante. Los dorsales que el organizador y/o el delegado técnico establezcan, deberán ajustarse a las indicaciones de la prueba.
 - a. Será obligatorio llevar los dorsales sujetos por las cuatro esquinas.
 - b. El dorsal no debe ser cortado, doblado o escondido.
 - c. La sanción para las infracciones a estos apartados será la advertencia y si no se rectifica, la descalificación.
- 2.1.7. El dorsal frontal para la bicicleta deberá ser completamente visible desde delante.
 - a. Será obligatorio llevar el dorsal sujeto a la bicicleta, en el manubrio al frente.
 - b. El dorsal no debe ser cortado, doblado o escondido.
 - c. La sanción para las infracciones a estos apartados será la advertencia y si no se rectifica, la descalificación.
- 2.1.8. Los participantes no podrán competir con el torso desnudo. La sanción por no cumplir esta norma es la advertencia. El participante entonces, deberá parar hasta que corrija el defecto. Si la rectificación no se produce, la sanción será la descalificación.
- 2.1.9. La publicidad está permitida, tanto en el equipamiento como en el competidor, siempre que no interfiera en las labores de identificación o control de los miembros de la organización o de los jueces, y que no oculte total o parcialmente los dorsales.

2.2. COMPORTAMIENTO DE LOS PARTICIPANTES

- 2.2.1. El participante está obligado a respetar las normas de comportamiento establecidas en este reglamento. Las faltas con una gravedad determinada serán sancionadas conforme al reglamento de disciplina deportiva.
- 2.2.2. El participante que abandona la competición está obligado a quitarse el dorsal y comunicar a los jueces su abandono. La infracción a esta regla se castigará conforme al reglamento de disciplina deportiva.
- 2.2.3. La organización, a través de los fiscales autorizados, se reserva el derecho de interrumpir la participación de aquellos competidores que por su condición se considere están poniendo en riesgo su integridad física.

2.3. AYUDAS EXTERIORES

- 2.3.1. NO ESTA PERMITIDA LA AYUDA EXTERNA. Únicamente en casos de emergencia y/o auxilio.
- 2.3.2. Está permitida la ayuda entre participantes como acto de solidaridad y en caso de emergencia. Por ejemplo, compartir hidratante, préstamo de inflador o neumático, etc. NO ESTA PERMITIDO EL PASARSE AROS O BICICLETAS COMPLETAS DE UN COMPETIDOR A OTRO, o algún material que suministre una ventaja desleal respecto a otros competidores. Sanción descalificación.
- 2.3.3. Los participantes no pueden ser acompañados ni apoyados desde vehículos o a pie o por otro competidor. Si esto se produce, el participante será advertido, si la situación no es rectificadora, la sanción es la descalificación. Los ayudantes o entrenadores podrán dar sus consejos e informaciones situándose a los lados del circuito, y permaneciendo quietos al paso de los participantes.

3. EQUIPAMIENTO

- 3.1. El equipamiento obligatorio para el segmento ciclista consiste en:
 - a. Prenda o prendas que cubran el cuerpo adecuadamente.
 - b. Bicicleta conforme a las especificaciones del presente reglamento equipadas con ruedas de 650 mm.
 - c. Casco rígido conforme a las especificaciones del presente reglamento.
 - d. Número de participante.

Green Cup® Costa Rica: MULTI RETO AVENTURA CRC S.A.D. – Tel/Fax (506) 22948612 – eventos@multireto.com

Green Cup® España: MC-SPORT Apartado Postal 161; 26200 – Haro – España - luis.garcia@mc-sport.com



- 3.2. El equipamiento obligatorio para el segmento de cross run consiste en:
- Prendas que cubran adecuadamente el cuerpo.
 - Número de participante o dorsal.
- 3.3. Los participantes son responsables personalmente de que su equipo esté en condiciones reglamentariamente satisfactorias al comienzo de la prueba. Dentro del equipamiento se incluye el material de reparaciones y recambios, que sólo podrá ser transportado por el participante.
- 3.4. Para el tramo de MTB se puede utilizar cualquier tipo de bicicleta que cumpla las siguientes especificaciones:
- No más de 2,10 m. de longitud ni más de 75 cm. de anchura.
 - La distancia mínima desde el suelo al eje pedalier será de 24 cm.
 - La línea imaginaria vertical que pase por la parte delantera del sillín deberá pasar entre 5 cm. por delante y 15 cm. por detrás del eje pedalier. Esta especificación no podrá ser modificada durante la competición.
 - La distancia entre el eje pedalier y el centro de la rueda trasera será de entre 54 y 65 cm. Se podrán hacer excepciones para las bicicletas de corredores muy altos o muy bajos.
 - No se permite utilizar ruedas con mecanismos que faciliten su aceleración. A esos efectos, el interior de las ruedas lenticulares opacas deberá ser fácilmente inspeccionable por un juez.
 - Excepto las manetas de los frenos ningún otro dispositivo podrán sobresalir por delante del acople o acoples. Estos deberán tener además, las puntas correctamente taponadas y protegidas.
 - Cada rueda deberá contar con un freno.
- 3.5. El uso de casco rígido, correctamente abrochado, es obligatorio desde antes de tomar la bicicleta hasta después de dejarla en la zona de transición. Esto incluye, por tanto, todo el segmento de ciclismo y los recorridos por las áreas de transición en posesión de la bicicleta. La penalización por violar esta norma es la advertencia, salvo en los recorridos por las áreas de transición en posesión de la bicicleta en que se penalizará con la advertencia y si no rectifica, la descalificación. Los cascos deben cumplir las siguientes especificaciones:
- Carcasa rígida, de una sola pieza y superficie deslizante.
 - Cierre de seguridad.
 - Las correas no pueden ser elásticas, y deben ir unidas a la carcasa en, al menos, tres puntos.
 - Deben cubrir los parietales.
- 3.6. La sanción por violar cualquiera de las reglas del presente apartado es la descalificación.

4. AREAS DE TRANSICION Y CONTROL DEL MATERIAL

- 4.1. Solo los jueces, el personal responsable de la organización, los técnicos y/o asistentes de los participantes hasta el comienzo de la competición, y los participantes que hayan acreditado su condición de tales podrán estar en estas áreas. Los técnicos y/o asistentes no obstante, no podrán estar en las áreas durante el tiempo que dure la competición.
- 4.2. Todos los participantes deberán pasar el control de material antes de la competición. Este control será realizado por los jueces a la entrada del área de transición. Esto incluye:
- Las condiciones reglamentarias y de seguridad del material de ciclismo, especialmente bicicleta y casco.
 - La posesión y correcta colocación de los dorsales que el organizador y/o el delegado técnico consideren oportunos, previa publicidad de su obligatoriedad.
- 4.3. Cada participante podrá usar exclusivamente el espacio marcado con su número de dorsal, así como los pasillos de acceso y salida del mismo.
- 4.4. Está prohibido circular en bicicleta por las áreas de transición.
- 4.5. Todos los participantes deberán circular por las rutas marcadas por la organización, se penalizará con la descalificación, al competidor que utilice rutas NO AUTORIZADAS que den una ventaja desleal a respecto a los demás competidores.
- 4.6. Tratándose de la Modalidad Relevos, la estafeta del relevo es el dorsal atado a una banda elástica. El segundo participante (Ciclista) debe esperar en la entrada de la transición a su compañero y recibir la estafeta y luego ingresar a tomar su bicicleta para iniciar la sección de Ciclismo de Montaña.

Todo tema no contemplado en el presente reglamento, es referido y juzgado en el REGLAMENTO DE COMPETICION GREEN CUP VIGENTE.