

I TRAIL Y ANDAINA DE CELANOVA:

- Reglamento

Horario e distancias:

09:00 □ Saída andaina

09:00 □ Recollida dorsal da trail

09:30 □ Saída trail.

1 Condiciones de participación

I TRAIL DE CELANOVA es un evento deportivo de *trail running*, que se llevará a cabo en el Concello de Celanova el 18 de Septiembre de 2016, constituido por una prueba larga de 19 km y una andaina de 12 km.

2 Organización

El I Trail de Celanova es organizado por el Concello de Celanova, con la colaboración del Club Pato Blanco Celanova.

3 Características del evento y descripción del recorrido

Se trata de un trail de 19 km de distancia con 700 metros de desnivel positivo con un grado de dificultad MEDIA.

La Andaina con una distancia de 12 km tiene un grado de dificultad MEDIO.

4 Condiciones físicas y mentales

La edad mínima de para participar en ambas pruebas es de 18 años, cumplidos hasta el día de la prueba.

Cada atleta debe ser consciente de que su condición física sea la adecuada con respecto a las características de esta prueba.

Es recomendable que todos los participantes realicen un examen médico deportivo que pruebe su capacidad para la realización de este tipo de actividad física.

La organización podrá retirar de la prueba a todo participante, que a juicio de los jueces, no se encuentre en condiciones físicas de continuar.

7.- SINALIZACIÓN E CONTROIS

El recorrido estará señalizado con cintas de alta visibilidad, tablillas y otro tipo de señales, siendo obligatorio el paso por todos los controles establecidos. Estará señalizado el recorrido cada 300 metros o en puntos más conflictivos.

8.-AVITUALLAMENTOS

Por respeto al entorno será obligatorio depositar los restos de basura en zonas habilitadas para tal fin. Habrá 3 avituallamientos a lo largo del recorrido.

- Dos líquidos.
- Un sólido y líquido.

9- OUTRAS CONSIDERACIÓNS

- La organización se reserva el derechos a realizar las modificaciones que considere necesarias en función de los diferentes condicionantes, así como a la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológica lo obligara o por causas de fuerza mayor.

Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados.

La organización declina toda responsabilidad en el caso de accidente, negligencia, así como de los objetos de cada participante.

Los participantes exonerarán a la organización de toda responsabilidad en caso de accidente o lesión.

- La organización contará con los servicios de ambulancia, médico, comunicación y emergencia de protección civil, así como una póliza de seguro de responsabilidad civil e de accidentes para cada un dos participantes de ambas pruebas.

- La organización non se hará responsable de ninguna lesión que no teña que ver con la prueba.

5 Inscripciones

Al inscribirse, cada atleta acepta plenamente el reglamento. Las inscripciones son personales e intransferibles.

Las inscripciones se realizaran de dos formas:

-On Line a través de Champiom Chip (www.championchipnorte.com)

-De forma física en la tienda RUN MANIAK en avenida de Buenos Aires 17 Ourense.

(Esta inscripción se cierra el día 10 de septiembre) .

6 Precios de inscripción

Los precios de inscripción son:

Trail 19 km: 10 euros

Andaina 12 km: 8 euros

Relevos: 15 euros (los dos)

El precio de inscripción también incluye:

- Dorsal
- Seguro deportivo
- Camiseta técnica
- Avituallamiento a lo largo de la prueba
- Pinchos y bebidas variados una vez finalizada la carrera y/o andaina.
- Acceso a duchas una vez finalizada la prueba

Nota: el dorsal es personal e intransferible, deberá ser colocado de forma visible.

7 Categorías de los premios

En la prueba de TRAIL de 19 km, además de la clasificación general, se tendrán en cuenta los siguientes pasos, en cuanto a la edad del participante en el momento de realización de la prueba:

Premios Absolutos para los TRES PRIMEROS CLASIFICADOS “MASCULINOS Y FEMENINOS”

Senior Masculino MSEN (18 a 39 años)

Veteranos Masculino A (40 a 49 años)

Veteranos Masculino B (50 o más años)

Senior Femenina FSEN (18 a 39 años)

Veteranas Femenina A (40 a 49 años)

Veteranas Femenina B (50 o más años)

RELEVOS DE PAREJAS:

Modalidad A: (Dos hombres)

Modalida B: (Dos mujeres)

Modalidad C: (Una Mujer y un Hombre)

Habrá un premio especial para los primeros clasificados (masculino y femenino) Locales, así como para la Primera pareja Local en ambas combinaciones.

Esta modalidad se correrá en dos partes. En la primera, el primer corredor recorrer  una distancia de 8 kmt aproximadamente, siendo relevado por su pareja (segundo corredor), en la zona determinada, el cual tomar  el relevo y recorrer  la segunda parte hasta el final del circuito. Para tener opción a pódium, es imprescindible completar los dos recorridos íntegramente.

Recibirán premios los tres primeros clasificados de cada categoría, **NO SIENDO ACUMULATIVOS** con los tres primeros de la general, tanto masculina como femenina.

8 Avituallamientos.

El 1 TRAIL de Celanova dispondrá de 3 avituallamientos, 2 líquidos y 1 sólido. Su ubicación será en los Km 4,000 , 10,000 y 15,000 siendo el sólido el central

La ANDAINA dispondrá de un avituallamiento líquido/sólido en el kmt 5,500.

Cualquier atleta que por iniciativa propia decida retirarse de la prueba, deberá informar a la organización lo antes posible, para evitar que los servicios de asistencia centren su atención en un atleta supuestamente desaparecido y descuidando así el apoyo al resto de los atletas de la prueba.

9 Normas

Un atleta será retirado de la clasificación en caso de incumplir alguna de las siguientes normas:

- No cumplir el reglamento presente
- No pasar por el control de salida
- Dejar basura en el camino o no respetar el medio ambiente
- No completar el recorrido completo
- Negarse a presentar el dorsal
- Perder o cambiar el dorsal
- Ignorar las indicaciones de la organización

- **Presentar alguna conducta antideportiva**
- **Negarse a socorrer a otro participante en dificultades obvias**

Hacer caso omiso a este reglamento supondrá tomar medidas por parte de la organización de forma que considere más adecuadas.

Celanova , 07 de Agosto de 2016.