



# **REGLAMENTO**

## **V MEMORIAL ELOY PALACIO ALONSO BOMBEROS CIUDAD DE OVIEDO**

- 1. REGLAMENTO CARRERA POPULAR**
- 2. REGLAMENTO CARRERA VERTICAL “LA JIRAFÁ”**
- 3. REGLAMENTO PRUEBA “EL ÚLTIMO BOMBERO”**



# 1. REGLAMENTO CARRERA POPULAR “V MEMORIAL ELOY PALACIO ALONSO - BOMBEROS CIUDAD DE OVIEDO”

## Fecha y hora:

Domingo 6 de abril de 2025 a las 11:30 h

## Lugar y recorrido:

Salida y llegada en la Plaza de Alfonso II el Casto (Plaza de la Catedral), en Oviedo. Circuito Urbano de 5,2 km no homologado.



SALIDA: Plaza Alfonso II el Casto – C/Eusebio González Abascal – C/San Francisco – C/Uría – C/Conde de Toreno – C/Santa Susana – C/Marqués de Santa Cruz – C/Fruela – C/Pozos – Plaza de Riego – C/Ramón y Cajal – C/San Francisco – C/Uría – C/Melquiades Álvarez – C/Covadonga – C/Manuel García Conde – C/de Argüelles – C/Jovellanos – C/Azcárraga – C/Paraíso – C/Postigo Alto – C/Padre Suárez – C/Marqués de Gastañaga – C/de Campomanes – C/Martínez Marina – C/Cabo Noval – C/Marqués de Santa Cruz – C/Fruela – C/Pozos – Plaza de Riego – C/Ramón y Cajal – C/Eusebio González Abascal – META: Plaza Alfonso II el Casto.

## Organización:

Asociación de Bomberos de Oviedo



### **Inscripciones:**

Se dividirán en dos tandas, con precios diferentes en función de la fecha en la que se realice la inscripción:

- Hasta las 23:59 h del domingo 23 de marzo de 2025, por un precio de 10 € para federados y un precio de 12,10 € para corredores no federados.
- Desde las 00:00 h del lunes 24 de marzo hasta las 23:59 h del jueves 3 de abril de 2025, por un precio de 12 € para federados y un precio de 14,10 € para corredores no federados.

La edad mínima de participación es de 13 años a cumplir en el año natural. Incluye cronometraje por chip, seguro de corredor, avituallamiento, camiseta técnica conmemorativa y cuantos obsequios consiga la organización.

En caso de participar en más de una prueba, se puede optar a un descuento de 3€ en caso de renunciar a la camiseta conmemorativa.

El 100% de los beneficios serán entregados a la Asociación Galbán, de familias con niños con cáncer del Principado de Asturias.

### **Premios y categorías:**

Habrán trofeos para los tres primeros de **categoría masculina** y **femenina** y existirá una **categoría de bomberos** donde se dará trofeo a los tres primeros clasificados.

Los participantes de la categoría bombero deberán equipar obligatoriamente:

- Casco de bombero F1.
- Chaquetón de incendios estructurales.
- Cubrepantalón de incendios estructurales.

Para los trofeos “bombero y bombera de acero” solo se tendrán en cuenta a los participantes en la carrera popular en la categoría “BOMBERO”

### **Organización y reglamentación:**

La prueba se regirá por el reglamento vigente establecido en la RFEA. El resto del reglamento interno será el que se especifica a continuación:

La organización tendrá potestad para retirar a cualquier corredor si su estado de salud así lo aconseja, por cualquier infracción del reglamento de la prueba observada, por no llevar el dorsal o por no hacer todo el recorrido indicado en el itinerario.

Toda la información de la prueba y los resultados se pueden consultar a través de la web [www.321go.es](http://www.321go.es)

Para participar en la prueba cada deportista deberá llevar en el pecho el dorsal personal que le facilite la organización.

Los participantes correrán bajo su responsabilidad, sobre ellos recae la decisión de salida y realización de la carrera. Es responsabilidad de cada corredor estar físicamente preparado para realizar la prueba.

Los participantes de la **categoría bombero** deberán equipar obligatoriamente:

- **Casco de bombero F1.**
- **Chaquetón de incendios estructurales.**
- **Cubrepantalón de incendios estructurales.**



Los participantes eximen a la organización de las reclamaciones o demandas basadas en supuestas acciones o no acciones de los participantes u otros que actúen a su favor, así como de las demandas resultantes de los daños que puedan sucederles a ellos o a sus materiales.

**La inscripción en la prueba supone la aceptación de esta reglamentación.**

***Carreras infantiles:***

*La inscripción tendrá un precio de 6€ con la camiseta conmemorativa incluida.*

***Recorridos:*** *Tendrán lugar a lo largo de las calles San Francisco, Eusebio González Abascal y Plaza Alfonso II el Casto (Plaza de la Catedral), con un recorrido de ida y vuelta, en la zona del arco de salida/meta desde las 10:30. Las distancias aproximadas serán las siguientes: "Chupetines" (hasta 4 años): 50m. "Minibenjamines" (5-6 años) y "Benjamines" (7-8 años): 400 m. "Alevines" (9-10 años) e "Infantiles" (11-12 años): 1.000 m.*

*Las pruebas infantiles comenzarán a partir de las 10:30 horas por categorías y por sexo (masculino y femenino) por motivos de seguridad. El orden de categorías será por orden de menor edad a mayor edad, comenzando por las categorías de género masculino, en cuanto termine una categoría saldrá la siguiente.*

*Las edades se tendrán en cuenta por los años a cumplir en el año natural.*



## **2. REGLAMENTO “2ª CARRERA VERTICAL EDIFICIO LA JIRafa”**

### **PRUEBA PUNTUABLE PARA EL CIRCUITO NACIONAL DE CARRERAS VERTICALES 2025**

#### **Fecha y hora:**

Sábado 5 de abril de 2025, desde las 16:00 h en adelante.

#### **Lugar y recorrido:**

La competición tendrá lugar en las inmediaciones del edificio La Jirafa en la C/Pepa Ojanguren, donde estará situado el arco de salida, y consistirá en ascender, de manera cronometrada, por las escaleras un total de 21 plantas hasta llegar a la azotea del edificio.

#### **Organización:**

Asociación de Bomberos de Oviedo

#### **Inscripciones:**

Se dividirán en dos tandas, con precios diferentes en función de la fecha en la que se realice la inscripción:

- Hasta las 23:59 h del domingo 23 de marzo de 2025, por un precio de 10 €.
- Desde las 00:00 h del lunes 24 de marzo hasta las 23:59 h del jueves 3 de abril de 2025, por un precio de 12 €.

La edad mínima de participación es de 18 años cumplidos a fecha de inscripción. Incluye cronometraje por chip, seguro de corredor, avituallamiento, camiseta técnica conmemorativa y cuantos obsequios consiga la organización.

En caso de participar en más de una prueba, se puede optar a un descuento de 3€ en caso de renunciar a la camiseta conmemorativa.

El 100% de los beneficios serán entregados a la Asociación Galbán, de familias con niños con cáncer del Principado de Asturias.

Existirán las categorías BOMBERO y OPEN. La categoría BOMBERO es exclusiva para personas que trabajen en algún Servicio de Extinción de incendios. La categoría OPEN está abierta a cualquier persona mayor de 18 años.

El límite de participantes se establece en 180 entre las dos categorías. Inscribirse en una categoría no exime de inscribirse en la otra, por lo tanto, se puede participar en ambas.

#### **Premios y categorías:**

Habrará trofeos para los tres primeros de categoría masculina y femenina, tanto de categoría BOMBERO como de categoría OPEN. Se hará una clasificación cuyos tiempos se tendrán en cuenta para las clasificaciones combinadas con el resto de las pruebas del Memorial.

Los tiempos tomados en cuenta para clasificaciones combinadas con otras pruebas del memorial únicamente serán los de la categoría BOMBERO.



### **Organización y reglamentación:**

Se ruega a los participantes el máximo respeto hacia el inmueble, así como hacia todos sus propietarios y guardar todas las medidas de higiene pertinentes.

**NO ESTÁ PERMITIDO VISITAR EL INTERIOR DEL EDIFICIO NI ENTRENAR EN ÉL CON CARÁCTER PREVIO A LA COMPETICIÓN.**

Se dispondrán guantes de nitrilo junto a la zona de salida que serán obligatorios de portar para evitar marcas de manos en la pared de la escalera.

Los participantes en la categoría OPEN podrán usar la vestimenta deportiva que deseen.

Los participantes en la categoría BOMBERO deberán participar obligatoriamente con la siguiente indumentaria:

- Casco F1.
- Chaquetón de incendios estructurales.
- Cubrepantalón de incendios estructurales.
- Espaldera con botella para aire comprimido (vacía) del ERA.
- Botas de intervención

El equipo debe de estar en unas condiciones higiénicas medianamente aceptables. En caso de que la organización observe que el equipamiento está excesivamente contaminado se podrá impedir al participante tomar la salida.

Los participantes de la categoría bombero deberán aportar todo el equipamiento. La organización tratará de publicar el horario de salida de cada participante lo antes posible, una vez finalizado el período de inscripciones, para que los participantes puedan organizarse en caso de tener que prestarse parte del equipamiento entre ellos.

Los participantes saldrán de uno en uno separados entre ellos con un intervalo de tiempo de un minuto. El horario de salida de los participantes será publicado por la organización con carácter previo a la celebración de la prueba.

Los participantes que no estén situados en el arco de salida a la hora estipulada no podrán tomar parte en la prueba.

Se dispondrá de un ascensor para abandonar el edificio una vez terminada la prueba. En la meta habrá personal de la organización que se encargará de agrupar a los participantes para bajar en ascensor hasta la calle y no realizar un uso abusivo de este.

La organización se guarda el derecho a modificar ligeramente el horario de la competición para poder permitir que todo participante pueda tomar parte en todas las pruebas en las que haya decidido inscribirse garantizando un mínimo descanso.

La organización tendrá potestad para retirar a cualquier corredor si su estado de salud así lo aconseja, por cualquier infracción del reglamento de la prueba observada, por no llevar el dorsal, por no hacer todo el recorrido indicado en el itinerario o por no tratar con diligencia y el debido respeto al edificio o a sus ocupantes.

Toda la información de la prueba y los resultados se pueden consultar a través de la web [www.321go.es](http://www.321go.es)

Para participar en la prueba cada deportista deberá llevar en el pecho el dorsal personal que le facilite la organización.

Los participantes correrán bajo su responsabilidad, sobre ellos recae la decisión de salida y realización de la carrera. Es responsabilidad de cada corredor estar físicamente preparado para realizar la prueba.



Los participantes eximen a la organización de las reclamaciones o demandas basadas en supuestas acciones o no acciones de los participantes u otros que actúen a su favor, así como de las demandas resultantes de los daños que puedan sucederles a ellos o a sus materiales.

**La inscripción en la prueba supone la aceptación de esta reglamentación.**

**VÍDEO DEMOSTRACIÓN:**



[https://youtu.be/QU5f9uYGkI4?si=\\_mOJPEcJbs5LtNuR](https://youtu.be/QU5f9uYGkI4?si=_mOJPEcJbs5LtNuR)



### **3. REGLAMENTO PRUEBA “EL ÚLTIMO BOMBERO”**

#### **FECHA HORA Y LUGAR**

Sábado 5 de abril de 2025, desde las 17:30 h aproximadamente (en función del número de equipos participantes) en la Plaza del Teatro Campoamor en Oviedo.

La organización publicará un documento con el orden de participación de los equipos.

#### **INSCRIPCIONES:**

Se realizará una única inscripción, para los 4 miembros que componen el equipo, en la que deberán indicar el nombre del equipo y los datos de sus componentes. El pago se efectuará de manera única para todo el equipo.

Se dividirá en dos tandas el período de inscripción, con precios diferentes en función de la fecha en la que se realice:

- Hasta las 23:59 h del domingo 23 de marzo de 2025, por un precio de 40 €/equipo.
- Desde las 00:00 h del lunes 24 de marzo hasta las 23:59 h del jueves 3 de abril de 2025, por un precio de 44 €/equipo.

La edad mínima de participación es de 18 años cumplidos a fecha de inscripción y los participantes deben ser trabajadores de algún servicio de bomberos.

La inscripción incluye seguro, avituallamiento, camiseta técnica conmemorativa y cuantos obsequios consiga la organización.

En caso de participar en más de una prueba, se puede optar a un descuento de 3€/miembro en caso de renunciar a la camiseta conmemorativa.

El 100% de los beneficios serán entregados a la Asociación Galbán, de familias con niños con cáncer del Principado de Asturias.

El límite de equipos participantes se establece en 20.

#### **INTRODUCCIÓN**

Esta prueba es exclusiva para personas que desempeñen la profesión de bombero.

La prueba se realizará por equipos de 4 competidores en los que cada competidor realizará una de las 4 pruebas que componen la competición. Los equipos competirán de dos en dos, es decir dos equipos realizarán simultáneamente las pruebas. El relevo de un compañero a otro se realiza chocando las manos.

Si un competidor no consigue finalizar una de las pruebas, el equipo quedará descalificado.



## SISTEMA DE CLASIFICACIÓN

El sistema de clasificación es por tiempos, sumando los tiempos que desarrolle cada competidor en cada prueba y sacando un tiempo total por equipo. La prueba se desarrolla a reloj corrido.

Las penalizaciones descritas para cada prueba afectarán añadiendo el tiempo correspondiente a cada una de ellas al total realizado por el competidor en cada prueba.

## EQUIPAMIENTO

Los competidores realizarán las pruebas, equipados con chaquetón estructural, cubrepantalón, casco F1, botas de intervención, guantes anticorte y ERA. Chaquetón, cubrepantalón, guantes y casco F1 deberá ser aportado por el competidor, salvo casos excepcionales en los que se deberá contactar con la organización. El ERA será aportado por la organización.

Los participantes que suban al andamio deberán equipar un arnés para estar asegurados mientras realicen la prueba de izado de la manguera. En caso de que el cubre pantalón no equipe arnés, un arnés anticaídas será proporcionado por la organización.

## DESCRIPCIÓN DE LAS PRUEBAS

### Prueba 1: Trabajo con mangueras

El bombero cogerá la parte final de 2 líneas de manguera independientes de 70 mm y 20 m de largo. Estas líneas, se encontrarán situadas en el suelo dispuestas en zigzag. Se transportarán hasta una marca situada en el suelo, a unos 50 m de distancia. La manguera deberá quedar totalmente desplegada en línea recta y los racores deberán superar la marca.

A continuación, el competidor volverá a plegar ambas líneas en simple y transportarlas hasta sobrepasar la marca situada en el suelo, y dejarlo perfectamente centrado en el espacio delimitado al efecto.

#### *Penalizaciones*

- No finalizar la prueba: Descalificación.
- Los racores no sobrepasan completamente la marca del suelo: 10 segundos.
- No cruzar la línea de meta con la manguera correctamente enrollada: 10 segundos.
- No dejar la manguera perfectamente centrada en el espacio delimitado al efecto (tocando uno de los bordes): 5 segundos.
- No dejar la manguera en el espacio delimitado al efecto (completamente fuera del mismo): 20 segundos.

### Prueba 2: Subida a torre

Partiendo del punto de salida, el competidor procederá a coger la escalera de tramos. La colocará en posición correcta y estable desplegándola hasta la marca señalada sobre la estructura metálica.



Posteriormente, cogerá un paquete de mangueras de 2 tramos de 45 mm situado en el suelo, para trasladarlo por las escaleras hasta la última altura de la estructura y depositarlos sobre una caja. La estructura consta de 3 alturas de 3 metros cada una.

Una vez arriba izará, ayudado por una cuerda, un tramo de manguera enrollado de 70 mm desde la base de la estructura, apoyándolo en lo alto de la misma.

Seguidamente se desciende por la escalera pisando todos los escalones hasta el suelo.

#### *Penalizaciones*

- No finalizar la prueba: Descalificación.
- No colocar la escalera de forma estable: 20 segundos.
- No apoyar la escalera en las marcas determinadas al efecto en el suelo: 20 segundos.
- No sobrepasar las marcas de la parte superior con la escalera: 20 segundos.
- No depositar las mangueras de 45 mm en la caja situada al efecto: 20 segundos.
- No conectarse el mosquetón de seguridad al arnés para estar asegurado en lo alto del andamio: 20 segundos.
- Ascenso de escaleras (Pruebas 2 & 4): No penaliza saltarse peldaños.
- Descenso de escaleras (Pruebas 2 & 4): Se debe usar cada peldaño, se penalizará cada peldaño saltado con 2 segundos.

#### Prueba 3: Zigzag y fuerza

Partiendo del punto de salida el competidor deberá desplazar una rueda volteándola (no rodando) tantas veces como necesite, para superar en su totalidad la marca del suelo, situada a unos 30 m.

Seguidamente, accede al circuito de zigzag, formado por 6 conos, deberá pasarlos por el exterior.

Al final del circuito se encontrará un muñeco de unos 70 kg, el cual deberá arrastrar superando la marca, situada a unos 30 m en su totalidad.

#### *Penalizaciones*

- La rueda no sobrepasa en su totalidad la marca del suelo: 20 segundos.
- Desplazar la rueda de manera rodada: 10 segundos, los jueces tendrán la potestad de aumentar la penalización en caso de que la maniobra sea reiterada.
- Confusión de carril en el circuito zigzag: 20 segundos.
- El muñeco se arrastrará utilizando las dos manos y de espaldas, es decir, marcha atrás. Cualquier otro tipo de arrastre se penalizará con 50 segundos.
- No depositar el muñeco sobrepasando la marca del suelo: 10 segundos.

#### Prueba 4: Traslado de material

El participante deberá subir y bajar la totalidad de la estructura 2 veces. En la primera subida llevará consigo un paquete de mangueras idéntico al utilizado en la prueba 2, dejándolo en la última altura, en la caja correspondiente.

Una vez arriba izará, ayudado por una cuerda, un tramo de manguera enrollado de 70 mm desde la base de la estructura, apoyándolo en lo alto de la misma.



Bajará al suelo y allí cogerá una motosierra para subirla otra vez hasta la cota superior dejándola allí en la base.

Seguidamente se desciende por la escalera pisando todos los escalones hasta el suelo donde habrá situado un tablón de madera con una punta metálica y un martillo, con objeto de clavar la punta en su totalidad; dando por finalizada la prueba en este momento.

#### *Penalizaciones*

- No finalizar la prueba: Descalificación.
- No depositar las mangueras de 45 mm en la caja situada al efecto: 20 segundos.
- No depositar la motosierra en la caja depositada al efecto: 20 segundos.
- Ascenso de escaleras (Pruebas 2 & 4): No penaliza saltarse peldaños.
- No conectarse el mosquetón de seguridad al arnés para estar asegurado en lo alto del andamio: 20 segundos.
- Descenso de escaleras (Pruebas 2 & 4): Se debe usar cada peldaño, se penalizará cada peldaño saltado con 2 segundos.
- La prueba se dará por finalizada una vez clavada la punta en su totalidad.

No obstante, el jurado hará un briefing previo con los equipos participantes, antes de cada turno, aclarando las posibles dudas y explicando las pequeñas posibles adaptaciones que se hayan tenido que hacer del reglamento por causas sobrevenidas.

La organización tendrá potestad para retirar a cualquier corredor si su estado de salud así lo aconseja, por cualquier infracción de reglamento de la prueba observada, por no tratar con el debido respeto y diligencia el material, organizadores o resto de competidores.

Toda la información de la prueba y los resultados se pueden consultar a través de la web [www.321go.es](http://www.321go.es)

Los participantes correrán bajo su responsabilidad, sobre ellos recae la decisión de salida y participación. Es responsabilidad de cada participante estar físicamente preparado para la realización de la prueba.

Los participantes eximen a la organización de las reclamaciones o demandas basadas en supuestas acciones o no acciones de los participantes u otros que actúen a su favor, así como de las demandas resultantes de los daños que puedan sucederles a ellos o a sus materiales.

**La inscripción en la prueba supone la aceptación de esta reglamentación.**

#### **Premios y categorías:**

Los **dos equipos con mejor tiempo** volverán a participar a modo de **final**. El equipo que complete con mejor tiempo la final será el ganador.

Habrará trofeos para los **tres primeros equipos** clasificados por orden de tiempo.

También habrá un trofeo para el equipo que, sumando el tiempo de la prueba del Último Bombero con los tiempos de la carrera vertical en categoría BOMBERO de sus cuatro miembros, obtenga el mejor tiempo combinado.



La clasificación para los trofeos a **bombero y bombera de acero** se calcularán de la siguiente manera: Tº TOTAL = Tº CARRERA POPULAR (Categoría bombero) + (10 x Tº CARRERA VERTICAL CATEGORÍA BOMBERO) + (3 x Tº DE SU EQUIPO ÚLTIMO BOMBERO).

Además, se otorgará un trofeo al **bombero más veterano** que participe en cualquiera de las tres pruebas, en las modalidades que realizan con equipación de bombero y que consiga concluir dicha prueba

### VÍDEO DEMOSTRACIÓN



[https://youtu.be/jpWw\\_xrr5Ms?si=vQEr6CQT-hCSRuTw](https://youtu.be/jpWw_xrr5Ms?si=vQEr6CQT-hCSRuTw)