



BÒSC DE CARLAC

Carrera de media distancia, con 2 fuertes subidas (Bausen y Bòsc de Carlac). Recorrido muy diverso y muy corrible.

Distancia que también es recomendable para aquellas personas que se están iniciando a las carreras de montaña. También un recorrido ideal para aquellos corredores que tengan un objetivo en una distancia mayor a corto plazo.

- **Distancia:** 19 Km
- **Desnivel Positivo:** 1200m D+
- **Salida:** 10:00h
- **Lugar:** Les
- **Precio:** INCLUYE COMIDA CORREDOR (Acompañantes 9€)
 - **Diciembre – Abril:** 16€
 - **Mayo y Junio:** 21€

***Seguro de accidentes:** 4€. Obligatorio para los NO FEDERADOS EN MONTAÑA.

***Seguro de anulación de inscripción:** 5€. Derecho a devolución del 100% de la inscripción si la anulación se hace antes del 30 Abril. Del 1 de Mayo al 5 de Junio se abonará el 75%. Desde el 6 de Junio sólo se abonará el 50% del importe de la inscripción. ESTE SEGURO NO ES OBLIGATORIO. QUIEN NO LO CONTRATE Y REALICE LA ANULACIÓN PERDERÁ EL 100% INSCRIPCIÓN.

CLASIFICACIÓN:

- General (Hombres y Mujeres)
- Veteranos 2 (Hombres y Mujeres). A partir de 50 años
- Veteranos 1 (Hombres y Mujeres). A partir de 40 años
- Sub23 (Hombres y Mujeres). Entre 16 y 23 años

Edad mínima para participar 16 años ya cumplidos el día de la carrera, la organización se guarda el derecho de dejar participar a algún menor de esa edad por su trayectoria, experiencia y condición física.

MATERIAL

Material recomendado

- Teléfono móvil con la batería totalmente cargada y encendido durante toda la prueba
- Chaqueta, corta-viento o similar
- Bastones
- Tubular y Gorra
- GPS con el track de la carrera

***Nota:** la organización se reserva el derecho a poner como obligatorios alguno de estos materiales recomendados, se avisará como muy tarde en el Briefing de Carrera del día anterior.



Avituallamientos y límites horarios

Tipos de avituallamientos:

- **Líquido:** Agua, refresco de cola e Istónico
- **Líquido + Sólido:** Agua, refresco de cola, Istónico, Pastel Osawa Ecológico, Frutos Secos, Dulces y Fruta.
- **Completo:** Plato Principal + Cerveza/Refresco

Nº	Lugar	Avituallamiento	Altura	Distància	Cierre
S	Les		636 m	0 Km	
1	Pista de Bausen	Líquido + Sólido	895 m	5 Km	
2	Bòsc de Carlac	Líquido + Sólido	1200 m	9'5 Km	
3	Pista de Bausen	Líquido + Sólido	895 m	14'9 Km	
4	Meta	Comida + Cerveza/Refresco	636 m	19'2 Km	14:00h

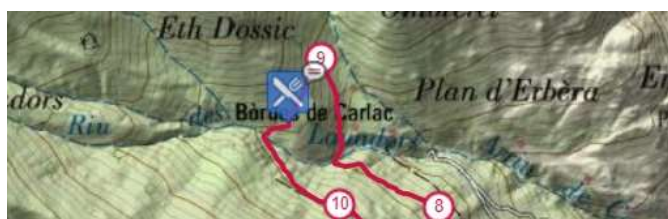
Lugares de interés y acceso en vehículo

Lugar	Tipo de acceso	Distancia de carrera
Pista de Bausen (AV1-3)	10' andando desde Bausen	5 Km
Bausen	Coche	6 Km
Sant Ròc	5' andando desde Bausen (Dirección Bòsc de Carlac)	13'8 Km
Cementerio Teresa	7' andando desde Bausen (Dirección Bòsc de Carlac)	11 Km
Bòsc de Carlac (AV2)	35' andando desde Bausen	17'5 Km

Premios: 3 primeros de cada sexo

- General Hombres y General Mujeres
- Veteranos 2 (Hombres y Mujeres). A partir de 50 años
- Veteranos 1 (Hombres y Mujeres). A partir de 40 años
- Sub23 (Hombres y Mujeres). Entre 16 y 23 años

MAPA Y PERFIL







REGLAMENTO

- El objetivo de Trail Carlac es promocionar las montañas de Quate Lòcs, la práctica deportiva como correr por montaña y al finalizar la carrera restablecer los senderos y lugares dejándolos limpios de marcajes y señalizaciones.
- Realizar la inscripción significa que el corredor acepta todos los puntos del reglamento y las características de la carrera a la que participa.
- La organización se reserva el derecho, en exclusividad, sobre las imágenes/vídeo de las diferentes carreras, de los fotógrafos/cámaras contratados por la organización, así como el derecho de la explotación de las fotografías y vídeo de la carrera.
- Se requiere un mínimo de condición física y material específico y en buenas condiciones, según la carrera elegida.
- La inscripción a la carrera implica la aceptación del Reglamento y el participante declara estar preparado para realizar la carrera a la que se inscribe.
- El participante exime de responsabilidad a la organización en caso de accidente, lesión o cualquier otro imprevisto.
- Hay que llevar el dorsal facilitado por la organización, bien visible durante todo el recorrido.
- Los corredores que decidan abandonar la carrera, deberán comunicarla a la organización o a un control de paso.
- El recorrido estará debidamente señalizado con cintas, banderines y flechas.
- El recorrido contará con diferentes puntos de control de cumplimiento obligatorio.
- En caso de no pasar por un paso de control el corredor quedará descalificado.
- Se deberá seguir el recorrido marcado, sin atajar ni recortar el recorrido.
- Está totalmente prohibido tirar basura fuera de los lugares asignados en los avituallamientos.
- El mal tiempo no será un impedimento para celebrar la carrera, aun que la organización se reserva el derecho de modificar el horario de salida y el recorrido.
- La organización podrá suspender la carrera una vez iniciada, siempre y cuando sea por extrema gravedad del motivo de suspensión.