

## REGLAMENTO

El próximo domingo día 5 de noviembre de 2023 se celebrará en La Almunia de Doña Godina el XVII Trail Mularroya sobre tres distancias; 11K, 19K y 31K. [Fartleck Sport](#) y [Club Atletismo La Almunia](#) promueven y organizan este evento deportivo que cuenta con el patrocinio del [Ayuntamiento de La Almunia de Doña Godina](#), y la colaboración de la [Federación Aragonesa de Atletismo](#), [La Butrera](#), [Muñecos Andarines](#), [Btt Algairén](#) y [Ayuntamiento de Alpartir](#). La prueba se realiza con autorización de la [Federación Aragonesa de Atletismo](#) y se incluye en su calendario autonómico bajo el control del Comité territorial de Jueces FAA.

## ARTÍCULO 1: INFORMACIÓN GENERAL

El horario de comienzo de la prueba será las 09h. La salida se producirá desde el [Polideportivo Municipal de La Almunia \(Ronda Cortes de Aragón s/n\)](#). El orden de salida y las diferentes categorías serán las siguientes:

Hora	Categoría	Año Nacimiento	Distancia	Desnivel	Premios	H. Trofeos
09:00	General MAS / FEM	+18 años	31K	+1096m	Trofeo 1º-2º-3º	13:30h
09:00	Sénior MAS / FEM	18-34 años	31K	+1096m	Trofeo 1º-2º-3º	13:30h
09:00	Máster A MAS / FEM	35-44 años	31K	+1096m	Trofeo 1º-2º-3º	13:30h
09:00	Máster B MAS / FEM	45-54 años	31K	+1096m	Trofeo 1º-2º-3º	13:30h
09:00	Máster C MAS / FEM	55 y + años	31K	+1096m	Trofeo 1º-2º-3º	13:30h
09:00	*Comarcal MAS / FEM	+18 años	31K	+1096m	Trofeo 1º-2º-3º	13:30h
09:30	General MAS / FEM	+18 años	19K	+509m	Trofeo 1º-2º-3º	13:15h
09:30	Sénior MAS / FEM	18-34 años	19K	+509m	Trofeo 1º-2º-3º	13:15h
09:30	Máster A MAS / FEM	35-44 años	19K	+509m	Trofeo 1º-2º-3º	13:15h
09:30	Máster B MAS / FEM	45-54 años	19K	+509m	Trofeo 1º-2º-3º	13:15h
09:30	Máster C MAS / FEM	55 y + años	19K	+509m	Trofeo 1º-2º-3º	13:15h
09:30	*Comarcal MAS / FEM	+18 años	19K	+509m	Trofeo 1º-2º-3º	13:15h
09:31	Andada MAS / FEM	+12 años	19K	+509m	-	-
09:45	General MAS / FEM	+16 años	11K	+194m	Trofeo 1º-2º-3º	13:00h
09:45	Sénior MAS / FEM	16-34 años	11K	+194m	Trofeo 1º-2º-3º	13:00h
09:45	Máster A MAS / FEM	35-44 años	11K	+194m	Trofeo 1º-2º-3º	13:00h
09:45	Máster B MAS / FEM	45-54 años	11K	+194m	Trofeo 1º-2º-3º	13:00h
09:45	Máster C MAS / FEM	55 y + años	11K	+194m	Trofeo 1º-2º-3º	13:00h
09:45	*Comarcal MAS / FEM	+16 años	11K	+194m	Trofeo 1º-2º-3º	13:00h
09:46	Andada MAS / FEM	+12 años	11K	+194m	-	-
09:46	Nordic Walking MAS / FEM	+12 años	11K	+194m	-	-

Los premios NO son acumulativos entre categorías entregándose GENERAL / SENIOR / MASTER excepto categoría COMARCAL que sí es acumulable.

Será necesario asistir a la ceremonia de entrega para recoger el trofeo.

**\*Comarcas:** se deberá indicar esta condición en el proceso de inscripción.

Nacidos o empadronados en municipios de la comarca de Valdejalón o personas integrantes de clubes pertenecientes a la comarca de Valdejalón.

**Habrará jamón + trofeo para el club con más participantes en la prueba contando todas las distancias y modalidades.**

\*Al tratarse de una prueba autonómica aragonesa, los/las atletas que pueden optar a los premios económicos, si los hubiera, son aquellos/as con licencia por la Federación Aragonesa de Atletismo o aquellos/as que puedan demostrar su residencia en Aragón. **Ni los atletas de otras CCAA ni los atletas extranjeros que no dispongan de licencia FAA, aunque vivan en la comunidad autónoma de Aragón pueden optar a estos premios económicos.**

## ARTÍCULO 2: INSCRIPCIONES

Hasta el 29 de octubre

ON LINE: [www.carreramarroya.com](http://www.carreramarroya.com)

Fecha	11K Atletas Federados FAA (AR-ARF-TARA)	19K Atletas Federados FAA (AR-ARF-TARA)	31K Atletas Federados FAA (AR-ARF-TARA)	Atletas no federados FAA*
Hasta 05/10/23	16€	20€	25€	+3€
Hasta 29/10/23	19€	23€	28€	+3€

No se devolverá el dinero de la inscripción excepto en el caso de suprimir la prueba por motivos de seguridad.

No se admitirán inscripciones una vez finalizado el plazo por motivos de organización.

El cambio de dorsal se permite hasta el domingo 29 de octubre por motivos justificados.

**\*Únicamente serán válidas las licencias en vigor de la Federación Aragonesa de Atletismo (AR-ARF-TARA).**

No se aceptarán otras licencias.

**Camiseta Técnica:** se entregará a todos los participantes la camiseta técnica conmemorativa de la prueba de la marca 42K, ideal para la práctica deportiva.

**Recogida de dorsales:**

**Horarios:**

- **Domingo 5 de noviembre:** de 07:45h a 09:15h se habilitará un espacio para la recogida de dorsales en el Polideportivo Municipal de La Almunia de Doña Godina [Polideportivo Municipal de La Almunia \(Ronda Cortes de Aragón s/n\)](#)

## Entrenamientos dirigidos:

- En el proceso de inscripción está la posibilidad de inscribirse gratuitamente durante dos semanas a los entrenamientos presenciales que se realizarán por parte del **grupo de entrenamiento "Fartleck Sport"**, con los siguientes horarios y emplazamientos: **Parque José Antonio Labordeta de Zaragoza (Parque Grande):** martes y jueves 10.00h, 19:30 y 20:30. Nos pondremos en contacto contigo si así lo marcas en la inscripción.

## ARTÍCULO 3: SALIDA

Se reservará un lugar en las primeras posiciones de salida para posibles 'atletas ganadores' de la categoría general de las tres distancias tanto masculino como femenino.

## ARTÍCULO 4: SEGUROS

Todos los participantes inscritos correctamente en la prueba estarán cubiertos con un seguro de responsabilidad civil y de accidentes. La organización dispone del correspondiente seguro de responsabilidad civil. Queda totalmente prohibida la participación de corredores no inscritos.

La organización recomienda hacerse una revisión médica y/o prueba de esfuerzo a todas aquellas personas que no hayan corrido una prueba de similares características anteriormente o lleven un período prolongado de tiempo sin realizar actividad física.

## ARTÍCULO 5: ASPECTOS TÉCNICOS

### Previos

Será descalificado cualquier atleta que, a sabiendas de su imposibilidad de participar, proporcione datos erróneos a la Organización, para poder hacerlo. Se debe recordar que las reclamaciones deberán hacerse ante el Juez Árbitro de la prueba, hasta 30 minutos después de hacerse pública la clasificación de la carrera.

La participación en la competición supone la aceptación del presente Reglamento, se recomienda a los participantes llevar hidratación.

### Prueba

**Marcaje de la prueba:** el recorrido estará señalizado mediante cintas, estacas, flechas y balizas, indicando también puntos kilométricos y perfil.

## Criterios Ambientales

El entorno debe cuidarse y respetarse, en los avituallamientos habrá cubos de basura para tirar los desperdicios que se puedan generar debiendo el participante hacer utilización de los mismos o transportar su propia basura generada. La organización contará con un cierre de carrera que se encargará de eliminar todos los marcajes realizados.

## Avituallamientos

**Atención importante** en los avituallamientos **NO** habrá vasos ni botellas para favorecer el cuidado del medio ambiente, por lo tanto, cada corredor deberá portar su vaso plegable, camelback o sus propios bidones para rellenar.

- **Avituallamientos 11K:**
  - o 5.4K, Fuente de Fontellas: sólido y líquido.
  
- **Avituallamientos 19K:**
  - o 5.4K, Fuente de Fontellas: sólido y líquido.
  - o 9.5K, Cruce del Juncal en la Cerqueta: sólido y líquido.
  - o 13.1K, Fuente de Fontellas: sólido y líquido.
  
- **Avituallamientos 31K:**
  - o 5.4K, Fuente de Fontellas: sólido y líquido.
  - o 9.5K, Cruce del Juncal en la Cerqueta: sólido y líquido.
  - o 17.1K, Senda Valdelagüés con Río Alpartir: sólido y líquido.
  - o 21.9K, Cruce del Juncal en la Cerqueta: sólido y líquido.
  - o 25.6K, Fuente de Fontellas: sólido y líquido
  
- **Avituallamiento final:** sólido (fruta, frutos secos, gominolas, etc.) y líquido en la zona de salida / meta.

## Punto de corte

- **Prueba 19K Andando:**
  - o Se establecerá un punto de corte en el momento en el que la prueba 19K y la prueba 11K se separan, en el avituallamiento de la Fuente de Fontellas, kilómetro 5,4.
  - o Aquel participante que su tiempo de paso sea superior a 1 hora y 10 minutos deberá finalizar la prueba por el recorrido 11K.
  - o Este corte se realiza por motivos de organización y seguridad de los deportistas.

- **Prueba 31K:**

- Se establecerá un punto de corte en el momento en el que la prueba 31K y la prueba 19K se separan, en el avituallamiento del Barranco de la Cerqueta, kilómetro 9,5.
- Aquel participante que su tiempo de paso sea superior a 1 hora y 20 minutos deberá finalizar la prueba por el recorrido 19K (sin opción a premiación).
- Este corte se realiza por motivos de organización y seguridad de los deportistas.

La participación en la competición supone la aceptación del presente Reglamento, reservándose la Organización el derecho a modificar aquellos aspectos de la prueba que por causa mayor sea necesario, previa autorización del Juez Árbitro de la competición.

Todo lo no previsto en este reglamento, será resuelto por el Juez Arbitro, de acuerdo con el reglamento en vigor de World Athletics, la RFEA y FAA. Se debe recordar que las reclamaciones deberán hacerse ante el Juez Árbitro de la prueba, hasta 30 minutos después de hacerse pública la clasificación de la carrera.

## ARTÍCULO 6: CRONOMETRAJE Y RESULTADOS

El control de tiempos y puestos se realizará mediante el sistema de chip con validación del jurado FAA, estando la empresa responsable del cronometraje validada por la RFEA. Los resultados del XVII Trail Mularroya podrán verse **EN DIRECTO** en la página [www.carreramularroya.com](http://www.carreramularroya.com).

## ARTÍCULO 7: SERVICIOS AL CORREDOR

- Se dispondrá de **ambulancia con médico** en la zona de salida / meta.
- **Duchas y vestuarios** en el Polideportivo Municipal de La Almunia de Doña Godina.
- **Servicio de guardarropa** gratuito en el Polideportivo Municipal de La Almunia de Doña Godina.
- **Parking gratuito** en el entorno del Polideportivo Municipal de La Almunia de Doña Godina.
- **Caja del corredor** con diferentes productos de patrocinadores y colaboradores.
- **Camiseta técnica** conmemorativa de **42K** de la prueba ideal para la práctica deportiva.
- **Avituallamientos intermedios** en las tres distancias.
- **Avituallamiento en meta:** bebida y fruta a la llegada para los corredores.
- **Dos semanas gratuitas de entrenamiento** a cargo de [Fartleck Sport Grupo Running](http://Fartleck Sport Grupo Running).
- **Dorsal personalizado.**
- **Aperitivo** al finalizar la prueba. **Tendrá lugar al comienzo de la entrega de premios, 13h.**
- **Jamón + Trofeo para el club o entidad con mayor número de participantes entre todas las distancias y modalidades.**
- **Servicio de fotografía** gratuito de la prueba.

## ARTÍCULO 8: REGLAMENTO NORDIC WALKING

Dentro de la prueba se celebrará una prueba de Nordic Walking, prueba no federada de 11K de longitud.

- Será obligatorio el uso de bastones específicos de NW y de ropa y calzado deportivo (no de senderismo o montaña).
- No se aplicarán sanciones, excepto faltas graves como correr o trotar, pero se vigilará el cumplimiento del reglamento básico de NW. Se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:
  - Recogida de bastón delante-clavada de bastón con mano cerrada-apertura de la mano atrás.
  - Clavada de bastón entre los dos pies con impulso.
  - La mano ha de pasar la cadera atrás.
  - El codo ha de pasar el cuerpo delante.
  - Entrada del paso con talón (no con medio pie o punta-dedos).

## ARTÍCULO 9: I CIRCUITO TRAIL ARAGÓN BY FARTLECK SPORT

Esta prueba forma parte del circuito de carreras "I Circuito Trail Aragón 2023" by Fartleck Sport. Las pruebas que se incluyen en dicho circuito y las fechas de celebración son las siguientes:

- III Trail Valle de Bielsa Desafío Comodoto (Huesca) 14/10/2023; [www.trailvalledebielsa.com](http://www.trailvalledebielsa.com)
- VI Tastavins Trail (Teruel) 21/10/2023; [www.tastavinstrail.com](http://www.tastavinstrail.com)
- XVII Trail de Mularroya (Zaragoza) 05/11/2023; [www.carreramularroya.com](http://www.carreramularroya.com)

### Premios

Se podrá participar en las distancias corta, media y larga. Para optar a los premios, será necesario participar en la misma modalidad (trail corto, trail medio o trail largo) en las tres pruebas. Se realizará la **suma de tiempos** que cada participante haya obtenido en los tres eventos que conforman dicho circuito de esta edición de 2023.

### Los premios serán los siguientes:

#### CIRCUITO TRAIL ARAGÓN CORTO, MEDIO Y LARGO

1º Trofeo + Jamón.

2º Trofeo + Lote de vino.

3º Trofeo + Lote de cervezas.

Además, todos los corredores que participen en las tres pruebas, independientemente de la distancia que realicen, sea en todas las pruebas la misma distancia o no, recibirán una **medalla de FINISHER I CIRCUITO TRAIL ARAGÓN 2023**.

La entrega de premios y medallas tendrá lugar una vez finalice la última de las pruebas, el XVII Trail de Mularroya (05/11/2023).

**ARTÍCULO 10: RECORRIDOS**

**Recorrido 11K Wikiloc**



573 m



**TABLA TÉCNICA XVII TRAIL MULARROYA BY FARTLECK SPORT**

DISTANCIA	DESNIVEL	ALTURA INICIO	ALTITUD MÁXIMA	TERRENO	ZAPAS RECOM.	MATERIAL RECOM.
11K	+194m	380m	573m	4% Asfalto 96% Pistas - Sendas	Trail	Gorra / Visera Gafas de Sol Chubasquero / Cortavientos Sistema de Hidratación Comida / barras / geles Tfno. Móvil

[Recorrido 19K Wikiloc](#)



724 m



375 m

19,11 km

**TABLA TÉCNICA XVII TRAIL MULARROYA  
BY FARTLECK SPORT**

DISTANCIA	DESNIVEL	ALTURA INICIO	ALTITUD MÁXIMA	TERRENO	ZAPAS RECOM.	MATERIAL RECOM.
19K	+509m	380m	724m	3% Asfalto 97% Pistas - Sendas	Trail	Gorra / Visera Gafas de Sol Chubasquero / Cortavientos Sistema de Hidratación Comida / barritas / geles Tfno. Móvil



## Recorrido 31K Wikiloc



965 m



### TABLA TÉCNICA XVII TRAIL MULARROYA BY FARTLECK SPORT

DISTANCIA	DESNIVEL	ALTURA INICIO	ALTITUD MÁXIMA	TERRENO	ZAPAS RECOM.	MATERIAL RECOM.
<b>31K</b>	+1096m	380m	965m	2% Asfalto 98% Pistas - Sendas	Trail	Gorra / Visera Gafas de Sol Chubasquero / Cortavientos Sistema de Hidratación Comida / barritas / geles Tfno. Móvil