

### **III TROFEO EL CAINEJO, CUMBRES DE CASTILLA Y LEÓN**

Geografía de acusados contrastes, Castilla y León acoge entre sus límites, que engloban nada menos que 94.422 km<sup>2</sup>, más de cuatrocientas montañas que superan los dos mil metros de altitud, aunque hay igualmente varios cientos de cumbres magníficas que no llegan a ésta altura.

La enorme dispersión geográfica de tan vasta extensión hace que con frecuencia montañeros de la Comunidad sean desconocedores de importantes montañas que están más o menos lejanas de su residencia habitual.

Por ello la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo de Castilla y León convoca este **III TROFEO DE CUMBRES DE CASTILLA Y LEÓN, EL CAINEJO**, con el ánimo de que conozcamos mejor nuestras montañas.

#### **REGLAMENTO:**

1.- Se proponen 26 montañas destacadas, representativas de nuestra Comunidad repartidas por toda su geografía. La lista ha sido tomada, en su mayor parte, del excelente trabajo realizado por Ignacio Sáez y Eloy Santín\*.

- 01.- Peña Trevinca, 2.127 m, Sierra Segundera.
- 02.- Miravalles, 1.969 m, Sierra de los Ancares.
- 03.- Catoute, 2.117 m, Sierra de Gistredo.
- 04.- Cornón de Peñarrubia, 2.188 m, Sierra de Somiedo.
- 05.- Peña Orviz, 2.194 m, Sierra de Somiedo.
- 06.- Peña Ubiña, Macizo de Peña Ubiña, 2.417 m.
- 07.- Peña la Cruz, Macizo del Mampodre, 2.192 m.
- 08.- Peña Ten, 2.142 m, Montaña de Riaño.
- 09.- Torre Santa, 2.596 m, Macizo Occidental de los Picos de Europa.
- 10.- La Bermeja, 2.392 m, Macizo Occidental de los Picos de Europa.
- 11.- Torre del Friero, 2.445 m, Macizo Central de los Picos de Europa.
- 12.- Llambrión, 2.642 m, Macizo Central de los Picos de Europa.
- 13.- Torrecerredo, 2.648 m, Macizo Central de los Picos de Europa.
- 14.- Espigüete, 2.451 m, Macizo de Fuentes Carrionas.
- 15.- Peña Prieta (Pico del Infierno), 2.537 m, Macizo de Fuentes Carrionas.
- 16.- Curavacas, 2.524 m, Macizo de Fuentes Carrionas.
- 17.- San Millán, 2.132 m, Sierra de la Demanda, Sistema Ibérico.
- 18.- Urbión, 2.228 m, Sistema Ibérico.
- 19.- Moncayo, 2.316 m, Sistema Ibérico.
- 20.- Pico del Lobo, 2.274 m, Sierra de Ayllón.
- 21.- Peñalara, 2.428 m, Sierra de Guadarrama.
- 22.- La Pinareja, 2.197 m, Sierra de Guadarrama.
- 23.- El Toro, 2.022 m, Sierra de Gredos.
- 24.- Torreón de los Galayos, 2.124 m, Galayos, Sierra de Gredos.
- 25.- La Mira, 2.343 m, Sierra de Gredos.
- 26.- Almanzor, 2.592 m, Sierra de Gredos.

- 27.- La Covacha, 2.399 m, Sierra de Gredos.
- 28.- La Serrota (Cerro del Telégrafo), 2.294 m, Sierra de la Serrota.
- 29.- El Torreón de Béjar, 2.400 m, Sierra de Béjar.
- 30.- Castro Valnera, 1.718 m, Cordillera Cantábrica.

2.- Para participar en este Trofeo será necesario estar en posesión de la licencia deportiva en la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo de Castilla y León (modalidad B o superior) vigente durante el año 2019.

3.- Se establecerán premios en función de ascensiones realizadas:

- 1ª categoría - Oro 28 cumbres. Diploma acreditativo + detalle.
- 2ª categoría - Plata 25 cumbres. Diploma acreditativo + detalle.
- 3ª categoría - Bronce 22 cumbres. Diploma acreditativo + detalle.

Los galardones serán entregados en la III Gala del Montañismo de Castilla y León a celebrar en el mes de noviembre de 2019.

4.- Para ser computadas las ascensiones deberán hacerse entre el 1 de enero de 2019 y el 30 de septiembre de 2019. No se establece ningún orden para ascenderlas.

5.- Cada vez que uno de los participantes alcance una de las cumbres propuestas lo deberá comunicar a la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo de Castilla y León en un plazo máximo de 30 días y siempre antes del 30 de septiembre, fecha límite para acumular ascensiones. La forma oficial de comunicación será completando la ficha de datos y subiendo fotografía del participante en la cumbre a través del enlace especificado. La foto deberá remitirse georreferenciada con la posición donde se tomó (lo más sencillo es utilizar un teléfono con GPS que tenga activada esta opción para las fotos), identificándose el archivo de la foto de la siguiente forma:

apellidosnombre\_cumbrescyl2019\_nombremontaña

*Ej: perezgregorio\_cumbrescyl2019\_torresanta*

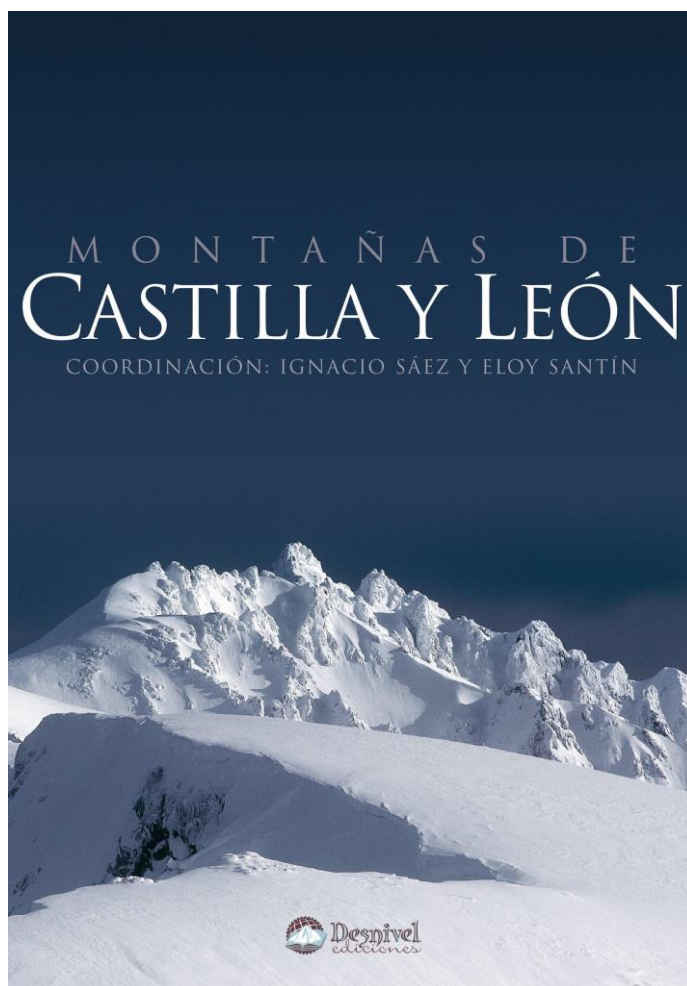
En la foto se debe de poder identificar a la persona que pretenda justificar la cumbre y en la medida de lo posible la cima donde se realiza.

6.- En el caso de que varias personas compartan una o varias cimas y deseen participar en el trofeo, **cada una de las personas participantes debe hacer el trámite de forma individual.**

7.- La Federación podrá en cualquier momento requerir a cualquiera de los participantes para aportar datos adicionales que acrediten haber alcanzado en la fecha indicada alguna o todas las montañas que se comuniquen.

Enlace ficha datos y fotografía de cumbre:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScAORB7xEI6dJf7zYS9fRA8RwQob298L\\_Qszq730-yBukFbPA/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScAORB7xEI6dJf7zYS9fRA8RwQob298L_Qszq730-yBukFbPA/viewform?usp=sf_link)



*Montañas de Castilla y León, Editorial Desnivel, octubre de 2010.*