

BASES “I ANDAINA A COMADO”

ORGANIZA: Asociación cultural e deportiva Praias de Comado

COLABORAN: Concello de Barreiros- Agrupación Protección Civil de Barreiros

DATA: 16 de xuño de 2024

HORA:

10:00 H. Andaina

LUGAR SAÍDA E CHEGADA: Explanada enfronte da Igrexa de an Miguel, o lado da pista de Pádel

RECOLLIDA DE DORSAIS:

Dende 30 minutos antes no lugar da saída.

INSCRIPCIÓNS: Inscripción e información a través da web e

<https://carreirapopulardaspraias.jimdofree.com/>

<https://ccnorte.com/>

PRECIO :

3€ ata o 13 de xuño

Tfnos: 649 571 360 (Jose), 653684615 (Iván)

Os menores de 16 anos poderán anotarse, sempre baixo a responsabilidade dos seus pais ou titores.

Datos a aportar polos participantes: Apellidos e Nome, DNI, data nacemento, tfno. contacto, e-mail.

PERCORRIDOS:

O percorrido sairá da igrexa de San Miguel hacia o a capela do San Estevo da Pagá, e continuará polos camiños ata o embalse e seguirá ó son do rego hacia Comado, cruzarase a carrerera de Remourelle e seguirase por camiños forestais ata Penalonga. De alí baixaremos a Comado e descenderemos, por camiños ata a carretera do monte, por onde contiuremos ata a Barranca e logo ó punto de partida.

A distancia a percorrer está en torno ós 11 km polo monte e pistas forestais, con uns 450 m de desnivel positivo. Considerase un nivel de dificultade media.

Non estará sinalizada. Será guiada polos organizadores e estableceranse varios grupos. Non se permite circular fora deses grupos.

Cada participante deberá levar teléfono móbil así como o seu propio avituallamento e bebida, e a roupa de abrigo que considere necesaria, posto que no cumio sóe haber variación de temperatura con respecto á saída. Tamén se recomenda levar calzado adecuado pois pasaremos por algunha zona húmida ó longo do percorrido.

VARIOS:

A proba contará con seguro de accidentes e de Responsabilidade Civil e servizos de protección civil.

Por tratarse dun evento popular, sen ánimo de lucro, a organización non se fai responsable dos danos físicos, materiais, morais e de calquera índole que poidan sufrir os participantes ou os seus acompañantes.

Os participantes deberán levar sempre visible e na parte dianteira o dorsal que facilitará a organización.

Os participantes aceptan o regulamento desta proba, así como autorizan á organización á publicación de fotografías, vídeos, e clasificacións nas que poidan aparecer. A organización poderá pedir un documento acreditativo da identidade.

O circuío poderanse consultar nas redes sociais dos organizadores da proba.