

XVII CARREIRA CANON DO SIL

C33K - 2220m+

Liga de Trail de Ourense

(Proba Aberta-Open)

XIII MEDIA CARREIRA CANON DO SIL

C17K – 950m+

Liga de Trail de Ourense

(Proba Aberta-Open)

VII MINI CARREIRA CANÓN DO SIL

C7K - 370m+

(Proba Aberta-Open)

Parada de Sil - Ourense

20 de Outubro do 2024 09:00h.

PRAZO e PREZOS DE INSCRICIÓN:

Dende 2 de Setembro ata o 12 de Outubro

	C 33K	C17K	C7K
Do 2 de Setembro o 21 Setembro	24 €	20 €	15 €
Do 21 de Setembro o 12 de Outubro	28 €	24 €	19 €

Devolverase o importe si se xústifica a causa antes do 8 de Outubro

Horarios:

- Sábado 19 de Outubro
 - 18.30 h. - 20.00 h. Entrega de dorsais na Casa do Concello
- Domingo 20 de Outubro
 - 08.00 - 08.40 h. Entrega de Dorsais na Casa do Concello.
 - 09.00 h. Saída da Carreira Longa dende a Praza do Concello.
 - 09.30 h. Saída da Media Carreira dende a Praza do Concello
 - 10.30 h. Saída da Mini e Cadete dende Caxide
 - 14.00 h. Entrega de premios na Praza do Concello.
 - 15.00 h. Peche do control de Meta (hora límite para a finalización da proba).

Regulamento

- **Categorías Masculina e Feminina : Absoluta**

- **Sub categorías Masculino e Feminina: Veterana A , B e C**

- **Categoría Absoluta:** a partir dos 21 anos cumpridos o ano de referencia

- **Sub categoría Veterana A:**

- De 40 a 49 anos, é dicir que non cumpra os 50 anos no ano de referencia

- **Sub categoría Veterana B:**

- De 50 a 59 anos, é dicir que non cumpra os 60 anos no ano de referencia

- **Sub categoría Veterana C:**

- A partir dos 60 anos cumpridos no ano de referencia

A idade a ter en consideración para toda a tempada, no referente a categoría e sub categorías, será a que o participante teña o día 31 de Decembro do ano da competición.

As Carreiras Canón do Sil rexiranxe polo regulamento de Carreiras por Montaña da Federación Galega de Montañismo e da Federación Española de Deportes de Montaña e Escalada ([Consultar en WWW.fgmontanimo.com](http://WWW.fgmontanimo.com) – [Consultar en WWW.fedme.es](http://WWW.fedme.es))

E AS SEGUINTEs NORMAS:

1. O Corredor-a identificaráse na recollida do dorsal
2. Na XVII Carrera non poden participar menores **de 21 anos**
3. Na IXII Media Carreira non poden participar menores **de 18 anos**
4. Na VII Mini Carrera non poden participar menores **de 15 anos**
5. Será motivo de descalificación:
 - No pasar por tódolos controis.
 - Recibir axuda externa fora dos lugares autorizados(ata uns 100m nos avituallamentos)

- Ensuciar e degradar o itinerario (é obrigación de cada corredor levar os seus desperdicios e os deixara no lugar sinalado pola organización).
 - O dorsal levarase visible durante toda a proba, no peito.
 - Non prestar auxilio a cualquier participante que sufra algún accidente e informar o control máis perto.
 - Non se pode obstacularizar voluntariamente a outro corredor.
 - Os participantes obedecerán as instrucións dos membros dos controis.
6. É obrigatorio avisar o control ou a un membro da organización do abandono e entregar o dorsal.
 7. O mal tempo non é obstáculo para a celebración da proba . A organización reservase o dereito de presentar un percorrido alternativo.
 8. A organización prevé uns tempos de paso e corte en determinados controis e un tempo máximo da proba de 6,00 horas. O corredor que no chegue antes das 13.00 h ao control número 5, seralle retirado o dorsal e quedará descalificado.
 9. O final da proba pode haber control antidoping.
 10. Os participantes eximen á organización de cualquier responsabilidade no caso de accidente ou lesión.
 11. Todo corredor-a debe coñecer e respectar o regulamento da proba. A inscrición implica o cumprimento deste Regulamento.
 12. Os corredores-as deberán telas condicións físicas requeridas para a distancia e a dureza do itinerario. Levará a indumentaria e calzado para a proba.
 13. Os corredores-as están na obriga de portar o material obrigatorio esixido pola organización