



Guía técnica - Copa Nacional MTB #3- Adventure Park, Heredia
Mayo 16-17, 2026

Copa Nacional MTB Costa Rica III Fecha, Adventure Park

American Series XCO, UCI XCC C3



Guía técnica

16-17 mayo 2026

Organizador: Asociación de Ciclismo de Montaña CRC

Patrocinadores y colaboradores





1. INTRODUCCION

La "Copa Nacional MTB #3- Parque de Aventura" es parte del circuito continental American Series de MTB XCO y XCC de Clase 3. Esta Guía Técnica cubre los procedimientos para la carrera programada para el sábado 16 y domingo 17 de mayo de 2026. El propósito del evento es desarrollar a los ciclistas de montaña de Costa Rica y del continente, revitalizar el ciclismo y ampliar la población ciclista en Costa Rica.

Los puntos se otorgan conforme a las normas de la UCI

Además del evento UCI, habrá carreras en categorías nacionales

2. INFORMACIÓN GENERAL

2.1. COMISARIO INTERNACIONAL

El evento será oficiado por Erica Marín, Comisaria Internacional nombrada por la UCI como Presidenta del Panel de Comisarios, asistida por un equipo de Comisarios Nacionales designados por la Federación Nacional de Costa Rica, según las Normas de la UCI

Enlaces de reglas

Inglés

<https://www.uci.org/inside-uci/constitutions-regulations/regulations>

Español

<https://rfec.com/index.php/es/smartweb/seccion/seccion/rfec/Reglamento-del-Deporte-Ciclista-Uci>

2.2. ALOJAMIENTO / ALOJAMIENTO

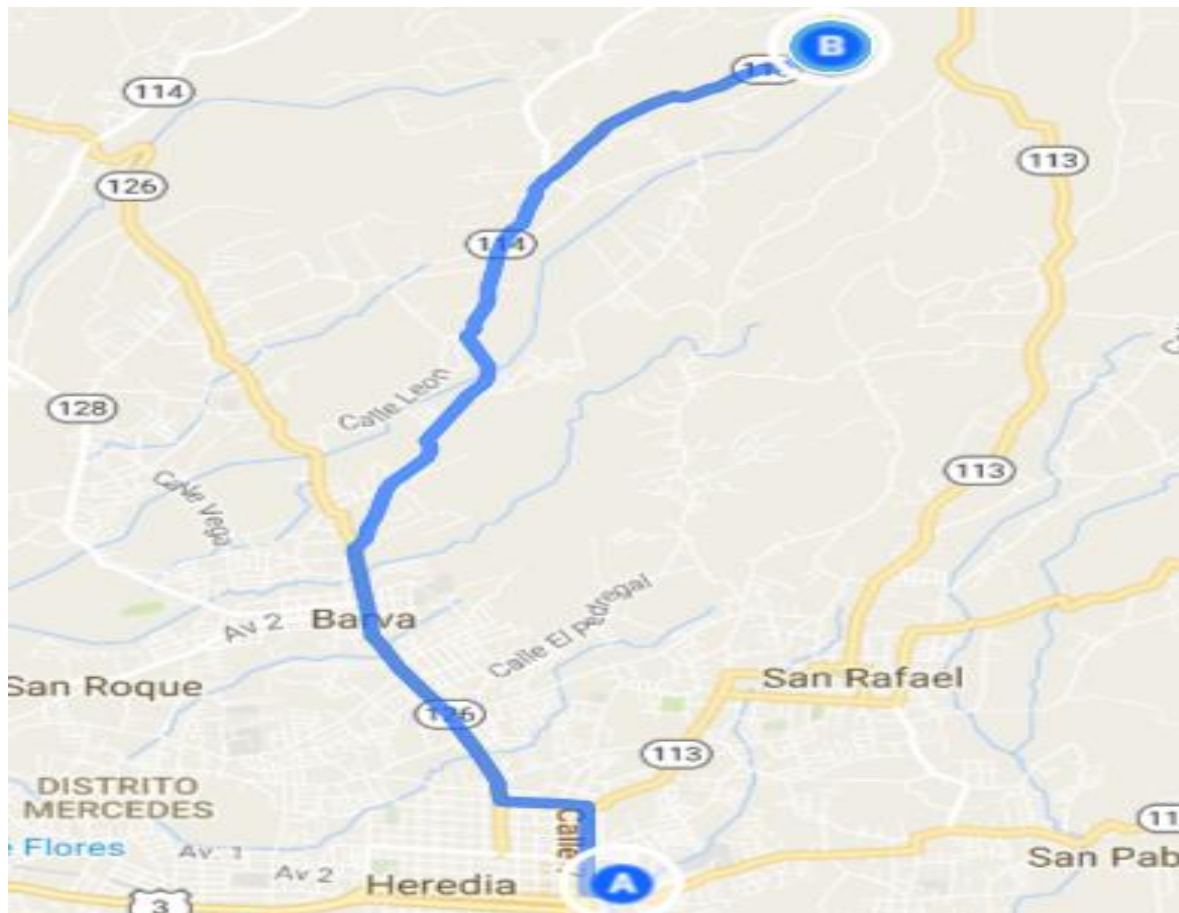
- Cabañas Las Ardillas- <https://www.grupoardillascostarica.com/> - +506 60204432
-Hotel Cypresal - <https://hotelcypresal.com/> - +506 8629 4457

Para las delegaciones extranjeras, la Organización recomienda alquilar un coche en el aeropuerto, lo que será más flexible para el traslado interno.

2.3. SEDE

El evento tendrá lugar en Adventure Park, San José de la Montaña en Heredia, situado a 12 kilómetros de Heredia a una altitud de 1800 metros sobre el nivel del mar.

Mapa que muestra el recorrido desde la Universidad Nacional de Heredia hasta el Lugar



Fuente: Google Maps

Ubicación en Google Maps: <https://maps.app.goo.gl/xrrGkyZpU4Ye1YCS9>

El costo de ingreso para entrenamientos previos y parqueo queda sujeto a la administración del lugar.

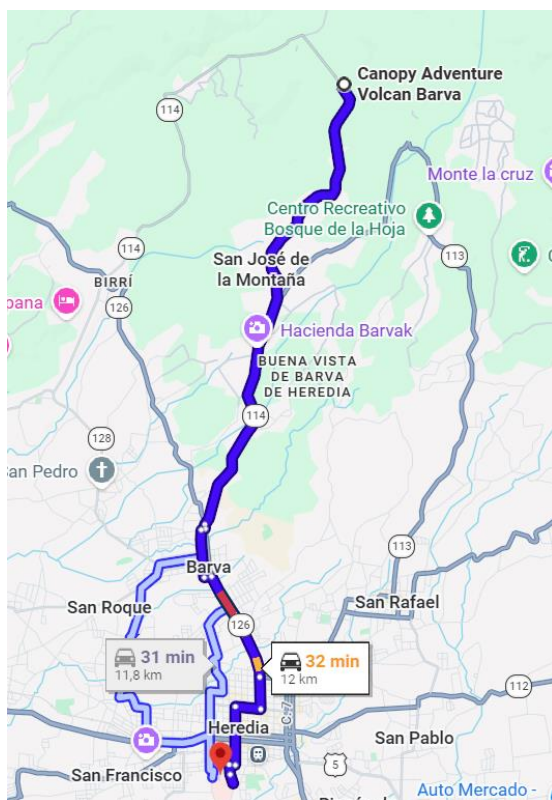
2.4. PRIMEROS AUXILIOS (CRUZ ROJA)

La organización proporcionará primeros auxilios en el recinto durante el entrenamiento oficial y durante la competición. Los participantes serán responsables de cualquier tratamiento adicional a través de la póliza de la licencia.

En la competición también habrá un médico y dos ambulancias, una de ellas de soporte avanzado.

3. HOSPITAL

Hospital San Vicente de Paul
Teléfono +506 25628100
A 12 km del recinto

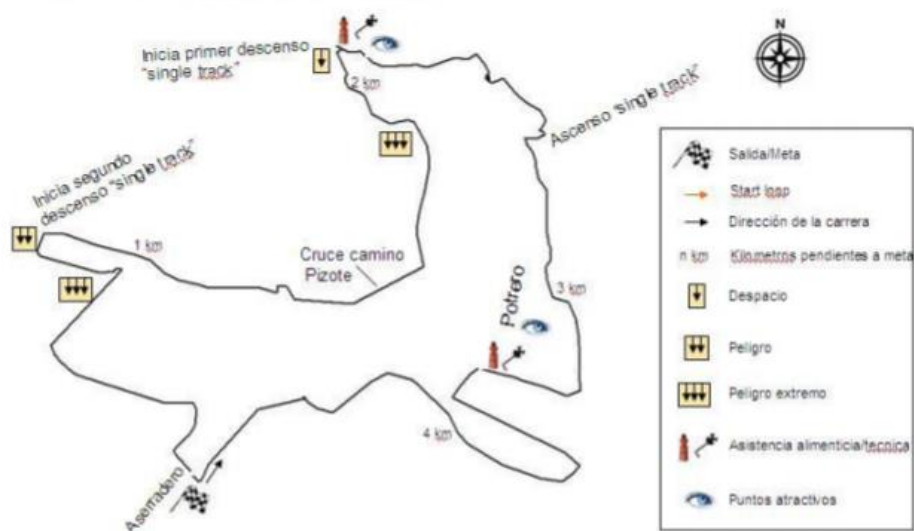


4. CONTACTO CON EL ORGANIZADOR

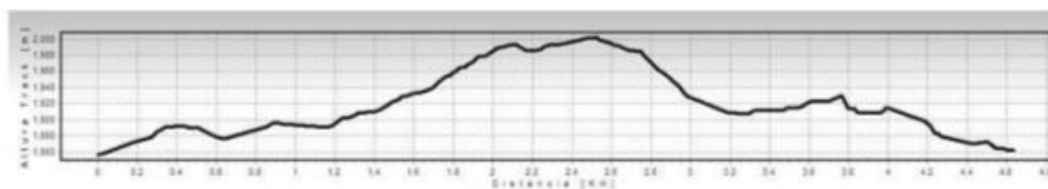
Asociación Ciclismo de Montaña de Costa Rica (ANCM)
Director de carrera: Omar Vargas
Correo electrónico: copamtbcr@gmail.com
Móvil: (506)8916-8288

5. RECORRIDO

Longitud del recorrido: 4,5 kilómetros



Perfil



Recorrido XCC
1,5 km

6. CATEGORÍAS

Es importante verificar la categoría correcta según el año de nacimiento

CATEGORÍA	EDAD 31 DIC 2026	AÑO DE NACIMIENTO
PREINFANTIL MASCULINO	11-12	2014 – 2015
PREINFANTIL FEMENINO	11-12	2014 – 2015
INFANTIL MASCULINO	13 – 14	2012 – 2013
INFANTIL FEMENINO	13 – 14	2012 – 2013
CADETE MASCULINO (PREJUVENIL)	15 – 16	2010 – 2011
CADETES FEMENINO (PREJUVENIL)	15 – 16	2010 – 2011
JUVENIL MASCULINO	17 – 18	2008 – 2009
JUVENIL FEMENINO	17 – 18	2008 – 2009
ELITE MASCULINO	19 +	2003 o antes
SUB23 MASCULINO	19 – 22	2004 – 2007
ELITE FEMENINO	19 +	2003 o antes
SUB23 FEMENINO	19 – 22	2004 – 2007
MASTER A MASCULINO	30 – 34	1992 – 1996
MASTER B MASCULINO	35 – 39	1987 – 1991
MASTER C MASCULINO	40 – 44	1982 – 1986
MASTER D MASCULINO	45 – 49	1977 – 1981
MASTER E MASCULINO	50 +	1976 o antes
MASTER A FEMENINO	30 – 39	1987 – 1996
MASTER B FEMENINO	40 +	1986 o antes
OPEN MASCULINO	18 +	2008 o antes
OPEN FEMENINO	18 +	2008 o antes

7. PROGRAMA DE EVENTOS

El programa del evento se confirmará el jueves 14

Este es un cronograma provisional

DAY	HORA	ACTIVIDAD	LUGAR
27 de abril	00:00	Inscripción online abierta	www.mtbcostarica.org
13 de mayo	24:00	Cierre de inscripciones online	www.mtbcostarica.org
14 de	08:00	Registro y listas de salida	www.mtbcostarica.org

mayo	10:00-13:00	Inspección del Circuito	Evento
15 de mayo	09:00 – 14:00	Entrega números y revisión las licencias	Evento
	09:00- 14:00	Entrenamiento XCO-XCC	Evento
16 de mayo	06:00 – 07:30	Entrenamientos XCO Categorías Nacionales	
	07:30 – 08:40	XCO Master A,B masculino, Open masculino Premiación 10 minutos después de que termine la categoría	
	08:45 – 09:50	XCO Master C, D, E masculino, Master femenino, Open femenino Premiación 10 minutos después de que termine la categoría	
	10:00 – 10:50	XCO Infantil masculino, infantil femenino, preinfantil masculino, preinfantil femenino Premiación 10 minutos después de que termine la categoría	
	11:00 – 12:00	XCO Cadete Masculino, Cadete Femenino Premiación 10 minutos después de que termine la categoría	
	12:30	XCC Elite femenino	
	13:15	XCC Elite masculino	
	13:50	Premiación XCC Mujeres Élite / Hombres Élite	
	14:00-15:00	Entrenamiento XCO	
17 de mayo	08:00	XCO Juvenil masculino	
	09:30	Premiación juvenil masculino	
	10:00	XCO Élite Femenino/ Sub-23 /Juvenil femenino	
	11:40	Premiación Élite Femenino/ Sub-23 /Juvenil femenino	
	12:10	XCO Élite Sub-23 Masculino	
	14:00	Premiación Élite Sub-23 Masculino	

8. PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN

Se requiere una licencia válida para el año 2026, emitida por la Federación Nacional de Ciclismo del país de residencia del ciclista, para todas las categorías.



La inscripción para el evento debe hacerse en línea utilizando el formulario de inscripción disponible en la página de Facebook de Copa MTB Costa Rica o en www.mtbcostarica.org entre el 27 de abril y el 13 de mayo.

Antes de completar y enviar el formulario, puedes realizar el pago a través de la página web o mediante un depósito que debe realizarse en la siguiente cuenta bancaria:

Nombre del banco: Banco Nacional de Costa Rica

Nombre de la cuenta: Asociación Nacional de Ciclismo de Montaña

Cédula jurídica: 3-002-172466

Número de cuenta: 100-1-054-000890-9

Número de cuenta IBAN requerido para la transferencia de SINPE:
CR15015105410010008900

Número de teléfono para pagos SINPE móvil 63490950

El precio de inscripción de las diferentes categorías incluye un 13% de IVA: colones (precios en dólares estadounidenses)

XCO:

Elite/ Sub23 masculino, Elite/sub23 femenino	: 40.000 colones (\$80)
Open masculino, open femenino, master femenino/masculino	: 15.000 colones (\$30)
Juvenil masculino, juvenil femenino	: 25.000 colones (\$50)
Cadete (prejuvenil) masculino/femenino	: 15.000 colones (\$30)
Infantil masculino/femenino	: 10.000 colones (\$20)
Men PreInfantil, Women preinfantil :	: 8.000 colones (\$16)

XCC (Circuito corto):

Élite masculino y élite femenino:	: 7500 colones (15 \$)
-----------------------------------	------------------------

Los ciclistas equipos UCI MTB WORLD SERIES, así registrados en la UCI, están exentos de la cuota de inscripción.

Se permite optar por una licencia de un día para participar en el evento (los corredores de las categorías élite, sub23 o junior no podrán optar por la licencia de un día), que tiene un costo de 11.000 colones, que debe obtenerse a través de la aplicación FECOCI.

Después del miércoles 13 de mayo, el importe de la inscripción tendrá un recargo del 100%, con fecha límite para el jueves 14 de mayo, y los ciclistas que se inscriban por inscripción tardía aparecerán en último lugar en la lista de salida.

El jueves 14 de mayo, los registros de inscripción se publicarán en el Facebook de la Copa de MTB Costa Rica y el www.mtbcostarica.org. Los ciclistas que ya se hayan inscrito y no aparezcan en las listas deberán notificar a la Organización por correo electrónico copamtbc@gmail.com a más tardar el viernes 15 de mayo al mediodía.

Todos los participantes, costarricenses o extranjeros, deben tener su licencia debidamente asegurada contra accidentes.

9. REVISIÓN DE LICENCIAS / ENTREGA DEL NÚMERO

La Organización y el Panel de Comisarios realizarán un control previo de licencias para ciclistas costarricenses o residentes con registro en la Federación Nacional de Costa Rica. Además, se podrá solicitar la presentación de la licencia antes de los eventos XCC y XCO.

Para los corredores extranjeros, se solicitará la presentación de la licencia durante el proceso de confirmación de participación y entrega de números, antes de los eventos XCC y XCO. Los números de pilotos son los mismos para los eventos XCC y XCO.

Se recomienda estar atento a cualquier información relacionada con este punto que pueda publicarse en los días previos al evento.

Se entregarán números de competencia nuevos para las categorías élite, sub23 y juvenil.

10. CONSIDERACIONES DE FORMACIÓN

Los corredores deben portar su placa de bicicleta durante el entrenamiento. Los primeros auxilios y comisarios estarán disponibles durante el periodo oficial de entrenamiento.

No se permite entrenamiento en el circuito mientras se disputen las competencias.

11. REUNIÓN CON DIRECTORES DEPORTIVOS

La reunión de los responsables de equipo no ha sido programada; la información relevante se comunicará mediante anuncios oficiales a través de eventos en redes sociales.

Es importante estar atento a cualquier publicación para recibir toda la información sobre la entrega de la acreditación para la zona de alimentación/asistente técnico, vueltas, solicitud del 80%, hora definitiva de inicio y cualquier cambio adicional.

12. PROCEDIMIENTO DE LLAMADA

El orden en que los corredores serán llamados a las líneas de salida será según los siguientes criterios

XCC

1. Para élites/ sub23 y juvenil, según el ranking actual de UCI XCO
2. Según la clasificación general actual de la Copa de MTB de Costa Rica. Sin embargo, la organización, por cortesía, puede determinar colocar a los ciclistas extranjeros que no están en el ranking UCI en este criterio 2.
3. Se considerará el orden cronológico de registro

XCO

1. Para las categorías élite, sub-23 y juvenil, la prioridad será la clasificación UCI.
2. Según la clasificación general actual de la Copa de MTB de Costa Rica. Sin embargo, la organización, por cortesía, puede decidir colocar a los ciclistas extranjeros que no estén en el ranking UCI en este criterio 3.
3. Se considerará el orden cronológico de registro

13. BOX

Habrará boxes para organizar a los ciclistas antes de la salida

Cada BOX tendrá la lista de pilotos, es importante estar presente en la caja 15 minutos antes de la hora de inicio de la carrera, de lo contrario el ciclista podría perder la posición de salida

14. ZONAS DE ALIMENTACIÓN / ASISTENCIA TÉCNICA

Se van a establecer dos zonas y se identificarán claramente. El acceso a las zonas solo está permitido con acreditación, que se entregará en el toldo de organización.

15. ÁREA DE EQUIPOS

La organización va a establecer el área donde estarán todos los corredores y sus toldos. No se permite ningún tipo de publicidad como vallas, banners, plumas etc. de marcas que no sean patrocinadoras del evento.

Los equipos tienen derecho a poner un toldo de su marca patrocinadora de 3x3 por cada 3 corredores inscritos, no se permiten plumas, banners ni ningún tipo de publicidad en dichos toldos. A menos que sea patrocinador del evento o autorizado por la organización. El corredor tendrá derecho a exponer la publicidad de su patrocinador en su uniforme, bicicleta, mecánico u acompañantes.

No se permiten puntos de venta, exhibiciones o degustaciones de productos que no sean patrocinadores del evento.

16. REGLA DEL 80%

La aplicación de la regla del 80% será confirmada en la reunión con Directores Deportivos. En caso de que se aplique esta regla, aquellos corredores que sean sacados

por su aplicación, serán listados en los resultados en el orden en que salen, mostrando el número de vueltas pendientes.

Esta regla permite retirar del trayecto a los corredores, es decir, a los que van a más del 80% de la cabeza de la prueba (de aquí su nombre). El principal motivo para aplicar la regla del 80% es disminuir las posibilidades de confusión para el público y los medios de comunicación en la zona de llegada, ya que así ningún corredor doblado, o a punto de ser doblado, puede cruzar la meta al mismo tiempo que el vencedor de la carrera.

DESCRIPCIÓN DE LA REGLA

“4.2.064 En cross country formato olímpico (XCO), cualquier corredor que vaya un 80% más lento que el tiempo de la primera vuelta del líder de la prueba será expulsado del recorrido. Deberá abandonar el recorrido al final de su vuelta en la zona prevista a este efecto denominada zona 80%, salvo cuando el líder esté en su última vuelta”

17. TOMA DE TIEMPOS

El control del tiempo y los resultados estarán a cargo del Panel de Comisarios

18. CEREMONIA DE ENTREGA DE PREMIOS

La ceremonia de premiación se realizará lo más inmediato posible después de finalizada la carrera, se llamarán a los primeros 5 ciclistas al podium

Los ciclistas de cada categoría llamados a la ceremonia de premiación, deberán asistir con su uniforme de competición completo. El incumplimiento de esta disposición puede significar la pérdida de premios (incluyendo la premiación en efectivo). Los corredores que no puedan participar de la ceremonia de premiación deben indicarlo al Presidente del Panel de Comisarios y al Director de la Carrera con una razón válida.

En el Short Track y XCO se estará otorgando medallas a los cinco primeros lugares en todas las categorías.

Premios será de acuerdo con las directrices de UCI para el Grupo 2 (Costa Rica)

19. REGLAS DEL EVENTO

Se aplicarán las Regulaciones UCI y se aplicará la Tabla de Sanciones UCI

20. ANTIDOPAJE

Se dispondrá de las instalaciones necesarias para realizar el debido procedimiento.



21. PUNTOS DE CLASIFICACIÓN DE LA UCI

XCC Clase 3 Élite Masculino/Femenino

Posición	Puntos
1	16
2	6
3	4
4	5
5	1

Serie XCO Continental

Posición	ÉLITE	Sub-23	JUNIOR
1	100	60	20
2	80	40	18
3	60	30	16
4	50	25	14
5	40	20	12
6	35	18	10
7	30	16	8
8	27	14	6
9	24	12	4
10	22	10	2
11	20	8	
12	18	6	
13	16	4	
14	14	2	
15	12	1	
16	10		
17	9		
18	8		
19	7		
20	6		
21	5		
22	4		
23	3		
24	2		
25	1		