

Guía Técnica Judexbtt

JUDEX

JUEGOS DEPORTIVOS EXTREMEÑOS

Cáceres

**JUDEX
BTT**
#JUDEX
www.ciclismoextremadura.es

CIRCUITO POZO DE LAS NIEVES
25.05.2024 | 10:00

AYUNTAMIENTO cáceres

Extremadura
Jóvenes y deporte
DIPUTACIÓN DE BADAJOZ
DIPUTACIÓN DE CÁCERES
FEDERACION EXTREMEÑA DE CICLISMO
Cáceres life ESCUELA DE CICLISMO

1. INTRODUCCIÓN:

La Clausura de los Juegos Deportivos Extremeños de Ciclismo de Montaña se celebrará el próximo 25 de mayo, a partir de las 9 horas en la localidad de Cáceres.

La Escuela de Ciclismo Cáceres Bike será la encargada de organizar la cuarta y última prueba de un torneo que se ha vivido con una gran ilusión por parte de técnicos, ciclistas, familiares, y toda la comunidad de ciclismo base extremeña, esperando que esta clausura sea una gran fiesta para los miembros de todas las Escuelas y todas las personas que las rodean.

Con este motivo, ponemos a vuestra disposición un nuevo circuito en la zona del antiguo Pozo de las Nieves de Cáceres ubicado en la ladera noreste del monte del Paseo Alto, un circuito desconocido por todo el alumnado de las Escuelas de Ciclismo Extremeña, que ha sido diseñado con los requisitos de los nuevos tiempos del panorama de XC para satisfacer las necesidades técnicas y de diversión de nuestro ciclismo de base extremeño.

Ha sido un año difícil para todos, se ha sufrido y luchado tanto, en tantos niveles de nuestra sociedad, ver sonreír de nuevo a nuestros ciclistas, disfrutar de lo que más le gusta, verlos crecer como personas, como deportistas, familias dando apoyo incondicional, ... Esta clausura de los Juegos Extremeños de Ciclismo de Montaña será un homenaje por aquellos que lucharon por hacer crecer el ciclismo en Extremadura, por aquellos que están luchando cada día actualmente, por todos los que se fueron, por los que están y por los que están por llegar.

Judex Autonómicos de BTT. Judex de Cáceres. Nuevo Circuito Pozo de las Nieves de Cáceres.

2. FICHA TÉCNICA

NOMBRE DE LA PRUEBA: JUDEX AUTONÓMICO BTT CÁCERES BIKE

FECHA DE CELEBRACIÓN: 25 DE MAYO DE 2023

HORA DE INICIO: 10:00

UBICACIÓN: Calle de los Milanos. 10004 Cáceres
<https://maps.app.goo.gl/WigpFEpNmVe7cLpc7>

2.1 CIRCUITO

DENOMINACIÓN: CIRCUITO POZO DE LAS NIEVES

CROQUIS GENERAL



DESCRIPCIÓN:

Dado las actuales obras de conexión de la zona de Montesol a través de un paseo al parque urbano el Paseo Alto nos vemos en la tesitura de trasladar el evento Judex Btt de Cáceres a un enclave nuevo que junto con el ayuntamiento lo hemos situado próximo al clásico circuito de Montesol, el nuevo **Circuito Pozo de las nieves de Cáceres** ha sido diseñado y creado con el esfuerzo de familiares, monitores y alumnos para estar a la altura del anterior circuito. Las recientes pruebas Judex Btt de Extremadura, en la última década, año tras año, el alumnado de las Escuelas de Ciclismo de nuestra comunidad ha disfrutado del anterior, duro y técnico circuito formativo de Xco y que esperemos que con los nuevos obstáculos que presenta este circuito puedan volver a disfrutar del auténtico Xco.

En su trazado tienen cabida **cuatro recorridos** de longitud y dificultad crecientes. Su recorrido simboliza el ascenso en las distintas categorías por las que pasan los ciclistas en nuestra Escuela, partiendo desde las zonas más bajas, de menor exigencia, hasta las zonas más elevadas, con mayores dificultades. En el Circuito Pozo de las Nieves cada estrato supone un salto más de nivel. Desde la falda baja, donde se celebran las pruebas de Promesas y Principiantes, hasta coronar las laderas de del Paseo Alto, donde Cadetes y Juniors tendrán un trazado que les aproximará a lo que les espera más allá de las Escuelas de Ciclismo.

Desde el trazado más sencillo, con 550m de senderos sinuosos para la categoría Promesas, hasta el exigente recorrido de 2.3km para las categorías superiores, este circuito se caracteriza por ser un recorrido con múltiples cambios de dirección, obstáculos y desniveles.

Subidas, saltos, velocidad, doobies, rocas y peraltes, en definitiva, un circuito muy dinámico es lo que espera la comunidad ciclista al llegar cada año al Judex de Cáceres, las señas de identidad de nuestro circuito y que tanto gusta a sus participantes.

Cada temporada, escuchamos las opiniones de corredores, técnicos, público y familiares de otras Escuelas, por lo que se han reforzado los puntos fuertes del circuito, atendiendo a sus demandas. Hemos ido incorporando lo que nos gusta de otros circuitos y lo que esta en nuestras manos para crear este circuito desde cero con una buena base.

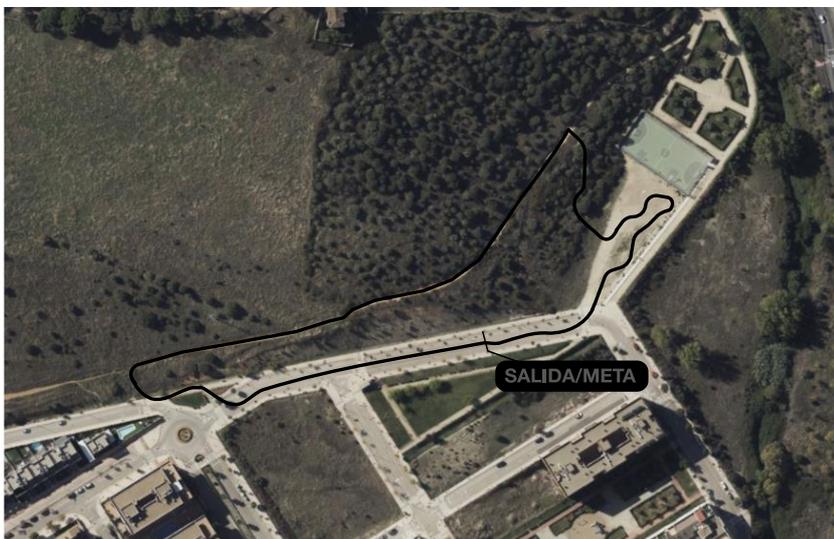
Es un circuito de formación, adecuado a todos los niveles, por lo que **encomendamos a todos los técnicos de cada Escuela, recomendar el uso de las vías alternativas** a todas las zonas de mayor dificultad técnica. Aún estando indicadas en los circuitos, es nuestra labor asegurarnos, no solo que nuestros ciclistas conozcan dichas vías, si no que hagan uso de ellas. Acometer tramos que excedan a sus habilidades actuales es peligroso, las vías alternativas hacen el entorno mucho más seguro y atiende a las necesidades de todos, sin limitar a deportistas con mayor pericia.

2.2. CIRCUITO PROMESAS: 550m



En un recorrido de 550m, la salida tendrá lugar en la Calle de Los Milanos, antes de acceder a un sendero estrecho, con diversos cambios de direcciones y pequeños surcos, antes de acceder a la recta de meta en la misma Calle de Los Milanos.

2.3. CIRCUITO PRINCIPIANTES: 750m



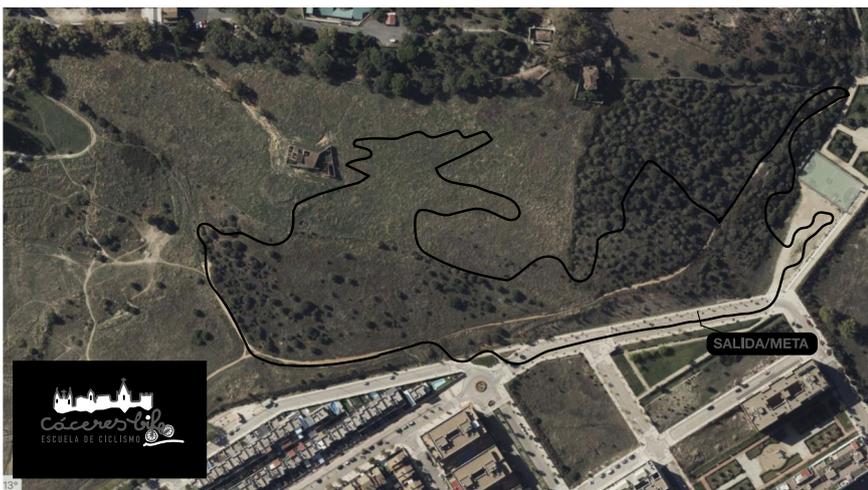
Recorrido de 750m. Al igual que las Promesas, tendrán salida en Calle de Los Milanos, entrando en los senderos, salvando un pequeño desnivel, compartiendo gran parte del recorrido Promesas, en la parte final del recorrido tendrán que salvar una zona técnica y en pendiente negativa, antes encarar la recta de meta en la Calle de Los Milanos.

2.4. CIRCUITO ALEVÍN: 1,3KM



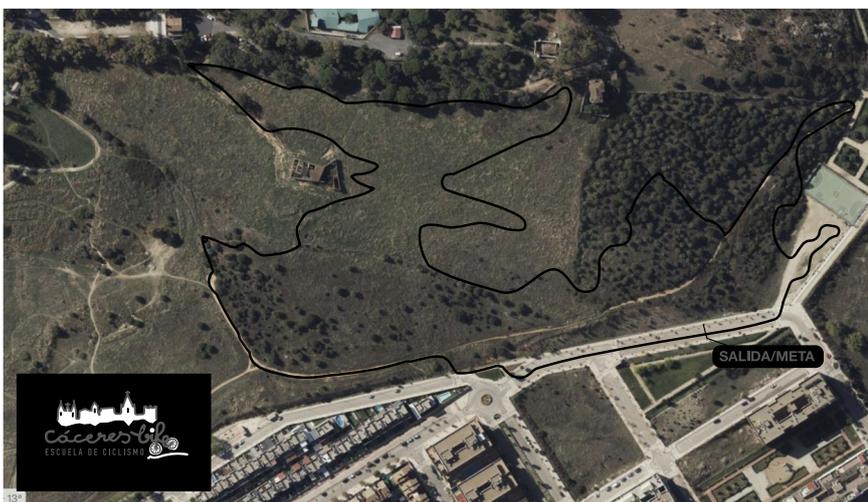
Estas categorías tendrán que dar un salto cualitativo, compartiendo parte del recorrido con Infantiles, Cadetes y Juniors, teniendo que salvar, con sus correspondientes vías alternativas, parte de los 1,3km, tendrán que superar pendientes ascendentes como descendentes entre arboles, un cortado de arena y saltos de madera.

2.5. CIRCUITO INFANTIL: 2KM



Las categorías infantiles tendrán otro salto cualitativo, compartiendo parte del recorrido con, Cadetes y Juniors, teniendo que salvar obstáculos más representativos. En sus 1,3 km, tendrán que superar pendientes ascendentes como descendentes entre arboles, además los vertiginosos peraltes y saltos de madera. Este circuito incluye un paso por roca que el resto de categorías no contempla.

2.6. CIRCUITO CADETE/JUNIOR: 2,8KM



Circuito completo. Un recorrido de 2,3 km que pretende ofrecer una transición entre los JUDEX y las pruebas de Open y Campeonatos de Extremadura de la modalidad. Además de todas las peculiaridades de los circuitos anteriores, tendrán que afrontar el ascenso al Muro del Paseo Alto, con su vertiginosa bajada y tramos de alta exigencia para los ciclistas de las máximas categorías del torneo.

2.7. PÚBLICO:

Se recomienda al público que disfrute de las carreras por la zona exterior a este o zonas altas como el Paseo Alto. La invasión no autorizada del circuito rodado podrá conllevar la detención de las carreras y la expulsión, tanto de las personas que hayan invadido, como de los corredores que hayan recibido una asistencia ilegal.

El personal de la organización indicará los distintos puntos en los que se podrá seguir la prueba y cómo acceder a ellos.

3. VUELTAS POR CATEGORÍA:

PROMESAS:

Realizarán una vuelta al circuito Promesa: 530 metros.

PRINCIPIANTES:

Realizarán dos vueltas al circuito Principiante: 1000 metros.

ALEVINES:

Realizarán tres vueltas al circuito Alevín: 4.75 kilómetros.

INFANTILES:

Realizarán cuatro vueltas al circuito Infantil: 5,2 kilómetros.

CADETES:

Realizarán seis vueltas al circuito Cadete/Junior: 14 kilómetros.

JUNIORS:

Realizarán siete vueltas al circuito Cadete/Junior: 17 kilómetros.

4. HORARIOS:

PROGRAMA DE COMPETICIÓN: Los deportistas deben de estar **10' antes de su hora de salida en la parrilla (*9:50 deben estar todos y todas categorías de Promesas y Principiante)**. La parrilla se organizará por orden de CLASIFICACIÓN GENERAL.

✓ De **9:00 a 09:30** recogida dorsal en la mesa de jueces árbitros.

✓ **9:45** Finalización de calentamiento en el circuito.

✓ De ***9:50 a 10:00** revisión del circuito promesa y principiante.

ORDEN DE SALIDA: 16:00

✓ **10:00** Salida categoría minipromesa masculino. 1 vuelta (recorrido 530 metros).

✓ **10:10** Salida categoría promesa masculino. 1 vuelta (recorrido 530 metros).

✓ **10:20** Salida categoría promesa femenina. 1 vuelta (recorrido 530 metros).

✓ **10:30** Salida categoría minipromesa femenina. 1 vuelta (recorrido 530 metros).

✓ **10:40** Salida categoría principiante masculino. 2 vuelta (recorrido 550m).

✓ **10:50** Salida categoría principiante femenino. 2 vuelta (recorrido 550m)

✓ **11:00** Salida categoría alevín femenino y a los 3' alevín masculino. 3 vueltas (recorrido 1.25km).

✓ **11:30** Salida categorías infantil femenino ya los 3' infantil masculino. 3 vueltas (recorrido 1.40 km).

✓ **12:05** Salida categorías junior femenina y cadete femenina (6 vueltas), a los 3' junior masculino (7 vueltas) y a 1' cadete masculino (6 vueltas) (recorrido 2km).

✓ **13:15** Team Relay.

5. NORMATIVA

La Normativa y prescripciones de la Federación Extremeña de Ciclismo puede visualizarla en el siguiente enlace:

- [NORMATIVA Y PRESCRIPCIONES TÉCNICAS EXTREMADURA](#)
- [NORMATIVA JUDEX 2024](#)

6. PROTOCOLO DE ACCIDENTES

El uso de casco es obligatorio en todo momento durante el evento.

En caso de accidente, lo prioritario es el herido. Debe ser **PROTEGIDO**, para luego **AVISAR** a dirección en carrera y **SOCORRER** al herido (**conducta PAS**).

Hay médico, una ambulancia con ATS.

En menores de edad la primera asistencia obligatoriamente debe ser en el SES (hospital más cercano)

Después de la primera asistencia hay que dar parte a la aseguradora SIEMPRE en <https://www.howdeniberia.com/federacion-extremena-ciclismo-1/> o llamar al teléfono: **919.912.440**

Ante cualquier duda, contactar con dirección de carrera.