

1 LIGA POPULAR

Índice de contenido

1	LIGA POPULAR	1
1.1	Introducción y Objetivos.....	1
1.1.1	INTRODUCCIÓN	1
1.1.2	OBJETIVOS	1
1.2	PARTICIPANTES	1
1.3	Reglamentación	2
1.3.1	CLASIFICACIONES.....	2
1.3.2	PRUEBAS	2
1.3.3	SALIDA.....	2
1.3.4	CATEGORÍAS.....	2
1.3.5	ITINERARIO	2
1.3.6	DESNIVEL	2
1.4	Material y equipamiento	3
1.4.1	MATERIAL MÍNIMO PERSONAL.....	3
1.4.2	EQUIPO FACILITADO POR LA ORGANIZACIÓN	3
1.4.3	EL MATERIAL OBLIGATORIO	4

1.1 Introducción y Objetivos

1.1.1 INTRODUCCIÓN

El Comité de Esquí de Montaña y los árbitros de esquí de la FAM son los responsables del desarrollo de los diferentes tipos de competiciones de esquí de montaña en el ámbito de Aragón, con el visto bueno de la Junta Directiva de la FAM. En estos últimos años se ha considerado la conveniencia de promover la presente **Liga Popular Aragonesa**.

Los organizadores de las pruebas integrantes de este Circuito asumen cumplir este reglamento.

1.1.2 OBJETIVOS

La Liga Popular Aragonesa de Esquí de Montaña tiene como objetivo:

- Promover el esquí de montaña entre los aficionados y principiantes de este deporte en recorridos más suaves que los de la alta competición.
- Animar a todos/as los esquiadores que comienzan, a participar en las diferentes pruebas que realiza la FAM a través de los clubs.
- Mejorar el nivel deportivo y técnico de los esquiadores de montaña.
- Ser un encuentro de esquiadores de montaña de los distintos clubs aragoneses y esquiadores de montaña en general

1.2 PARTICIPANTES

¿A quién va destinada la Liga Popular?:

- Deportistas federados que quieran acercarse y conocer las competiciones de esquí de montaña.
- Esquiadores que no estén en condiciones de afrontar el desnivel de un circuito de competición.
- Esquiadores que no tengan la técnica de ascenso y descenso apropiada para afrontar un circuito de competición oficial.

Podrán participar en esta Liga popular:

- Cualquier español con licencia federativa (**FAM, FEDME o AUTONÓMICA**) que cubra esta modalidad de esquí, y los **extranjeros** con licencia FEDME o con la de su país, acreditando, en este caso, tener contratado un seguro de responsabilidad civil y uno de accidentes que tenga cobertura en el territorio español y que sea equivalente al que rige en España (**Real Decreto 849/1993 de 4 de Junio**).
- Los participantes tendrán **como mínimo 12 años** (cumplidos el día de la prueba)
- Los participantes **menores de 18 años** en el momento de celebrarse la competición deberán presentar un permiso paterno debidamente firmado por ambos progenitores o tutor legal del menor. Deberá ir acompañado de una fotocopia del DNI de los firmantes. (Los integrantes de los Centros de Tecnificación de Esquí de Montaña están exentos de esta autorización específica, ya que ha sido, previamente, otorgada genéricamente al CTEM.)
- Los participantes **menores de 15 años** (o que los cumplan durante el año en curso) deberán ir acompañados durante todo el recorrido por uno de sus padres, tutores o adulto autorizado.

1.3 Reglamentación

Será de aplicación el reglamento FAM de competición de esquí de montaña con las siguientes diferencias particulares de las pruebas de la Liga Popular Aragonesa:

De acuerdo con las condiciones establecidas por la FAM en el contrato con los organizadores de competiciones de esquí de montaña, éstos organizarán la Liga Popular de Aragón, cumpliendo con el presente reglamento y las normas técnicas vigentes.

1.3.1 CLASIFICACIONES

No tiene carácter competitivo sino participativo. Pudiéndose sortear entre todos los que completen el recorrido algunos obsequios.

Pudiéndose entregar también algún obsequio a los que hayan participado en un número mayor de pruebas al final de la temporada.

1.3.2 PRUEBAS

El número de pruebas será como mínimo de 2 y como máximo de seis, cada una de las cuales se celebrará en un único día, pudiendo ser: Individual o Vertical.

Todas las pruebas serán individuales. (no por equipos)

1.3.3 SALIDA

La salida se realizará preferentemente en línea, pudiendo ser individual en las Verticales)

Si coincide con otras competiciones podrán establecerse dos líneas de salida o realizar esta en horarios diferentes, e incluso en distintos lugares.

1.3.4 CATEGORÍAS

Se contemplan dos categorías:

- **Popular:** popular masculina y popular femenina (mayores de 15 años)
- **Iniciación:** (independientemente del género. De 12 a 15 años)

1.3.5 ITINERARIO

Se evitarán los recorridos difíciles, pudiendo estudiarse un recorrido alternativo para los deportistas más desfavorecidos. Se cuidará que los tramos de descenso no sean muy complicados.

1.3.6 DESNIVEL

En categoría **popular**, no será mayor a **1.000m**

En categoría **iniciación**, el desnivel será **entre 300m y 600m**, según los recursos de la organización.

Las pruebas que tengan un desnivel mayor deberán informar previamente a la FAM, y señalarlo en su publicidad

1.4 Material y equipamiento

Para participar en la prueba **cada deportista está obligado** a llevar consigo el material siguiente:

1.4.1 MATERIAL MÍNIMO PERSONAL

Al ser una prueba individual, cada participante está obligado a llevar consigo el siguiente material (Apto para este deporte y en buen uso).

Durante la reunión informativa, se informará del material que finalmente se exigirá en la prueba.

- DNI o pasaporte
- Un par de esquís con fijación de montaña.
- Un par de botas de esquí de montaña.
- Un par de pieles de foca
- Un par de bastones.
- Un casco homologado que debe estar colocado y atado en la cabeza durante toda la carrera.
- Un aparato de rescate de víctimas de avalancha o DVA, conforme al reglamento FEDME.
- Una pala de nieve
- Una sonda.
- Un par de guantes enteros
- Gafas de sol.
- Ropa:
 - 3 capas para la parte superior del cuerpo. Una de ellas debe ser “antiviento e impermeable”.
 - 2 capas para la parte inferior. Una de ellas debe ser “antiviento e impermeable”.
 - El mono oficial de competición FAM (de selección y tecnificación) solo se podrá utilizar en competición cuando el deportista esté convocado por dicho grupo.
- Mochila que pueda contener todo el equipo requerido por el jurado y con dos puntos de fijación para el transporte de esquís verticalmente en la parte posterior o lateral.
- Una manta de emergencia: Dimensiones mínimas de 220 x 140 cm. (Seguridad).
- Un silbato
- Teléfono móvil

Dependiendo de la naturaleza del terreno, los organizadores pueden requerir:

- Una cuarta capa térmica para la parte superior del cuerpo y que se adecue a la talla del competidor.
- Un gorro de esquí u orejeras.
- Una linterna frontal en buenas condiciones de funcionamiento.
- Un par de crampones metálicos con sistema de fijación a la bota que evite su pérdida

Para la Vertical:

- Si toda la carrera se desarrolla en pistas de esquí, el director de la prueba (con el asesoramiento del presidente del jurado), puede eliminar del material obligatorio: el DVA, pala y sonda.
- Si las condiciones meteorológicas son favorables, también puede eliminarse el material que no se considere necesario

El Jurado se reserva el derecho de rechazar cualquier material que considere defectuoso o inadecuado. Así mismo, en la reunión técnica de la prueba, confirmará el material que se debe llevar durante la prueba.

1.4.2 EQUIPO FACILITADO POR LA ORGANIZACIÓN

- **Dorsales:** no deben doblarse o recortarse. Se colocará en la mochila y/o en el muslo derecho
- La organización podrá utilizar **material electrónico** (chips, etc.) que se utilicen para cronometrar o controlar a los competidores por parte de los organizadores de la prueba.

- Cualquier otro material que no esté incluido en el reglamento y que los organizadores exijan con autorización previa de los representantes técnicos de la FAM, debe ser facilitado por el organizador.

Nota: La utilización de cualquier material o vestimenta no incluidos en los puntos anteriores es de libre elección de cada esquiador considerando los condicionantes del entorno donde se disputa la competición.

1.4.3 EL MATERIAL OBLIGATORIO

El material obligatorio debe ser de “marca”, y el de seguridad deberá estar homologado de acuerdo con las normas UIAA y/o certificación CE en estado original y sin modificación.