

I TRAIL CAMPOSANCOS O SOLPOR

A asociación Rego de Bicosán en colaboración coa FGA e o Concello da Guarda organizan o I Trail Camposancos ó Solpor o sábado 22 de xuño de 2024 a partir das 19 horas.

A proba entra dentro da especialidade atlética do **Trail Running** e estará baixo o control técnico do Comité Galego de Xuices da Federación Galega de Atletismo baixo a normativa oficial das carreiras de montaña (mountain running).

REGULAMENTO

Artigo 1. Lugar de SAIDA de todas as probas:

As probas sairán a carón do Campo Multiusos Codesal

<https://maps.app.goo.gl/vo7R2qRcSNz5esxs9>

Artigo 2. Horarios e distancias.

O Trail Camposancos ó Solpor terá os seguintes horarios e distancias:

| HORA | PROBA | DISTANCIA | DESNIVEL | ANOS | CATEGORÍA | PAZAS |
|-------|---------|-----------|----------|-------------------|---------------------|-------|
| 19:00 | Longa | 17 | 770 | 2006 e anteriores | ABSOLUTA | 250 |
| 19:10 | Curta | 8,5 | 420 | 2010 e anteriores | SUB 16 E SUPERIORES | 250 |
| 19:15 | ANDAINA | 8,5 | 420 | 2008 e anteriores | NON COMPETITIVA | 150 |

Tódolos deportistas das modalidades Maratón, classic e preclassic deberán pasar por cámara de chamadas ata 10 minutos antes da saída.

Dispoñeranse de caixóns de saída para cada proba sendo obrigatorio respectar os mesmos.

Artigo 3. Límite de prazas.

Establecerase, tal e como indica o cadro de horarios presente neste regulamento, un límite de prazas en cada modalidade.

Unha vez se chegue a esas cifras na inscrición, pecharase á mesma en cada carreira programada.

Artigo 4. Categorias de competición.

DISTANCIA LONGA:

| CATEGORIA | ANOS DE NACEMENTO |
|----------------------|------------------------------------|
| SENIOR MASC / FMNO | De 2006 ate máster |
| MASTER 1 MASC / FMNO | Nados entre 1989 e 1979 |
| MASTER 2 MASC / FMNO | Nados entre 1978 e anteriores |
| ABSOLUTA MASC / FMNO | Calquera das categorías anteriores |

DISTANCIA CURTA:

| CATEGORIA | ANOS DE NACEMENTO |
|----------------------|-------------------------------|
| SUB 16 MASC/FMNO | Nados en 2009 e 2010 |
| SUB 18 MASC/FMNO | Nados en 2007 e 2008 |
| SUB 20 MASC/FMNO | Nados en 2005 e 2006 |
| ABSOLUTA MASC / FMNO | Nados entre 2010 e anteriores |

ANDAINA (NON COMPETITIVA): 2011 e anteriores.

Artigo 5. PARTICIPACIÓN E SEGURO / LICENZA DE DÍA

Nesta proba poderá participar calquera deportista sexa ou non federado. Todos os participantes inscritos no prazo preciso correrán cunha licenza de día de Trail Running que incluíra un seguro de accidentes deportivos e de responsabilidade civil. As probas estarán federadas no deporte de atletismo na especialidade de **TRAIL RUNNING**, polo cal os deportistas federados polo deporte do atletismo estarán cubertos polo seguro da súa correspondente licenza. Para o resto de participantes subscribírase un seguro (licenza de día).

Artigo 6. DISTANCIAS, DESNIVEIS E TEMPOS MÁXIMOS DE REALIZACIÓN DA PROBA

A partir do 6 de xuño a organización publicará tódolos tracks e percorridos para disposición dos participantes

CARREIRA DE MONTAÑA LONGA



CARREIRA DE MONTAÑA CURTA



Artigo 7. INSCRICIÓNS. PREZOS E PRAZOS

As inscricións realizaranse a través das páxinas web www.carreirasgalegas.com

| | |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| ✚ APERTURA DE INSCRICIONS: | LUNS 29 ABRIL ÁS 14 H |
| ✚ PECHER DE INSCRICIONS: | LUNS 17 XUÑO ÁS 23:59 H |
| ✚ PREZOS DA INSCRICION: | |
| ✓ <u>CARREIRA LONGA:</u> | 15 € ata 3/06/2024 |
| | 17 € ata 17/06/2024 |
| ✓ <u>CARREIRA CURTA:</u> | 7 € ata 3/06/2024 |
| | 8 € ata 17/06/2024 |
| ✓ <u>ANDAINA:</u> | 6 € ata 17/06/2024 |

Artigo 8. RECOLLIDA DE DORSAIS

Os dorsais poderán recollese nas instalacións do Campo de Codesal nos seguintes horarios:

- **Sábado 22 de xuño:** De 12 a 14 horas
De 17 a 19 horas

Artigo 9. PREMIOS E AGASALLOS

Estableceranse os seguintes premios e agasallos:

- Medalla aos/as 3 primeiros/as clasificados de cada subcategoría establecida no presente regulamento;
- Trofeo ós 3 primeiros/as absolutos de cada distancia
- **AGASALLO** para todos os participantes (poderán recollelo xunto co dorsal de competición antes da saída das probas).
- A entrega de premios realizarase a partir das 22 horas aproximadamente no lugar de saída e meta de todas as probas.
- Premios NON acumulativos.

Artigo 10.SERVIZO DE DUCHAS e VESTIARIOS

Porase a disposición dos participantes un servizo de duchas e vestiarios no campo multiusos de Codesal

Artigo 11. ABASTECIMENTOS

Abastecemento líquido no km 9 aprox. Da proba longa
Abastecemento completo en meta.

A asistencia externa a calquera deportista durante a competición non estará permitida
 As zonas de abastecemento estarán acotadas en inicio e fin. Non estará permitido abandonar o abastecemento con ningún tipo de residuo do mesmo, incluídas as posibles 'codias' de froita como poden ser mondas de plátano ou laranxa.

Artigo 12. MATERIAL OBRIGATORIO

O material estará revisado polo comité galego de xuíces, podendo facerse total ou parcialmente en saída, meta ou durante o percorrido.

O uso de auriculares ou elementos de igual índole non está permitido.

***LISTAXE DE MATERIAL OBRIGATORIO:**

Dorsal visible na parte frontal

Manta térmica

Chifre

Teléfono móvil (operativo)

Sistema de hidratación

***LISTAXE DE MATERIAL RECOMENDADO:**

Curtaventos

***IMPORTANTE:** A organización publicará ata un máximo de 5 días antes o material

obligatorio definitivo.

Artigo 13. INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

A Asociación Rego de Bicosán e o Concello de A Guarda publicarán a información de accesos para tódolos participantes facilitando os accesos a recollida de dorsais, saída, meta e zonas de paso intermedias. Tamén se facilitará a información de transporte público.

O evento conta con proxecto de percorrido alternativo e plan de evacuación ante calquera imprevisto, sendo obrigatorio cumprir as indicacións correspondentes por parte dos participantes.

O plan de xestión de residuos e protección ambiental do Trail Camposancos ó Solpor garante un uso responsable do medio natural e a preservación do mesmo así como a correcta distribución de calquera residuo ou material empregado para a realización do evento.

Artigo 14. CONSIDERACIÓN FINAL

Esta proba pertence ao calendario oficial de probas da Federación Galega de Atletismo. As reclamación aos resultados oficiais realizaranse ao Xuíz Árbitro da Competición non máis tarde de 30' despois da publicación dos mesmos.

Todo o non recollido no presente regulamento rexerese polas normas da FGA, RFEA e WORLD ATHLETICS para probas de Trail Running.

RESPONSABILIDADE

A organización non se fará responsable dos danos que puidesen causar ou causarse os participantes por imprudencias ou negligencias destes. Igualmente, o participante declara, baixo a súa responsabilidade, terse realizado o oportuno recoñecemento médico que lle permite estar en condicións óptimas para realizar a proba, eximindo á organización da devandita responsabilidade. A organización dispón dun Seguro de Accidentes e Responsabilidade Civil que cubrirá as incidencias inherentes á proba.

LOPD

Todos os corredores/as ó realizar a inscrición aceptan a publicación do seu nome e imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e/ou internet oficiais.

NOTA: Esta proba pertence ao Calendario Oficial da Federación Galega de Atletismo e mediante a súa inscrición o corredor consente expresamente que os seus datos básicos sexan cedidos a esta entidade para a tramitación, ante a compañía de seguros, dos seguros obrigatorios de accidentes e Responsabilidade Civil así como a xestión da licenza de día e ranking popular de probas de Trail running. En todo caso e tal como establece a lei de Protección de Datos, o interesado pode exercerno futuro os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante escrito ou correo electrónico á Federación Galega de Atletismo. Avenida de Glasgow13- 15008 A Coruña.