



**CONCELLO
DA MERCA**



PARROIRA-TRAIL 2019 / CONCELLO DA MERCA

La *Asociación Deportiva OVALA2* y el *Concello da Merca*, organizan la primera edición de la **PARROIRA-TRAIL / CONCELLO DA MERCA 2019**, con dos recorridos (15 y 28 km) con una dificultad media; transcurre por los senderos y caminos reales de los montes de las parroquias de A Merca, Proente, Pazos de Olás, Entrambosrios, Rubillós, A Parroira, A Rebola, Queiroá y zonas del Concello da Bola.

Podemos destacar en el diseño del trazado de esta edición de la Parroira-trail la búsqueda de antiguos caminos forestales desaparecidos por el paso do tempo; así como, la recuperación de otros actualmente en desuso. Se trata de un recorrido por los pueblos del Concello da Merca y del Concello da Bola en la provincia de Ourense, enclave natural del río Arnoia. Como novedad, la Parroira TRAIL 2019, transcurrirá por el Canal do Ruca, el Roteiro da Broa y por el mayor conjunto de los Canastros/hórreos de España, segunda concentración del continente europeo, situado en la población de A Merca.

FECHA Y LUGAR

FECHA: 3 de noviembre de 2019 (sábado)

LOCALIDAD: A Merca (Ourense)

LUGAR DE SALIDA: Pabellón municipal de A Merca

MÁXIMO INSCRIPCIONES: 200 participantes (100 parejas)

INSCRIPCIONES: web crono

1.- INSCRIPCIONES

- Número máximo de inscritos: 100 parejas (200 participantes).
- Las inscripciones se realizarán mediante plataforma digital.

La fecha tope de inscripciones será el 30 de octubre a las 23:59. A partir de esa fecha, en el caso de haber plazas disponibles, la organización aceptará inscripciones sin garantías de entrega del obsequio conmemorativo.

La inscripción incluye:

- Participar en el prueba.
- Dorsal personalizado.
- Obsequio participación.
- Recuerdo finisher (si se logra).
- Cronometraje
- Dispositivo electrónico para control de tiempos.
- Seguro de accidentes y RC
- Avituallamientos (sólidos y/o líquidos)
- Servicio de vestuarios, aseos y duchas
- Servicio médico y de ambulancia
- Pincho final ruta

* No se devolverá el importe pagado al inscribirse en ningún otro caso que no sea la lesión y/o enfermedad grave acreditada con parte médico.



**CONCELLO
DA MERCA**



2.- RECORRIDOS Y DISTANCIAS

Trail Largo 15k +500m
Trail corto 28k +900m

(*) Las distancias pueden sufrir alguna alteración. En cualquier caso se avisaría con antelación.

3.- PERIODOS DE INSCRIPCIÓN Y PRECIOS

FASE EVENTO	PRECIO	FECHA LIMITE PAGO
Trail Corto y largo	13,00€/participante	hasta lunes 30 de septiembre 23:59
Trail Corto y largo	15,00€/participante	a partir 1 de octubre

4.- PARTICIPACIÓN, CATEGORÍAS Y TROFEOS

Podrán participar en esta prueba los corredores mayores de edad, inscritos en la misma y que poseen una condición física apropiada para competir en carreras de montaña

- En modalidad parejas, el Trail, tanto largo como corto, tendrá las siguientes categorías
Masculina.
Femenina.
Mixto.
Con trofeo para los 3 primeros clasificados de cada una de ellas.

Los participantes en la modalidad de parejas deberán permanecer durante el recorrido a una distancia máxima entre ambos de 2 minutos. En la línea de llegada han de presentarse juntos.

5.- PROGRAMA/HORARIO

Día previo (Sábado 02/11/2019)
17:00 – 20:00 Entrega de dorsales (pabellón municipal)

Día del evento (domingo 03/11/2019)
08:00 Entrega dorsales hasta 15 minutos antes de cada prueba (en pabellón municipal)
09:30 Salida (prueba cronometrada)
13:45 Entrega de trofeos

6.- SEÑALIZACIÓN Y CONTROLES

El recorrido estará señalizado por carteles indicadores, cinta de balizar y por personal de la organización.

Habrá controles de paso en varios puntos del recorrido para acreditar que todos los participantes hacen la totalidad del trail correctamente.

El chip se entrega conjuntamente con el dorsal y tendrá que ser devuelto al terminar la prueba (la no devolución implica el pago de 10€ a la organización)

La meta se cerrará a las 15:00 h.



CONCELLO
DA MERCA



7.- AVITUALLAMIENTOS

Todas las pruebas tienen derecho a avituallamientos durante el transcurso de la prueba.

Se establecen los siguientes avituallamientos:

Trail corto	7Km (liquido/solido)
Trail largo	7Km (liquido/solido) 15km (liquido/solido)

Con el fin de mantener limpio el entorno, en los avituallamientos en carrera **NO se dispondrá de envases para recibir liquido**, estos **deben se portados por los corredores**.

8.- MATERIAL OBLIGATORIO Y RECOMENDADO

- Será **OBLIGATORIO** Calzado técnico y vaso para avituallamiento.
- Teléfono móvil con número de la organización guardado, con saldo y con batería suficiente.
- Recomendamos: Mochila de hidratación, silbato, gps, chaqueta impermeable, gorra, ropa térmica, guantes y manta térmica de emergencia.

La organización se reserva el derecho de modificar la obligatoriedad del material, previo aviso, en función de las previsiones meteorológicas que acontezcan el día de la prueba.

En caso de llevar bastones de trekking será de inicio a fin de carrera, estando prohibido adquirirlos o dejarlos a lo largo del recorrido. Por seguridad, los primeros metros de carrera deberán ir recogidos. Se podrán comenzar a usar a partir del km 0,5 de carrera.

9.- DEBERES DE LOS CORREDORES

- Los participantes están obligados a llevar el dorsal facilitado por la organización. Este se llevará en un lugar visible 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.
- A no salirse del itinerario señalado.
- A comunicar su retirada en un control o avituallamiento, entregando el dorsal. El corredor asume toda su responsabilidad desde que abandona voluntariamente la prueba o cuando sea descalificado. Si decide continuar en el recorrido será bajo su absoluta responsabilidad.
- Es obligación de cada participante portar consigo cualquier residuo que genere: envases, papeles, residuos orgánicos, etc., hasta los lugares señalados y habilitados por la organización
- No dañar y ni perjudicar la flora y fauna.

10.- MOTIVOS DE DESCALIFICACIÓN

- Abandonar residuos fuera de las papeleras situadas en los avituallamientos.
- No auxiliar al participante que lo necesite
- No obedecer las indicaciones del personal identificado como de la organización
- No llevar el dorsal visible.
- Atajar, salirse del itinerario señalado, especialmente en las zonas más sensibles, con el fin de no dañar el medio ambiente.
- No pasar por los controles de paso que determine la organización.



**CONCELLO
DA MERCA**



- No realizar el recorrido completo.

11.- CANCELACIONES Y/O MODIFICACIONES

La organización de la prueba se reserva el derecho a modificar horarios y recorridos o suspender la prueba, si así lo estima oportuno, por razones climatológicas o de seguridad. Solo en el caso de suspensión de la prueba se procederá a la devolución del 100% de la cuota de inscripción. Dado el espíritu deportivo y popular de esta prueba no se admitirán reclamaciones.

12.- COMPROMISO DE LOS CORREDORES

Será obligatorio por parte de todos los participantes preservar el entorno, estando prohibido arrojar desperdicios fuera de las zonas establecidas en los avituallamientos. Será motivo de descalificación incumplir esta norma elemental por parte de los participantes. Cada corredor será responsable de todo perjuicio o lesión que pudiera causar a sí mismo o a terceros, exonerando a la organización de cualquier responsabilidad en caso de accidente o lesión. Los participantes están obligados a socorrer a otros participantes durante el transcurso de la carrera.

13.- CRITERIOS AMBIENTALES

La organización tiene como máxima la protección del entorno en el que se desarrolla la carrera, al transcurrir por un entorno de gran valor natural, con bosques autóctonos gallegos como pocos, por consiguiente:

1. Todos los avituallamientos dispondrán de cubos de basura para tirar los desperdicios que se puedan generar.
2. Todos los elementos empleados para el marcaje del recorrido serán retirados por la organización una vez concluida la competición.
3. Se dispondrá de varios vehículos con permiso de circulación en zona protegida, para cubrir las necesidades de los avituallamientos, asistencia sanitaria y organización de la prueba.

14.- IMAGEN Y PUBLICIDAD

La organización de la prueba y los patrocinadores que colaboran en la organización de este evento deportivo se reservan el derecho de usar libremente en todas sus formas, las imágenes de la participación de los corredores en la prueba, y publicar los resultados obtenidos por ellos.

La prueba puede ser grabada en vídeo y/o fotografiada por los periodistas y organizadores del evento para su posterior utilización en la publicidad de la prueba.

15.-ZONA APARCAMIENTO

La organización indicará la ubicación de las zonas de aparcamiento. La organización no se hará responsable de las infracciones de tráfico al respecto. Hay zonas de entrada y salida de vehículos de las viviendas existentes en la población de A Merca, no existen vados, por lo que rogamos eviten aparcar en dichas zonas.



CONCELLO
DA MERCA



16.- PUBLICACIÓN DEL REGLAMENTO PARA CONOCIMIENTO DE LOS PARTICIPANTES

El presente Reglamento se publicará en el perfil de Facebook, en la web de la empresa de inscripción, y estará expuesto en la oficina de carrera durante las pruebas. La inscripción en la prueba supone el conocimiento y la aceptación del presente reglamento. . El desconocimiento del mismo no exime al participante de su cumplimiento.

