



MANUAL TÉCNICO PARA
CORREDORES ORGANIZADORES
CAMPEONATO NACIONAL DE
TRAIL RUNNING Y MONTAÑA ECUADOR TRYMEC 2025

ÍNDICE:

I.	ANTECEDENTES E INFORMACIÓN	2
II.	CALENDARIO Y CATEGORÍAS	4
III.	RANKING Y PUNTUACIÓN	6
IV.	REGLAMENTO	9
V.	SEGURIDAD Y ASISTENCIA	11
VI.	LOGÍSTICA DE CADA EVENTO	14
VII.	DOPING – EXÁMENES MÉDICOS Y SEGURO.....	15
VIII.	CLASIFICACIONES (ARWC25 y SUDAMERICANO26)	18
IX	ENCUESTA DE SATISFACCIÓN DEL EVENTO	23
X.	CEREMONIA DE PREMIACIÓN	24
XI.	TURISMO LOCAL	25

I. ANTECEDENTES E INFORMACIÓN

Campeonato Nacional de Trail Running y Montaña Ecuador – TRYMEC 2025

Para el año **2025**, el **TRYMEC** será desde el **4 de abril** hasta el **26 de octubre de 2025**.

Forman parte del circuito las carreras y organizaciones que participaron en el **Campeonato TRYMEC 2024**, seleccionadas en base a un análisis de satisfacción y parámetros de calidad. Este análisis se realizó a través de la evaluación de cada evento del 2024 por parte de la ASET, complementado con encuestas a los participantes y el análisis del interés de los organizadores por continuar en el campeonato.

Además, estas organizaciones cumplieron con el proceso de selección en el 2024, el cual fue **abierto a nivel nacional**. Durante este proceso, se consideraron los siguientes aspectos:

1. **Años de experiencia** del organizador u organización.
2. **Puntajes internacionales** (ITRA o Index).
3. **Protocolos de seguridad y asistencia** en la organización de eventos.
4. **Antecedentes con corredores**, incluyendo la gestión y el trato hacia los participantes.
5. **Planes ambientales** orientados a la sostenibilidad y la conservación del entorno natural.

Objetivo del Campeonato

El **objetivo del campeonato** es fomentar el desarrollo del **trail running** en Ecuador, promoviendo una mejora continua en la organización de eventos de trail y montaña. **Buscamos** fomentar la participación de más atletas en las diferentes carreras del campeonato, con el fin de que el nivel deportivo siga creciendo.

Una de las principales características del campeonato es el **ranking nacional** de los mejores atletas de trail running en cada distancia. Este ranking se actualizará periódicamente y permitirá reconocer a los corredores, tanto aficionados como élites, en sus diferentes categorías, abarcando desde **distancias cortas hasta ultra distancias**.

Selección Nacional y Participación Internacional

Durante este campeonato, se preseleccionará a los atletas más destacados para representar a Ecuador en el **Campeonato Mundial WMTRC 2025**, el **Campeonato Sudamericano de Trail y Montaña 2026**, o cualquier otro evento que se considere para la **representación internacional** del país, todos **avalados por la World Athletics**. Estas competiciones internacionales representan una oportunidad para **profesionalizar aún más** nuestro deporte y abrir nuevos desafíos para los atletas ecuatorianos.

Todos los atletas que **clasifiquen oficialmente** a los campeonatos internacionales, según los cupos disponibles, **recibirán la indumentaria oficial completa**. El **hospedaje y la alimentación** serán cubiertos **total o parcialmente**, según el rendimiento y la disponibilidad. La prioridad será: **1) atletas con currículum destacado no residentes en Ecuador, 2) campeones nacionales TRYMEC 2024, 3) líderes del ranking TRYMEC 2025 hasta la fecha de selección, 4) segundas posiciones del ranking hasta la fecha de selección, y 5) siguientes ubicaciones, según rendimiento, diferencia de tiempos y resultados en las válidas del Campeonato Nacional.**

El **costo de los boletos aéreos y gastos personales** deberá ser cubierto por cada deportista. No obstante, estamos trabajando en la **gestión de recursos** con instituciones públicas y privadas para, en el futuro, lograr un **apoyo total** al desarrollo del trail running en Ecuador.



Nota: En caso de que algún atleta clasificado decida no participar o no cumpla con los requisitos en alguna de las pruebas para las que ha clasificado, se analizarán los resultados obtenidos de otros atletas en el campeonato, con el objetivo de conformar una **selección competitiva** que represente al país de la mejor manera posible.

II. CALENDARIO Y CATEGORIAS

Campeonato Nacional consta de **9 eventos**, distribuidos en diferentes distancias y categorías, como se detalla en las columnas correspondientes. Cada columna de distancia indica el evento en el que se debe participar según la distancia elegida. Los mejores resultados obtenidos en estas competencias determinarán el **ranking** de cada deportista.

Las categorías de premiación son decisión de cada organizador y se recomienda adaptarlas en base al campeonato.

		KM VERTICAL (18 AÑOS Y +)	AFICIONADOS AL TRAIL CLÁSICO ABIERTA -10 K (18 AÑOS Y +)	AFICIONADOS AL TRAIL CLÁSICO JUVENIL -10 K (17 AÑOS Y -)	CLÁSICA DE MONTAÑA SUB 20 (16-19 AÑOS) 10K-18K	CLÁSICA DE MONTAÑA SENIOR (18 AÑOS Y +) 10K-18K	TRAIL ABIERTO (18 AÑOS Y +) 19K-34K	TRAIL CORTO (18 AÑOS Y +) 35K-54K	TRAIL LARGO (18 AÑOS Y +) 55K Y MÁS	
FECHA		3 MEJORES RESULTADOS	4 MEJORES RESULTADOS	4 MEJORES RESULTADOS	4 MEJORES RESULTADOS	4 MEJORES RESULTADOS	3 MEJORES RESULTADOS	3 MEJORES RESULTADOS	2 MEJORES RESULTADOS	
	4,5,6 ABRIL	CANFRANC 2 MEJORES PUNTUABLES PARA SELECCIÓN NACIONAL Y CAMPEONATO NACIONAL			CANFRANC 3 MEJORES PUNTUABLES PARA SELECCIÓN NACIONAL Y CAMPEONATO NACIONAL	CANFRANC 3 MEJORES PUNTUABLES PARA SELECCIÓN NACIONAL Y CAMPEONATO NACIONAL		CANFRANC 2 MEJORES PUNTUABLES PARA SELECCIÓN NACIONAL Y CAMPEONATO NACIONAL	CANFRANC 2 MEJORES PUNTUABLES PARA SELECCIÓN NACIONAL Y CAMPEONATO NACIONAL	PETZL
	26 ABRIL									RETORNO
	4 MAYO									HIELERO
	17 MAYO									SKY
	6,7 JUNIO									ILALÓ

	CLASIFICATORIAS Y PUNTUABLES PARA SELECCIÓN NACIONAL Y CAMPEONATO NACIONAL.		PUNTUABLES PARA CAMPEONATO NACIONAL.		CLASIFICATORIAS Y PUNTUABLES PARA SELECCIÓN NACIONAL Y CAMPEONATO NACIONAL.		PUNTUABLES PARA CAMPEONATO NACIONAL.
--	-----------------------------------------------------------------------------	--	--------------------------------------	--	-----------------------------------------------------------------------------	--	--------------------------------------

FECHA	KM VERTICAL (18 AÑOS Y +)	AFICIONADOS AL TRAIL CLÁSICO ABIERTA -10 K (18 AÑOS Y +)	AFICIONADOS AL TRAIL CLÁSICO JUVENIL -10 K (17 AÑOS Y -)	CLÁSICA DE MONTAÑA SUB 20 (16-19AÑOS) 10K-18K	CLÁSICA DE MONTAÑA SENIOR (18 AÑOS Y +) 10K-18K	TRAIL ABIERTO (18 AÑOS Y +) 19K-34K	TRAIL CORTO (18 AÑOS Y +) 35K-54K	TRAIL LARGO (18 AÑOS Y +) 55K Y MÁS	
	3 MEJORES RESULTADOS	4 MEJORES RESULTADOS	4 MEJORES RESULTADOS	4 MEJORES RESULTADOS	4 MEJORES RESULTADOS	3 MEJORES RESULTADOS	3 MEJORES RESULTADOS	2 MEJORES RESULTADOS	
 14,15 JUNIO	KM VERTICAL	8K	8K	15K	15K	25K	-	-	CORAZÓN
 1,2,3 AGOSTO	-	-	-	-	-	-	50K	80K	UTMB
 21 SEPT.	-	5K	5K	10K	10K	25K	40K	70K	ALTAR
 26 OCT.	-	5K	5K	12K	12K	26K	45K	-	OSOS

CLASIFICATORIAS Y PUNTUABLES PARA SELECCIÓN NACIONAL Y CAMPEONATO NACIONAL.

PUNTUABLES PARA CAMPEONATO NACIONAL.

CLASIFICATORIAS Y PUNTUABLES PARA SELECCIÓN NACIONAL Y CAMPEONATO NACIONAL.

PUNTUABLES PARA CAMPEONATO NACIONAL.

• **Cada columna especifica el número de carreras que se deben considerar para calcular los mejores resultados:**

1. Kilometro vertical (2 mejores hasta junio para participación internacional y 3 mejores para campeón nacional)
2. Clásica de montaña senior y junior (3 mejores hasta junio para participación internacional y 4 mejores hasta octubre para campeón nacional)
3. Short trail (2 mejores hasta junio para participación internacional y 3 mejores hasta octubre para campeón nacional)
4. Long trail (1 de clasificación directa por género en la **Petzl Trail Plus** y en la **Ruta Del Hielero** para WMTRC y los 2 mejores resultados hasta octubre para ser campeón nacional) (Mejores resultados para WMTRC25 según disponibilidad de cupos)

III. RANKING Y PUNTUACIÓN

TRYMEC 2025 es el campeonato de **trail running** a nivel nacional, que toma en cuenta el sistema de puntuación del **ranking ITRA**, adaptado a las diferentes distancias propuestas, y complementado con otros parámetros en función de los resultados de cada atleta.

Estos son los cuatro parámetros que forman el ranking nacional:

1. **Categoría de competiciones (FINISHER).**
2. **Puntuación basada en el nivel de esfuerzo (ITRA).**
3. **Puntuación por posición.**
4. **Bonus por puntuación en tiempos y competitividad**

1. **Categorías de competiciones al ser FINISHER (dentro del tiempo establecido por la organización)**

- **Inicios al Trail (– 10 km con cualquier desnivel) – 1 punto.**
- **Trail Clásico (10 a 18 km con cualquier desnivel) – 2 puntos.**
- **Trail Mediano (19 – 34 km con cualquier desnivel) – 3 puntos.**
- **Trail Corto (35 – 54 km con cualquier desnivel) – 4 puntos.**
- **Trail Largo (55 km o más con cualquier desnivel) – 5 puntos.**

2. **Puntuación en base a distancia y desnivel (Índice de dificultad de la prueba)**

Tomando la distancia total y desnivel positivo se consigue una puntuación de la carrera

$$77.5 \text{ km} + \frac{5480 \text{ desnivel}}{100} = 132.3 \text{ puntos}$$

Puntos en Base a la ITRA

Se toma en cuenta el siguiente cuadro en base al resultado anterior para asignar el puntaje a la prueba

1. Entre 25 y 39 → 1 punto
2. Entre 40 y 64 → 2 puntos
3. Entre 65 y 89 → 3 puntos
4. Entre 90 y 139 → 4 puntos
5. Entre 140 y 189 → 5 puntos
6. Más de 190 → 6 puntos

3. Puntuación por posición

- | | | |
|-------------------|------------------|-----------------------------------------------|
| • 1er lugar 15pts | • 5to lugar 7pts | • 9no lugar 3pts |
| • 2do lugar 12pts | • 6to lugar 6pts | • 10mo lugar 2pts |
| • 3er lugar 10pts | • 7mo lugar 5pts | • Resto de participantes se llevarán 1 punto. |
| • 4to lugar 8pts | • 8vo lugar 4pts | |

4. Bonus por tiempos y competitividad

- Para aplicar este parámetro deberá existir un **número mínimo de 5 participantes** del mismo género y distancia.
- En el caso del trail largo deberá haber un **número mínimo de 3 participantes** por género y distancia.
- Si existe más del 3% de diferencia del 1er lugar con el resto de participantes se bonificará con: 2 puntos
- Los competidores que tengan una diferencia de máximo el 3% con el mejor tiempo bonificarán con: 1 punto

Resultado Final

Se suman los mejores resultados del mismo formato de distancia de cada atleta para definir su puntaje final, es decir no se suman pruebas de diferentes formatos, es importante considerar que según la distancia que se participa hay un número de pruebas mínimas, Si existiera un empate en puntajes se tomaran en cuenta los mejores resultados junto a los mejores tiempos de carrera de cada atleta. se toma de referencia el siguiente ejemplo:

EJEMPLO ATLETA 1										
EVENTO	DISTANCIA EN KM	DESNIVEL+	TIEMPO	RESULTADO	PARAMETROS					RESULTADO FINAL
					1	2	3	4		
CARRERA 1	10	300	32 MIN	1er lugar	2	$10+(300 / 100) =13$	0	15	2	19
CARRERA 2	12	500	51 MIN	2do lugar	2	$12+(300 / 100) =17$	0	12	1	15
CARRERA 3	11	600	59 MIN	1er lugar	2	$11+(600 / 100) =17$	0	15	1	18
CARRERA 4	15	1100	1H6 MIN	3er lugar	2	$15+(1100 / 100) =26$	1	10	1	14
PUNTAJE AL FINAL DEL CAMPEONATO										66

EJEMPLO ATLETA 2										
EVENTO	DISTANCIA EN KM	DESNIVEL+	TIEMPO	RESULTADO	PARAMETROS					RESULTADO FINAL
					1	2	3	4		
CARRERA 1	10	300	39 MIN	2do lugar	2	$10+(300 / 100) =13$	0	12	0	14
CARRERA 2	12	500	50 MIN	1er lugar	2	$12+(300 / 100) =17$	0	15	1	18
CARRERA 3	11	600	59 MIN	2do lugar	2	$11+(600 / 100) =17$	0	12	1	15
CARRERA 4	15	1100	1H5 MIN	2do lugar	2	$15+(1100 / 100) =26$	1	12	1	16
PUNTAJE AL FINAL DEL CAMPEONATO										63

IV. REGLAMENTO

Las organizaciones del campeonato y los corredores participantes deberán ajustarse a los siguientes **estándares de competición**:

Normas de Competición

Para que una competición sea **reconocida como OFICIAL** y sus resultados sean homologados, es necesario cumplir con los siguientes requisitos:

1. **Participar** en el número mínimo de competencias por distancia para obtener los mejores resultados (**REVISAR II – CATEGORÍAS**). “Sin embargo, una sola carrera destacada podría ser suficiente para posicionarse en el ranking.”
2. Completar el **proceso de inscripción** con la información correcta.
3. **Usar el dorsal de competición** asignado y visible.
4. **No se permite recibir asistencia en zonas no autorizadas por la organización.** Esto incluye **hidratación, alimentos, entrega de material, cambios, aplicación de agua u otra ayuda externa** fuera de los puntos oficiales.
5. **Portar todo el material obligatorio** según cada organización.
6. **Seguir la ruta completa y marcada** por la organización, de acuerdo con la distancia en la que participa el atleta.
7. Salir en el **corral asignado** según cada organización.
8. Está prohibido todo tipo **de seguimiento o apoyo externo** durante la competencia. Esto incluye la presencia de **acompañantes, spacers o cualquier tipo de transporte de seguimiento en ruta**, ya sea a pie, en bicicleta, moto u otro medio.
9. Usar **sustancias prohibidas** por la **WADA (REVISAR VII – DOPING)**.
10. En caso de un problema en ruta con alguno de los deportistas, el principal método de verificación y control será el **track de competencia** de cada corredor, el cual será obligatorio según las exigencias de cada organización.
11. Ser **ecuatoriano de nacimiento o residente permanente** (para clasificación a eventos internacionales).
12. No cometer ningún tipo de **conducta antideportiva** (Respeto en la Comunidad: Organización, atletas y ASET).
13. Es **prohibido botar basura** en senderos o caminos (El manejo de desechos es responsabilidad de todos).
14. **No está permitido salir fuera del horario indicado por la organización.** El incumplimiento puede implicar la **no autorización de salida** o una **autorización diferida con un retraso mínimo de 30 minutos.**

Reglamento: El incumplimiento de las normas de competición conllevará, en **primera instancia, la descalificación**. De aplicarse una penalización en lugar de la descalificación, esta será de **al menos 30 minutos** y podrá ampliarse según la gravedad de la falta, a criterio de la organización. **Para presentar un reclamo**, el atleta o parte interesada deberá **aportar pruebas claras, como fotos o videos**, que demuestren el incumplimiento del reglamento. Sin evidencia, no se dará curso a la solicitud.

Inscripciones o Participaciones

Todos los atletas y clubes deberán realizar las **inscripciones** para cada una de las carreras dentro de los **límites y plazos establecidos**. Será responsabilidad de cada uno de ellos inscribirse a tiempo.

(La ASET no será intermediario en ninguna gestión de atletas, para la inscripción de las fechas del campeonato).

Material Obligatorio

Cada evento tiene su propio **material obligatorio**, por lo que el conocimiento del mismo es responsabilidad de cada participante, tras una correcta comunicación por parte de la organización a través de las vías establecidas.

Se debe tener en cuenta el **listado de material obligatorio** y el **material recomendado** (no obligatorio) que la organización pueda proporcionar, basado en su conocimiento del terreno y la meteorología de la zona.

La **falta de algún elemento obligatorio** en la zona de salida implicará la **no participación o penalización** del competidor en la carrera. En caso de que dicha falta se produzca durante los controles en carrera y/o meta, significará la **descalificación o penalización inmediata** del atleta definida por el organizador y debe ser igual para todos (aficionados – elites).

Igualdad y Equidad

Promovemos el **respeto, la igualdad y la equidad** para todos quienes somos parte de la comunidad de **trail y montaña del Ecuador**. A continuación, algunos parámetros a tener en cuenta que debemos saber todos:

- **Mismo derecho en horarios de partida** de cada evento, divididos por categorías de edades sin distinción de género.
- **Asistencia de todo tipo (abastos, medicina, staff, etc) con igual prioridad** para cualquier participante de cada evento tanto los primeros puestos como los del último.
- **Reglamentos iguales** para todos los participantes.
- **Reconocimientos igualitarios** para todos los ganadores y participantes.

V. SEGURIDAD Y ASISTENCIA

Seguridad y Control

Los organizadores deberán habilitar un **sistema de seguridad o control** dentro de su equipo de trabajo, compuesto por miembros de la organización, voluntarios o personal contratado específicamente para este fin. Este equipo estará bajo la supervisión de un **responsable de seguridad**, quien será designado por la organización. La identidad del responsable deberá ser **informada a la ASET** con la debida antelación, antes del día de la competición, para asegurar una correcta coordinación en relación a cualquier novedad o situación que involucre a los participantes en ruta.

Si por alguna razón una de las competencias debe suspenderse debido a **fuerza mayor** o si se presenta algún corte en ruta debido a condiciones **climáticas** o de **seguridad**, la organización podrá **modificar** o realizar **acciones correctivas**, que serán **agregadas al reglamento** correspondiente. Las posiciones serán determinadas por el puesto de los competidores hasta el corte o fin de carrera.

Puntos de Asistencia y Abastecimiento

El número de **puestos de abastecimiento** será determinado por la organización, tomando en cuenta la **distancia** en la que se participe. Estos deben ser **claramente establecidos**, de modo que cada atleta pueda planificar su **estrategia de carrera** de acuerdo con las ubicaciones y la cantidad de abastecimientos disponibles. **"No serán carreras autoabastecidas"**

Adicionalmente, cada organizador deberá contar con la **cantidad necesaria de abastecimiento** para todos los participantes, asegurando lo siguiente:

- **1 puesto de abastecimiento** en carreras **cortas y medias**.
- **2 puestos de abastecimiento** en carreras **largas**.

Cada puesto de abastecimiento **debe incluir, al menos, los ítems en negrita especificados en el cuadro de abasto proporcionado por la organización. Además, el abastecimiento debe ser gestionado con la misma importancia tanto para los primeros corredores como para los últimos, garantizando que todos los participantes reciban el apoyo necesario.**

Cada **puesto de abastecimiento** debe incluir, al menos, los ítems en **negrita** especificados en el cuadro de abasto proporcionado por la organización. Además, el abastecimiento debe ser gestionado con la misma importancia tanto para los **primeros corredores** como para los **últimos**, garantizando que todos los participantes reciban el apoyo necesario.

CARRERAS CORTAS, MEDIAS Y LARGAS:

CARBOHIDRATOS:	FRUTAS:	HIDRATACION:	SUPLEMENTOS:
Distancias cortas: <ul style="list-style-type: none"> • Geles energéticos (fáciles de digerir) • Barras energéticas (con bajo nivel de fibra para evitar problemas gastrointestinales) • Plátano o fruta deshidratada como pasas Distancias largas: <ul style="list-style-type: none"> • Fideos • Papas • Camote • Sopas ligeras 	Con más agua: <ul style="list-style-type: none"> • Sandía (92 % de agua y rica en potasio) • Melón (90 % de agua) • Naranjas (con vitamina C y carbohidratos simples) • Fresas (91 % de agua y ricas en antioxidantes) Con más carbohidratos: <ul style="list-style-type: none"> • Plátano • Uvas 	<ul style="list-style-type: none"> • Agua • Bebidas isotónicas • Pastillas de electrolitos 	<ul style="list-style-type: none"> • Bebidas o geles con cafeína

Señalética y Puntos Críticos en Desvíos

Se deberán tener en cuenta los siguientes puntos, tanto para atletas como para organizadores. En caso de incumplimiento, la organización podrá ser sancionada o no ser considerada para futuros campeonatos y así mismo aceptar el error del corredor:

1. La señalética debe ser de **color fuerte y visible** para evitar confusión en caminos o senderos de montaña.
2. La señalética en senderos deberá estar a un **máximo de 50 metros** de distancia o menos, según lo determine cada organizador.
3. En caminos abiertos, la señalética deberá estar a un **máximo de 100 metros** de distancia o menos, a criterio de cada organizador.

4. La señalética de cada evento deberá ser retirada una vez finalizado el evento, conforme al plan de logística de la organización.
5. Debe haber **personal del staff** en cada desvío importante, especialmente en puntos donde se unen diferentes distancias del evento.
6. Se solicita a todos los organizadores que marquen con una **X** en los caminos o desvíos importantes, en caso de que no haya personal del staff disponible.
7. Los corredores de media y larga distancia deberán llevar un **dispositivo GPS** con el track de ruta siendo obligatorio o recomendado de acuerdo a cada organización.

Asistencia Medica

Es obligación de los organizadores de cada una de las carreras del Campeonato Nacional, el disponer de la presencia de **por lo menos 2 paramédicos y 1 ambulancia** durante el desarrollo de la competición (desde 1 hora antes hasta 30' después de finalizada la competición).

NOTA: Los eventos que no cumplan con este requerimiento serán sancionados hasta con dos años de no se parte del circuito según sea analizado por el comité técnico.

Plan de contingencia y seguridad

El organizador deberá completar un documento firmado que será enviado por la ASET en la que estipule lo siguiente:

- Número del organizador
- Número del responsable técnico - logístico
- Número del responsable de seguridad
- Número del voluntario líder
- Número de un responsable alterno
- Responsable del sistema de cronometraje
- Cantidad de personas del Staff
- Link con tracks finales de carrera o modificaciones
- Cantidad de corredores por distancia y género

VI. LOGISTICA DE CADA EVENTO

Desarrollo del evento

Cada evento deberá cumplir con la planificación y programación publicados previamente.

Horarios y lugar de partida

Se debe publicar y respetar los horarios de salida previsto por cada organizador, los horarios serán publicado con anticipación por cada organizador al cual los atletas deberán estar en los horarios establecidos.

Categorías

Lo que se publica se debe cumplir y se debe tomar en cuenta el numero de participantes (es importante el respeto de cada deportista en el corral asignado donde cada organización tomara las medidas que sean necesarias).

Tracks Oficiales

Los tracks oficiales de los organizadores definirán el puntaje final de cada competencia determinado por la ASET y estarán publicados por lo menos con 1 semana previo a cada evento. Si existe alguna modificación en el track deberán ser notificados a cada uno de los atletas participantes y a la ASET para el respectivo puntaje final.

Guía de la competencia

Esta guía deberá ser subida por lo menos 1 semana previa a cada evento con todos los detalles del lugar de la carrera incluido, horarios de salida, tracks oficiales, puntos de abastecimiento, seguridad, etc.

Resultados Oficiales (ITRA e INDEX)

Los resultados de cada competencia deberán ser publicados con un **máximo de 48 horas** una vez finalizado el evento con su empresa o sistema de cronometraje, el cual deberá tener como clasificación general el TIEMPO CHIP, los tiempos deberán coincidir con el documento subido en las plataformas de ITRA e INDEX. El archivo de resultados con el formato establecido a la ASET para el ranking nacional deberá ser enviado en un plazo máximo de 1 semana.

VII. DOPING - EXÁMENES MÉDICOS Y SEGURO

DOPING

Se podrá realizar un control al dopaje aleatorio en cualquiera de los eventos de acuerdo a lo estipulado en la norma internacional.

a. Clasificación de la WADA para sustancias prohibidas siempre

Categorías	Tipos de fármacos incluidos en esta categoría	
Agentes Anabolizantes	Esteroides anabolizantes androgénicos	
	Otros agentes anabolizantes	
Hormonas peptídicas, factores de crecimiento, sustancias afines y miméticos.	1. Eritropoyetinas (EPO) y factores que afectan la eritropoyesis	<ul style="list-style-type: none"> • Agonistas del receptor de eritropoyetina • Agentes activadores del factor inducible para hipoxia • Inhibidores de gata • Inhibidores de TGF-β
	1. Hormonas peptídicas y moduladores hormonales	<ul style="list-style-type: none"> • Gonadotropina coriónica (CG) y hormona luteinizante (LH) y sus factores de liberación • Corticotrofinas y sus factores de liberación • Hormona de crecimiento (GH), sus fragmentos y sus factores de liberación
	2. Factores de crecimiento y moduladores de factores de crecimiento	<ul style="list-style-type: none"> • Factor de crecimiento derivado de plaquetas (PDGF) • Factor de crecimiento de tipo insulínico-I (IGF-I) y sus análogos • Factores de crecimiento fibroblásticos (FGF) • Factores de crecimiento de endotelio vascular (VEGF) • Factor de crecimiento de hepatocitos (HGF)
Agonistas beta-2	Fenoterol, formoterol, higenamina, indacaterol, olodaterol, procaterol, reproterol, salbutamol, salmeterol, terbutalina, tulobuterol, vilanterol	
	Excepto: <ul style="list-style-type: none"> • Salbutamol • Formoterol 	

	<ul style="list-style-type: none"> Salmeterol *A dosis terapéuticas
Moduladores hormonales y metabólicos	1. Inhibidores de la aromatasa
	2. Moduladores selectivos de los receptores de estrógeno
	3. Otras sustancias anti estrogénicas
	4. Agentes modificadores de las funciones de miostatina
	5. Moduladores metabólicos
Diuréticos y agentes enmascarantes	Desmopresina; probenecida; expansores del plasma
	Acetazolamida; ácido etacrínico; amilorida; bumetanida; canrenona; clortalidona; espironolactona; furosemida; indapamida; metolazona; tiazidas

b. Clasificación de la WADA para sustancias prohibidas en competición

Categorías	Tipos de fármacos incluidos en esta categoría	
Estimulantes	1. Estimulantes no específicos	Adrafinilo, anfrepamona, anfetamina, benfluorex, benzilpiperazina, cocaína, modafinilo
	2. Estimulantes específicos	Benzfetamina, catinona, dimetilanfetamina, efredina, epinefrina, etilanfetamina, fenpromentamina, heptamidol, hidroxianfetamina, metilfenidato, pseudoefedrina, seleginina, sibutramina
Narcóticos	Buprenorfina, Dextromoramida, Heroína, Fentanil, Hidromorfona, Metadona, Morfina, Nicomorfina, Oxiconona, Oximorfona, Pentazocina, Petidina	
Cannabinoides	Cannabinoides naturales	Cannabis, hachís y marihuana
	Cannabinoides sintéticos	Δ^9 -tetrahydrocannabinol (THC) y otros canabimiméticos
Glucocorticoides	Betametasona, Budesonida, Cortisona, Deflazacort, Dexametasona, Fluticasona, Hidrocortisona, Metilprednisolona, Prednisolona, Prednisona, Triamcinolona	

- La cocaína, la diamorfina (heroína), la metilendioximetanfetamina (MDMA/“éxtasis”) y el tetrahidrocannabinol (THC) se han identificado como sustancias de uso indebido.
- El canabidiol (CBD) no está prohibido, en sintonía con la revisión en varios países (como el nuestro que despenalizó el cultivo de cáñamo con fines terapéuticos, medicinales e industriales en las reformas al Código Orgánico Integral Penal -Art. 127- vigentes desde el 21 de junio de 2020) y la reclasificación de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Sin embargo, los atletas deben ser conscientes de que algunos productos de CBD extraídos de plantas de cannabis también pueden contener THC, lo cual podría resultar en un control de dopaje positivo para un cannabinoide prohibido.

EXÁMENES MÉDICOS

Para participar en cualquier proceso de clasificación con fines de representación nacional, cada deportista deberá presentar exámenes médicos actualizados que certifiquen su estado óptimo de salud. Estos exámenes pueden incluir, entre otros: pruebas de sangre, exámenes de laboratorio generales y, de ser posible, una prueba de esfuerzo físico.

La responsabilidad de realizar y presentar estos exámenes recae en cada deportista. No obstante, la Asociación Ecuatoriana de Trail gestionará, como en años anteriores, posibles apoyos institucionales a través del Ministerio del Deporte u otras entidades.

El cumplimiento de este requisito permitirá solicitar el aval olímpico otorgado por el Comité Olímpico Ecuatoriano, que garantiza la aptitud médica del deportista para representar al país.

SEGURO MÉDICO

En muchas competencias internacionales, se exige que los deportistas cuenten con un seguro médico vigente durante todo el viaje. Este requisito es obligatorio para la participación. En ocasiones anteriores, se ha contado con el apoyo de la empresa privada para facilitar este requerimiento.

VIII. CLASIFICACIONES (ARWC 2025 Y SUDAMERICANO 2026)

Criterios de clasificación para la Selección Nacional

Se establecerán tres opciones de clasificación para los corredores de todas las categorías:

1. **Preselección Directa Campeonato Nacional TRYMEC 2024**
2. **Campeonato Nacional TRYMEC 2025**
3. **Antecedentes Deportivos**

Requisitos por Categoría

- **Categoría Senior:** Los atletas podrán clasificar mediante cualquiera de las tres opciones mencionadas siendo mayores a 18 años.
- **Categoría Junior:** La clasificación estará regida exclusivamente por el **Campeonato Nacional TRYMEC**. Podrán clasificar en las pruebas Sub-20 aquellos atletas que tengan entre **16 y 19 años cumplidos al 31 de diciembre** del año de la competición.

Selección Competitiva

Para conformar una selección nacional de alto nivel, se tendrá en cuenta lo siguiente:

- **Cumplimiento de los criterios de clasificación:** Solo los atletas que cumplan con los criterios establecidos serán seleccionados.
- **No se otorgarán cupos vacíos:** No se completarán plazas sin justificar el desempeño deportivo de los atletas.

1. Preselección Directa TRYMEC 2024

Los **campeones nacionales TRYMEC 2024** formarán la preselección que representará al país en el **WTRC 2025 en España**. Si no participaron en el Sudamericano, deberán participar en una válida del circuito y confirmar su nivel deportivo, lo cual les garantizará un cupo directo al **WMTRC 2025**. Los atletas deberán iniciar el proceso de gestión para su participación en el evento internacional con toda la documentación necesaria **(Cédula y Pasaporte Vigente por lo menos con 6 meses para el WMTRC25)**.

2. Campeonato Nacional TRYMEC 2025

Este campeonato es **clave** para para los atletas que buscan representar a Ecuador en el **Campeonato Mundial 2025, el Sudamericano 2026 y cualquier prueba de selección nacional**. Permite que todos logren su ranking nacional, impulsando la motivación de toda la comunidad. En todas las distancias y categorías, tendremos a los mejores rankeados a nivel nacional, quienes serán reconocidos y premiados como los mejores.

Además, en las pruebas de clasificación para la selección nacional, se tomará en cuenta lo siguiente:

- **Mejores rankeados hasta junio:** Los atletas con mejor clasificación y resultados hasta el mes de junio formarán parte de la selección nacional para el Campeonato del Mundo ARWC 2025, **considerando sus** mejores carreras completadas según la distancia, **y el** desempeño individual en cada una de ellas.
- **Mejores rankeados 2025:** Los atletas con mejor clasificación hasta el cierre del campeonato, conformarán la selección nacional para los eventos 2026 principalmente al Campeonato Sudamericano 2026.
- **Clasificación a dos pruebas:** Un atleta **podrá clasificar a dos pruebas** si se encuentra dentro del **ranking nacional** en ambas distancias. La **asignación de hospedaje y alimentación** se aplicará de acuerdo con su **posición en el ranking** en cada una.
- **Selección por prueba y género:** se podrán seleccionar **entre 1 y 4 atletas por distancia y categoría de género** en las modalidades de **Mountain Running** (KM Vertical, Clásica 16k y U20 8k), y **de 1 a 6 atletas** en las modalidades de **Trail Running** (Trail Corto 45k y Trail Largo 82k). (SEGÚN PLAZAS DISPONIBLES)

Las pruebas de clasificación a selección Nacional incluyen (**REVISAR I – CALENDARIO Y CATEGORIAS**):

MOUNTAIN RUNNING:

1. Vertical Uphill 6K – Kilometro Vertical
2. Mountain Classic 14K (up & down) – Clásica de Montaña
3. Junior Mountain Classic 8K (up & down) – Sub 20

TRAIL RUNNING

1. Short Trail 45K – Trail Corto
2. Long Trail 82K – Trail Largo

En el Long Trail la clasificación y distribución de plazas será de la siguiente manera “ARWC 2025”:

Se otorgará los cupos de la siguiente manera:

- **Uno o más cupos por currículum** para atletas destacados internacionales.
- **1 cupo por género** para los **campeones nacionales TRYMEC 2024**.
- **1 cupo por género** para los ganadores de la **Petzl Trail Plus 70K (abril)**.
- **1 cupo por género** para los ganadores de la **Ruta del Hielero 70K (mayo)**.
- Si el primer lugar ya está clasificado (campeón nacional o atleta en proceso de ratificación), el **cupos se asignará al segundo lugar analizando su performance**.
- Los **cupos restantes se definirán según el rendimiento** en el **Campeonato TRYMEC25**.

3. Aplicación mediante Antecedentes Deportivos

Los deportistas ecuatorianos con un nivel competitivo internacional, que por algún motivo de fuerza mayor o que residen en el extranjero podrán aplicar enviando su **currículum deportivo**, el cual será evaluado por personal técnico y miembros de la **ASET**.
(Fecha máxima de aplicación; 22 de febrero 2025, sin ninguna excepción)

Los criterios incluyen:

- **Ranking ITRA o UTMB Index** igual o mayor a **750 puntos para hombres** y **600 puntos para mujeres** (como referencia mínima de nivel competitivo).
- **Participación en eventos de trail en 2025** con **puntajes ITRA o UTMB Index** iguales o superiores a los valores mencionados (750 hombres / 600 mujeres).
- **Atletas destacados en pruebas o deportes similares** (montaña, skyrunning, triatlón, ciclismo, entre otros) que demuestren un **nivel competitivo alto y vigente**, y que estén **activamente vinculados al trail running** nacional o internacional.

Documentos a presentar:

- **Datos personales**
- **Copia a color de la cédula de identidad**
- **CV deportivo**, con:
 - Carreras nacionales e internacionales de los últimos **3 años** (con tiempos y posiciones).
 - Captura de pantalla de tu **índice ITRA** y **índice UTMB**.
 - Proyectos relacionados al trail (si existen).
 - **Texto explicativo** sobre por qué deseas ser seleccionado sin clasificar en **TRYMEC25**

Los documentos deben enviarse a **comtrailec@gmail.com**, indicando la distancia a la que deseas participar en el **WMTRC 2025**. (Los atletas que ingresen por este medio serán ubicados según su nivel dentro de las plazas disponibles, lo que podría implicar que no cuenten con alimentación ni hospedaje cubiertos). **Sin embargo**, los atletas con desempeño sobresaliente a nivel internacional en trail running **serán** prioridad para la **asignación de estos beneficios**.

PLAZAS DE CLASIFICACIÓN

Se asignarán un máximo de **48 cupos** distribuidos de la siguiente manera:

- **8 cupos** para la **Preselección Directa TRYMEC 2024** (Inciso 1) (Alimentación y hospedaje cubierto)
- **22 cupos** para el **Campeonato Nacional TRYMEC 2025** (Inciso 2) (Campeones Nacionales: hospedaje y alimentación)
- **18 cupos** para los corredores que apliquen y cumplan con los requisitos de **Antecedentes Deportivos o TRYMEC 2025** (Inciso 3).

¡Es tu oportunidad de representar a Ecuador a nivel mundial!

Asegura tu lugar en la selección y demuestra tu talento en las competiciones internacionales.

PLAZAS WMTRC 2025

CLASIFICACIONES	6KM VERTICAL UPHILL		8K SUB-20		14K MOUNTAIN CLASSIC		45K SHORT TRAIL		82K LONG TRAIL	
	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M
1. PLAZAS TRYMEC 2024 (8)	0	1 (Ratificar)	0	1	1	1	1	1	1	1 (Ratificar)
2. PLAZAS TRYMEC 2025 (22)	2	1	4	3	2	2	2	2	2	2
3. PLAZAS TRYMEC 2025 O APLICACIÓN (18)	2	2	0	0	1	1	3	3	3	3
TOTAL	4	4	4	4	4	4	6	6	6	6
	48						PLAZAS MÁXIMAS			

Notas:

- **"Ratificar"** indica que la plaza debe ser confirmada, con un resultado destacado en la modalidad en una fecha TRYMEC25 (Aplica para quienes no estuvieron el campeonato Sudamericano 2024).
- La clasificación se distribuye en **TRYMEC 2024, TRYMEC 2025 y TRYMEC 2025 o currículum.**
- Se asignan un total de **48 plazas máximas** en todas las pruebas (**30 con hospedaje y alimentación cubiertos por la organización, y 18 como plazas adicionales**)

IX. ENCUESTA DE SATISFACION DEL EVENTO

Una vez finalizado cada uno de los eventos del campeonato nacional tendremos una encuesta de satisfacción del corredor, misma que tiene el propósito de evaluar los diferentes puntos de cada evento y así poder reconocer a las diferentes organizaciones por su gran labor y de la misma forma cada año poder dar una mejor experiencia a cada uno de los atletas.



¡Tu opinión es importante! 🏃🏆

Si participaste en los eventos **TRYMEC 2024**, te invitamos a completar las evaluaciones para ayudarnos a mejorar.

👁️ **Accede al formulario aquí:**

[https://linktr.ee/trailec?utm_source=linktree_admin_share]

X. CEREMONIA FINAL

Al finalizar el año haremos un reconocimiento a los campeones nacionales del TRYMEC 2025 con un gran evento donde estaremos juntos con la comunidad de trail y montaña del país.

El reconocimiento para los campeones nacionales del TRYMEC 2024 se realizará el 8 de marzo del presente año, además se reconocerá a todas las organizaciones que formaron parte del TRYMEC 2024, así como a la que tuvo el mejor proyecto medioambiental, más corredores inscritos y mucho más. **(Las invitaciones ya fueron enviadas)**



XI. TURISMO LOCAL

Los eventos de trail y montaña aportan significativamente al turismo local y de aventura en cada sector. Como comunidad, buscamos aprovechar al máximo nuestros recursos. Cada organización deberá proporcionar detalles y referencias del evento. Además, es crucial que los corredores planifiquen con anticipación para garantizar la mejor experiencia posible. A continuación, algunos puntos de detalle:"

1. Información general del evento

- **Ubicación exacta:** Provincia - Cantón - Parroquia
- **Fecha del evento**
- **Teléfono de contacto y emergencia** de la organización

2. Logística y planificación

- **Cronograma del evento:** horarios de salida, premiación y otras actividades relevantes
- **Accesibilidad:** rutas de llegada para vehículos particulares y transporte público (incluyendo horarios y cooperativas de buses disponibles)
- **Condiciones climáticas:** estimación meteorológica para el día del evento

3. Servicios y turismo en la zona

- **Opciones de hospedaje cercanas al evento**
- **Actividades recomendadas en la zona**, tales como:
 - ✓ Turismo de aventura
 - ✓ Turismo cultural
 - ✓ Recorridos urbanos
 - ✓ Otras experiencias de interés

Compromiso con el desarrollo del trail y la montaña en Ecuador

Brindar esta información es clave para mejorar la experiencia de los corredores, fortalecer el turismo local y facilitar la planificación previa al evento. Como **campeonato nacional**, TRYMEC recibimos atletas de diferentes partes del país, muchos de los cuales viajan con días de anticipación o llegan en horarios diurnos y nocturnos.

A medida que avanza el **Campeonato TRYMEC 2025**, seguiremos puliendo detalles y trabajando para el crecimiento del trail y la montaña ecuatoriana. **¡Sumémonos con iniciativas que generen impacto positivo!** 🤝 🏔️ 🏃



Atentamente,
Asociación Ecuatoriana de Trail **ASET**
Comisión encargada del Trail y la Montaña en el Ecuador

Quito, junio 2025