

# REGLAMENTO

## 4º TRAIL DO CAOLÍN AO FUCIÑO DO PORCO 2024:

La carrera Trail Do Caolín ao Fuciño do Porco tendrá lugar el 19 de Mayo 2024 en el concello de O Vicedo contando con dos distancias para Trail y única distancia para Andaina

- Trail Corto: 15 km
- Trail Largo: 24 km.
- Andaina: 15 km

Los horarios de salida se establecen los siguientes:

- Trail Corto: 10:30 (salida buses a las 9:45h)
- **Trail Largo: 09:30**
- Andaina: 09:30 (Salida buses a las 9h)

Para el Trail corto y Andaina se pondrá autobuses para acercarlos a la zona de salida 1 hora antes de las salidas. (Hora de cierre de la prueba: 14:15h)

### 2. CONDICIONES:

Los participantes corren bajo su propia responsabilidad, realizando toda o parte de la prueba.

La organización no se hace responsable de los accidentes o daños que puedan recibir o producir los participantes, aunque se dispondrá de un seguro de responsabilidad civil y de accidentes para los mismos, estén o no federados en montaña o atletismo.

En caso de retirada, deberá avisarse al personal de la organización. En el supuesto de lesión, o impedimento para regresar por los propios medios a meta, se pedirá ayuda a la organización que gestionará el rescate. Se facilitarán teléfonos de contacto para emergencias.

El circuito no estará cerrado en su totalidad al tránsito de vehículos, por lo que todo participante está obligado a cumplir las normas de circulación vial, siendo responsable de cuantas infracciones pudiese cometer, y deberá respetar el paso de ganados, personas y vehículos.

### 3. CATEGORÍAS Y TROFEOS

**Senior:** 18 a 29 años

**Master 30:** 30 a 39 años

**Master 40:** 40 a 49 años

**Master 50:** 50 a 59 años

**Master 60:** 60 años en adelante

**Trofeo a primer y primera clasificados locales**

### **3.1. INDIVIDUAL**

- Los corredores participaran de manera individual, debiendo completar cada uno de ellos la totalidad del recorrido.
- El cronometraje se realizara por medio de chip.
- Se entregará un trofeo a cada uno de los 3 primeros clasificados de cada categoría y distancia, masculino y femenino.
- No se permite la participación de menores de 18 años.
- Los trofeos no serán acumulables.
- La entrega de trofeos tendrá lugar el mismo día de la prueba

### **4. INSCRIPCIONES**

Las inscripciones se podrán realizar en la página web GALITIMING a partir del día 12/3/2024 hasta el martes 14 de mayo a las 22:00h.

El precio de la inscripción será de:

Trail Largo : 18€ para federados / 20€ no federados

Trail Corto: 13€ para federados / 15€ no federados

Andaina: 6 € para federados / 8 € para no federados

En la inscripción va incluida unha pinchada final en meta. También hay posibilidad de inscribir acompañantes sólo para la comida final por un precio de 5 € por persona.

Se estable un límite máximo de 450 inscripciones (Trail largo: 150 | Trail Corto: 150 | Andaina: 150)

La inscripción da derecho a los avituallamientos correspondientes, asistencia sanitaria durante y al finalizar la prueba, transporte a meta de los participantes que abandonen la prueba, bolsa del corredor, duchas, aparcamiento y avituallamiento adicional en meta.

La organización se reserva el derecho de impedir la inscripción, en la presente y futuras ediciones de la prueba, en las siguientes circunstancias:

- Cualquier persona a la que considere no capacitada, por su condición física o que pueda ser perjudicial para el desarrollo de la misma o del entorno donde se desarrolla.
- Cualquier persona a la que, por sus acciones o palabras, se le considere una amenaza para la seguridad de la carrera, de los demás corredores, público, colaboradores,

patrocinadores, medios de comunicación, etc.

- Cualquier persona que corra en la presente edición sin acreditar su condición de inscrito.

## **6. ENTREGA DE DORSALES**

La entrega de dorsales se realizará:

-El sábado 18 de mayo desde las 18h hasta las 20h en la Casa de Cultura de O Vicedo

- El domingo 19 de mayo desde las 8:00h en la zona de meta, que estará situada en la Rúa do Porto, cercana al puerto de O Vicedo.

- Cada corredor deberá recoger su propio dorsal. No se entregarán dorsales a terceras personas. (Adjunto copia o foto del tlf del DNI podrán recogerlo) Será obligatorio la presentación del DNI para la recogida del dorsal.

## **7. AVITUALLAMIENTOS**

Los avituallamientos se encuentran en lugares visibles y señalizados.

Se dispondrá de contenedores en el avituallamiento para residuos orgánicos y envases de plástico. No existirá ningún punto para depositar basura pasado el control de avituallamiento, siendo éste inicio y fin del mismo.

Está prohibido el avituallamiento y la ayuda externa durante el desarrollo de la carrera de cualquier persona, no competidora, estando permitido únicamente el avituallamiento que cada participante lleve consigo desde la salida o reponga en las áreas de avituallamiento establecidas por la organización.

Así mismo, está prohibido salir de la zona de avituallamiento con cualquier tipo de envase o envoltorio.

## **8. MATERIAL OBLIGATORIO**

### **Trail largo y trail corto**

- Ropa y Zapatillas adecuadas para una carrera de media montaña en invierno, con previsión probable de lluvia.

- Botellín o sistema de hidratación de 500 ml.

- Teléfono móvil

### **Además, para el trail largo:**

- Manta térmica

- Silbato

- Cortavientos (dependiendo de las condiciones atmosféricas)

## **9. SEÑALIZACIÓN**

Todo el recorrido se encontrará balizado con cintas y Banderillas de colores fácilmente visibles, que se acompañarán con marcas y flechas en cruces de caminos. Estas señales serán retiradas por la organización durante los días siguientes a la prueba.

## **10. SEGURIDAD**

La organización dispone de un seguro de Responsabilidad Civil y de Accidentes para todos los participantes.

Habr  un servicio de Atención Sanitaria y Protección Civil para casos de accidente o necesidad de evacuación del corredor. En concreto, se habilitarán dos ambulancias, una de ellas medicalizada, para atender posibles contratiempos.

Un Corredor Escoba de la organización actuará como cierre de carrera a un ritmo suficiente para cumplir con el horario previsto.

A lo largo del recorrido, en aquellos puntos que puedan resultar conflictivos, habrá personal de la organización para orientar a los participantes.

El Trail largo es la única de las pruebas en la que se cruza una única vez la carretera general LU-862, en el punto kilométrico 78 de dicha vía. Para regular ese punto, habrá presencia de 4 miembros de la Agrupación de Protección Civil de O Vicedo, que recomendarán la aminoración o detención por parte de los vehículos y alertarán a los corredores de la cercanía de esa intersección con la carretera. Asimismo, se apoyar  con señales luminosas de los vehículos oficiales de Protección Civil y con señales verticales de peligro para apoyar el trabajo de dichos voluntarios de Protección Civil.

No está permitida la participación a menores de edad.

No está permitida la participación con mascotas.

## **11. METEOROLOGÍA**

El mal tiempo no será impedimento para la celebración de la carrera. La organización podrá interrumpir la prueba en cualquier punto si considera que pueda haber serio peligro para la integridad física de los participantes, o en casos de fuerza mayor.

Se tendrá previsto un recorrido alternativo.

En caso de interrupción o anulación de la prueba, porque las condiciones climatológicas así lo requieran, y resulten impracticables todos los itinerarios alternativos, los derechos de inscripción no serán devueltos.

## **12. OBLIGACIONES**

**Los corredores est n obligados a:**

- A llevar el dorsal facilitado por la organización. Éste se llevará en un lugar visible y en la parte delantera durante toda la prueba y no podrá ser doblado ni recortado.
- A socorrer a otro corredor en peligro o accidentado y a comunicarlo a la organización.

- A seguir las instrucciones de los miembros de la organización, mostrándose respetuosos con estos y con los demás corredores.
- A no salirse del itinerario señalado.
- A comunicar su retirada en un control o avituallamiento, entregando el dorsal. En este caso, el corredor asume toda la responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o es descalificado. Si decide continuar en el recorrido será bajo su absoluta responsabilidad.
- A llevar consigo cualquier residuo que genere: envases, papeles, residuos orgánicos, etc., hasta los lugares señalados y habilitados por la organización.

#### **Será motivo de descalificación del corredor:**

- Abandonar residuos fuera de las papeleras situadas en los avituallamientos.
- No auxiliar a otros participantes en caso de que lo necesiten.
- No obedecer las indicaciones del personal identificado como de la organización.
- No llevar el dorsal visible.
- Atajar, salirse del itinerario señalado.
- No identificarse en los controles de paso que determine la organización.
- No realizar el recorrido completo.
- Tener un comportamiento no deportivo, irrespetuoso con corredores o miembros de la organización.
- Provocar un accidente voluntariamente
- Abandonar la carrera sin comunicación a la organización conllevará la imposibilidad de participar en futuras ediciones de la prueba.

### **13. HORARIOS**

- Trail Corto: 10:30
- Trail Largo: 09:30
- Andaina: 09:30

**Hora de cierre de la prueba: 14:15h**

### **14. RECLAMACIONES**

Se podrán presentar reclamaciones referentes a las clasificaciones provisionales hasta 30 minutos después de su publicación.

### **15. CLASIFICACIONES**

La clasificación se colgará en un tablón de anuncios en Meta conforme vayan llegando los corredores.

Aquello no regulado en este reglamento se regirá por el Reglamento de la FGDM.

#### **16. ECORESPONSABILIDAD**

El itinerario transcurre por parajes de alto valor ecológico, por lo que se deben seguir las pautas de comportamiento habituales en los espacios protegidos: no dejar residuos, no encender fuego, no producir ruidos que molesten a la fauna, no acampar, no salirse del recorrido señalizado...en definitiva no dejar rastro de nuestra actividad.

Se reducirá al mínimo el uso de plásticos en el monte: avituallamientos, señalización.

La organización utilizará en lo posible material reutilizable o reciclable.

#### **17.NORMATIVA COVID**

La organización aplicará la normativa vigente establecida por las autoridades sanitarias de la Xunta de Galicia en relación a la celebración de eventos deportivos en la fecha de celebración.

#### **18. MODIFICACIONES DEL REGLAMENTO**

**El reglamento puede ser modificado en cualquier momento por la organización por previsión meteorológica o por cualquier tipo de circunstancia necesaria.**

#### **19.DESCARGO DE RESPONSABILIDAD:**

**Cada participante, con la inscripción manifiesta encontrarse en una forma física y mental que le permite afrontar el esfuerzo, y asume el riesgo de esta práctica deportiva.**

**Los participantes, por el hecho de inscribirse libre y voluntariamente, declaran conocer y aceptar plenamente el presente Reglamento. En caso de duda o de surgir alguna situación no reflejada en el mismo, prevalecerá lo que disponga al efecto la Organización.**

**Autoriza además a que la Organización haga uso de fotos, vídeos y nombre en la clasificación de la prueba, en los medios de comunicación y/o Internet, sin esperar pago, compensación o retribución alguna por este concepto.**

#### **20. CANCELACIONES Y DEVOLUCIONES**

No existirá la posibilidad de cancelar o devolver la inscripción una vez transcurridas 24 horas desde el fin de plazo para las inscripciones.