

NORMATIVA CARRERA SOLIDARIA RELATIVA A LA PARTICIPACIÓN DE CORREDORES CON DISCAPACIDAD

1. Acerca de los vehículos de carrera y dispositivos de apoyo:
 - 1.1. En las pruebas cronometradas 5K y 10K no se permite la participación con sillas de ruedas que lleven incorporados sistemas motorizados de propulsión, incluidos los de tipo *scooter*, propulsión aumentada o sillas motorizadas y/o dirigidas mediante joystick.
 - 1.2. Se permite la participación con cualquier silla de ruedas donde la propulsión se haga directamente con los brazos y manos sobre las ruedas que incorporen el aro de propulsión.
 - 1.3. Si el/la corredor/a tuviera afectada la coordinación de las cuatro extremidades (p.e. tetraparesias de origen cerebral) se permite participar con bicicletas tipo *race running*. La aprobación de la misma queda a discreción del comité organizador de la carrera.
 - 1.4. Se permite correr con dispositivos auxiliares de la marcha (p.e. muletas, bastón, bitutores), si se acredita alguna afectación en una o dos de las extremidades inferiores.
 - 1.5. Aquellos/as corredores/as con ceguera o deficiencia visual severa, podrán correr con el apoyo de un guía. Éstos deberán ir unidos por una cuerda guía durante todo el transcurso de la carrera. La cuerda guía no deberá tener una longitud superior a 50 cm.
 - 1.6. Para las bicicletas de mano o *handbike*, habrá una categoría mixta, donde podrán competir conjuntamente hombres y mujeres en las distancias de 5K y/o 10K. Hará falta una inscripción mínima de 6 inscritos para poder otorgar premios categoría, de lo contrario:
 - 1.6.1. Se priorizará la distancia de 5K, pudiendo hacer prueba masculina y femenina en caso de haber un mínimo de 5 inscritos.
 - 1.6.2. En caso de que no se complete el mínimo para una determinada distancia o sexo, se podrá correr en modalidad *open*.



2. Acerca de la participación y gestión de la competición en las **Carreras 5K y 10K**:
 - 2.1. Los/as corredores/as que deseen competir en la Carrera Solidaria 5K y 10K, y que sean usuarios/as de vehículos según el artículo 1.1 y 1.6 (si no se llegara al mínimo de corredores), podrán hacerlo en modalidad *open*, si bien su tiempo oficial de carrera no será considerado a efectos de premios y posteriores donaciones.

- 2.2. Los/as corredores/as que deseen competir en la modalidad *open* podrán acceder a su tiempo oficial de carrera a efectos de marca personal o acreditación ante terceros o posteriores ediciones de la Carrera Solidaria. En cualquier caso, la organización sólo cumplirá dicha función a efectos de notificación, no de acreditación de marcas federativas oficiales.
- 2.3. Por motivos logísticos y de seguridad para con el flujo de carrera, todos los deportistas usuarios de vehículos de carrera y/o apoyos materiales o humanos saldrán con antelación a la salida oficial de la carrera, considerándose dicho lapso a efectos de tiempos personales oficiales de carrera.
- 2.4. La organización aplicará, a petición del corredor/a, la aplicación de una *bonificación* de tiempo, de manera que se compense la limitación funcional presentada. Para el cálculo de dicha bonificación deben considerarse los siguientes aspectos:
 - 2.4.1. El/la corredor/a deberá acreditar, en el momento de la inscripción, un tiempo oficial obtenido en una carrera cronometrada, de la misma distancia en la que competirá y obtenido en los 3 años anteriores a los de la celebración de la Carrera Solidaria.
 - 2.4.2. Se aplicará el factor corrector en función de la distancia y el sexo que se indica en la Tabla 1, y según la siguiente fórmula:

| | | | | |
|---|---|----------------------------|---|---|
| Tiempo Final de Carrera (Compensado) | = | Tiempo de Carrera Obtenido | - | [Tiempo de Referencia (tabla) – Tiempo Acreditado antes de Carrera] |
|---|---|----------------------------|---|---|

Tabla 1. Tiempos de referencia para bonificaciones según resultados carrera solidaria 2019.

| Hombres 5K | Mujeres 5K | Hombres 10K | Mujeres 10K |
|----------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|
| 17 min 44 s | 22 min 36 s | 35 min 58 s | 45 min 26 s |
| Promedio 10 mejores tiempos 2019 | Promedio 5 mejores tiempos 2019 | Promedio 10 mejores tiempos 2019 | Promedio 5 mejores tiempos 2019 |

3. Acerca de la participación y gestión en la carrera de **Relevos**:
 - 3.1. La aplicación de normativa especial en las modalidades de Relevos será sólo de aplicación en la prueba de **Relevos Inclusivo**, aplicándose las siguientes disposiciones especiales:
 - 3.1.1. Cada equipo deberá competir, como mínimo, con 1 corredor/a que deberá presentar una limitación funcional que impacte claramente en la biomecánica de carrera, autonomía u orientación durante la prueba. Dichas limitaciones podrán incluir, pero no limitadas a: espasticidad, discinesia, ataxia, acortamiento de extremidades inferiores, deficiencia en extremidades (p.e. amputación), déficit en el rango de movimiento, déficit de fuerza muscular (p.e. requiere uso de vehículos autopropulsados o ayudas técnicas), corta estatura, ceguera o deficiencia visual severa, o trastornos del neurodesarrollo.
 - 3.1.2. Se deberá aportar un mínimo de información acreditativa de la limitación en la actividad de carrera, similar a como se realiza en los procesos de clasificación de para-atletismo. Para ello, se deberá entregar el formular Anexo para cada uno de los/as corredores/as con discapacidad que compongan el equipo de relevos.
 - 3.1.3. El máximo de corredores con discapacidad por equipo será de 3.

3.1.4. Se aplicará una compensación al tiempo final del equipo, siguiendo los siguientes principios:

3.1.4.1. Se calculará un **tiempo criterio de referencia**, resultante del promedio de los tiempos de todos los relevos (tramos de 400 m) realizados por los/as corredores/as SIN discapacidad participantes en la prueba de Relevos Inclusivo.

3.1.4.2. A cada Equipo se le aplicará una bonificación por cada relevista CON discapacidad, atendiendo a la siguiente fórmula:

| | | | | |
|---|---|--|---|---------------------------|
| Bonificación Tiempo Relevista CON Discapacidad | = | Tiempo Criterio de Referencia (Art. 3.1.4) | - | Tiempo de Relevo Obtenido |
|---|---|--|---|---------------------------|

3.1.4.3. Cada equipo recibirá N bonificaciones en función del número de Relevista con Discapacidad, siendo un mínimo de 1 y un máximo de 3.

3.1.4.4. No se aplicarán bonificaciones al relevista con discapacidad en caso de que su tiempo sea inferior al Tiempo Criterio de Referencia. Sin embargo, por no perjudicar a aquellos deportistas con discapacidad con un notable rendimiento y que hayan acreditado adecuadamente su condición de elegibilidad, su tiempo podrá bonificarse hasta en un 25% por debajo del tiempo criterio de referencia.

3.1.4.5. El equipo ganador de la prueba Relevo Inclusivo será aquel que obtenga el menor tiempo, resultante de la suma de los tiempos obtenidos y las bonificaciones indicadas en el artículo 3.1.4.2, 3.1.4.3 y 3.1.1.4 (ver ejemplo en Tabla 2).

3.1.4.6. Para la aplicación de las bonificaciones dispuestas en la Tabla 2 se aplicará un máximo de bonificación individual, resultante del promedio de los tres relevos más lentos en la prueba de Relevos Inclusivo de la Edición 2019, establecido en **3 min y 49 s**.

Tabla 2. Simulación de bonificaciones para la prueba de Relevos Inclusivo.

| | Tiempos Reales de Carrera | | | Tiempos Bonificados | | |
|------------|---------------------------|--------------------|--------------------|---------------------|--------------------|--------------------|
| | Equipo X | Equipo Y | Equipo Z | Equipo X | Equipo Y | Equipo Z |
| R1 | 00 min 59 s | 01 min 01 s | 01 min 12 s | -- | -- | -- |
| R2 | 01 min 26 s | 01 min 02 s | 03 min 31 s | -- | -- | 02 min 19 s |
| R3 | 01 min 17 s | 01 min 40 s | 03 min 36 s | -- | 00 min 28 s | 02 min 24 s |
| R4 | 03 min 57 s | 02 min 22 s | 04 min 19 s | 02 min 45 s | 01 min 10 s | 03 min 07 s |
| TT | 07 min 39 s | 06 min 05 s | 12 min 38 s | 02 min 45 s | 01 min 38 s | 07 min 51 s |
| TCR | 01 min 12 s | | | 04 min 54 s | 04 min 27 s | 04 min 47 s |

R = relevista, TT = tiempo total de carrera, TCR = tiempo criterio de referencia

| | | | |
|--|-------------------------------|--|--------------------------------|
| | Relevista con Discapacidad | | Total Compensaciones a aplicar |
| | Tiempo Criterio de Referencia | | Tiempo Final Bonificado |

ANEXO DE ELEGIBILIDAD DE RELEVISTA CON DISCAPACIDAD

Fecha Límite de envío a la organización: 6 de marzo de 2019.
Después de esa fecha NO se considerará la documentación aportada.

| Marque (X) | Deficiencia Elegible | Deficiencia Mínima de Referencia | Describir |
|------------|---------------------------------------|--|-----------|
| | Espasticidad | Grado 2 o superior en dos grupos musculares de las extremidades inferiores según escala de Ashworth. Grado 3 o superior en flexores/extensores de codo. | |
| | Ataxia y Atetosis | Problemas evidentes de coordinación que afecten a la fluidez o simetría de la mecánica de carrera. | |
| | Falta de Fuerza | Máximo de 3 puntos (sobre 5 según escala de Daniels) en alguno de los siguientes movimientos: flexión/extensión/abducción/aducción de cadera, extensión de rodilla, flexión plantar/dorsal, inversión/eversión de tobillo; extensión/flexión de hombro; extensión/flexión de codo. | |
| | Falta de Rango de Movimiento | Déficits superiores a 60º de flexión de cadera, 40º de extensión de cadera, 75º de flexión de rodilla, 35º de extensión de rodilla, 10º disponibles en flexión dorsi/plantar flexión, <15º extensión de hombro, >130º o anquilosis de flexión de codo. | |
| | Deficiencia de extremidades | Amputación de Lisfranc en un pie. Amputación unilateral a través de la muñeca o superior. Dismelia que afecte al 50% de longitud d una extremidad con respecto a la otra no afectada. | |
| | Acortamiento de Piernas | Diferencia entre piernas de al menos 6 cm. | |
| | Corta Estatura | 145 cm chicos 137 cm chicas. | |
| | Deficiencia Visual | Campo visual inferior a 20º o agudeza visual 6/60. | |
| | Trastornos del Neurodesarrollo | Discapacidad intelectual, síndrome de Down, trastorno del espectro autista. | |
| | Otros | | |