

REGLAMENTO VI TRAIL ORIXES MONDARIZ

Campeonato Ultra Xunta de Galicia de CxM Trail Orígenes Mondariz

1. PRESENTACIÓN

La Asociación Deportiva Mondariz, con CIF: G94138070 organiza, VI Trail Orixes Mondariz, junto a la colaboración del Ayuntamiento de Mondariz con CIF: P-3603000-Y, el día 04 de mayo de 2024, a partir de las 08:00 horas. La prueba consiste en carrera por montaña en línea por los montes de Mondariz, Fornelos de Montes y Covelo.

Esta prueba está compuesta por cuatro distancias; Ultra 60 km, Maratón 40km, Trail 26km y Minitrail 14km, que recorren los montes que rodean el Valle del Tea en Mondariz y ayuntamientos lindantes.

Este año la distancia Ultra será Campeonato Ultra de la FGM por lo que se denominará a esta distancia "Campeonato de Ultra Xunta de Galicia de CxM Trail Orixes Mondariz." Estas modalidades se complementa paralelamente con una andaina de 12km y la modalidad Pequetrail para los más pequeños.

Trail Orixes Mondariz nace con el propósito de dar a conocer lugares de Mondariz que fueron y son parte del modo de vida del pueblo y forman parte de su entorno.

El tipo de terreno por lo que discurre la prueba es variado, con una dificultad técnica y física alta. La prueba se desarrollara entre la media y baja montaña, consiguiendo la cuota más alta de 927 metros de altitud.

Este reglamento se complementara con el reglamento de la FGM. En caso de conflicto sobre normas o deberes, prevalecerán los criterios establecidos por la FGM.

1.2 DATOS TÉCNICOS

Ultra 60 km y 6.600m acumulados +/-, Maratón 40 km y 4600m desnivel acumulados +/-, Trail 26km y 2400m acumulados +/-, Minitrail 14km y 1200 m +/- acumulados.
Andaina no competitiva de 12km con 800+/- de desnivel acumulado. Dificultad muy alta.
Pequetrail carrera no competitiva para niños entre 3 y 13 años que discurre por un trazado semiurbano con tres distancias. Esquíos 100m, Raposos 800m con un desnivel acumulado de 50 m y Xabalís de 1500m y 200m de desnivel acumulado.

2.REQUISITOS:

2.1 Ultra a partir de los 24 años cumplidos el año de referencia.

2.1.1 Ser mayor de edad en el día de la prueba para las distancias Maratón y Trail.

2.1.1.1 Minitrail a partir de los 14 años.

2.1.1.1.1 Andaina todos los públicos (niños acompañados y con autorización)

2.1.1.1.1.1 Pequetrail de 3 a 14 años

2.2 Los menores de edad es obligatorio presentar firmada una autorización del padre/madre o tutor/tutora.

2.2.1 En la andaina y minitrail los menores deben ser acompañados en todo momento por un adulto que se haga responsable de los menores su cargo.

2.2.2 Para la **ultra será Obligatorio presentar Certificado Médico** de aptitud para el deporte de competición expedido expedido en 2024. Este certificado será enviado por correo a la organización antes de 28 de abril de 2024 a trailorixesmondariz@gmail.com Sin este certificado el participante que no atribuirte la documentación requerida no podrá tomar la sañada, ni recoger el dorsal, perdiendo todo el derecho a devolución del importe de la inscripción.

Podéis descargar un modelo de certificado medico desde la plataforma de inscripciones <https://inscripciones.empa-t.com/inscripcion/vi-trail-orixes-de-mondariz/>

2.3 Conocer y aceptar las condiciones de este reglamento.

2.4 Informarse sobre aprueba la que se enfrentan, Trail Orixes Mondariz 2024 y disponer del conocimiento, experiencia, material y los niveles físicos y psicológicos necesarios para poder afrontar y superar los posibles problemas relacionados con la ultra-resistencia, desnivel, geografía y lo entorno salvaje del evento, tales cómo: fatiga, problemas digestivos, problemas músculo y articulaciones, contusiones, lesiones menores, frío, lluvia, nieve, niebla, resbalones, calor ... etc.

2.5 Realizar correctamente todos los pasos y requisitos para la inscripción.

2.6 La Organización se reserva el derecho de excluir del Trail Orixes Mondariz, incluso antes del comienzo de la misma, aquellos participantes cuya conducta entorpezca la gestión y / o el buen desarrollo de la misma, así como también puede realizar excepcionalmente admisiones que no cumplan algunos de los requisitos anteriores.

3. INSCRIPCIÓN

La inscripción se realizará a través de la página web inscripciones con las condiciones y plazos que figuran en dicha página. Puede accederse a través de la sección INSCRIPCIÓN en la plataforma <https://www.empa-t.com/inscripciones/>

La inscripción otorga un seguro de accidentes con vigencia durante la prueba, asistencia sanitaria y avituallamientos.

La inscripción implica el conocimiento y aceptación de este Reglamento de carrera.

3.1 AUTORIZAZCIÓN IMAGEN

El participante acepta que las imágenes y reproducciones que se generen de este evento deportivo, podrán ser utilizadas por la organización, para la proyección del evento, y nunca para el perjuicio de las personas ni de los derechos fundamentales de las mismas. De acuerdo con el establecido en la Ley Orgánica 15/1999 del 13 de diciembre de Protección

de datos de carácter personal, todos los datos de los participantes recogidos en el formulario de inscripción serán incluidos en un fichero privado propiedad de la Asociación Deportiva Mondariz, con fines exclusivos de gestión de la prueba. Todos los interesados podrán ejercer sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición de sus datos personales mediante correo electrónico a trailorixesmondariz@gmail.com .

3.2 NÚMERO DE PLAZAS.

La prueba está limitada a Ultra 100 plazas, Maratón 40km 100 plazas, Trail 25km 200 plazas, Minitrail 14km 250 plazas, 100 plazas para la andadura y 100 plazas para el Pequetrail, distribuidas entre sus distancias. La organización se reserva el derecho a 200 plazas a mayores de las ofertadas, para su uso o distribución entre las diferentes modalidades. Una vez agotadas las plazas o superada la fecha de registro se cerrarán las inscripciones. El hecho de formalizar la inscripción, implica la aceptación del presente reglamento.

Tendrá que haber un mínimo de 25 corredores para cada carrera para que dicha prueba pueda tomarla salida.

3.3 PERÍODO DE INSCRIPCIÓN.

Se establecen los siguientes períodos de inscripción, del 15 de diciembre de 2023 a las 20:00h hasta el día 29 de abril las 23:59h, de 2024.

Precios:

Ultra: 42 a 58 euros.

Maratón: 32 a 42 euros.

Trail: 25 a 35 euros.

Minitail: 19 a 25 euros.

Andaina: 15 a 20 euros.

Pequetrail: gratuito

La organización ofrece un descuento de 2 euros para los inscritos en la distancia ultra hasta el día 15/01/2024 que tengan licencia de Montaña de la FGM, FEDME o autonómica gallega, en vigencia a 4 de mayo de 2024. Será obligatorio presentar la licencia federativa para la retirada de dorsales. En caso de no presentar la licencia federativa en vigor se requerirá uno recargo de 5 euros para la retirada del dorsal. El corredor/a podrá participar pero no entrará dentro de la clasificación del Campeonato Ultra Xunta de Galicia Trail Orixes Mondariz.

La organización garantiza un mínimo de 100 plazas para los corredores con licencia federativa de Montaña que se inscriban en la distancia de 60km, del Campeonato Ultra Xunta de Galicia Trail Orixes Mondariz. Pudiendo aumentar el número de plazas ofertadas inicialmente para conseguir dicho compromiso.

Los precios se incrementarán a medida que se aproxime la fecha del evento.

Desde la organización, las personas inscritas a partir del 01 de abril por logística y tiempos de producción, no garantizamos que los obsequios de la bolsa del corredor sean iguales a

los de corredores inscritos anteriormente, pudiendo cambiar calidades, marcas y tallas de obsequios que correspondan con el solicitado.

Día 22/12/2023 a 14/01/2024

Ultra 60km: 42 euros
Maratón 40km: 32 euros
Trail 25km: 25 euros
MiniTrail 14km: 19 euros
Andadura: 15 euros
Pequetrail: Gratuito

Desde lo 15/01/2024 hasta 27/02/2024

Ultra 60km: 50 euros
Maratón 40km: 35 euros
Trail 25km: 28 euros
MiniTrail 14km: 21 euros
Andadura: 18 euros
Pequetrail: Gratuito

Desde lo 28/02/2024 hasta 24/03/2024

Ultra 60km: 55 euros
Maratón 40km: 40 euros
Trail 25km: 32 euros
MiniTrail 14km: 23 euros
Andadura: 19 euros
Pequetrail: Gratuito

Desde el 25/03/2024 al 29/04/2024

Ultra 60km: 58 euros
Maratón 40km: 42 euros
Trail 25km: 35 euros
MiniTrail 14km: 25 euros
Andaina: 20 euros
Pequetrail: Gratuito

3.4 La inscripción da derecho a :

Los avituallamientos de carrera y meta.

Regalo conmemorativo de la carrera. Bolsa del corredor y sorteo de regalos.

Asistencia sanitaria durante el transcurso y al finalizar la prueba.

Duchas.

Zona del corredor con bar, pinchos, música.

4. DORSALES

A cada corredor se le entregará un dorsal/pectoral NOMINATIVO E INTRANSFERIBLE, que deberá llevar durante toda la carrera. Debe situarse de tal manera que esté bien visible y en la parte delantera, sin doblar ni cortar.

Los corredores inscritos deberán presentar el DNI o pasaporte para la retirada del dorsal..

Los corredores inscritos cómo federados será obligatorio que presenten la licencia federativa de montaña en la retirada de dorsales.

El dorsal se entregará en el lugar, fecha y hora que la organización designe, al TITULAR DE La INSCRIPCIÓN DEBIDAMENTE IDENTIFICADO. Para eso debe presentar DNI, carne de conducir, pasaporte o documento equivalente para extranjeros. No se entregará el dorsal a terceras personas sin autorización por escrito y foto o fotocopia de uno de los documentos identificativos del titular, junto con la licencia federativa se corresponde...

El dorsal, permitirá acceder a todos los servicios que presta la Organización. La ausencia del dorsal sin causa justificada supuñerá la descalificación del corredor.

No está permitido ningún cambio de dorsal entre corredores.

Exclusivamente por caso de FUERZA MAYOR y debidamente justificada, el corredor podrá anular su inscripción, hasta un plazo de 15 días anteriores al cierre de las inscripciones. Se descontarán 5 euros de la inscripción por gastos de gestión. Asimismo, hasta el día 28 de abril, se podrán realizar cambios en la titularidad del dorsal. Cualquier cambio o anulación se deberá formular a través del correo electrónico trailorixesmondariz@gmail.com .

4.1 RECOGIDA DE DORSALES Y CHARLA TÉCNICA.

Recogida de dorsales:

Día previo: lugar Biblioteca Pública Municipal de Mondariz Xoán Xosé Pérez Labaca, calle Merouces, 18 Mondariz, 36870, viernes 03 de mayo, de 19:00h hasta las 21:00h.

Día de la carrera: tendrá lugar en la zona de salida desde las 7:15h hasta las 10:45h. Cada distancia cerrada entrega de dorsales 15 minutos antes de su respectiva salida.

Charla técnica:

La charla técnica tendrá lugar en la biblioteca de Mondariz el viernes 03 de mayo, de 2024, las 20:30h.

5.TROFEOS Y CLASIFICACIONES:

Se entregarán trofeos o medallas los tres primeros clasificados de cada categoría establecida, tanto masculinos como femeninos. Los trofeos no son acumulativos, dando prioridad a categoría absoluta.

Las categorías para la clasificación a efectos de Trail Orixes Mondariz serán la siguientes:

- Categoría absoluta : ganadores de las pruebas.
 - Sub categoría Veterana La: de 40 a 49 años, es decir que no cumpla los 50 años el año de referencia.
 - Sub categoría Veterana B: a partir de los 50 años .
- La edad a tener en consideración para toda la temporada, en el referente a categoría y subcategorías, será la que el participante tenga el día 31 de diciembre del año de la competición.
- Categoría por equipos: se sumarán los 4 mejores tiempos de cada equipo o club.(A partir del día 28 de abril , no se admitirán cambios ni incorporaciones los equipos).
 - Clasificación "Local". Se elaborará una clasificación Local (entre los ayuntamientos de Mondariz, Mondariz Balneario, Ponteareas y Covelo) en cada distancia para los 3 primeros clasificados Femenina/Masculina. Esta clasificación será paralela a las mencionadas en el reglamento de la prueba y por lo tanto acumulativa con otras categorías.

La edad a tener en consideración para toda la temporada será la que el participante tenga el día 31 de diciembre del año de la competición. En todas las categorías y sub categorías será necesario para validar la clasificación tener una participación mínima de 4 competidores. Por lo que por debajo de dicho número no habrá protocolo de entrega de premios en dichas categorías y subcategorías.

Los menores de edad a partir de 14 años sólo podrán participar en la distancia Mini Trail y deberán entregar una autorización firmada por la madre/padre o tutora/tutor y acompañados en la recogida de dorsales y durante lo recorrido. Los menos de 3 a 13 años participarán en la categoría correspondiente del Pequetrail.

Participantes del Campeonato Gallego de Ultra Xunta de Galicia Trail Orixes Mondariz, los participantes estarán divididos en las categorías y subcategorías siguientes:

(Inscritos como federados y con licencia de la FGM)

- Categoría Absoluta masculina y femenina : a partir de los 24 años cumplidos el año de referencia
- Sub categoría Veterana La: de 40 a 49 años, es decir que no cumpla los 50 años el año de referencia.
- Sub categoría Veterana B: de 50 a 59 que no cumpla los 60 años el año de referencia.
- Sub categoría Veterana C: a partir de los 60 años cumplidos en el año de referencia.

La edad a tener en consideración para toda la temporada, en el referente a categoría y subcategorías, será la que el participante tenga el día 31 de diciembre del año de la competición.

5.1 HORA DE ENTREGA

Minitrail y Trail: 13:45-14:00h

Maratón: 17:00h

Ultra : 20:00h

La entrega de trofeos puede variar de hora en función de cómo se completen cada categoría y subcategoría, pudiendo adelantar o retrasar la hora prevista.

La ausencia del ganador de un trofeo en el acto de entrega, se entenderá cómo renuncia a los trofeos o premios conseguidos. Toda delegación en otra persona para la recogida de los trofeos y premios, deberá ser conocida y autorizada por la Organización, con la suficiente antelación. La organización no enviará trofeos por ningún medio.

6. RECORRIDO

6.1 Lo Trail Orixes Mondariz, discurrirá por los siguiente recorrido:

Plaza de España (Salida)- Riofrío – Aboal – Festín – Gargamala – Caxil – Vidueiros – Foxo del Lobo Estacas – Lago de Piñeiro- Caxil II (Monasterio San Xoán) – Sabaxáns – Cernadela – Mondariz (Meta)

6.2 El recorrido estará marcado por la Organización con cinta plástica de color vivo, banderolas, carteles de dirección y otros elementos de señalización, que estarán situados a intervalos regulares, dependiendo de la tipología del terreno y de los caminos. **ES RESPONSABILIDAD DE CADA CORREDOR LOCALIZAR LA SEÑALIZACIÓN Y SEGUIRLA.**

6.3 Algunos tramos del recorrido que corren por carreteras o calles de poblaciones, no estarán cortadas al tráfico rodado, debiendo atenerse los participantes a las normas generales de Tráfico o a las indicaciones de la Organización. En la mayoría de los casos habrá gente de la organización, Protección Civil y Policía Local para cruzar o correr por la calzada.

6.4 Será obligatorio seguir el itinerario marcado, así como pasar los pones controles establecidos. El corredor que ataje o recorte el itinerario marcado, que no pase por todos los controles establecidos o que utilice algún medio mecánico para su desplazamiento, será descalificado.

7. ITINERARIO, TIEMPOS Y PUNTOS DE CORTE.

Trail Orígenes de Mondariz, discurrirá lo pones siguiente itinerario:

Plaza Mondariz (Salida)- Riofrío – Aboal – Festín – Gargamala – Caxil – Vidueiros – Foxo del Lobo Estacas – Lago de Piñeiro- Caxil II (Monasterio San Xoán) – Sabaxáns – Cernadela – Mondariz (Meta)

Hora y lugar de salida: 08:00h desde la Plaza de Mondariz

Controles Obligatorios:

- Salida
- Ermita San Xoán 10km
- Pastizal Gargamala 15km
- Coto de Eiras 20km
- Caxil 25km
- Lago de Piñeiro 38 km
- Caxil 2 (Mosteiro de San Xoán) 43km
- Furafollas 53 km
- Mondariz (Meta)

Además, la Organización establecerá a lo largo del recorrido cuantos controles sorpresa estime oportunos.

Tiempos De Corte

Se establecerán tiempos máximos de paso para algunos controles, que figuran en la ficha técnica y se pueden consultar a través de la web y en la charla técnica.

7.1 Puntos de corte

Ultra 60 km

Gargamala: punto kilométrico 15.4 km aproximados. Hora de cierre 10:15h (03:15h de carrera). Todo aquel que no pase el punto de corte, será desviado el recorrido Trail 26km, había sido de tiempos clasificatorios.

Caxil 1: punto kilométrico 23 Km aproximados. Hora de cierre 13:30h (05:30h de carrera). Todo aquel que no pase el punto de corte, será desviado el recorrido Maratón, había sido de tiempos clasificatorios.

Lago de Piñeiro: punto kilométrico 38 Km aproximados. Hora de cierre 14:45h (07:45h de carrera).

Caxil 2 (monasterio de San Xoan): punto kilométrico 43 Km aproximados. Hora de cierre 16:45h (08:45h de carrera).

Furafollas: punto kilométrico 53 km aproximados. Hora de cierre 18:45h (10:45h de carrera)
Meta: punto kilométrico 60 km aproximados. Hora de cierre 20:00 h (12h de carrera)

MARATÓN 40KM:

Gargamala: punto kilométrico 15.4 km aproximados. Hora de cierre 10:15h (03:15h de carrera). Todo aquel que no pase el punto de corte, será desviado el recorrido Trail 26km, había sido de tiempos clasificatorios.

Caxil (monasterio de San Xoan): punto kilométrico 25.7 Km aproximados. Hora de cierre 13:30h (5h de carrera).

Furafollas: punto kilométrico 33.2 km aproximados. Hora de cierre 15:00h (7h de carrera)
Meta: punto kilométrico 40 km aproximados. Hora de cierre 17:00 h (9h de carrera)

TRAIL 25KM

Gargamala. Punto kilométrico 15.4 km aproximados. Hora 12:30h (3h de carrera)
Meta: punto kilométrico 25 km aproximados. Hora de cierre 17:00 h (7.5h de carrera)

MINITRAIL 15KM

Meta: punto kilométrico 15 km aproximados. Hora de cierre 16:00 h (5h de carrera)

7.2 TIEMPO EXCEDIDO

Aquellos corredores que excedan los tiempos de corte, deberán entregar su dorsal a los responsables del control y retirarse de la prueba o llegar la meta por indicaciones del punto de control.

7.3 MODIFICACIONES EN EL RECORRIDO

La organización podrá realizar las modificaciones que considere necesarias en el recorrido, incluso la suspensión de la prueba, si las condiciones meteorológicas así lo aconsejaren, o por otras causas de fuerza mayor. El importe de la inscripción no sería devuelto.

7.4 Suspensión durante la carrera

Si fuera necesario interrumpir y suspender la prueba en un punto del recorrido, la clasificación se determinará según la orden y tiempo de llegada en el punto de interrupción o, en su defecto, en el último control realizado.

8. SEMI-AUTOSUFICIENCIA

Dado el carácter de semi-autosuficiencia de la prueba, cada corredor deberá prever y portar la cantidad de alimentos, bebidas, sales y complementos que estime necesarios para poder completar el recorrido.

8.1 Avituallamientos

La Organización dispondrá como apoyo de los siguientes avituallamientos, con bebidas y alimentos en cantidades estimadas como razonables, que se deberán consumir en el lugar y depositar en la basura indicada por la organización:

- Ermita San Xoán 10km
- Pastizal Gargamala 15km
- @Coto de Eiras 20km
- Subida Vidueiros 27km
- Lago de Piñeiro 38km
- Caxil 2 (Mosteiro de San Xoán) 43km
- Furafollas 53 km
- Mondariz (Meta)

8.2 VASOS Y DESPERDICIOS

La organización no pondrá vasos en los avituallamientos por lo que cada corredor es responsable de llevar un recipiente para beber. El objetivo es respetar el medio ambiente y minimizar el impacto medioambiental.

Es obligación de cada participante llevar sus desperdicios hasta la meta o lugares señalados en los avituallamientos.

9.- MATERIAL ACONSEJADO Y OBLIGATORIO.

9.1 Se recomienda a cada corredor llevar el siguiente material:

- Sistema de hidratación
- Reserva alimentaria
- Gorra o similar, para protegerse del sol
- Chubasquero o cortavientos manga larga de la talla correspondiente
- Zapatillas de trail running con buen agarre, con dibujo y parte superior con elementos de fijación que mantenga la zapatilla bien sujeta al pie.

9.2 La organización establecerá material obligatorio.

Ultra

Material obligatorio: todos los participantes estarán obligados como mínimo a llevar el siguiente material:

- Zapatillas de trail running o calzado minimalista y alternativo con sus condiciones de uso.
- Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor /la.
- Manta térmica o de supervivencia (mínimo 1,20X2,10).
- Reserva de agua (mínimo 1 litro).
- Frontal o linterna con pilas de repuesto.
- Teléfono móvil con batería cargada.
- Gorra, visera o bandana.
- Pantalones o mallas, mínimo por debajo de los rodilla

- Silbato

El material obligatorio podrá ser requerido los pones Árbitros de la FGM en el control de dorsales y en las partes del recorrido destinadas a tal efecto, y todos los corredores están obligados a someterse a este control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera.

Material recomendable:

- Guantes
- Luz roja posición trasera
- GPS o Compás
- Bastones, pero en el caso de salir con ellos, deberán llevarlos durante toda la prueba

Maratón

- Sistema de hidratación
- Teléfono móvil con batería.
- Cortavientos o chubasqueiro (según climatología, decisión de la organización)
- Manta térmica
- Silvato

Trail

- Sistema de hidratación
- Teléfono móvil con batería.
- Cortavientos o chubasqueiro (según climatología, decisión de la organización)
- Manta térmica
- Silvato

Minitrail

- Sistema de hidratación
- Teléfono móvil con batería
- Manta térmica (Aconsejable)
- Silvato

10. RESUMEN DE DATOS TÉCNICOS, TIEMPOS DE CORTE Y AVITUALLAMENTOS:

Ultra 60km

Avituallamento	Km Totais	Km Parciais	Desnivel +	Tipo Avituallamento	Tempo de Corte
Festín Ermida San Xoán	9.5	9.5	500	Líquido/ Froita	
Pastizal Gargamala	15.5	6	950	Completo	03:15h de carreira (11:15h)
Coto de Eiras	19	3.5	1.400	Líquido	04:15h de carreira (12:15h)
Subida Vidueiros	27	8	1.700	Completo	05:30 de carreira (13:30h)
Lago Piñeiro	38	11	2.350	Completo	07:45 de carreira (15:45h)
Caxil Mosteiro San Xoán	43	5	2.450	Completo	08:45h de carreira (16:45h)
Furafollas	53	10	3.100	Completo	10:45h de carreira (18:45h)
Meta	60	7	3.300	Completo	12h de carreira (20:00h)

Sábado, 04 de maio ,2024

Hora salida: 08:00h

Desnivel acumulado: 6.600m

Altura máxima:927 msnm

Material obligatorio: Manta térmica, silbato, depósito de auga mínimo 0.5l e móvil con batería, cortavientos e impermeable(segundo climatoloxía) .

Maratón 40km

Avituallamiento	Km Totais	Km Parciais	Desnivel +	Tipo Avituallamiento	Tempo de Corte
Festín Ermida San Xoán	9.5	9.5	500	Líquido/ Froita	
Pastizal Gargamala	15.5	6	950	Completo	03:15h de carreira (11:15h)
Coto de Eiras	19	3.5	1.400	Líquido	04:15h de carreira (12:15h)
Caxil Mosteiro San Xoán	25	7	1.450	Completo	05:45h de carreira (13:45h)
Furafollas	35	10	2.100	Completo	07:45h de carreira (18:45h)
Meta	40	5	2.300	Completo	9h de carreira (17:00h)

Sábado, 04 de maio ,2024

Hora salida: 08:00h

Desnivel acumulado: 4.600m

Altura máxima:886 msnm

Material obligatorio: Manta térmica, silbato, cortavientos e impermeable, depósito de auga mínimo 0.5l e móvil con batería.

Trail 26km

Avituellamiento	Km Totais	Km Parciais	Desnivel +	Tipo	Tempo de Corte
Avituallamiento					
Festín Ermida San Xoán	9.5	9.5	500	Liquido/ Froita	
Pastizal Gargamala	15.5	6	950	Completo	03:15h de carreira (13:00h)
Furafollas	20	4.5	2.050	Completo	
Meta	60	7	2.300	Completo	6h de carreira (15:45h)

Sábado, 04 de maio, 2024

Hora salida: 09:45h

Desnivel acumulado: 2.800m

Altura máxima: 485 msnm

Material obligatorio: Manta térmica, silbato, depósito de auga mínimo 0.5l e móvil con batería.

Minitrail 14km y Andaina

Avituellamiento	Km Totais	Km Parciais	Desnivel +	Tipo	Tempo de Corte
Avituallamiento					
Furafollas	9	9	400	Completo	
Meta	14	5	600	Completo	4h de carreira (15:00h)

Sábado, 04 de maio, 2024

Hora saída: 11:00h e 11:01H para a andaina

Desnivel acumulado: 1.200m

Altura máxima: 440 msnm

Material obligatorio: Silbato, depósito de auga mínimo 0.5l móvil con batería, manta térmica (aconsellable).

La **Andaina** es una modalidad no competitiva que comparte recorrido con la distancia Minitrail recortando aproximadamente 1.8 km y un desnivel de unos 200m positivos .

Pequetrail

Recorrido destinado a los más pequeños, compuesto por tres distancias, Xabará, Raposo e Esquíos que discurren por un trazado semi urbano con salidas desde el Ayuntamiento de Mondariz y llegadas a Plaza. Esta modalidad no es competitiva por lo que no se establecerá ningún tipo de clasificación.

Distancias:

Xabari:

Hora 18:30h. Distancia 1500m. Edad de 10 a 13 años cumplidos el año de referencia.

Zorros

Hora 18:45h. Distancia 800m. Edad de 6 a 9 años cumplidos el año de referencia.

Esquíos

Hora 19:00h. Distancia 100m. Edad de 3 a 5 años cumplidos el año de referencia.

11. RETIRADA Y ABANDONOS

11.1 Cualquier corredor podrá retirarse de la prueba siempre que lo desee en el control más próximo y entregando su dorsal al personal calificado de la Organización. A partir de ese momento, quedará fuera de la competición y asumirá cualquier responsabilidad derivada de su retirada. La evacuación de los corredores a la meta se efectuará según la disponibilidad logística de la organización. El corredor que abandone la prueba fuera de los lugares designados para evacuación, tendrá que dirigirse los pones sus medios hasta el punto de evacuación más próximo.

11.2 La Organización podrá retirar de la carrera, y quitarle el dorsal, al corredor que se considere que tenga mermadas sus capacidades físicas o técnicas como causa de fatiga y el desgaste de la prueba, garantizando así su salud.

11.3 Los participantes están obligados a prestar auxilio a los accidentados o a aquellos que lo requieran.

11.4 En caso de accidente, enfermedad o herida que precise asistencia, se deberá avisar al teléfono de la organización. Se recuerda que la Carrera por Montaña Trail Orígenes de Mondariz, discurre por algunos lugares de difícil acceso a vehículos o hasta donde sólo se puede llegar a pie. Por lo que, en algunos casos, puede llevar un cierto tiempo que los servicios de urgencia lleguen hasta el herido, será obligatorio llevar móvil con batería cargada.

12. PENALIZACIONES

- Cualquier miembro de la organización y del equipo de voluntarios podrá anotar el dorsal y la infracción cometida, sin que sea necesario avisar previamente al corredor.
- No llevar el material obligatorio que estipule la organización
- Atajar o recortar el recorrido
- Correr en los puentes de hierro.

- Acompañamiento por otras personas
- Llevar el dorsal doblado o recortado
- Arrojar desperdicios o envoltorios
- Saltarse algún control de paso
- Utilizar algún medio mecánico
- Cambio de dorsal
- No prestar auxilio a otros corredores
- Cruzar varias veces el control de meta.

13. RECLAMACIONES Y SISTEMAS DE APELACIONES

13.1. El sistema de apelaciones y reclamaciones se regirán por dicho reglamento. Dichas reclamaciones sólo serán atendidas por medio del formulario facilitado por la organización.

14 JURADO DE COMPETICIÓN

El jurado de Competición es un órgano consultivo que actuará de acuerdo las normas de la organización.

15. ACEPTACIÓN Y RESPONSABILIDAD

15.1 Los participantes de Trail Orígenes de Mondariz lo hacen de manera voluntaria, siendo plenamente conscientes de la longitud, desnivel y exigencia física de la prueba, que se desarrollará bajo posibles condiciones climáticas adversas de frío o calor, lluvia y viento, por terreno de montes, caminos, pistas, sendas o monte a través.

15.1.1 Los participantes deben tener experiencia previa en pruebas de carreras en montaña y asegurarse de que sus condiciones físicas, sean las más apropiadas para afrontar la prueba, así como llevar y saber usar el material obligatorio, siendo responsabilidad sus los problemas que puedan surgirles en el desarrollo de la prueba por ignorar estos requisitos.

15.1.2 La organización declina toda responsabilidad, en caso de accidente por descuido del corredor, así como por la pérdida o rotura de los objetos personales de cada participante. Cada corredor será responsable de todo daño o lesión que pueda causarse a sí incluso o a terceros, exonerando a la Organización y a la La.D. Mondariz de cualquier responsabilidad en caso de accidente o lesión.

15.2 Todo participante, lo pones hecho de inscribirse, acepta las condiciones establecidas en el presente Reglamento, que debe conocer y tener en consideración. Cualquier circunstancia no prevista en este reglamento será resuelta lo pones Jurado de Competición.

16. Campeonato Ultra Xunta de Galicia de CxM Trail Orixes Mondariz

La prueba de ultra Trail Orixes Mondariz es parte del Campeonato Gallego de Ultra y estará arbitrada por árbitros de la FGM, rigiéndose por los reglamento de la FGM.

Obligatorio presentar Certificado Médico de aptitud para el deporte de competición expedido expedido en 2024. Este certificado será enviado por correo a organización antes de 28 de abril de 2024 trailorixesmondariz@gmail.com

Sin este certificado el participante que no envíe la documentación requerida no podrá tomar la salida, ni recoger el dorsal, perdiendo todo el derecho a devolución del importe de la inscripción.

Podéis descargar un modelo de certificado medico desde la plataforma de inscripciones <https://inscripciones.empa-t.com/inscripcion/vi-trail-orixes-de-mondariz/>

La Organización.

