



REGLAMENTO “MEDIA MARATÓN ENTRE RÍAS” 2024

1. Los ayuntamientos de O Grove y Sanxenxo, en colaboración con NOKAO, organizan la media maratón “Entre Rías” el próximo 19 de mayo de 2024. Paralelamente se organizará una prueba de 10km, además de pruebas infantiles de carácter gratuito para menores entre 0 y 13 años el día anterior, el sábado 18.
2. Las salidas de ambas pruebas serán:
 - Media maratón, salida del puerto de O Grove a las 10:30 horas.
 - 10K, salida del Santuario de la Lanzada a las 11:30 horas.
 - Relevos: la media maratón se podrá hacer por relevos por parejas. El testigo se entregará a la altura del Santuario de la Lanzada.
 - Pruebas infantiles: sábado 18 a partir de las 17 horas, con diferentes distancias.
3. Podrán participar en la media maratón todos aquellos deportistas mayores de 16 años. En la prueba de 10K podrán participar aquellas personas con 14 años cumplidos el día de la prueba. Para las pruebas infantiles de carácter gratuito, las edades estarán comprendidas entre los 0 y 13 años.
4. El evento estará cronometrado a través de dorsal con un sistema de chip y será obligatorio en todo momento llevar el dorsal de la prueba en la parte delantera y de forma visible.
5. Avituallamientos:
 - Media Maratón: km 6, 11, 16 y al finalizar.
 - 10K: km 5 y al finalizar.
6. Los participantes recibirán una bolsa del corredor con regalo de la prueba y el dorsal.
7. Todos los deportistas recibirán una medalla FINISHER al terminar la carrera.
8. Los cinco primeros clasificados masculinos y femeninos en **categoría general de la MEDIA MARATON** recibirán premio económico:

1º clasificado masculino	500 euros	1ª clasificada femenina
2º clasificado masculino	300 euros	2ª clasificada femenina
3º clasificado masculino	200 euros	3ª clasificada femenina
4º clasificado masculino	150 euros	4ª clasificada femenina
5º clasificado masculino	100 euros	5ª clasificada femenina

9. Se establecen las siguientes categorías, tanto para media maratón como para 10K:

- a) **PROMESA/SENIOR** De 14 a 34 años
- b) **VETERAN@ A** De 35 a 44 años
- c) **VETERAN@ B** De 45 a 54 años
- d) **VETERAN@ C** De 55 adelante

- e) **CORREDOR/A LOCAL ABSOLUTO (FEM Y MASC)**
 - Empadronada/o en O GROVE
 - Empadronada/o en Sanxenxo

- f) **RELEVOS**
 - Se entregará premio a los 3 primeros ABSOLUTO MASCULINO, FEMENINO Y MIXTO

- g) **CARRERAS INFANTILES**
 - **MINIBENJAMIN** De 0 a 4 años (200 metros aprox.)
 - **PREBENJAMIN** De 5 a 7 años (500 metros aprox.)
 - **BENJAMIN** De 8 a 10 años (900 metros aprox.)
 - **ALEVIN** De 11 a 13 años (1.200 metros aprox.)

10. La organización pondrá **servicio de autobuses** antes y después de la prueba para los corredores que previamente lo soliciten.

Las salidas serán desde la esquina AV. Luis Rocafort y Rúa Castela (en frente de Cafetería Castela) en los siguientes horarios:

- **MEDIA MARATON:** salidas cada 10 minutos. Primer bus 8:45, último 9:45 horas.
- **10K:** salidas cada 10 minutos. Primer bus 10:00, último a las 10:50 horas.

Para la modalidad Relevos habrá disponible buses desde A Lanzada hacia Sanxenxo.

Los autobuses después de la prueba serán a las 13:00, 13:20, 13:40 y 14:00 horas.

11. **Los plazos de inscripción son:**

MEDIA MARATÓN:

- Hasta el 7 de abril: 15 euros
- Del 8 de abril al 12 de mayo: 18 euros
- Del 13 al 15 de mayo: 21 euros

10K:

- Hasta el 7 de abril: 12 euros
- Del 8 de abril al 12 de mayo: 14 euros

- Del 13 al 15 de mayo: 16 euros

RELEVOS (precio por pareja)

- Hasta el 7 de abril: 24 euros
- Del 8 de abril al 12 de mayo: 30 euros
- Del 13 al 15 de mayo: 36 euros

12. Cambios de titular de dorsal se pueden hacer en el correo eventos@nokao.es hasta el 12 de mayo de 2024.
13. Dispondremos de servicio de guardarropa en ambas salidas y recogida en meta. Además de servicio de duchas en la zona de finalización de ambas pruebas.
14. El tiempo máximo para realizar la media MARATÓN son 3 horas. Superado ese tiempo se retirarán los diferentes controles de tiempos y seguridad, teniendo el participante que llegar por su cuenta a meta.
15. La retirada de dorsales se anunciará días antes en redes sociales del evento o mediante mailing.
16. Queda totalmente prohibido correr sin dorsal.
17. Todos los participantes por el hecho de inscribirse y tomar la salida aceptan el presente reglamento, siendo su incumplimiento motivo de descalificación. Asimismo, cada participante, lo hace bajo su entera responsabilidad y afirma tener la condición física suficiente para afrontar la prueba así como haber pasado los pertinentes reconocimientos de salud. El participante, exime a la organización de toda responsabilidad que pudiera derivar de su participación en el evento (pérdida de objetos personales, robo, lesión, atropellos, agresiones o similar)
18. Al inscribirse en la MEDIA MARATÓN ENTRE RÍAS, los participantes dan su consentimiento al tratamiento de datos en base al Reglamento General de Protección de Datos RGPD ley que afecta a toda la Unión Europea aprobada en 2016 y en vigor desde el pasado 25 de mayo de 2018, para que NOKO 360 SPORTS CONSULTING S.L., por sí mismo o mediante terceras entidades, traten automáticamente y con finalidad exclusivamente deportiva, promocional o comercial, sus datos de carácter personal. De acuerdo con el nuevo Reglamento General de Protección de Datos RGPD 2018, el participante tiene el derecho al olvido, podrá ejercer la potestad de solicitar la eliminación de sus datos si ya no son necesarios o si ha retirado en la forma adecuada su consentimiento. Para hacerlo, se deberá solicitar por escrito al mail eventos@nokao.es . Asimismo y de acuerdo a los intereses deportivos, de promoción, distribución y explotación de la Media Maratón Entre Rías, para todo el mundo (reproducción de fotografías de la prueba, publicación de listados clasificatorios, etc...) mediante cualquier dispositivo (Internet, publicidad, etc...) y sin límite temporal, los inscritos ceden de manera expresa a la organización el derecho a reproducir el nombre y apellidos, el sitio obtenido en la clasificación general y la propia del participante, la categoría, la marca deportiva realizada y a su imagen.