



## VIII TRAIL DOS INDIOS - CASTELO DE VITRES

### REGULAMENTO

#### DATA:

DOMINGO 15 DE SETEMBRO 2024

#### DISTANCIAS:

TRAIL: 24,5 km 1500 D+

TRAILIÑO: 14 KM 650d+

ANDAINA: 14 KM 650d+

#### SAÍDA E META:

PAVILLÓN DE SANTA BAIA – BOIRO

SERVIZO DE DUCHAS NO PAVILLÓN

<https://goo.gl/maps/1UnmFiaDYupZEFXeA>

#### INSCRICIÓN

<https://galitiming.es>

PECHE DE INSCRIPCIÓN: **Martes 10 de setembro as 23:59h**

PRECIO DE INSCRIPCIÓN:

- TRAIL **25€**
- TRAILIÑO **18 €**
- ANDAINA **12 €**

Unha vez realizada a inscrición, só se accederá á devolución do importe en caso de lesión ou enfermidade, sendo necesario a presentación dun certificado médico.

A inscrición é persoal e intransferible e supón a aceptación deste regulamento e a renuncia de todos os dereitos contra a organización, renunciando a toda acción legal que puidera derivarse da súa participación na proba. Unha vez realizada, baixo ningún concepto, poderá ser utilizada por outra persoa diferente á inscrita.

O dorsal debe ser recollido presentando á organización un documento de identificación: DNI ou permiso de conducir, NIE, pasaporte. As persoas federadas deberán presentar tamén a licenza federativa en formato físico ou dixital.

### TRAIL DOS INDIOS:

5ª proba da Copa Xunta de Galicia de Carreiras por Montaña da Federación Galega de Montañismo (FGM), categoría absoluta.

- Prezo inscrición: 25 €
- Recollida de dorsais - 7:30 a 8:30 h
- Saída – 09:00 h
- Peche de Meta - 14.30h
- Entrega de Trofeos - 13.30 (ou ao completar podios)
- Circuito (suxeito a cambios por forza maior) <https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/trail-dos-indios-distancia-longa-2023-145542089>
- Avituallamentos:
  - Km 7
  - Km 12,5
  - Km 19
  - Meta
- Tempos de corte
  - Avituallamento 1 - km 5 as 10:00h
  - Avituallamento 2 - km 12,5 as 11:30h
  - Avituallamento 3 - km 19 as 13:30h
  - Corte de Meta 14:00h (Tempo máx. total 5h:00 min)
- Material obrigatorio: Poderá haber controis na saída, meta ou ao longo da carreira. O incumprimento é motivo de descualificación. En función das condicións climatolóxicas o material obrigatorio poderá sufrir cambios dos que se avisará coa antelación suficiente.
  - Manta térmica
  - Chifre
  - Teléfono con batería suficiente
  - Sistema de hidratación de cando menos 1 L
  - Cortaventos ou membrana con capucha e manga longa.

O material obrigatorio poderá ser requirido polos árbitros da FGM no control de dorsais e nas partes do percorrido destinadas a tal efecto, e todos os corredores están obrigados a someterse a este control, baixo pena de sanción ou descualificación da carreira.

O uso de bastóns será voluntario, pero no caso de saír con eles, deberan levarlos durante toda a proba

- **CARACTERÍSTICAS DO TERREO.- TRAIL CON DIFICULTADE ELEVADA.** Dificultade técnica ALTA. Dureza en relación distancia-desnivel ALTA. Moitos sendeiros e zonas rochosas, beiras dos ríos, subidas de dificultade elevada, baixadas técnicas. **Recomendase un nivel de estado físico medio-alto para participar nesta proba.** Cada participante debe ser consciente da lonxitude e dificultade da proba, que pode desenvolverse baixo condicións climáticas extremas, polo cal debe prever que a súa indumentaria e calzado sexan os adecuados para a práctica de carreiras de montaña. A realización da inscrición implica que os corredores leron, entenderon e aceptan as condicións do presente Regulamento e participan baixo a súa enteira responsabilidade, afirman posuír unhas condicións físicas suficientes para a realización da proba.

### TRAILIÑO/ANDAINA:

#### 3ª Proba da Copa Xunta de Galicia de Carreiras por Montaña, categoría promesa e junior

- Prezo inscrición: 18 €
- Recollida de dorsais - 8:30 a 9:30 h
- Saída – 10:00 h (Trailiño) 10.05 (Andaina)
- Peche de Meta - 14.30h
- Entrega de Trofeos Trailiño- 13.00 (ou ao completar podios) A andaina non é competitiva.
- Circuito: <https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/trailino-dos-indios-2023-ruta-curta-145542215>
- Avituallamentos:
  - Km 5
  - Km 9,5
  - Meta
- Material obrigatorio trailiño: Poderá haber controis na saída, meta ou ao longo da carreira. O incumprimento é motivo de descualificación. En función das condicións climatolóxicas o material obrigatorio poderá sufrir cambios, dos ques e avisará con tempo suficiente.
  - Manta térmica
  - Chifre
  - Teléfono con batería suficiente

O material obrigatorio poderá ser requirido polos árbitros da FGM no control de dorsais e nas partes do percorrido destinadas a tal efecto, e todos os corredores están obrigados a someterse a este control, baixo pena de sanción ou descualificación da carreira.

O uso de bastóns será voluntario, pero no caso de saír con eles, deberan levarlos durante toda a proba

- Tempos de corte trailiño:
  - Avituallamento 1 - km 7 as 11:30h
  - Avituallamento 2 - km 12,5 as 13.00h
  - Corte de Meta 14:00h (Tempo máx. total 4h:00 min)
- **CARACTERÍSTICAS DO TERREO.- TRAIL CON DIFICULTADE ELEVADA.** Dificultade técnica ALTA. Dureza en relación distancia-desnivel ALTA. Moitos sendeiros e zonas rochosas, beiras dos ríos, subidas de dificultade elevada, baixadas técnicas. **Recomendase un nivel de estado físico medio-alto para participar nesta proba.** Cada participante debe ser consciente da lonxitude e dificultade da proba, que pode desenvolverse baixo condicións climáticas extremas, polo cal debe prever que a súa indumentaria e calzado sexan os adecuados para a práctica de carreiras de montaña. A realización da inscrición implica que os corredores leron, entenderon e aceptan as condicións do presente Regulamento e participan baixo a súa enteira responsabilidade, afirman posuír unhas condicións físicas suficientes para a realización da proba.

## CATEGORÍAS E PREMIOS

### CATEGORÍAS PARA TRAIL E TRAILIÑO:

- **Absoluta** masculino e feminina
- **Veterán A** masculino e feminina. De 40 a 49 anos\*
- **Veterán B** masculino e feminina. Mais de 50 anos\*
- **Equipos:** Para optar a esta clasificación tódolos membros do equipo deben estar **inscritos co mesmo nome** de equipo. Os equipos serán mixtos, e debe ter **un mínimo de 4 membros entre homes e mulleres**, puntuando os catro mellores clasificados de cada equipo entre os que haberá cando menos unha muller e un home. A puntuación será outorgada por rigoroso orde de chegada, e **gañará o equipo con menor puntuación acumulada.**

\*A idade a ter en conta será a que se teña a finalizar a 31 de decembro de 2024.

### PREMIOS PARA TRAIL E TRAILIÑO:

- 3 primeiros clasificados da carreira xeral feminino e masculino.
- 3 primeiros clasificados veterán A masculino e feminino (+40)
- 3 primeiros clasificados veterán B masculino e feminino (+50)
- Primeiro Equipo Clasificado

Os trofeos **NON SON ACUMULATIVOS**.

## SINALIZACIÓN E CONTROIS

O percorrido estará sinalizado pola organización con cinta plástica de cor viva, pintura, carteis indicadores ou outros elementos de sinalización. É responsabilidade de cada participante localizar a sinalización e seguila. **Recoméndase descargar o track no reloxo, teléfono ou dispositivo GPS**

Aínda que o percorrido, case na súa totalidade, non transcorre por estradas, nalgún momento si se cruza ou se transita durante un pequeno tramo por elas. Polo tanto, estes tramos non estarán cortados ao tráfico rodado, debendo os participantes respectar as normas de tráfico e indicacións da Organización.

Será obrigatorio seguir o itinerario marcado e pasar polos controis regulamentarios establecidos. A Organización poderá realizar as modificacións que considere necesarias no percorrido, incluso a suspensión da proba, se as condicións meteorolóxicas así o aconsellan. A organización ten deseñados e preparados recorridos alternativos para evitar algún punto que puidera ser problemático en función das inclemencias climatolóxicas.

O percorrido da proba discorre por paraxes naturais de gran beleza, polo que non debemos ensucialos nin deterioralos, arroxando desperdicios fóra das áreas de control. Será motivo de descualificación o incumprimento desta norma.

## INSCRICIÓN

A proba está aberta a todos os deportistas con idade mínima de 18 anos na carreira de 24k e 14 anos na de 14k.

As inscricións poderanse formalizar a partir do día 15 de xullo de 2024, a través da páxina web <https://galitiming.com/> enchendo o formulario habilitado a tal efecto, e efectuando o pagamento correspondente.

**A inscrición dá dereito a:**

- Dorsal con chip
- Seguro de accidentes
- Asistencia médica en carreira
- Regalo conmemorativo
- Avituallamentos
- Avituallamento especial fin de carreira

**A inscrición é persoal e intransferible** e supón a aceptación deste Regulamento e a renuncia a todos os dereitos contra a Organización, renunciando a toda acción legal que puidera derivarse da súa participación na proba. Unha vez realizada, baixo ningún concepto, pode ser utilizada por outra persoa diferente á inscrita.

## MOTIVOS DE DESCUALIFICACIÓN

- Non pasar polos puntos de control establecidos.
- Non realizar o recorrido completo.
- Non respectar o itinerario balizado ou a sinalización do recorrido.
- Entrar na meta sen dorsal.
- Deixar lixo (envases, envoltorios ou calquera outro desperdicio), fóra das zonas de avituallamentos e control).
- Non prestar auxilio a outro corredor que o necesite.
- Participar baixo identidade falsa ou suplantando a outra persoa.
- Desobedecer as indicacións dos médicos ou persoal responsable da organización.

## RETIRADA E ABANDONOS

- Calquera corredor poderá retirarse da proba sempre que o desexe, advertindo ao control máis próximo ou ao persoal da Organización e entregando o dorsal.
- Se por caso de accidente ou lesión o corredor queda inmovilizado e non pode chegar ata un punto de control, contactará co teléfono de emerxencias que constará no dorsal a fin de actuar coa maior axilidade.
- A Organización poderá retirar da carreira, baixo o seu criterio, aos participantes que teñan problemas físicos evidentes, tales como vómitos, desorientación, desmaio, etc. que poidan poñer en perigo a súa saúde, ou aqueles que teñan minguadas as súas condicións físicas para continuar en carreira.
- Os participantes están obrigados a prestar auxilio aos accidentados ou a aqueles que o requiran.

## OUTRA INFORMACIÓN

- A Organización disporá de servizos de asistencia médica e duchas (Pavillón Polideportivo Santa Baia).
- Todos os participantes oficialmente inscritos estarán cubertos por unha póliza de seguros concertada pola Organización, que cubrirá os accidentes que se produzan como consecuencia directa do desenvolvemento da proba e nunca

como derivación de un padecemento ou tara latente, imprudencia, inobservancia das leis e do articulado deste Regulamento, así como os producidos nos desprazamentos ou e desde o lugar no que se desenvolve a carreira.

- A Organización resérvase o dereito de admisión nesta proba

## PROTECCIÓN DE DATOS

Todo participante, ao formalizar a súa inscrición, está a autorizar a publicación dos seus datos persoais necesarios para o desenvolvemento da proba, xa sexa nas listaxes oficiais, en medios de comunicación e/o internet, así como, o seu uso para o envío de información relativa ao evento, incluídas posteriores edicións. Igualmente autoriza a que as imaxes (fotografía ou vídeo) poidan utilizarse de forma atemporal en calquera publicación ou acción publicitaria, co único fin de promoción e difusión do evento.

Cada participante é responsable da veracidade dos datos proporcionados na súa inscrición, e consente que devanditos datos se incorporen a un ficheiro automatizado, do que é responsable EcoSport Barbanza SL. O titular dos datos terá dereito de acceso, rectificación, cancelación e oposición nos termos previstos na Lei Orgánica 15/1999 do 13 de Decembro, de Protección de Datos de Carácter Persoal.