



II TRAIL NOCTURNO A COVA DO LOBO (MONTE BRONDO-ZAS)

Regulamento

1. LUGAR, DATA E HORA:

Zas (A Coruña) Praza do Concello de Zas

Sábado, 10 de Agosto do 2019

Trail Nocturno: saída ás 22:00horas

Andaina Nocturna: Saída ás 22:05 horas

Peketrail:

Categoría A: Saída ás 20:30 horas

Categoría B: Saída ás 21:00Horas

2. A PROBA:

Proba NON competitiva con saída e chegada no pobo de Zas . Trail nocturno para coñecer unha forma diferente de vivir o monte. Pasaremos polo Monte Castro Monte Pión e o Montebondo, sendo o ascenso polos cortalumes deste último unha das zonas máis espectaculares. Unha vez coroados este monte, poderedes disfrutar das mellores vistas nocturnas da redonda.



Non o dubidades. Apuntádevos a esta nova sensación, seguro que repetiredes para o ano.

TRAIL NOCTURNO 15 KM. 700 m+ (aproximados)

ANDAINA NOCTURNA 10 KM . 400 m+ (aproximados)

PEKETRAIL, Categoría A: 750 Metros (Aproximados) Categoría B: 2 KMS (Aproximados)

O mal tempo non será impedimento para a celebración da carreira. A organización poderá interrompir a proba en calquer punto se considera que poda haber serio perigo para a integridade física dos corredores, ou en casos de forza maior.

3. CATEGORÍAS:

SENIOR: participantes ata 40 anos no 10 de Agosto do 2019

VETERANOS: participantes de 40 anos para adiante no 10 de Agosto do 2019

Os participantes teñen que ser maiores de 16 anos. Os menores de idade deberán entregar unha autorización firmada polos pais.

PEKETRAIL: Os corredores deberán entregar unha autorización firmada polos pais.

Categoría A: 5-10 Anos

Categoría B: 11-15 Anos

4. INSCRICIÓN:

Na web www.galitiming.com

5. DORSALES:



A recollida farase no concello de Zas de Carreira unha hora antes da saída de cada carreira. A saída encóntrase na praza do Concello de Zas. A organización poderá solicitar o DNI para retirar dito dorsal

6. PREZO:

TRAIL NOCTURNO

Ata o 2 de Agosto do 2019 ás 23:59 horas: 12 Euros

A partir do 3 de Agosto do 2019 ata o 7 de Agosto ás 23:59 horas: 14 Euros

Disporanse de ata 250 prazas.

ANDAINA

Ata o 2 de Agosto do 2019 ás 23:59 horas: 8 Euros

A partir do 3 de Agosto do 2019 ata o 7 de Agosto ás 23:59 horas: 10 Euros

Disporanse de ata 300 prazas.

PEKETRAIL

Será gratuito nas dúas categorías.

AVITUALLAMENTO FINAL NO PABELLÓN con paella para todos!!! Para acompañantes (Paella e bebida): 5,00 Euros.

Ata o 2 de Agosto poderase anular a inscrición tendo dereito á devolución da mesma (gastos de devolución: 3 Euros). A partir do 2 de Agosto non se poderá anular a inscrición.



Todos os participantes contarán con seguro de accidentes durante a proba. A inscrición da dereito a participar na proba, seguros, avituallamentos, gardarroupa, duchas, obsequios e cea ofrecidos pola organización.

O Concello de Zas pon a disposición dos corredores un servizo de duchas no Pabellón Deportivo Municipal de Zas.

7. SINALIZACIÓN E CONTROIS:

O percorrido estará sinalado con cinta de balizar e sinais fluorescentes, sendo obrigatorio o paso polos control establecido no Pico de Montebrondo.

Todo participante ten que dispor de luz frontal e móbil con batería. Fárase un control antes da saída.

8. RETIRADAS:

Os Corredores Escoba teñen a potestade para retirar da proba a calquera corredor se o seu estado de saúde así o aconsella.

9. AVITUALLAMIENTOS:

Avituallamento líquido

Trail Nocturno no km 5,5



Avituallamento sólido e líquido

Trail Nocturno no km 9.

Andaina Nocturna no km 6.

Avituallamento final líquido e sólido na Praza do Concello.

Degustación de Paella no Pabellón Polideportivo con festa de peche.

Os avituallamentos encóntranse en lugares visibles e sinalizados. Disporase de contenedores para residuos orgánicos. Non existirá ningún punto para depositar basura pasado o control de avituallamento. Está prohibido o avituallamento e a axuda externa durante o desenvolvemento da carreira de calquera persoa, non participante. Así mesmo está prohibido saír da zona de avituallamento con calquera tipo de envase ou envoltorio

10. SERVICIO SANITARIO:

Haberá persoal médico-sanitario con potestade para retirar o dorsal a calquera corredor cando considere que a súa saúde está en perigo.

11. TROFEOS:

Entregaranse os seguintes trofeos:

- Ós tres primeiros clasificados de cada categoría, tanto feminino coma masculino.
- Ó máis veterano/a.
- Ó primeiro, tanto feminino como masculino, do Concello de Zas (necesario estar empadroadado)



A entrega de trofeos realizarase no Pabellón Deportivo de Zas unha vez finalizada a proba. O non estar presente na mesma, anularáse o dereito a recibir os mesmos.

12. DESCALIFICACIÓN:

Será descalificado todo o corredor que non cumpra o presente regulamento, non complete a totalidade do percorrido, deteriore ou emporque o entorno, non leve o seu dorsal ben visible ou desatenda as indicacións da organización

13. PARTICIPANTES:

Para participar na proba cada deportista deberá levar o dorsal de forma visible para facilitar o labor de control da proba. Así mesmo facilitarase un chip para control de tempos que deberá colocarse correctamente na zapatilla. Se non se coloca correctamente é posible que apareza reflexado nos postos finais, non admitíndose reclamación algunha ó respecto.

Tódolos participantes están obrigados a auxiliar ós accidentados e a respetar as normas de circulación nos cruces e estradas.

É aconsellable utilizar roupa e calzado adecuado para carreiras de montaña, autorizándose a utilización de bastóns. De elixir levar bastóns, éstos deberán ser portados durante toda a proba, non podendo desprenderse deles durante todo o percorrido.

Os participantes corren baixo a súa responsabilidade. Sobre eles recae a decisión da saída e realización da carreira. É responsabilidade de cada participante estar fisicamente preparado para realizar a proba. Os participantes eximen á organización das reclamacións ou demandas basadas en supostas accións ou non acción dos participantes u outros que actuen ó seu favor, así como das demandas resultantes dos danos que poidan sucederlles a eles como ó seus materiais.

Os participantes deberán firmar os documentos que se requiran para evidenciar máis claramente este apartado do reglamento.



14. VOLUNTARIOS:

Prestarán asistencia e facilitaran información ós corredores un grupo de voluntarios claramente identificados, situados en cruces, avituallamentos e zoas perigosas.

15. A ORGANIZACIÓN:

Correrá a cargo do Concello de Zas e a A.D. Monte Brondo. Resérvase o dereito a realizar as modificacións que considere necesarias en función dos diferentes condicionantes, así como a sua suspensión en caso de condicións meteorolóxicas adversas

Os participantes exoneran á organización de toda responsabilidade en caso de accidente ou lesión.

O percorrido non estará pechado ó tráfico polo que hai que respetar o código de circulación e extremar as precaucións ó cruzar calquera estrada ou ó chegar a un cruce.

A organización reservase os dereitos exclusivos sobre as imaxes, vídeo e información da proba, nas que poidan aparecer participantes, e para utilizar este material para a publicidade, relacións públicas ou outros fins xornalísticos ou promoción do evento. Calquera proxecto multimedia ou publicidade ten que ter o consentimento previo da organización. Para todo o non especificado no regulamento a Comisión Organizadora disporá unha solución o antes posible.

16. MODIFICACIÓNS DO REGULAMENTO

O regulamento pode ser modificado en calquer momento pola organización po previsión meteorolóxica ou por calquer tipo de circunstancia necesaria

