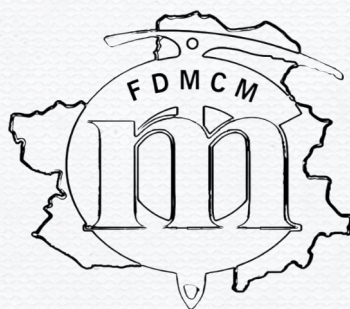


SENDERISMO



FEDERACIÓN DE DEPORTES DE
MONTAÑA DE CASTILLA-LA MANCHA

FDMCM

REGLAMENTO CIRCUITO DE SENDERISMO DE LA FEDERACIÓN DE DEPORTES DE MONTAÑA DE CASTILLA-LA MANCHA 2025

ÁREA DE SENDERISMO

2025



Castilla-La Mancha



www.fdmcm.com

REGLAMENTO DEL CIRCUITO DE SENDERISMO DE LA FDMCM 2025

1. Antecedentes

Desde la Federación de Deportes de Montaña de Castilla-La Mancha somos conscientes de la cantidad de deportistas que practican el senderismo en nuestra región, número que creció exponencialmente desde el COVID-19, por el mayor interés de las personas por practicar actividades en el aire libre, y que lejos de ser una moda pasajera se está consolidando y creciendo.

El senderismo es un deporte que se practica en el entorno natural, al aire libre y es una elección personal en la que dedicar el tiempo libre, esto está ligado directamente a los beneficios que tiene la práctica del senderismo en la salud de las personas, ya que el senderismo influye beneficiosamente sobre los tres grandes grupos de enfermedades asociadas al sedentarismo, que es la causa de muchas de los problemas de salud en la sociedad actual. Pero es que a la vez, el senderismo ayuda no sólo a lograr un adecuado estado de bienestar físico, sino también emocional y social si la práctica es en compañía. Por lo que en un momento donde el cuidado de la salud y el bienestar físico y el mental están en auge, y por los beneficios indicados, se puede entender el auge que el senderismo está teniendo en la población.

Son multitud los clubs que realizan excursiones senderistas, y en muchas ocasiones las instituciones y otros organismos también las realizan. Este tipo de actividades se caracterizan sobre todo por la diversidad, tanto de los participantes y de las distancias a recorrer, como de los medios utilizados (en algunas se combinan con otras actividades deportivas como las carreras de montaña o encuentros de todo tipo).

Somos conscientes que las y los senderistas de nuestra Región necesitan de una referencia Federativa. Por ello desde nuestra Federación se ha impulsado la creación del “Área de Senderismo”, relacionada con la de “Senderos” pero independiente, y también se pretende impulsar el “I Circuito de Senderismo de Castilla-La Mancha”, como punto de encuentro de todas y todos los senderistas de nuestra Región

2. Objeto

Este presente reglamento tiene como objeto regular la organización del “I Circuito de Senderismo de Castilla-La Mancha”, el cual se proyecta como una liga de senderismo “no competitiva” formada por varias actividades organizadas por los club y/o instituciones en colaboración con la Federación de Deportes de Montaña de Castilla-La Mancha a través del Área de Senderismo.

3. Actividades

Para este 2025 se presenta como un circuito cerrado con cinco pruebas puntuables, una cada provincia, siendo una de ellas coincidente con la celebración del Día del senderista Regional. Las pruebas serán las siguientes:



REGLAMENTO DEL CIRCUITO DE SENDERISMO DE LA FDMCM 2025

CIRCUITO SENDERISMO CASTILLA-LA MANCHA

	Fecha	Localidad	Provincia	Km
Sábado	22/03/25	San Pablo de los Montes	Toledo	15
Domingo	12/04/25	Villamalea	Albacete	13
Domingo	24/05/25	Villar del Humo-Enguñados	Cuenca	35
Domingo	04/10/25	Pico del Lobo	Guadalajara	16
Sábado	18/10/25	Fuencaliente	Ciudad Real	10

Los kilometrajes de las pruebas pueden sufrir variaciones a los indicados en este Reglamento

4.- Reglamento

1. Está abierta a todas las personas mayores de edad amantes del senderismo que quieran participar, sin ningún tipo de restricción, tanto federados como no federados, solo pudiendo optar a los premios los federados tanto FDMCM como FEDME.
2. Además, podrán participar los menores que cumplan los 8 años antes del 31 de diciembre del año, siempre acompañados de sus padres o tutores y bajo su responsabilidad y cuidado, no siendo responsable la organización de su tutela. Deberán realizar la inscripción por los mismos medios incluyendo la autorización paterna/materna dónde se indicará que están preparados para realizar el esfuerzo que conlleva cada sendero.
3. No se trata de una competición. No se premia al más rápido en cada prueba, si no al que más veces participa y más kilómetros recorre. Solo por el hecho de inscribirse y participar en cualquiera de las actividades que estén dentro del calendario anual ya se suma puntos.

REGLAMENTO DEL CIRCUITO DE SENDERISMO DE LA FDMCM 2025

4.- Reglamento

4. La FDMCM, por medio de la Dirección de Área de Senderismo será la encargada de controlar las puntuaciones acumuladas de todos los participantes a lo largo del año, con arreglo a la información que le faciliten las entidades organizadoras de las pruebas.

5. En todas las pruebas participaran dos personas delegadas de la FDMCM como representación federativa, designadas por la Dirección de Área de Senderismo

6. Una vez finalizada la actividad, los organizadores remitirán el listado de participantes a la FDMCM para llevar un control de puntuación de los participantes, al correo senderismo@fdmcm.com.

7. La puntuación que se ha establecido pretende reconocer tanto la alta participación en las actividades como los kilómetros totales recorridos. Así mismo, quiere fomentar la seguridad de los participantes primando el estar federado en la FDMCM.

8. Las inscripciones a las pruebas se realizarán a través de la plataforma que tenga cada organizador o de la propia Federación, si bien, de todas las pruebas existirá enlace de inscripción a la misma desde la página web de la FDMCM

9. El cuadro de puntuación para los premios individuales que se establece es el siguiente:

- **Por estar federado en la FDMCM: 10 Puntos**
- **Por cada actividad realizada: 5 Puntos**
 - **Por distancia recorrida: 1 Punto/km**

En aquellas actividades en las que el organizador establezca distintos tramos con varias distancias a recorrer y no haya controlado la participación separadamente en cada uno de ellos si no que envíe a la FDMCM una única lista con los participantes en el conjunto de dichos tramos, para puntuar el apartado de "por distancia recorrida" (1 punto/Km) se considerará como si todos los participantes hubiesen realizado el tramo más largo.

10. Las participaciones y clasificaciones se publicarán en la web de la FDMCM



REGLAMENTO DEL CIRCUITO DE SENDERISMO DE LA FDMCM 2025

5. Premios Circuito de Senderismo de Castilla-La Mancha

La FDMCM establece para el año 2025 los siguientes premios, con el fin de fomentar el senderismo en Castilla-La Mancha:

Premio Individual “Senderista de CLM 2025”, destinado a premiar a aquellas personas con mayor participación en las pruebas 5 pruebas incluidas en calendario del Circuito

- Serán dos premios: uno de categoría femenina y otro de categoría masculina.
- Los premiados serán los participantes de cada categoría, que más puntos acumulen al final del Circuito
- Se otorgará una distinción especial a los senderistas que hayan participado en pruebas de 3 o más provincias.

Otros premios/reconocimientos individuales

- **Premio a la persona senderista de mas edad**
- **Premio a los menores de edad más participativos.**

Los kilometrajes de las pruebas pueden sufrir variaciones a los indicados en este Reglamento

Se establecerán dos categorías, una de 8 a 12 años y otra de 13 a 16 años. Deberán cumplir los 8 años antes del 31 de diciembre del año del “Circuito”, y que como máximo cumplan 16 años entre el 1 de enero y el 31 de diciembre del año del “Circuito”.

Premio Organización “Mejor prueba senderista”, destinado a premiar a la actividad senderista incluida en el Calendario que más ha gustado a los participantes:

- La actividad premiada saldrá elegida por votación entre los participantes de la misma. Al terminar cada actividad del calendario se proporcionará un cuestionario para que se evalúen una serie de parámetros de la misma (organización, actividades complementarias, atractivo del recorrido, etc..) que se valoran de 0 a 10. La media de cada uno de estos parámetros será la puntuación total de cada prueba.
- Con el fin de promover el Desarrollo del Senderismo Inclusivo, aquellas actividades que ofrezcan esta modalidad, contarán con una puntuación adicional de 10 puntos. Desde la FDMCM se pondrá a disposición de los organizadores, los medios con los que estas cuentan, sujetos siempre a disponibilidad tanto de material como de personal.



REGLAMENTO DEL CIRCUITO DE SENDERISMO DE LA FDMCM 2025

5. Premios Circuito de Senderismo de Castilla-La Mancha

Premio a la actividad senderista incluida en el Calendario, con mayor número de participantes

- La actividad premiada no podrá coincidir con la de mayor valoración. En caso de coincidencia se otorgará a la siguiente con mayor número de participantes.

Para todas los premios, en caso de empate, quedará en manos de la Vocalía de Senderismo el decidir si compartirlo o designar quien es el que consigue el reconocimiento a través de un criterio objetivo.

Con independencia de los premios que regula este documento, podrán existir en cada prueba la entrega y/o sorteo de regalos que pueda aportar tanto los organizadores como la propia FDMCM a través propio de los patrocinadores/colaboradores del sendero

6.- Obligaciones de las personas participantes

La práctica del Senderismo, como deporte de Naturaleza, comporta de manera inherente una serie de riesgos por lo que se recomienda a los participantes estar preparados para la Actividad que se propone y observar, tanto las indicaciones técnicas y de dificultad facilitadas, como las medidas de seguridad que se establezcan por parte del equipo Técnico, que podrá limitar la participación de aquellos senderistas que no respeten las normas éticas y medioambientales, o hagan caso omiso de las indicaciones de los Guías.

Apostamos por el respeto a las personas y a la naturaleza. No se tolerará ningún acto incívico, irrespetuoso o vejatorio, por lo que se penalizará a toda aquella persona que no respete ni al resto de personas (senderistas o responsables de la actividad) ni el entorno natural y/o arquitectónico donde se desarrollen las actividades. Se penalizará en este caso con la ausencia de puntuación, y se valorará su expulsión del Circuito.



REGLAMENTO DEL CIRCUITO DE SENDERISMO DE LA FDMCM 2025

6.- Obligaciones de las personas participantes

- Todas las personas participantes aceptan con la inscripción la cesión de sus datos personales y la toma de imágenes y vídeos durante la actividad, que tan solo tendrán uso estadístico y de clasificación para los premios, así como de promoción y divulgación del Circuito.
- Cualquier necesidad o socorro deberá ser comunicada de manera inmediata a la organización, que será la encargada de habilitar los medios oportunos para una posible evacuación.
- Cada participante deberá portar agua y/o bebida isotónica suficiente para la jornada, así como algún alimento adaptado a las necesidades de cada persona: bocadillos, frutos secos, barritas energéticas, fruta, chocolate; provisiones que aporten energía y eviten el desfallecimiento.
- Será obligatorio asistir con calzado y vestimenta deportiva (cómoda, ligera y mejor transpirable), adecuada a la actividad senderista que se propone. El incumplimiento de esta obligación puede suponer la limitación de participar en la actividad. Además, se recomienda el uso de elementos de protección como calcetines de algodón sin costuras (para evitar ampollas), pantalón largo, ropa de abrigo, gorra o gorro, chubasquero o paraguas, crema solar y protector labial; y por supuesto, documentación, móvil.
- Queda terminantemente prohibido durante la actividad arrojar basura, arrancar flores o plantas, perjudicar el patrimonio o utilizar atajos.

7.- Disposición final

Cualquier problemática que surja o cualquier circunstancia no recogida reflejada en este Reglamento o sobrevenida, se resolverá en el Área de Senderismo de la FDMCM respetando los principios de transparencia, objetividad y eficiencia.

Para comunicarse con el Área se establece el siguiente correo senderismo@fdmcm.com

