



REGLAMENTO 2025

MEET YOUR
EXTRAORDINARY





REGLAMENTO HOKA VAL D'ARAN BY UTMB® v1

EDICIÓN 2025 – DEL 2 AL 6 DE JULIO 2025

ORGANIZACIÓN

La Associació Esportiva TRAIL RUNNERS ARAN y UTMB IBERIA S.L. co-organizan la prueba deportiva "HOKA Val d'Aran by UTMB®" y con el apoyo del Conselh Generau d'Aran, Ayuntamientos de la Val d'Aran y Diputació de Lleida.

ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO Y DE LA ÉTICA DE LA CARRERA

La participación en las pruebas de "HOKA Val d'Aran by UTMB®" implica la aceptación expresa y sin reservas del presente reglamento, de sus anexos, de la ética del evento, y de toda consigna dirigida por el organizador a los participantes.

DEFINICIÓN DE LAS PRUEBAS

HOKA Val d'Aran by UTMB® es un evento en el cual se proponen distintas pruebas en plena naturaleza, utilizando los senderos de gran recorrido de la Val d'Aran. Cada prueba se desarrolla en una sola etapa, a ritmo libre, en un tiempo limitado.

CATEGORIA 100M

- La VDA: Torn dera Val d'Aran



Prueba circular de alrededor de 163 km con unos 10.000 metros de desnivel positivo, partiendo de Vielha, en semi-autonomía, y en 48 horas máximo.

CATEGORIA 100K



- La **CDH**: Camins d'Hèr

Alrededor de 110 km con unos 6.400 metros de desnivel positivo, partiendo de Les, en semi-autonomía, y en 28 horas máximo.

CATEGORIA 50K



- La **PDA**: Peades d'Aigua

Alrededor de 55 km con unos 3.300 metros de desnivel positivo, partiendo de Salardú, en semi-autonomía, y en 14 horas máximo.

- La **EXP**: Experiència d'Aran

Alrededor de 32 km con unos 2.100 metros de desnivel positivo, partiendo de Vielha, en semi-autonomía y en 7 horas y 15 minutos máximo.

CATEGORIA 20K



- La **SKY BAQUEIRA BERET**:

Alrededor de 15 km con unos 850 metros de desnivel positivo, una carrera circular por Pla de Beret, en semi-autonomía y en 4 horas máximo. Dos categorías. SKY Promesas, abierta a corredores de edades comprendidas entre los 16 y 19 años. SKY Master, abierta a corredores de 20 en adelante.

COMPROMISO DE LOS PARTICIPANTES

Para participar en las pruebas de HOKA Val d'Aran by UTMB®, en especial en la VDA y la CDH, pero también en el resto de carreras, es indispensable:

- Ser plenamente consciente de la longitud y la especificidad de la prueba, y estar perfectamente preparado para participar en ella.
- Haber adquirido, antes de la carrera, una capacidad real de autonomía personal en montaña que permita gestionar los problemas inherentes a este tipo de prueba, principalmente:
 - Saber afrontar sin ayuda externa condiciones climáticas que puedan ser muy difíciles a causa de la altitud (noche, viento, frío, niebla, lluvia o nieve).
 - Saber gestionar, incluso aislado, los problemas físicos o mentales generados por una gran fatiga, problemas digestivos, dolores musculares y/o articulares, pequeñas lesiones...

- Ser plenamente consciente de que el papel de la organización no es ayudar a los participantes a gestionar sus problemas.
 - Ser plenamente consciente de que para realizar una actividad semejante en montaña la seguridad depende en primer lugar de la capacidad de cada participante para adaptarse a los problemas, previsibles o no.
- Informar y sensibilizar a los acompañantes sobre el respeto hacia el territorio, las personas, y las reglas de la carrera.

SEMI-AUTONOMÍA

El principio de carrera individual en **semi-autonomía** es la regla. Las pruebas de HOKA Val d'Aran by UTMB® se desarrollan en una sola etapa, a ritmo libre, en el tiempo indicado por las barreras horarias específicas de cada distancia. La semi-autonomía se define como la capacidad de ser autónomo entre dos puntos de avituallamiento, tanto en el plano alimentario como de equipamiento de vestimenta y seguridad, teniendo la posibilidad de adaptarse a los problemas que puedan darse de forma previsible o no (mal tiempo, problemas físicos, lesión...).

Este principio implica, en particular, las siguientes reglas:

1. Cada participante debe llevar consigo durante toda la carrera la totalidad de su material obligatorio. Transportar el material en una mochila (o similar), que no se puede cambiar durante el recorrido. Durante toda la carrera, comisarios de carrera pueden verificar la mochila (o similar) y su contenido. El corredor tiene la obligación de someterse a estos controles con cordialidad, bajo pena de descalificación.
2. Los puntos de avituallamiento disponen de bebida y comida para consumir in situ. La organización sólo suministra agua o bebida energética para llenar los bidones o bolsas de líquido. El corredor debe velar por disponer, a la salida de cada punto de avituallamiento, de la cantidad de bebida y comida necesarias para llegar al siguiente punto de avituallamiento.
Para los más lentos, las secciones más largas sin avituallamiento pueden durar más de 4h en la VDA y la CDH.
3. En la VDA y la CDH se tolera una asistencia personal exclusivamente en algunos puntos de avituallamiento (*), en la zona específicamente reservada a este uso y a criterio del jefe del punto. Esta asistencia sólo puede darla una sola persona, sin otro material específico que una bolsa de un volumen máximo de 30 litros. La asistencia facilitada por equipos profesionales o cualquier profesional médico o paramédico está estrictamente prohibida. Únicamente se permiten pequeñas curas de llagas/rozaduras y masajes que puedan hacerse con el corredor sentado en una silla, sin tener que tumbarse para tal propósito. Las zonas restantes dentro del punto de avituallamiento están estrictamente reservadas a los corredores.
No se permite ninguna asistencia, en ningún punto del recorrido, en las carreras PDA, EXP y SKY.
4. Está prohibido hacerse acompañar o aceptar ser acompañado durante todo o parte del recorrido por una persona no inscrita, más allá de las zonas de tolerancia claramente señalizadas en las proximidades de los puntos de avituallamiento. No se permite a los participantes correr con perro, o cualquier otro animal, incluidos los animales guía.

5. Cualquier participante que acepte ser acompañado más allá de las zonas expresamente designadas contraviene el principio de semi-autonomía. Los comisarios de carrera testigos de estas irregularidades están habilitados para penalizar a los participantes a fin de garantizar el espíritu de las pruebas de trail running.

(*) La asistencia personal está autorizada en los AVITUALLAMIENTOS en los puntos siguientes:

VDA: Bossòst, Salardú, Arties.

CDH: Salardú, Arties.

La asistencia está prohibida en los demás puntos de avituallamiento, así como en cualquier otro punto del recorrido.

PDA, EXP y SKY: no se permite ninguna asistencia, en ningún punto del recorrido.

RESPECTO AL MEDIO AMBIENTE

Inscribiéndose en una de las pruebas de HOKA Val d'Aran by UTMB®, los participantes se comprometen a respetar el medio ambiente y los espacios naturales atravesados. En particular:

- Está estrictamente prohibido abandonar residuos (envases de geles, papeles, desechos orgánicos, embalajes plásticos...) en el recorrido. Hay recipientes de basura en cada avituallamiento y deben ser utilizados de forma obligatoria. Lo comisarios de carrera realizan controles en el recorrido.
- Todos los participantes deben conservar sus residuos y embalajes a la espera de poder tirarlos en los recipientes puestos a su disposición en los avituallamientos. La organización aconseja a los corredores proveerse de una bolsa para transportar los residuos hasta el siguiente avituallamiento. Con el dorsal, se entregan bolsas de plástico para recoger el papel higiénico. Deben ser utilizadas tras una "urgencia al borde del sendero".
- Es obligatorio seguir los senderos tal como han sido balizados, sin atajar. Salir de un sendero provoca una erosión perjudicial del lugar.
- No se distribuirán vajillas desechables (cubiertos, tazas, bols) en los puntos de avituallamiento. Esta medida se debe al propósito de reducir el consumo de plástico de los corredores y de los voluntarios de UTMB®. Por lo tanto, te invitamos a llevar tus propios cubiertos y plato si deseas comer comida caliente en un punto de avituallamiento.

EQUIPO y MATERIAL OBLIGATORIO

Por razones orientadas a garantizar la seguridad y el buen desarrollo de cada prueba, todo participante debe tener a su disposición la lista completa del material obligatorio detallada más abajo. Y llevar todo el material, en uso o no, con él durante toda la carrera.

Durante la carrera se llevarán a cabo comprobaciones sistemáticas y/o aleatorias. Se aplicará una penalización, o incluso la descalificación, a aquellos corredores que no lleven todo el material obligatorio (ver PENALIZACIONES).

Es importante tener en cuenta que el material impuesto por la organización es un **mínimo vital que todo corredor debe adaptar en función de sus propias capacidades**. En particular, **es mejor no elegir las prendas más ligeras posibles a fin de ahorrar algunos gramos, sino decantarse por prendas que permitan realmente una buena protección en montaña contra el frío, el viento y la nieve y, por ende, proporcionen mayor seguridad y mejores prestaciones**.

Es indispensable empaquetar todo este material de forma que se preserve de la lluvia/nieve y no esté mojado en el momento de tenerse que utilizar (por ejemplo, utilizando bolsas de plástico impermeables).

MATERIAL OBLIGATORIO VDA y CDH

- Zapato cerrado adecuado para la práctica del trail running. No se permite correr descalzo.
- Mochila o similar destinada a transportar el material obligatorio durante la carrera.
- Teléfono móvil (smartphone es OBLIGATORIO): el corredor debe estar disponible y atender al teléfono en cualquier momento antes, durante y después de la carrera:
 - Teléfono móvil que permita su uso en España y Francia (incluir en los contactos los números de seguridad de la organización, llevar el teléfono encendido, no ocultar el número, y no olvidar salir con la batería cargada).
 - Mantener el teléfono encendido, el modo avión está prohibido y puede ser penalizado.
 - Aplicación Livetrail instalada y activada.
 - Se recomienda una batería externa.
- Vaso personal de 15cl mínimo (bidones o recipientes con tapón no aceptados).
- Reserva de agua de 1,5l mínimo. En la salida de algunos avituallamientos será obligatorio salir con 1,5l de bebida, según el tramo a cubrir o las condiciones meteorológicas.
- 2 frontales en buen estado de funcionamiento con baterías o pilas de recambio para ambos frontales *Recomendación: 200 lúmenes o más para el frontal principal*.
- Saco de supervivencia. Debe tener unas dimensiones mínimas de 2,0m x 0,9m. Se recomienda que sea un saco térmico que retenga el calor corporal. Una manta de supervivencia o una manta de papel de aluminio no son aceptadas.
- Silbato.

- Reserva alimentaria. *Recomendación: 800kcal (2geles + 2 barritas energéticas de 65g cada una).*
 - Chaqueta con capucha que permita soportar el mal tiempo en montaña y fabricada con una membrana impermeable mínimo 10.000 mm columna de agua y transpirable (RET recomendado inferior a 13). La chaqueta debe imperativamente disponer de una capucha integrada o adherida con un sistema previsto de origen por el fabricante. Las costuras deben ser termoselladas. La chaqueta no debe tener partes compuestas por un tejido no impermeable, sólo las ventilaciones previstas por el fabricante (bajo los brazos, en la espalda) y desde el momento en que no alteran de manera evidente la impermeabilidad, son aceptadas. Es responsabilidad del corredor juzgar, según estos criterios, si su chaqueta se adapta al reglamento y, por tanto, al mal tiempo en montaña. En los puntos de control, el juicio del responsable del control o del comisario prevalecerá.
 - Pantalón o malla de carrera de piernas largas o combinación de una malla y calcetines que cubran totalmente la pierna.
 - Cubre-pantalón impermeable.
 - Gorra o bandana o pieza de ropa que cubra la cabeza.
 - Guantes calientes e impermeables.
 - Segunda capa térmica adicional: una prenda de segunda capa térmica de manga larga (algodón excluido) de un peso de 180g mínimo (hombre, talla M) O la combinación de una prenda interior térmica de manga larga (primera o segunda capa, algodón excluido) de un peso de 110g mínimo (hombre, talla M) y de un cortavientos* resistente con una protección deperlante (protección DWR).
- * El cortavientos no sustituye a la chaqueta impermeable con capucha, y viceversa.*

Todas las prendas deben ser de la talla del participante y sin modificaciones tras su salida de fábrica. Se debe vestir de forma adecuada. Se transportará todo el material en una mochila o similar que no se puede cambiar durante el recorrido. Todo el material irá adecuadamente empaquetado para evitar que se moje dentro de la mochila en condiciones de lluvia.

Otro material aconsejado (lista no exhaustiva):

- Prendas térmicas de recambio indispensables en caso de frío o lluvia o en caso de lesión.
- Bastones en caso de lluvia o nieve para la seguridad en caso de terrenos resbaladizos.
- Pastillas potabilizadoras de agua o bidones con filtro.
- Platos e utensilios para comer. En los avituallamientos no se facilita ningún material para poder comer.
- Vaselina o crema anti-rozaduras.
- Protección solar.
- Reloj GPS.
- Banda elástica adhesiva que permita hacer un vendaje o un strapping (mín. 100 cm x 6 cm).
- Cuchillo o tijeras con los que cortar la cinta adhesiva elástica.
- Neceser de costura...

Todo participante que decida llevar bastones deberá transportarlos durante toda la carrera. Está prohibido salir sin bastones y obtener y usar unos durante la carrera. El uso de bastones puede estar prohibido en determinadas zonas del recorrido por motivos de seguridad o medioambientales. En esos casos estará indicado mediante carteles específicos en el recorrido. No se admitirán bastones en las bolsas de vida entregadas por la organización.

Música: Se permite escuchar música únicamente utilizando auriculares, siempre que sea seguro hacerlo. Los auriculares DEBEN quitarse al cruzar cualquier carretera, así como al acercarse y mientras se esté en cualquier punto de control, y al acercarse y adelantar a cualquier miembro del Equipo de Seguridad.

MATERIAL OBLIGATORIO PDA

- Zapato cerrado adecuado para la práctica del trail running. No se permite correr descalzo.
- Mochila o similar destinada a transportar el material obligatorio durante la carrera.
- Teléfono móvil (smartphone es OBLIGATORIO): el corredor debe estar disponible y atender al teléfono en cualquier momento antes, durante y después de la carrera:
 - Teléfono móvil que permita su uso en España (incluir en los contactos los números de seguridad de la organización, llevar el teléfono encendido, no ocultar el número y no olvidar salir con la batería cargada).
 - Mantener el teléfono encendido, el modo avión está prohibido y puede ser penalizado.
 - Aplicación Livetrail instalada y conectada.
 - Se recomienda una batería externa.
- Vaso personal de 15cl mínimo (bidones o recipientes con tapón no aceptados).
- Reserva de agua de 1l mínimo.
- 1 frontal en buen estado de funcionamiento con baterías o pilas de recambio. *Recomendación: 200 lúmenes o más.*
- Manta de supervivencia de 1,40m x 2m mínimo.
- Silbato.
- Reserva alimentaria. *Recomendación: 800kcal (2geles + 2 barritas energéticas).*
- Chaqueta con capucha que permita soportar el mal tiempo en montaña y fabricada con una membrana impermeable mínimo 10.000 mm columna de agua y transpirable (RET recomendado inferior a 13). La chaqueta debe imperativamente disponer de una capucha integrada o adherida con un sistema previsto de origen por el fabricante. Las costuras deben ser termoselladas. La chaqueta no debe tener partes compuestas por un tejido no impermeable, sólo las ventilaciones previstas por el fabricante (bajo los brazos, en la espalda) y desde el momento en que no alteran de manera evidente la impermeabilidad, son aceptadas. Es responsabilidad del corredor juzgar, según estos criterios, si su chaqueta se adapta al reglamento y, por tanto, al mal tiempo en montaña. En los puntos de control, el juicio del responsable del control o del comisario prevalecerá.
- Cubre-pantalón impermeable.
- Gorra o bandana o pieza de ropa que cubra la cabeza.
- Guantes calientes e impermeables.
- Segunda capa térmica adicional: una prenda de segunda capa térmica de manga larga (algodón excluido) de un peso de 180g mínimo (hombre, talla M)

O la combinación de una prenda interior térmica de manga larga (primera o segunda capa, algodón excluido) de un peso de 110g mínimo (hombre, talla M) y de un cortaviento* resistente con una protección deperlante (protección DWR).

** El cortaviento no sustituye a la chaqueta impermeable con capucha, y viceversa.*

- Pantalón o malla de carrera de piernas largas o combinación de una malla y calcetines que cubran totalmente la pierna.

Todas las prendas deben ser de la talla del participante y sin modificaciones tras su salida de fábrica. Se debe vestir de forma adecuada. Se transportará todo el material en una mochila o similar que no se puede cambiar durante el recorrido.

Otro material aconsejado (lista no exhaustiva):

- Prendas térmicas de recambio indispensables en caso de frío o lluvia o en caso de lesión.
- Platos e utensilios para comer. En los avituallamientos no se facilita ningún material para poder comer.
- Pastillas potabilizadoras de agua o bidones con filtro.
- Bastones en caso de lluvia o nieve para la seguridad en caso de terrenos resbaladizos.
- Vaselina o crema anti-rozaduras.
- Protección solar.
- Reloj GPS.
- Banda elástica adhesiva que permita hacer un vendaje o un strapping (mín. 100 cm x 6 cm).
- Cuchillo o tijeras con los que cortar la cinta adhesiva elástica.
- Neceser de costura...

Todo participante que decida llevar bastones deberá transportarlos durante toda la carrera. Está prohibido salir sin bastones y obtener unos durante la carrera. El uso de bastones puede estar prohibido en determinadas zonas del recorrido por motivos de seguridad o medioambientales. En esos casos estará indicado mediante carteles específicos en el recorrido. No se admitirán bastones en las bolsas de vida entregadas por la organización.

Música: Se permite escuchar música únicamente utilizando auriculares, siempre que sea seguro hacerlo. Los auriculares DEBEN quitarse al cruzar cualquier carretera, así como al acercarse y mientras se esté en cualquier punto de control, y al acercarse y adelantar a cualquier miembro del Equipo de Seguridad.

MATERIAL OBLIGATORIO EXP y SKY

- Zapato cerrado adecuado para la práctica del trail running. No se permite correr descalzo.
- Mochila o similar destinada a transportar el material obligatorio durante la carrera.
- Teléfono móvil (smartphone es OBLIGATORIO): el corredor debe estar disponible y atender al teléfono en cualquier momento antes, durante y después de la carrera:

- Teléfono móvil que permita su uso en España y Francia (incluir en los contactos los números de seguridad de la organización, llevar el teléfono encendido, no ocultar el número y no olvidar salir con la batería cargada).
- Mantenga su teléfono encendido, el modo avión está prohibido y puede ser penalizado.
- Aplicación Livetrail instalada y conectada.
- Vaso personal de 15cl mínimo (bidones o recipientes con tapón no aceptados).
- Reserva de agua de 1 l mínimo.
- Manta de supervivencia de 1,40m x 2m mínimo.
- Silbato.
- Chaqueta con capucha que permita soportar el mal tiempo en montaña y fabricada con una membrana impermeable mínimo 10.000 mm columna de agua y transpirable (RET recomendado inferior a 13). La chaqueta debe imperativamente disponer de una capucha integrada o adherida con un sistema previsto de origen por el fabricante. Las costuras deben ser termo-selladas. La chaqueta no debe tener partes compuestas por un tejido no impermeable, sólo las ventilaciones previstas por el fabricante (bajo los brazos, en la espalda) y desde el momento en que no alteran de manera evidente la impermeabilidad, son aceptadas. Es responsabilidad del corredor juzgar, según estos criterios, si su chaqueta se adapta al reglamento y por tanto al mal tiempo en montaña, pero en un control, el juicio del responsable del control o del comisario prevalecerá.

Todas las prendas deben ser de la talla del participante y sin modificaciones tras su salida de la fábrica. Se debe vestir de forma adecuada. Se transportará todo el material en una mochila o similar que no se puede cambiar durante el recorrido.

Otro material aconsejado (lista no exhaustiva):

- Prendas térmicas indispensables en caso de frío o lluvia o en caso de lesión.
- Bastones en caso de lluvia o nieve para su seguridad en caso de terrenos resbaladizos.
- Vaselina o crema anti-rozaduras.
- Reloj GPS.

Todo participante que decida llevar bastones deberá transportarlos durante toda la carrera. El uso de bastones puede estar prohibido en determinadas zonas del recorrido por motivos de seguridad o medioambientales. En esos casos estará indicado mediante carteles específicos en el recorrido. Está prohibido salir sin bastones, y obtener y usar unos durante la carrera.

Música: Se permite escuchar música únicamente utilizando auriculares, siempre que sea seguro hacerlo. Los auriculares DEBEN quitarse al cruzar cualquier carretera, así como al acercarse y mientras se esté en cualquier punto de control, y al acercarse y adelantar a cualquier miembro del Equipo de Seguridad.

CONTROLES ANTI-DOPING

Todo competidor puede ser sometido a un control antidopaje antes, durante o al final de la prueba. En caso de negativa o abstención, el deportista será sancionado de la misma forma que si hubiera sido declarado culpable de dopaje.

DORSALES

Los dorsales se entregan individualmente a cada corredor con la presentación de:

- **Un documento de identidad con fotografía o pasaporte.**

El dorsal debe ser llevado en el pecho o el vientre y debe ser visible de forma permanente y en su totalidad durante toda la carrera. Debe estar siempre posicionado por encima de cualquier prenda y, en ningún caso, puede fijarse sobre la mochila (o similar) o una pierna. El nombre y el logo de los colaboradores no deben ser modificados ni ocultos. El dorsal es el pase necesario para acceder a los autobuses, avituallamientos, enfermerías, salas de reposo, duchas, áreas de depósito o recuperación de las bolsas... El dorsal nunca será retirado salvo en caso de negarse a obedecer la decisión de un responsable de carrera. En caso de abandono, será cortado y desactivado.

BOLSAS DE VIDA

VDA: en el momento de entrega de dorsal, cada participante recibe 3 bolsas de 30 litros. Después de llenarlas con aquellas prendas y utensilios que el corredor considere, las depositará en un lugar próximo a la salida. Una de las bolsas será trasladada por la organización al avituallamiento de Bossòst, otra al avituallamiento de Salardú, y otra al avituallamiento de Arties. Cuando el corredor llegue a dichos avituallamientos podrá retirar la bolsa. Cuando el corredor salga del avituallamiento, el corredor en persona tendrá que depositar la bolsa en la zona indicada a tal efecto. La organización retornará las bolsas a Vielha.

CDH: en el momento de entrega de dorsal, cada participante recibe 2 bolsas de 30 litros. Después de llenarla con aquellas prendas y utensilios que el corredor considere, la depositará en la línea de salida. Una bolsa será trasladada por la organización al avituallamiento de Salardú y la otra al avituallamiento de Arties. Cuando el corredor llegue a dicho avituallamiento podrá retirar la bolsa. Cuando el corredor salga del avituallamiento, el corredor en persona tendrá que depositar la bolsa en la zona indicada a tal efecto. La organización retornará las bolsas a Vielha.

PDA: en el momento de entrega de dorsal, cada participante recibe 1 bolsa de 30 litros. Después de llenarla con aquellas prendas y utensilios que el corredor considere, la depositará en la línea de salida. La organización retornará la bolsa a Vielha.

Recuperación de las bolsas: Las bolsas se entregan a los corredores o a sus allegados con la presentación del dorsal. Deben ser recuperadas en meta como muy tarde 2 horas tras el cierre de la carrera. Transcurrido este tiempo, el corredor deberá acudir personalmente a recoger la bolsa en las oficinas de la organización en Vielha.

La organización asegura la devolución de las bolsas de los corredores que hayan abandonado, a condición de que se haya registrado el abandono. El tiempo de devolución de la bolsa dependerá de las necesidades logísticas. La organización no garantiza la devolución de todas las bolsas en Vielha antes del final de la carrera.

Solo las bolsas facilitadas por la organización serán transportadas*. Los bastones no se pueden transportar en las bolsas. El contenido de las bolsas no será verificado, no se atenderá ninguna queja sobre su contenido. Se recomienda no depositar objetos de valor.

Recomendamos que dispongáis de ropa de recambio y productos de higiene en Vielha.

*Por razones logísticas, los eventos UTMB® World series únicamente admiten las bolsas de vida que se han distribuido en el momento de la entrega del dorsal. Esas bolsas son reutilizables, por lo que se pide a los corredores que las usen cada vez que participen en una carrera de las UTMB® World series.

AVITUALLAMIENTOS

La organización garantiza avituallamientos sólidos y líquidos a lo largo de todo el recorrido. Los puntos de avituallamiento disponen de bebida y comida para consumir en el punto. La organización suministra agua y bebidas energéticas o isotónicas para rellenar las bolsas de líquido y vasos individuales obligatorios. Es responsabilidad del corredor disponer, al abandonar el avituallamiento, de la cantidad de bebida y comida necesarias para llegar al siguiente punto de avituallamiento.

Únicamente las personas participantes portadoras de un dorsal visible y debidamente colocado tienen acceso a los puntos de avituallamiento.

La guía del corredor y la página web ofrecerán la lista precisa de los puntos de avituallamiento y su composición.

PUNTOS DE CONTROL

Se efectúa un control en todos los avituallamientos y en algunos puestos de seguridad. **Hay puntos de control aleatorios en lugares diferentes a los puestos de seguridad o los avituallamientos.** La organización no comunica su localización.

BALIZAJE

Para una mejor visión nocturna, las balizas están dotadas de una parte en material reflectante que refleja la luz del frontal.

ATENCIÓN: ¡si no ves balizas, vuelve atrás!

No obstante, recomendamos llevar el track del recorrido en el reloj GPS.

Por respeto al medio ambiente no se usa ningún tipo de pintura en los senderos.

SEGURIDAD Y ASISTENCIA MÉDICA

Hay diversos puntos de ayuda a lo largo del recorrido. Estos puntos están comunicados por radio o teléfono con el Centro de Control de Carrera (el número será comunicado en la Guía del Corredor e impreso en el dorsal), donde estará un equipo médico durante toda la carrera.

Los puntos de ayuda están destinados a facilitar la asistencia a cualquier persona en peligro con medios propios de la organización o públicos.

Es responsabilidad de cada participante en dificultades solicitar ayuda:

- Presentándose en el punto de ayuda.
- Llamando al Centro de Control (CC) de carrera.
- Pidiendo a otro participante que solicite ayuda.
- Utilizando la función SOS de la aplicación Livetrail.

Todo participante debe asistir a cualquier persona en dificultades y activar el protocolo de asistencia sanitaria y permanecer junto al corredor en apuros hasta la llegada de personal autorizado de la organización.

En caso de imposibilidad de contactar con el CC de Carrera, es posible llamar directamente a los organismos de socorro (particularmente en las zonas en las que sólo las llamadas de urgencia son posibles) mediante el número de **teléfono 112**.

Las eventualidades de todo tipo, ligadas al entorno y a la carrera, pueden justificar una demora en la asistencia. Durante la espera, tu seguridad depende de la calidad de los productos que lleves en tu mochila. El participante contará con los recursos propios para garantizar su seguridad.

Los profesionales médicos y socorristas oficiales, así como toda persona designada por la dirección de carrera están habilitados para:

- **Dejar fuera de carrera a todo participante al que no se considere en condiciones para seguir la prueba.**
- Obligar a cualquier participante a utilizar cualquier prenda del material obligatorio.
- Hacer evacuar por cualquier medio a todo participante que ellos juzguen en peligro.
- Hospitalizar a todo participante cuyo estado de salud lo haga necesario.

Cualquier participante tratado por un médico o socorrista, equipo de rescate o rescatado, se somete a su autoridad y se compromete a aceptar sus decisiones.

En el momento en que la salud de un participante justifique un tratamiento con actuación intravenosa, este quedará inmediatamente fuera de carrera.

Un puesto de enfermería estará disponible en meta durante el tiempo que duren las pruebas. Cualquier participante con problemas médicos severos podrá acudir a él. Las curas de confort están sometidas a la apreciación del personal médico en función de su disponibilidad.

Todo participante debe permanecer en el camino balizado, incluso para dormir. En caso de necesitar dormir en el camino, es muy aconsejable utilizar el «dorsal de sueño» facilitado por la organización. Este dorsal permite indicar que se tiene ganas de dormir un poco sin ser molestado.

Cualquier participante que se aleje voluntariamente del camino balizado deja de estar bajo la responsabilidad de la organización.

TIEMPO MÁXIMO AUTORIZADO Y BARRERAS HORARIAS

El tiempo máximo de la prueba, para la totalidad del recorrido, está fijado en:

- VDA: 48 horas
- CDH: 28 horas
- PDA: 14 horas
- EXP: 7 horas 15 min
- SKY: 4 horas

**CDH, PDA, EXP: los tiempos de corte se han calculado teniendo en cuenta la hora de salida de los corredores de la "ÚLTIMA oleada".*

Las horas límite de salida (barreras horarias) de los principales puntos de control serán definidas y comunicadas en la guía del corredor y en la web. En caso de cambio (condiciones excepcionales), las nuevas barreras horarias se comunican también por redes sociales, o por e-mail, o por SMS/mensaje de texto.

Estas barreras horarias se calculan para permitir a los participantes llegar a la meta en el tiempo máximo impuesto, efectuando paradas eventuales (comida, descanso...). **Para ser autorizados a seguir la prueba, los participantes deben salir del punto de control antes de la hora límite fijada** (independientemente de la hora de llegada al punto de control).

Todos los corredores que abandonen, sean detenidos por la organización o estén fuera de las barreras de tiempo oficiales no tienen permitido continuar la carrera. Su dorsal será cortado y serán transportados de regreso al área del evento por el transporte de la organización. Se recomienda a todos los corredores utilizar los medios de transporte proporcionados por la organización para regresar a la línea de llegada.

ABANDONO Y RETORNO A META

Salvo lesión, un corredor sólo puede abandonar en un punto de control. Allí debe avisar al responsable del puesto, o avisar al Centro de Control de carrera. En este caso, se le marcará el dorsal como "abandono".

En caso de decidir abandonar entre 2 puntos de control, el participante debe alcanzar un punto de control en el que indicará su abandono.

El participante debe conservar su dorsal como salvoconducto para acceder a los autobuses, salas de cura...

El retorno a meta funciona de la siguiente forma:

- Hay autobuses disponibles a la salida de algunos puntos de avituallamiento señalados por un pictograma «bus» en los mapas del recorrido con los que retornar a la llegada a los corredores que hayan abandonado.
- Los participantes que abandonen en otro punto de ayuda o avituallamiento, pero cuyo estado de salud no precise de una evacuación, deberán alcanzar lo antes posible y por sus propios medios el punto de evacuación más cercano.
- En lo que concierne a los puntos de avituallamiento o de ayuda accesible en coche o 4x4:
 - Tras el cierre de un puesto, la organización, en la medida de los medios disponibles, retornará a la meta a los participantes que hayan abandonado y aún estén presentes en el puesto.

En caso de condiciones meteorológicas desfavorables que justifiquen la suspensión parcial o total de la carrera, la organización asegura el retorno a meta de todos los participantes en el menor tiempo posible.

LLEGADA A META

Se entregará medalla finisher a quienes completen la distancia en el tiempo establecido.

Los corredores finisher tendrán acceso a un avituallamiento final situado en Vielha, con acceso restringido a los corredores, y solo por una vez.

DUCHAS

Los corredores podrán disponer de un servicio de ducha únicamente al finalizar la carrera. Deberán mostrar su dorsal para acceder a las duchas. Durante la carrera, en el caso de haber duchas, únicamente estarán disponibles bajo prescripción médica.

El acceso a las duchas únicamente estará permitido a los corredores y sin el calzado de carrera.

DESCANSO

Durante la carrera, los corredores dispondrán de algunas zonas de descanso en algunos avituallamientos, con camas de campaña y mantas.

En la VDA, en los avituallamientos de Bossòst, Salardú y Arties.

En la CDH, en el avituallamiento de Arties.

No existirá zona de descanso en la llegada de Vielha. Los corredores que hayan finalizado su carrera y deseen prolongar su estancia deben disponer de su propio alojamiento.

CLASIFICACIONES Y PREMIOS

En cada carrera, se establece una clasificación general, masculina y femenina, y una clasificación para cada categoría, masculina y femenina (*ver más abajo para cada categoría*).

En cada carrera, los 5 primeros hombres y las 5 primeras mujeres de la clasificación general reciben un trofeo. Los trofeos y los premios sólo se distribuyen en la ceremonia, por tanto, es obligatoria la presencia de los premiados en ella.

El primer y la primera clasificada de cada categoría de edad recibirá un trofeo que será entregado en el momento de la entrega de premios. No se realizarán envíos.

Los resultados están disponibles en live.utmb.world

Categorías de edad UTMB® World Series
16-17
18-19
20-34
35-39
40-44
45-49
50-54
55-59
60-64
65-69
70-74
75-79
80-84
85+

La organización otorgará premio en metálico a las cinco mejores marcas personales en categoría absoluta femenina y masculina en la VDA, CDH y PDA.

Los premios son considerados ingresos por el Estado. Los deportistas domiciliados en España deben incluirlo en su declaración de impuestos. Para todos los atletas, el Estado español realiza una retención de un tanto por ciento (según la legislación vigente en ese momento) antes de que la organización pague el premio.

Clasificación	Premio
	Hombre/Mujer
1	5.000€
2	3.000€
3	2.000€

4	1.250€
5	1.000€

CLASIFICACIÓN PARA LAS UTMB WORLD SERIES

Puedes encontrar toda la información sobre los accesos directos a las UTMB® World Series Finals en Chamonix en: <https://utmb.world/es/elite-runners-utmb-world-series-finals>

PENALIZACIONES Y DESCALIFICACIONES

El Director de carrera, los comisarios de carrera presentes en el recorrido, y los jefes de puesto de los diversos puntos de control y avituallamiento están habilitados para hacer respetar el reglamento y aplicar inmediatamente una penalización (*) en caso necesario según la tabla siguiente:

VDA y CDH

FALTA S./REGLAMENTO	PENALIZACIÓN (*) - DESCALIFICACIÓN
Atajar el recorrido.	Según criterio del director de carrera
Falta de material obligatorio de seguridad (alguno de estos ítems): no disponer de volumen de reserva de agua de mínimo 1,5 l, chaqueta impermeable con capucha, frontal, saco de supervivencia/vivac térmico, teléfono móvil SMARTPHONE.	Descalificación inmediata
Falta de otros elementos obligatorios de seguridad: mallas o pantalones largos, solo un frontal, gorro o bandana, guantes, prenda térmica, pantalones impermeables, silbato, reserva de alimento, vaso, y otros obligatorios.	Penalización de 1 hora
Negarse a un control de material obligatorio.	Descalificación
Teléfono SMARTPHONE apagado o en modo avión.	Penalización de 15 minutos
Tirar desechos o no utilizar los WC proporcionados por la organización (acto voluntario) un corredor o un miembro de su entorno	Penalización de 1 hora
No respetar a las personas (organización u otros participantes). NT: cualquier participante cuyos acompañantes den	Descalificación

muestra de insensibilidad o rechacen respetar las consignas de la organización será penalizado.	
No asistir a una persona en dificultades (que necesite ayuda).	Descalificación
Asistencia por acompañante en zonas no autorizadas y/o por más de una persona	Penalización de 1 hora
Acompañamiento en el recorrido fuera de las zonas de tolerancia claramente señaladas en las proximidades de los puntos de avituallamiento.	Penalización de 15 minutos
Trampa (ej.: uso de un medio de transporte, compartir dorsal ...).	Descalificación inmediata y de por vida
Sin dorsal visible.	Penalización de 15 minutos
Dorsal no reglamentario.	Penalización de 15 minutos (durante los cuales el corredor debe restaurar su dorsal de forma conforme)
Actitud peligrosa probada (ej.: bastones con puntas desprotegidas orientadas hacia otros participantes o espectadores).	Penalización de 15 minutos
Ausencia de chip.	Según decisión del comité de carrera
Ausencia de paso por un punto de control.	Según decisión del comité de carrera
Negativa a obedecer una orden de la dirección de carrera, un comisario de carrera, un jefe de puesto, un médico o un socorrista.	Descalificación
Negativa a un control antidopaje.	El corredor será sancionado de la misma manera que si se demostrara el dopaje
Salida de un punto de control más allá de la hora límite.	Descalificación
Mochila no marcada.	Penalización de 1 hora
Uso de bastones no habiéndolos llevado desde el inicio de la carrera.	Penalización de 1 hora
La falta de respeto a los demás (organización, voluntarios o corredores, incluyendo cualquier tipo de abuso, intrusión, robo o desprecio de las reglas). IMPORTANTE: un participante cuyos asistentes sean groseros y/o se nieguen a respetar las instrucciones de la organización será penalizado	Descalificación
Salida intencionada de un punto de control después de la barrera del tiempo	Descalificación y prohibición de participar en las UTMB World Series durante 2 años.
Cambio no autorizado de la ola de salida que sale antes de la asignada (IMPORTANTE: no se aplicará ninguna penalización por una ola que sale más tarde de la asignada)	Penalización de 2 horas

(*) Las penalizaciones de tiempo son aplicables inmediatamente en el lugar, es decir, el corredor debe interrumpir su carrera durante la duración de la penalización. Si la

falta al reglamento se encuentra después de la carrera, la dirección puede añadir tiempo de penalización al tiempo final de carrera del corredor en concreto. Cualquier otra falta al reglamento será objeto de una sanción decidida por la dirección de carrera. *En caso de descalificación el corredor NO tiene derecho al reembolso de los costes de inscripción.*

PDA, EXP y SKY

FALTA S./REGLAMENTO	PENALIZACIÓN (*) – DESCALIFICACIÓN
Atajar el recorrido.	Según criterio del comité de carrera
Falta de material obligatorio de seguridad (alguno de estos ítems): no disponer de volumen de reserva de agua de mínimo 1 l, chaqueta impermeable con capucha, manta de supervivencia, teléfono móvil SMARTPHONE.	Descalificación inmediata
Falta de otros elementos obligatorios de seguridad: PDA: mallas o pantalones largos, gorro o bandana, guantes, prenda térmica, pantalones impermeables, silbato, reserva de alimento, vaso, y otros obligatorios. EXP y SKY: vaso, silbato, y otros obligatorios.	Penalización de 30 minutos
Negarse a un control de material obligatorio.	Descalificación
Teléfono SMARTPHONE apagado o en modo avión.	Penalización de 10 minutos
Tirar deshechos o no utilizar los WC proporcionados por la organización (acto voluntario) un corredor o un miembro de su entorno.	Penalización de 30 minutos
No respetar a las personas (organización u otros participantes). NT: cualquier participante cuyos acompañantes den muestras de insensibilidad o rechacen respetar las consignas de la organización será penalizado.	Descalificación
No asistir a una persona en dificultades (que necesite ayuda).	Descalificación
Asistencia fuera de las zonas autorizadas y/o por más de una persona	Penalización de 30 minutos
Acompañamiento en el recorrido fuera de las zonas de tolerancia claramente señaladas en las proximidades de los puntos de avituallamiento.	Penalización de 10 minutos
Trampa (ej.: uso de un medio de transporte, compartir dorsal ...).	Descalificación inmediata y de por vida
Sin dorsal visible.	Penalización de 10 minutos
Dorsal no reglamentario.	Penalización de 10 minutos (durante los cuales el corredor debe restaurar su dorsal de forma conforme)
Actitud peligrosa probada (ej.: bastones con puntas desprotegidas orientadas hacia otros participantes o espectadores).	Penalización de 10 minutos

Ausencia de chip.	Según decisión del comité de carrera
Ausencia de paso por un punto de control.	Según decisión del comité de carrera
Negativa a obedecer una orden de la dirección de carrera, un comisario de carrera, un jefe de puesto, un médico o un socorrista.	Descalificación
Negativa a un control antidopaje.	El corredor será sancionado de la misma manera que si se demostrara el dopaje
Salida de un punto de control más allá de la hora límite.	Descalificación
Mochila no marcada.	Penalización de 30 minutos
Uso de bastones no habiéndolos llevado desde el inicio de la carrera.	Penalización de 30 minutos
La falta de respeto a los demás (organización, voluntarios o corredores, incluyendo cualquier tipo de abuso, intrusión, robo o desprecio de las reglas). NB: un participante cuyos asistentes sean groseros y/o se nieguen a respetar las instrucciones de la organización será penalizado	Descalificación
Salida intencionada de un punto de control después de la barrera del tiempo	Descalificación y prohibición de participar en las UTMB World Series durante 2 años.
Cambio no autorizado de la ola de salida que sale antes de la asignada (IMPORTANTE: no se aplicará ninguna penalización por una ola que sale más tarde de la asignada)	Penalización de 2 horas

(*) Las penalizaciones de tiempo son aplicables inmediatamente en el lugar, es decir, el corredor debe interrumpir su carrera durante la duración de la penalización. Si la falta al reglamento se encuentra después de la carrera, la dirección puede añadir tiempo de penalización al tiempo final de carrera del corredor en concreto. Cualquier otra falta al reglamento será objeto de una sanción decidida por la dirección de carrera. En caso de descalificación el corredor NO tiene derecho al reembolso de los costes de inscripción.

DERECHOS DE IMAGEN

Todos los participantes renuncian de forma expresa a hacer prevalecer su derecho a la imagen durante la prueba, del mismo modo que renuncian a cualquier recurso contra el organizador y sus colaboradores por el uso hecho de su imagen. Sólo la organización puede transmitir este derecho a la imagen a cualquier medio, vía una acreditación o una licencia adaptada. Ultra-Trail®, Ultra-Trail du Mont-Blanc®, UTMB® son marcas legalmente registradas. Cualquier comunicación sobre el evento o uso de imágenes del evento deberá hacerse respetando el nombre del evento, de las marcas registradas, y con el acuerdo oficial de la organización.

HOKA Val d'Aran by UTMB® trabaja con la empresa [Sportograf](#), que utiliza los datos recopilados en los eventos deportivos para cumplir con su obligación como

proveedor de servicios fotográficos en virtud del contrato subyacente con el Organizador. Los datos personales de los participantes no se transmitirán a terceros. Sólo trabajarán con fotografías que cumplan con las leyes de protección de datos exigidas de acuerdo con el Reglamento General de Protección de Datos de la UE.

Además de ofrecer la posibilidad de búsqueda manual de fotos con la ayuda de la ubicación y la hora, también existe la posibilidad de realizar una búsqueda por GPS, si se ha grabado la ruta con GPX, subiendo el archivo, o con una foto (selfie). En este último caso, se determinan las características anónimas y no personales de los participantes con la ayuda de un algoritmo, independientemente del número de dorsal, con la ayuda del cual se pueden encontrar las imágenes personales posteriormente.

La justificación legal para el tratamiento de datos es de interés legítimo antes mencionado, de acuerdo con el Art. 6 Para. 1 lit. f GDPR. El participante tiene derecho a oponerse a este tratamiento.

Puede encontrar más información sobre cómo Sportograf trata los datos personales y sobre su derecho de oposición en su política de privacidad disponible en <https://www.sportograf.com/es/privacy>.

SPONSORS INDIVIDUALES

Los corredores sponsorizados sólo pueden lucir los logos de sus sponsors sobre sus prendas y el material utilizado durante la carrera. Cualquier otro accesorio publicitario (bandera, pancarta...) está prohibido en cualquier punto del recorrido incluida la llegada bajo pena de penalización a criterio de la dirección de carrera.

EXPRESIÓN POLÍTICA

De acuerdo con nuestra carta ética, cualquier exhibición ostentosa de imágenes o mensajes políticos durante el evento está prohibida.

RECLAMACIONES

Cualquier reclamación relativa a las clasificaciones debe presentarse a la organización, a un representante de esta, lo antes posible tras la llegada del corredor y confirmarse por correo electrónico los 2 días siguientes al final de la prueba. Cualquier otra reclamación deberá presentarse a la organización por correo electrónico en un plazo de 10 días tras la finalización de la prueba.

Cualquier queja o desacuerdo relacionado con la inscripción, o en relación con la gestión deportiva de la carrera y sus reglas (ej. si un corredor abandona la carrera), no son argumentos válidos para ser considerados como una reclamación.

CONDICIONES EXCEPCIONALES

Si las circunstancias lo exigen, la organización se reserva el derecho de modificar en cualquier momento el recorrido, los horarios de salida, las barreras horarias, la posición

de los avituallamientos y de los puntos de ayuda, y cualquier otro aspecto ligado al buen desarrollo de las pruebas.

En caso de fuerza mayor, de condiciones climatológicas desfavorables, o cualquier otra circunstancia que pueda afectar a la seguridad de los participantes, o por orden de las administraciones públicas o cuerpos de seguridad, la organización se reserva el derecho de:

- Modificar los trazados, acortando incluso su distancia.
- Modificar la hora de salida, incluso en horas. Establecer oleadas de salidas.
- Modificar las barreras horarias, incluso disminuyéndolas
- Modificar la fecha de salida.
- Anular la prueba (parcial o totalmente).
- Neutralizar la prueba.
- Parar la prueba en curso y darla por finalizada definitivamente.
- Establecer medidas sanitarias excepcionales, incluidas salidas por oleadas.

Incluso con unos días de antelación a las pruebas. Sin que el participante puede reclamar ningún tipo de compensación por esta circunstancia.

ANEXO CONDICIONES DE INSCRIPCIÓN

Existe un anexo a este reglamento que regula las condiciones de inscripción a la prueba.

ANEXO PROTECCIÓN DE DATOS

Existe un anexo a este reglamento que informa sobre la política de protección de datos.

La versión original de este reglamento está escrita en castellano. En caso de incoherencia o discrepancia entre la versión castellana y cualquiera de las demás versiones lingüísticas del presente Reglamento, prevalecerá la versión castellana.

Vielha, septiembre 2024.

V.1



