



JUNE 21-22

INTERNATIONAL U18 MOUNTAIN RUNNING CUP



TEAM MANUAL

FEBRUARY 2024

MONTAÑA PAENTINA, SPAIN
INFO : WWW.U18CUP2024.COM





17th International U18 Mountain Running Cup 21-22 Junio 2024 – Montaña Palentina, España

Montaña Palentina will host the International U18 Mountain Running Cup in 2024

Bienvenidos a Palencia, bienvenidos a vuestra casa. Hay una meta que es esencial para la institución que presido; llegar a cada rincón de la provincia de Palencia. Para ello trabajamos, para avanzar en la promoción de la provincia a través de acciones como, por ejemplo, la reciente declaración de intenciones con la Federación Española de Atletismo con el objetivo de obtener el estándar federativo “Active Running Cities”. Este certificado potenciará aún más la imagen de la provincia como destino turístico ideal para aficionados al deporte y al aire libre.

Mejorar o crear nuevos entornos saludables y seguros que generen una nueva visión global de diseño y planificación de la práctica deportiva es nuestro fin. Competiciones de alto nivel como la que vamos a vivir en la Montaña Palentina evidencian el objetivo de la Diputación de hacer de Palencia la provincia del atletismo.

Para ello contamos con una gran tradición en la práctica del atletismo y unas vistas y paisajes espectaculares. El escenario perfecto; la Montaña Palentina como telón de fondo junto con los recursos turísticos de gran valor y belleza y, vosotros, los protagonistas.

La localidad de Aguilar de Campoo será el centro neurálgico de este evento internacional. Esta localidad cuenta con monumentos tan importantes como el Monasterio de Santa M^a la Real, la Colegiata de San Miguel o las iglesias de Santa Cecilia y San Andrés, con unos bellos puentes sobre el río Pisuerga y con una Plaza Mayor donde tomar tranquilamente un café en cualquiera de sus establecimientos. Al igual que Barruelo de Santullán donde se realizará la competición. Municipio que se caracteriza por tener una auténtica identidad industrial minera. Así lo atestigua el Centro de Interpretación de la Mina, el inolvidable pase guiado por las entrañas de la Mina Visitable o el Museo de Herminio Revilla, donde se exponen las diversas maquetas y tallas de madera que nos permiten conocer toda la historia de la localidad y la Montaña Palentina.

Dos localidades con una ubicación perfecta que ofrece paisajes dignos para disfrutar, con rutas y senderos perfectos para recorrer en bicicleta, caminar y correr. Mi deseo es que lo puedan descubrir personalmente, porque, como decía el escritor alemán Hermann Hesse “Nadie puede ver y comprender en otros lo que él mismo no ha vivido”.





Gracias a la Real Federación Española de Atletismo y a la World Mountain Running Association (WMRA) por traer a la Montaña Palentina este gran evento internacional. Mi reconocimiento también al Club de Atletismo Puentecillas por su enorme trabajo para que esta Copa Internacional sea un auténtico éxito de organización; y por supuesto, al Servicio de Deportes de la Diputación que ha trabajado sin descanso para ello. Gracias a todos los atletas, técnicos, directivos y aficionados por vuestro compromiso, valor y dedicación.

Suerte a todos los participantes y a disfrutar de la provincia de Palencia

Angeles Armisen, **Presidenta de la Excm. Diputación Provincial de Palencia**

1. IIFORMACION GENERAL_____	4
2. ESTRUCTURA ORGANIZATIVA_____	5
3. PROGRAMA_____	6
4. ARRIVALS_____	7
5. ALOJAMIENTOS_____	8
6. COMIDAS_____	10
7. CEREMONIAS_____	11
8. TIC Y REUNION TECNICA_____	13
9. ACREDITACIONES_____	14
10. INSCRIPCIONES_____	15
11. TRANSPORTES_____	15
12. LA CARRERA_____	16
13. COMPETICION_____	22
14. SERVICIOS MEDICOS_____	23
15. STREAMING_____	23
16. TEST MATERIAL_____	23
17. PISCINA_____	24
18. CONTACTO_____	24





INFORMACION GENERAL

Ubicada en el corazón de España, Palencia se erige como una cautivadora combinación de rica historia, impresionantes paisajes y un vibrante tapiz cultural. Como orgullosa ciudad anfitriona de la Copa Internacional de Carrera de Montaña Sub-18, Palencia da la bienvenida a atletas, entusiastas y visitantes de todo el mundo a una celebración inolvidable del atletismo juvenil con el telón de fondo de su pintoresco entorno



La Montaña Palentina es una comarca de la provincia de Palencia, en Castilla y León, en España.

Cuenta con una población de 20.527 habitantes. Aguilar de Campoo constituye el núcleo urbano más poblado, con alrededor de 6800 habitantes.

La ganadería y la agricultura (en menor medida) han sido las actividades tradicionales dominantes.

A finales del siglo XIX se produjo una súbita prosperidad en algunas localidades por la aparición de la minería del carbón (la cuenca minera palentina se encuentra íntegramente dentro de la comarca), aunque esta actividad ha desaparecido prácticamente en los últimos años.

Debe destacarse también la industria química y la agroalimentaria; dentro de esta, las fábricas de galletas en Aguilar de Campoo son la industria más importante de la zona.

Web oficial: <https://u18cup2024.com/>

Idioma oficial: español

Moneda: Euro

Cambio de moneda: Es posible el cambio en el aeropuerto de llegada y en las oficinas bancarias, se recomienda el cambio en el aeropuerto o el pago con tarjeta.

Especificaciones eléctricas: 220v, 50 Hz

Código telefónico: código internacional para España +34

Temperatura:

	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Temperatura media (°C)	2.3	2.7	5.4	7.7	11.2	15.3	17.4	17.7	15.2	11.2	5.5	3
Temperatura mín. (°C)	-0.9	-1	1	3.1	6.3	10.1	12.1	12.5	10.4	7.1	2.2	-0.2
Temperatura máx. (°C)	6	6.8	10.2	12.6	16.2	20.8	23.4	23.9	20.8	15.8	9.2	6.8
Precipitación (mm)	60	51	56	66	67	52	32	26	40	66	66	58
Humedad(%)	87%	82%	76%	75%	73%	69%	65%	63%	66%	74%	85%	84%
Días lluviosos (días)	8	8	8	9	9	7	4	3	5	8	9	8
Horas de sol (horas)	3.6	4.5	5.9	6.7	8.0	9.4	9.7	9.2	8.1	6.0	4.1	3.8





ESTRUCTURA ORGANIZATIVA

WORLD ATHLETICS:

President: Sebastian COE (GBR)

WMRA COUNCIL:

President: Tomo SARF (SLO)

Secretary: Nancy HOBBS (USA)

Treasurer: Sarah ROWELL (GBR)

Council Member: Giorgio BIANCHI (ITA)

Council Member: John BOWDEN (NZL)

Council Member: Sergio MAYAYO (ESP)

Council Member: Marcel MATANIN (SVK)

Council Member: Julius RUPITSCH (AUT)

WMRA Delegate: Marcel MATANIN

The Jury of Appeal will be nominated during the Technical Meeting.

SPANISH ATHLETIC FEDERATION (RFEA):

President: Raul Chapado

LOCAL ORGANIZING COMMITTEE:

LOC Director: Francisco Caballero

Race Director: Luis Crespo

Venue Coordinator: Soraya Isasi

Accommodation and Transportation: Eladio Ruiz y Rubén Cuesta

Media Director: Diputación de Palencia

Ceremonies: Elena Caballero

Accreditation: Laura Fernández

Team attached coordinator: Javier Cuena

El evento está promovido por la Excm. Diputación Provincial de Palencia, y los Ayuntamientos que acogen el evento, Con la colaboración técnica del Club Atletismo Puenteillas y las Federaciones Autonómica y Nacional de Atletismo.





PROGRAMA

Miércoles 19 de junio (para el equipo con más de 4 horas de vuelo)

- 13h30 Almuerzo para los equipos que lleguen por la mañana
- 20h Cena

Jueves 20 de junio

- Llegada de los equipos y de los oficiales de la WMRA
- 13h30: almuerzo para los equipos que llegan por la mañana
- 16h30 Visita turística gratuita
- 20h Comida de los equipos

Viernes 21 de junio

- 10h00 salida del autobús para la visita del recorrido (Barruelo de Santullán) - aprox. 20 min en autobús
- 10h30 - 12h30 visita del recorrido
- 10h30 - 12h30 test de material de nuestro sponsor técnico; Joma
- 12h40 regreso para el almuerzo (Aguilar de Campoo) - aprox. 20 min en autobús
- 13h15 almuerzo
- 14h45 salida para el alojamiento
- 16h30 Reunión técnica (sólo jefes de equipo)
- 17h30 - 19h00 Ceremonia de apertura y foto oficial del equipo para los atletas
- 20h00 almuerzo
- 21h00 regreso al alojamiento
- 20h00 - 21h00 Recepción VIP

Sábado 22 de junio





- 8h30 salida del autobús hacia la salida (Barruelo de Santullán) - aprox. 20 min en autobús
- 10h00 Carrera Open: School Trail montaña paletina- entrega de medallas (zona salida/meta)
- 11h00 Copa U18 - SALIDA Chicas
- 11h50 Copa U18 - START Chicos
- 12h40 Ceremonia de las flores
- 13h00 piscina
- 14h30 almuerzo
- 15h30 regreso al alojamiento
- 17h30 - 18h30: Entrega de premios y ceremonia de clausura
- 18h30 - 21h00: Fiesta de despedida-

Domingo 23 de junio:

- Salida de los equipos y de los oficiales de la WMRA

ARRIVALS

Every team arrives on Thursday 20 June, except for teams with more than 4 hours of flight time, which will come on Wednesday 19 June.

Arrival by Air:

International airport Madrid Barajas (MAD)

Teams will be met there by representatives of the LOC

Teams will be transported from the airport Madrid Barajas to their accommodation by buses or minibus.

The ride is of about 3,30 h

If your team would arrive to a different airport then please discuss this with the race organization in order to arrange an alternative shuttle transfer.

Arrival by train:

Transfers can also be arranged from Aguilar de Campoo suburban train station,





Arrival by road:

It is best to use a satellite navigation system for cars, leading to Aguilar de Campoo:

Teams arriving by car or bus are kindly requested to inform the LOC in advance so that they can be advised where to go on the day of arrival.

ALOJAMIENTOS

Alojamiento y desayuno

Para equipos

- Hotel Marques de Aguilar (Dobles y triples)

- Hotel Valentín

(Dobles y triples)

Para VIP

- Posada Santa María la Real (Individuales y dobles)





El LOC pagará el alojamiento de los equipos de la siguiente manera

- * Para un máximo de 3 corredores masculinos y 3 corredoras femeninas por delegación
- * Para un oficial por delegación de 3 corredores o menos, y 2 oficiales para delegaciones de 4 corredores o más
- * Para 3 noches (jueves, viernes y sábado)

Si se incluyen personas adicionales en el equipo, los costes adicionales correrán a cargo de cada país.

El coste por miembro adicional del equipo (noches):

70 euros por alojamiento en habitación triple, 80 euros en habitación doble o 100 euros en habitación individual (precio por noche y por persona), pensión completa, IVA incluido.

* Todos los participantes deberán figurar en el formulario de Inscripción Final con el fin de garantizar un alojamiento adecuado para todos.

La cuenta final para el alojamiento atribuible a cada Federación Miembro se basará en los números declarados en las Inscripciones Finales y se pagará en su totalidad, sin tener en cuenta cualquier reducción posterior en el número real de atletas y/o oficiales.

Procedimiento de pago:

Se enviará una factura a cada Federación detallando la cantidad que debe en función de sus inscripciones finales. Las federaciones deberán efectuar el pago anticipado en euros mediante transferencia bancaria a la siguiente cuenta:

Beneficiario: Club Atletismo Puentecillas

Banco: Laboral Kutxa

IBAN: ES30 3035 0264 19 2640008655

BIC: CLPEES2MXXX

Y enviar el recibo del pago a la dirección: palenciatrail@gmail.com





COMIDAS

Los desayunos se realizan en el hotel de cada equipo.

Las comidas, cenas de atletas y técnicos se realizan en el **Hotel Valentín**, excepto el sábado 22 de junio, día de competición que la comida se realizara en el centro de competición de Barruelo de Santullan.

Para el acceso a la zona de comida es imprescindible llevar la acreditación visible.





CEREMONIAS

CEREMONIA APERTURA:

Tendrá lugar el viernes 21 de junio, a partir de las 17:30 horas, en la Plaza Mayor de la localidad de Aguilar de Campoo.

Los equipos de países serán convocados a las 17:15 h. en el Patio del Colegio San Gregorio (Ver imagen), para la salida del desfile de naciones que finalizará en la plaza mayor para la ceremonia de apertura.

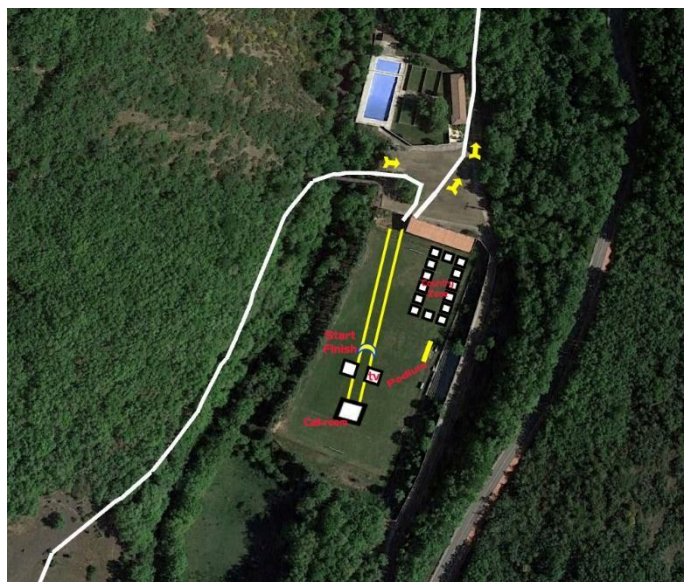




CEREMONIA DE FLORES:

Tendrá lugar el sábado 22 de junio, después de las dos carreras en el lugar de la llegada.

Igualmente se hará de manera posterior, la entrega las medallas de la prueba open.



de

CEREMONIA DE PREMIACIÓN y CLAUSURA:

Tendrá lugar el sábado 22 de junio, a partir de las 17:30 horas en la Plaza Mayor de la localidad de Aguilar de Campoo.

Al finalizar la entrega de premios, se celebrará una fiesta de clausura para todos los atletas con música en directo





TIC y REUNION TECNICA

TIC

Situado en la Biblioteca Pública "Bernardo del Carpio",
C/ Maricadilla, 7, 34800 Aguilar de Campoo, Palencia.

Entrega de Acreditaciones, dorsales e información técnica del evento.

Horario de apertura:

Jueves 20

10:00 h - 12:00h

17:00h - 22:00h

Viernes 21

8:00h - 9:30h

16:30h - 18:00h



REUNIÓN TÉCNICA

Para los técnicos y entrenadores, el viernes 21 de junio a las 16:30 horas en la Biblioteca Pública "Bernardo del Carpio"



Sala reunión Técnica



Entrada TIC





ACREDITACIONES

General:

Accreditation will be obtained at the Race Office located at the TIC; Public Library "Bernardo del Carpio",

Each team member will receive an accreditation card, which must be worn at all times and should be clearly visible.

Accreditation Procedure:

Accreditation cards will be prepared in advance, based on the information provided by the participating federation in the final entries. The Team Leader will be responsible for collecting the accreditation cards of all team members upon arrival. Team Leaders are requested to take the athletes' passports or IDs to the Accreditation Centre in order to allow verification of the participants' age and nationality..

Access Areas for Teams:

All team accreditation cards will allow access to the warm-up area, lunches, changing facilities and shuttle bus service. Only athletes who are directly involved in the competition will have access to the call room and to the course. Separate cards will be issued for the Team Leaders, for access to the information available in the Race Office / Technical Information Centre (TIC).

Loss of Accreditation:

Any lost or damaged accreditation card should be reported to LOC or to the Accreditation Centre.

Duplicate cards can be obtained where proof of identity can be established.





INSCRIPCIONES

Inscripción

Las inscripciones de la Copa Internacional Sub-18 de Carreras por Montaña son gestionadas directamente por las Federaciones Nacionales

22 de March; Pré-registro (PEF)

02 de Mayo; Fecha límite para la reserva de autobuses entre el aeropuerto y el alojamiento

05 de junio ; Comunicación de la lista final de corredores con el " WMRA FINAL INTRY FORM ".

Los documentos de PEF y FEF, pueden descargarse en los siguientes enlaces:

[PEF](#)

[FEF](#)

TRANSPORTES

LLEGADA

Recogida en el aeropuerto por parte de personal de la organización y acompañamiento durante el viaje del aeropuerto Madrid Barajas a Aguilar de Campoo (3:30 horas)

REGRESO

Domingo 23 de junio; horario en función del vuelo de regreso.



COMIDAS, CENAS y ACTOS OFICIALES

No es necesario transporte, la distancia permite desplazarse andando





REVISION CIRCUITO y CARRERA

El transporte y personal de la organización los recoge en el Hotel, tanto a la ida como al regreso

- Viernes 21: 10h00 departure of the bus for course visit (Barruelo de Santullan) – approx. 20 min by bus
12h40 return for lunch (Aguilar de Campoo) – approx. 20 min by bus
- Sábado 22: 8h30 departure of the bus to the start (Barruelo de Santullan) – approx. 20 min by bus
16h00 return to accommodation

Nota: Cualquier otro transporte adicional, puede ser solicitado al LOC , en el momento de las FE, asumiendo los gastos correspondientes la Federación del país solicitante.

LA CARRERA

BARRUELO DE SANTULLAN

A 16 kilómetros de Aguilar de Campoo

Centro de competición situado en el Campo de Futbol de la localidad, a 1.060 m de altitud sobre el nivel del mar.



BARRUELO DE SANTULLÁN





CENTRO DE COMPETICION

Instalación deportiva con duchas y aseos.

Instalación de carpas de equipos nacionales con vigilancia

Carpa para cámara de llamadas y avituallamiento

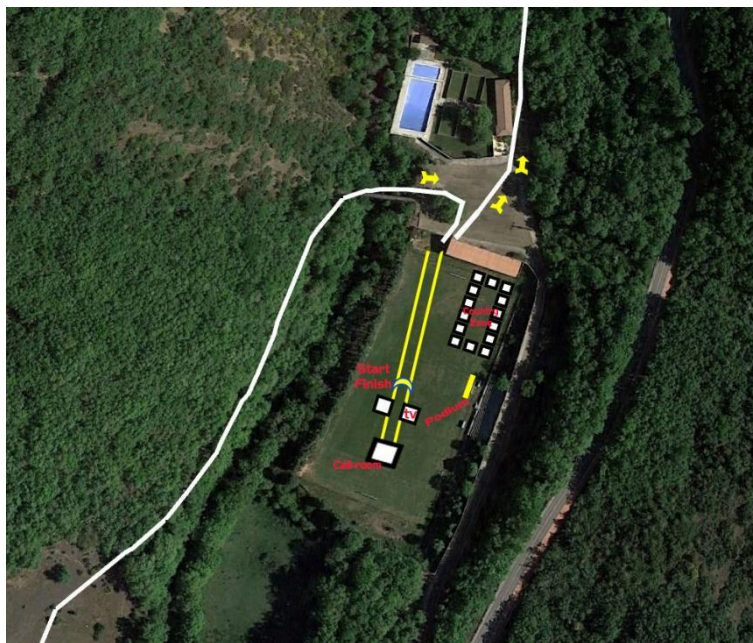
Carpa para Streaming

Carpa para jueces y cronometradores

Pódium para ceremonia de flores

Comida post carrera en centro de competición

Si el clima lo permite utilizaremos la piscina de la instalación deportiva



LA CARRERA

Sábado 22 de junio:

10h00 Open Race: School Trail montaña paletina– medal ceremony (start/finish area)

11h00 : Copa U18 - Carrera de chicas - max 4 para competir y 3 por equipo puntuarán por nacionalidad

11h50 : Copa U18 - Carrera de chicos - max 4 para competir y 3 por equipo puntuarán por nacionalidad

El recorrido es un bucle de 6 km y 290 m de desnivel.

El terreno es principalmente prados y bosques.

CALENTAMIENTO

El calentamiento tendrá lugar alrededor de la zona de salida/llegada

Los atletas pondrán depositar la ropa que se hayan quitado en las cajas específicas identificadas con el código del país respectivo dentro de la Call Room. Éstas se recogerán después de la carrera en la zona específica.

CALL ROOM





Es responsabilidad de los jefes de equipo asegurarse de que sus atletas conocen la hora límite de entrada en la Call Room. Los atletas que lleguen tarde podrán ser excluidos de la participación en el evento. Todos los atletas deben presentarse en la Call Room desde 20 minutos antes de su respectiva prueba, pero no más tarde de 10 minutos antes de la salida. Se llevarán a cabo las siguientes comprobaciones en el equipamiento que debe cumplir con las Reglas de Publicidad y Competición de la WA:

INDICACIONES DE LA SALIDA

Todas las instrucciones se darán en inglés. La orden es: "¡En sus marcas!" seguida de un disparo de la pistola de salida.

AVITUALLAMIENTOS

Existe un avituallamiento en la zona de cámara de llamadas, para la salida y meta.

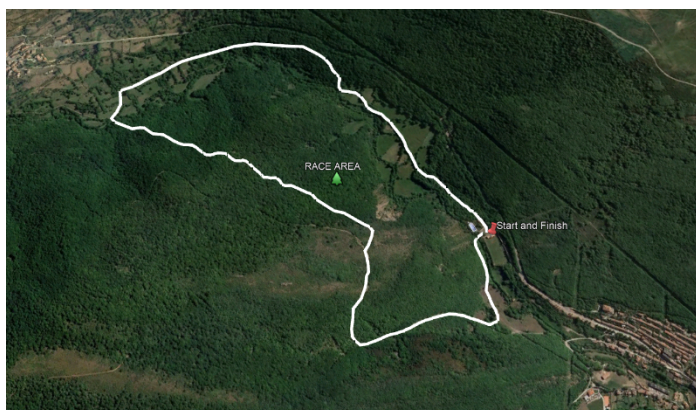
En el caso de altas temperaturas, se dispondrá de un avituallamiento en el kilómetro 3 aproximadamente.

PROTESTAS y APELACIONES

Las protestas se tramitarán de acuerdo con la Regla Técnica 8 de WA. En primer lugar, las protestas deberán ser presentadas oralmente al Árbitro por el propio atleta o por un oficial responsable que actúe en su nombre (Regla 8.3).

Las protestas relativas al resultado o al desarrollo de una prueba deberán realizarse en los 30 minutos siguientes al anuncio oficial del resultado de dicha prueba (protesta en la zona de llegada). Cualquier apelación por escrito al Jurado de Apelación deberá ser firmada por un oficial responsable en nombre del atleta y presentada en el área de llegada dentro de los 30 minutos siguientes al anuncio oficial de la decisión tomada por el Árbitro.

Al presentar el formulario de apelación, deberá abonarse un depósito de 100 euros. Si la protesta no prospera, el depósito no será devuelto. La decisión del Jurado se comunicará por escrito en el TIC.

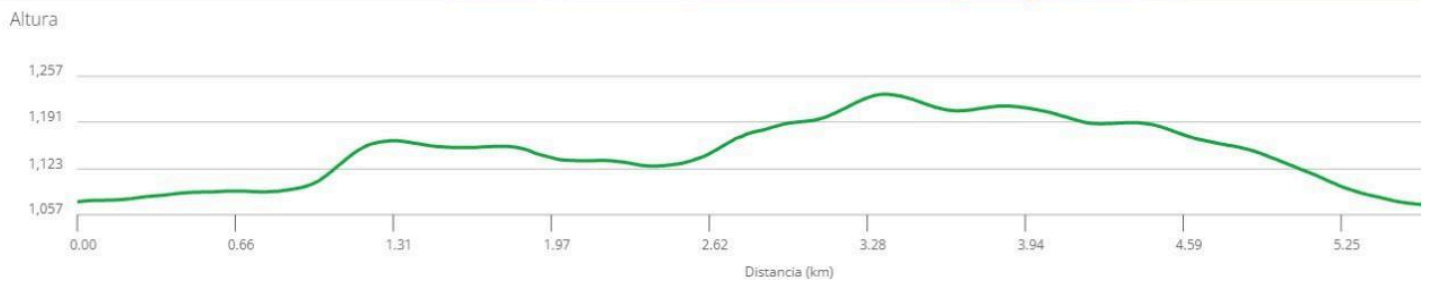


Podéis ver y descargar el recorrido aquí:



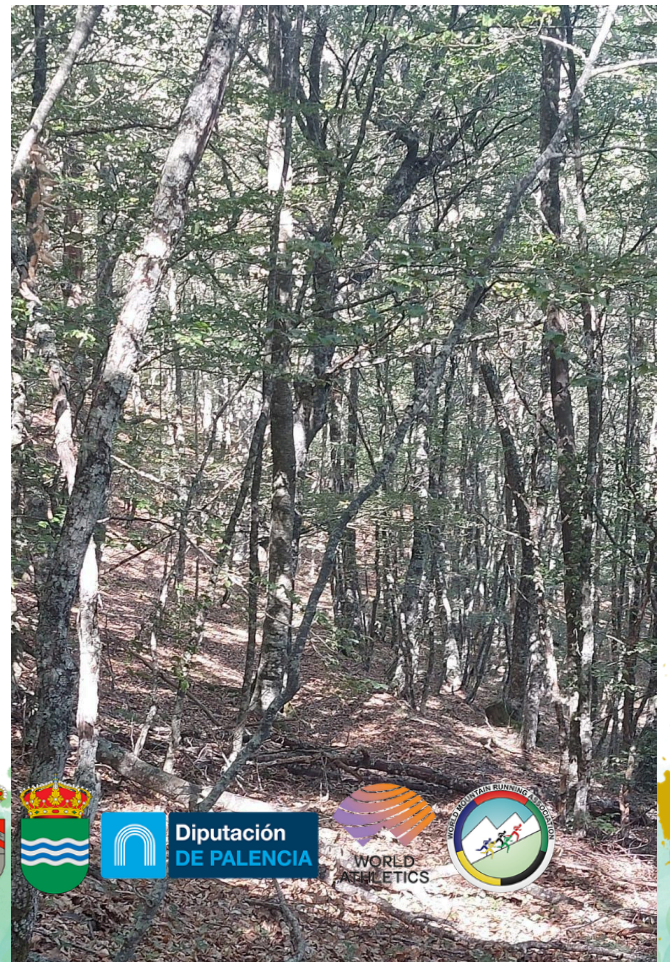


<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/u18-barruelo-139521105>



IMÁGENES DEL CIRCUITO







COMPETICION

Entries:

Every WMRA Member may enter one (1) team for each event. A team can be composed of 4 (four) athletes, the best three of them scoring. A Federation could enter up to 5 boys and 5 girls (including one reserve).

Only the host nation is permitted to enter a second team.

The competition is limited to athletes born in 2007 and 2008. No athletes aged less than 16 or more than 17 years on 31 December 2024 can compete.

Although the WMRA International Under 18 Mountain Running Cup is basically a team competition, individual entries may be accepted..

Final Confirmation

Team Leaders or their representatives must confirm the names of those competitors already entered who will actually take part in the competition. Forms for the final declaration and confirmation will be distributed to each delegation during accreditation. These forms must be completed and returned immediately or no later than 15:00 on Friday 21th June 2024.

Final start lists will be ready for collection together with the bibs after the Technical Meeting.

Scoring





Each race shall be scored separately. Each team's score shall be determined by the aggregate of the places of its 3 (three) athletes. Teams shall be classified according to their scores, the team in each race having the lowest score being the winner, and so on. A tie shall be decided in favor of the team whose last scoring athlete finishes nearest to first place. A team with fewer than 3 (three) finishing athletes shall not be counted in the teams' classification. No adjustments to teams' places shall be made in respect of non-scoring team members or athletes participating as individuals.

Competition Bibs

Each competitor receives 2 competition bibs. The bibs shall be worn according to WA Technical Rule 5.7. The competition bibs may not be cut, bent or covered in any way. The competition bibs will be distributed immediately after the Technical Meeting.

Competition Clothing

Competitors must wear the Federation's official team clothing. WA Rule 5.1 & 5.7 will be strictly applied. Please make sure to follow the latest version of the WA Advertising Regulations in force at the time of the event. Clothing and items not conforming to this rule and the current WA Advertising Regulations will be removed or taped at the Call Room. Team clothing must be uniform. A competitor wearing any other clothing will have no access to the competition area and will not be allowed to compete. This rule applies both to competition clothing (vest, shorts and tights) as well as to tracksuits.

SERVICIOS MEDICOS

El LOC proporcionará asistencia médica a los equipos, durante la competición, a los espectadores. Cerca de la línea de meta funcionará una carpa médica con un equipo de primeros auxilios.

Para el resto de situaciones es recomendable contar con un seguro de accidentes y o asistencia médica.

Se podrán realizar controles antidopaje, de acuerdo con el Reglamento de la WA y bajo la supervisión del Delegado de la WMRA.

STREAMING

Retransmisión de las carreras en directo, tanto en inglés como en español, con cámaras en el recorrido y en continuo seguimiento de los corredores de cabeza.

A través de la página web del evento: u18cup2024.com

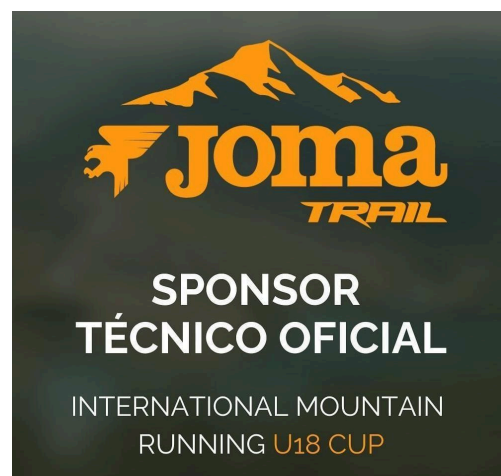




TEST DE MATERIAL

Gracias a nuestro patrocinador técnico Joma Sport.

Los atletas y técnicos acompañantes, podrán Testar los nuevos productos técnicos de la marca, para le Trail Running, durante la jornada de reconocimiento de circuito, que tendrá lugar le viernes 21 de junio en horario de mañana.



PISCINA

El Ayuntamiento de Barruelo de Santullán, nos ofrece la posibilidad de utilizar, si las condiciones climáticas lo permiten, su piscina, que se encuentra junto al Centro de Competición.

Sábado 22 de junio de 13:00 a 15:30 h.

Es necesario utilizar gorro de baño



INFORMACION DE CONTACTO





Para más información sobre la Copa Internacional Sub 18 de Carreras por Montaña de la WMRA, póngase en contacto con:

LOC

- Caballero, Francisco - franciscocaballeromerino@gmail.com

Transporte/ Alojamiento

- Palenciatrail@gmail.com

INSTAGRAM

U18_mountain_cup_spain

WEB EVENTO

<https://u18cup2024.com/>

