

NOMBRE DEL EQUIPO

		1	2	3
PARTICIPANTES	Apellidos			
	Nombre			
	Sexo			
	Edad			
	Nacionalidad			
	Lugar de residencia			

LA PTL®

La PTL® es una prueba de alta montaña en autonomía, **sin asistencia**, de 300km y 25000m de D+ a recorrer en 152:30 en equipos de 2 o 3 indisociables. Comporta pasajes técnicos difíciles y arriesgados : pedientes pronunciadas, sin huella, desprendimientos, neveros etc. El recorrido no está balizado. Los participantes deben dominar las técnicas necesarias para enfrentarse a este medio, conocer sistemas de orientación. deben estar preparados para afrontar condiciones naturales difíciles (frío, calor, niebla, lluvia...), la falta de sueño, los problemas de alimentación y asegurar la solidaridad del equipo y la asistencia a los otros en caso necesario.

Soy consciente de las especificidades de esta prueba	Si	No	Si	No	Si	No
Reconozco haber adquirido, antes de la prueba, una verdadera capacidad de autonomía personal en la montaña para gestionar los problemas derivados de este tipo de prueba	Si	No	Si	No	Si	No
Soy consciente de que la prueba se lleva a cabo sin asistencia externa, excepto la proporcionada por la organización en los refugios y bases de vida	Si	No	Si	No	Si	No
He leído atentamente el reglamento del evento	Si	No	Si	No	Si	No
He visto el film de la PTL® 2023 entero (visible aquí)	Si	No	Si	No	Si	No

COMUNICACION

Tener la capacidad de interactuar con la organización durante el evento (PC carrera, voluntarios, equipos de rescate...) es esencial para garantizar la seguridad de los participantes.

Por eso es obligatorio que al menos dos miembros del equipo hablen francés, inglés o italiano (los idiomas de la organización). Se requiere un buen nivel de expresión y comprensión (incluso por teléfono) que se comprobará a la entrega los dorsales.

El Comité PTL® se reserva el derecho de rechazar la salida a un equipo si considera que esta condición no se cumple.

Hablo al menos uno de los tres idiomas de la organización (francés, inglés, italiano)	Si	No	Si	No	Si	No
---	----	----	----	----	----	----

Soy consciente de que los equipos que no cuenten con un nivel suficiente para comunicarse con la organización en los tres idiomas mencionados (francés, inglés, italiano) serán excluidos de la prueba, sin reembolso de la tarifa de inscripción	Si	No	Si	No	Si	No
---	----	----	----	----	----	----

COMPETENCIAS REQUERIDAS

1

2

3

Conocimientos

Conozco los riesgos inherentes al senderismo en montaña, ligados principalmente a las dificultades técnicas, a la altitud y a la meteorología..

Conozco los riesgos inherentes al senderismo glaciar.

Sé qué debo hacer en caso de accidente en montaña

Conozco las técnicas para moverme en terrenos expuestos que requieren el uso de equipo de seguridad (casco, arnés, cabo de aseguramiento, etc.).

Soy consciente de que llevar permanentemente un equipo de seguridad y ropa adecuada es indispensable para mi seguridad.

Soy consciente de que la degradación de mi potencial físico y psicológico (privación de sueño, lesiones, ...) aumenta notablemente los riesgos de caídas en todo el recorrido.

Me siento cómodo/a con el uso de un dispositivo de localización GPS.

Atención médica inicial

Conozco los procedimientos a seguir en caso de accidente en la montaña (transmisión de la alerta, colocación en un lugar seguro y resguardo del herido, ...)

Conozco las técnicas de primeros auxilios en la montaña y domino el equipo de mi botiquín de salud.

Soy consciente de que el acceso de los servicios de rescate en la montaña puede ser complicado e imponer plazos muy prolongados para mi evacuación.

COMPETENCIAS REQUERIDAS

1

2

3

Prácticas

Me oriento fácilmente con ayuda de un GPS de senderismo de día, de noche y/o con niebla.

Me oriento fácilmente con un mapa y una brújula de día, de noche y/o con niebla.

Me muevo con facilidad con un par de crampones en un glaciar o un nevero.

Me siento cómodo en pasajes aéreos o en aristas.

Me siento cómodo en pasajes de montaña equipados (pasamanos, escalones, escaleras etc.)

Progreso fácilmente por pasajes fuera de sendero y/o en canchales.

Prácticas medioambientales y comportamiento

Respeto la fauna y la flora de montaña.

Respeto a los habitantes, ganaderos, guardas y usuarios de los refugios, senderistas y voluntarios del evento.

No dejo ningún rastro de mi paso (papees, residuos, excrementos..)

Conozco las reglas a seguir en presencia de perros protectores de rebaños.

La organización estará presente en algunas partes difíciles del recorrido, especialmente durante el primer día de carrera. Los equipos que se consideren de bajo nivel técnico e inconsistentes con la experiencia mencionada en el formulario de autoevaluación serán excluidos del evento una vez que se hayan puesto a salvo. Esta exclusión no dará lugar a la devolución de la cuota de inscripción por parte de la organización.

Entiendo que los equipos que tengan dificultades técnicas en los tramos difíciles serán excluidos de la carrera una vez que se hayan puesto a salvo.

Si

No

Si

No

Si

No

CURRICULUM

1

2

3

PTL®

Si

No

Si

No

Si

No

Año

Trail Ultra-resistencia

(UTMB®, Tor des Géants, Diagonale des Fous...)

¿Cuál es tu experiencia?

Principales referencias

Diploma de montaña

(guía, acompañador...)

Si

No

Si

No

Si

No

Título

Gran senderismo a pie o en esquís

(ex TMB - Haute Route...)

¿Cuál es tu experiencia?

Principales referencias

Alpinismo

¿Cuál es tu experiencia?

Principales referencias

Carreras de orientación, Raid multideporte, varios

Principales referencias

MOTIVACIÓN COLECTIVA

Aceptamos sin reserva los criterios de selección solicitados. Nos comprometemos con la veracidad de las informaciones facilitadas así como a respetar la entera libertad de decisión de la organización en cuanto a la elección de los candidatos

FIRMAS (nombre y apellidos)