



***30º ANIVERSARIO
TRAVESÍA A NADO
“PRAIA DE COROSO”***



XXX TRAVESÍA A NADO “PRAIA DE COROSO”

REGULAMENTO

1. Organiza: Club Natación Riveira

Colabora: Concello de Ribeira

2. Lugar, data e hora:

Ribeira, Praia de Coroso

15 de Agosto de 2025

Recollida de dorsais de 9:30 a 10:45

Comezo das probas as 11:00

Entrega de premios ás 14:00 aproximadamente

3. Distancias e Categorías:

- **2500m:** nados 2009 e anteriores
- **1250m:** nados 2013 e anteriores
- **400m:** nados 2014 e posteriores
- **150m** aproximadamente: 2015 e posteriores
(NON COMPETITIVA)

Categorías por ano:

- . Benxamín: 2015 e 2014
- . Alevín: 2013 e 2012
- . Infantil: 2011 e 2010
- . Xunior: 2009, 2008 e 2007
- . Absoluta: 2006 a 1995
- . Master 1: 1994 a 1980
- . Master 2: 1979 a 1965
- . Master 3: 1964 e anteriores.
- . Categoría Inclusiva en tódalas categorías.

4. Percorridos:

- O percorrido de 2500m será de dúas voltas a un circuito rectangular sinalizado por boias.
- O percorrido de 1250m será dunha volta a un circuito rectangular sinalizado por boias.
- O percorrido de 400m será dunha volta entre dúas balizas facendo un triángulo.
- O percorrido non competitivo de 150m será dunha volta entre una ou dúas balizas.



5. Horarios de saídas aproximadas

Saída 1250m as 11:00 horas.

Saída 2500m as 11:45 horas.

Saída 400m as 12:45 horas.

Saída 150m non competitiva as 13:00 horas.

Saída remudas mixtas as 13:15 horas.

6. Inscripcións:

As inscricións poden facerse a partir do 1 de Maio do 2025 ata o 12 de Agosto do 2025 ás 23:59 na páxina web de www.galitiming.com.

A inscrición inclúe:

- . Cronometraxe por chip.
- . Seguro de accidentes para cada participante.
- . Seguro de protección civil.
- . Avituallamento post competición.

O custe da inscrición será:

- . **Remudas mixtas:** 10 euros, presencial ata una hora antes do inicio da proba na zona de recollida de dorsais.
- . **1250m e 2500m:** de 15 euros do 1 de Maio ó 30 de Xuño. De 20 euros do 1 de Xullo ata o 12 de Agosto.
- . **400m:** de 8 euros do 1 de Maio ó 30 de Xuño. De 10 euros do 1 de Xullo ata o 12 de Agosto.
- . **150m** non competitiva é gratuita.

7. Premios:

- 150m non competitiva: medalla para tódolos participantes
- 400m: medalla para tódolos participantes e medalla/trofeo para os 3 primeiros masculino e feminino benxamín.
- Remudas Mixtas: medalla/trofeo para os 3 primeiros equipos.
- 1250m: medalla/trofeo para os 3 primeiros masculino e feminino alevín, infantil, popular e inclusivo.
- 2500m: medalla/trofeo para os 3 primeiros masculino e feminino de cada categoría, incluída a categoría inclusiva.

Ademáis nesta proba de 2500m haberá premio económico para os 3 primeiros homes e as 3 primeiras mulleres en pasar o arco de meta independentemente da súa categoría:

- **1º Clasificado/a: 200 euros**
- **2º Clasificado/a: 150 euros**
- **3º Clasificado/a: 100 euros**

8. Remudas Mixtas

Este ano como novidade polo noso 30º Aniversario, incluiremos unha proba de Remudas Mixtas de 400m. Cada remuda deberá constar de 4 nadadores nados no 2014 e anteriores, é deberá constar polo menos dun nadador feminino (1F-3M, 2F-2M ou 3F-1M).

Cada equipo colocarse en orde de saída na cámara de chamadas, na praia, onde terán que darse o relevo depóis de nadar os 400m, mentres que o último relevista saíra da auga cara o arco de meta. A orde de saída dos relevistas será a libre elección de cada equipo.

9. Regulamento e seguridade da proba:

Cada nadador participa baixo a súa responsabilidade, supoñéndose que posúe o nivel suficiente para afrontar a proba. A organización non se fai responsable de calqueira lesión ou padecemento por imprudencia, neglixencia ou falla de forma física do participante.

Tódolos nadadores da travesía, coa súa inscrición, acepta o compromiso de seguridade e descarga de responsabilidade á entidade organizadora da proba e deberán ler o regulamento antes de inscribirse.

Durante todo o percorrido da proba contarase coa colaboración de protección civil, lanchas, kayaks e socorristas.

O uso do neopreno na travesía é de carácter opcional.
A travesía finaliza no momento no que se cruza o arco de meta, sendo comprobada a orde de chegada mediante o chip.

A organización do evento resérvase o dereito de facer modificacións no regulamento, se fose necesario, para o bo desenvolvemento e seguridade da proba.