



iniciativa xove



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL
Dirección Xeral de Xuventude,
Participación e Voluntariado



REGLAMENTO

O TRAIL DAS TERRAS DO XALLAS. " DEPORTE E VIDA ACTIVA EN SANTA COMBA"

18 Septiembre 2016

REGLAMENTO

El presente reglamento describe las condiciones sobre las cuales se desarrollará el evento denominado **O TRAIL DAS TERRAS DO XALLAS "DEPORTE E VIDA ACTIVA EN SANTA COMBA"** y será de estricto cumplimiento para todos los participantes. Cualquier incidencia no recogida en el mismo, será resuelta por la Organización.

El presente reglamento puede ser corregido, modificado o mejorado en cualquier momento por parte de la Organización con la debida comunicación a los participantes y periodos de reclamación y resolución de incidencias.

El hecho de realizar la inscripción en cualquiera de las modalidades del evento muestra la conformidad del participante con la totalidad del contenido del presente Reglamento.

INTRODUCCION

El TRAIL DAS TERRAS DO XALLAS nace con la finalidad de conocer el magnífico paisaje y naturaleza de estas tierras de Santa Comba, a través de una Iniciativa Xove de promoción del deporte para la gente joven y la población en general y, con ello, fomentar el deporte en la naturaleza y al aire libre, respetando el entorno.

CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES

- ORGANIZA: Grupo Informal " Deporte e vida activa en Santa Comba" coa colaboración do Concello de Santa Comba
- DÍA: Domingo 18 de Setembro 2016
- HORA DE SALIDA: 9:00h Andaina Familiar. 10:00 h. Trail Corrto y largo.
- LUGAR: Praza do Campo da feira de Santa Comba
- DISTANCIAS:
 - TRAIL LARGO: 25 km
 - TRAIL CORTO: 14 km
 - ANDAINA FAMILIAR 8 Km

- DESNIVEL:
 - TRAIL LARGO: 647 m+
 - TRAIL CORTO: 300 m+
- El circuito será circular y se desarrolla en su mayor parte por pistas, caminos y senderos por monte, excepto la salida y la llegada, que transcurren por asfalto. En el trail corto serán: Salida (1km) llegada (1 km). En el trail largo serán: salida (1 km) y llegada (1Km Aprox.), más 800 m. intermedios.

OBJETIVOS

- Incentivar la práctica deportiva en entornos naturales con el máximo respeto hacia la naturaleza.
- Ayudar en la dinamización de la zona de influencia de la carrera
- Recuperar caminos antiguos para disfrute de la gente.
- Promover a participación intergeneracional del deporte como forma de ocio.

CONDICIONES DE INSCRIPCIÓN, PARTICIPACIÓN Y CANCELACIÓN

REQUISITOS

- Tener más de 18 años.
- Conocer y aceptar las condiciones del presente reglamento.
- Realizar correctamente todos los pasos de inscripción.
- Disponer de la experiencia, conocimiento, material y capacidad física necesaria para afrontar una carrera de resistencia en montaña.
- Imprimir, rellenar y presentar firmado en el momento de la entrega de dorsal el descargo de responsabilidad que se adjunta al final del presente reglamento

Esta es una prueba de resistencia, por lo que recomendamos una buena forma física, ya que se superan desniveles considerables, transcurriendo la carrera por terrenos muy técnicos. **Se recomienda realizar una prueba de esfuerzo meses antes.**

La Organización se reserva el derecho de excluir de la prueba, incluso antes del inicio de éstas, a aquellos participantes cuya conducta sea inapropiada.

La inscripción es personal e intransferible y supone la aceptación del presente reglamento. No se permite la participación de un corredor que suplante la identidad de otro y no es posible realizar cambios de corredor una vez efectuada la inscripción.

PLAZOS DE INSCRIPCIÓN Y NÚMERO DE PLAZAS

El PLAZO para realizar la INSCRIPCIÓN de O TRAIL DAS TERRAS DO XALLAS será del 8 **de Septiembre del 2016 al 16 de septiembre del 2016**, existiendo un **límite de 200 participantes**.

Una vez cubierto el número de participantes (en el caso de que se complete el número máximo de inscripciones) se creará una **lista de espera** para ir completando aquellas bajas que se pudieran originar, fecha en la que también se cerrará el plazo para efectuar cualquier tipo de cambio o modificación en las fichas de los corredores, por lo que a partir de este mismo día, los datos recogidos en las inscripciones de los participantes se tomarán como válidos.

La participación estará abierta a todas aquellas personas que formalicen correctamente la **INSCRIPCIÓN** y cumplan con los requisitos establecidos si los hubiere en su modalidad de competición.

LA INSCRIPCIÓN ES TOTALMENTE GRATUITA.

QUÉ INCLUYE LA INSCRIPCIÓN:

- Dorsal
- Avituallamientos: Agua, bebidas isotónicas y alimentos energéticos.
- Seguro de R.C. y de accidente
- Asistencia durante la carrera mediante el dispositivo sanitario y de seguridad fijado por la Organización
- Guardarropas en zona de salida/meta
- Duchas y vestuarios en la zona de servicios, situada en el pabellón municipal de Fontenla
- Premios, a los primeros clasificados de la general Femenina y Masculina de cada categoría.
- Recorrido señalado
- Cronometraje

LISTA DE ESPERA

En caso de que se agoten las inscripciones se establecerá una lista de espera para cubrir las bajas que puedan ocasionar los corredores. La adjudicación de plaza se efectuará por estricto orden de inscripción a la lista de espera y cuando recibamos petición de baja de un corredor. En este caso le será comunicado vía e-mail desde la organización la obtención de su plaza (inscripción) y desde ese mismo momento será considerado inscrito a todos los efectos.

NO PARTICIPACIÓN Y DEVOLUCIÓN DE INSCRIPCIÓN:

ADVERTENCIA: En caso de suspensión de la prueba antes de su inicio, la Organización intentará buscar otra fecha para dicho evento, o facilitará la participación en próximas ediciones.

El mal tiempo no será impedimento para la realización de la prueba, si bien la Organización se reserva el derecho de suspenderla o modificar su recorrido si lo cree oportuno, sobre todo, si considera que la integridad física de los corredores puede verse perjudicada.

CATEGORÍAS Y PREMIOS:

CATEGORÍAS:

Se dispondrán 2 categorías:

- **SENIOR:** desde los 18 hasta los 44 años
- **VETERANAS/OS:** a partir de 45 años inclusive

La edad a tener en consideración será la que se tenga al finalizar el año.

PREMIOS:

La entrega de premios se realizará aproximadamente a las 15:30 horas. Se entregará premio a los siguientes clasificados:

- **TRAIL LARGO:**
 - 1º, 2º y 3º clasificado SENIOR MASCULINO
 - 1º, 2º y 3º clasificado SENIOR FEMENINO
 - 1º, 2º y 3º clasificado VETERANO
 - 1º, 2º y 3º clasificado VETERANA
 - CAMPEÓN ABSOLUTO
 - CAMPEONA ABSOLUTA
 - 1º clasificado del ayuntamiento de Santa Comba
- **TRAIL CORTO:**
 - 1º, 2º y 3º clasificado SENIOR MASCULINO
 - 1º, 2º y 3º clasificado SENIOR FEMENINO
 - 1º, 2º y 3º clasificado VETERANO
 - 1º, 2º y 3º clasificado VETERANA
 - CAMPEÓN ABSOLUTO
 - CAMPEONA ABSOLUTA
 - 1º clasificado del ayuntamiento de Santa Comba

AVITUALLAMIENTOS:

La carrera dispondrá de varios avituallamientos tanto líquidos (*agua e isotónico*) como sólidos (*platano, sandía, naranja*).

- **TRAIL LARGO:**
 - 3 Avituallamientos + meta

- **TRAIL CORTO:**

- 1 Avituallamiento + meta

SEGURO DE ACCIDENTES

Todo corredor que participe en **O TRAIL TERRAS DO XALLAS “ Deporte e vida activa en Santa Comba”**, estará cubierto por un seguro de accidente contratado por la organización. Dicho seguro será efectivo los días de celebración de la carrera.

El participante eximirá a la Organización de cualquier responsabilidad en caso de lesión y/o accidente por causas ajenas a la propia organización del evento.

La organización no será responsable de ningún daño causado por una imprudencia o negligencia del participante.

Queda excluido la Responsabilidad Civil de los daños ocasionados por los participantes a terceros, no pudiendo culpar en ningún caso a la organización de dichos daños.

Asimismo, los participantes declaran que están en la condición física perfecta para realizar la carrera, que participan voluntariamente, bajo su propia responsabilidad en la competición y descargan a la organización de los posibles daños que se generen por realizar una prueba de resistencia.

MATERIAL OBLIGATORIO Y RECOMENDADO

Todos los corredores deberán llevar un **MATERIAL OBLIGATORIO DE SEGURIDAD**, que puede ser controlado a la salida, en la llegada o en cualquier punto de la carrera que es el siguiente:

- **DORSAL VISIBLE** en la parte delantera

Los deportistas que no porten el material obligatorio no podrán continuar en carrera y serán inmediatamente descalificados (habrá controles a lo largo del recorrido).

Este material puede ser aumentado por parte de la organización, previo aviso por los cauces que estime oportuno.

MATERIAL RECOMENDADO (dependiendo de la climatología este material recomendado puede sufrir modificaciones)

- **ROPA Y ZAPATILLAS ADECUADAS PARA UNA CARRERA POR MONTE**
- **SISTEMA DE HIDRATACIÓN**
- **CREMA SOLAR**
- **TELÉFONO MÓVIL**

SEÑALIZACIÓN:

La carrera estará marcada con **pequeñas señales, pequeños carteles informativos, banderitas y cintas colgantes** distanciadas unas de otras, con el objetivo de que el corredor/a siga el trazado de la organización.

COMPORTAMIENTO DEPORTIVO Y SOSTENIBILIDAD

La **solidaridad, la colaboración y el respeto entre participantes**, y entre éstos y los voluntarios, patrocinadores, público y otros posibles usuarios de los caminos por donde transcurre la carrera son elementos centrales de este Trail. No respetarlos será motivo de descalificación.

La **circulación en los pasos por carretera** está abierta al tráfico y los participantes deberán respetar las normas viales en las carreteras de uso público y poblaciones.

Los **participantes serán responsables de los daños ocasionados en población, entorno y medio ambiente**.

Está **prohibido ir acompañado de otras personas que no sean participantes** inscritos en la prueba.

RELACION DE PAUTAS GENERALES DE RESPETO AL MEDIO AMBIENTE

Las siguientes pautas van dirigidas a participantes y personas que realicen el seguimiento de la prueba.

- No verter ni abandonar objetos o residuos sólidos o líquidos fuera de los lugares habilitados.
- Retirar y trasladar todos los elementos y residuos producidos en las zonas de asistencia, salida o meta.
- Realizar el recorrido produciendo el menor ruido posible.
- No perturbar la tranquilidad del espacio o a la fauna doméstica o salvaje.
- No invadir propiedades privadas o prohibidas a lo largo del recorrido.
- Respetar el mundo rural, los derechos y costumbres locales.
- No producir alteraciones en los procesos y en el funcionamiento natural de los ecosistemas.
- No deteriorar los recursos bióticos, geológicos, culturales o, en general, del paisaje.
- Sortear o evitar las zonas medioambientalmente sensibles.
- Limitar el uso de sonidos a las necesidades básicas de organización, progresión, seguridad y emergencia, especialmente en el interior de espacios naturales protegidos.
- Utilizar el número mínimo de vehículos posible y aparcar en lugares autorizados.
- Circular con prudencia por pistas y carreteras abiertas al tráfico.

- Circular despacio en presencia de personas, animales u otros vehículos.
- Evitar la marcha por los ríos cuando esta pueda hacerse por la orilla.
- Realizar las necesidades fisiológicas en los lugares adecuados o, en todo caso, fuera del agua y lejos de puntos de paso o reunión de personas, ni en lugares rocosos.
- No encender fuego ni provocar situaciones de riesgo de incendio.

DERECHOS DE IMAGEN

Todos los participantes renuncian a utilizar sus derechos de imagen y autorizan a la organización y los patrocinadores a utilizar y publicar libremente las imágenes de foto o vídeo grabadas durante los días que dure la prueba, incluyendo momentos previos y posteriores, desde la recogida de dorsales, entrega de premios y traslado de los participantes.

Además los voluntarios, personal de montaje o personal externo a la prueba pero que de una forma u otra participe en ella, aceptarán también la cesión de dichos derechos de imagen.

En cumplimiento de la ley de protección de los derechos de imagen: cualquier excepción deberá ser presentada por escrito por la persona haciendo mención expresa de las imágenes.

La Organización de la prueba, podrá utilizar este material como crea conveniente, siempre que no vulnere el derecho a la intimidad del participante. De igual forma, los corredores inscritos accederán a que su nombre salga reflejado en un listado de participantes y clasificación publicado en la página web oficial de la carrera o en cualquier otro medio de comunicación.

DESARROLLO DE LA CARRERA

REUNIÓN INFORMATIVA (BRIEFING) (el día de la prueba a las 9:30 h.)

Previo al inicio de las carreras se realizará una reunión informativa de carácter no obligatorio (aunque recomendable) con los corredores de las 2 modalidades, en la que se tratarán temas relacionados con material, recorrido, seguridad y comportamiento en carrera, así como información de última hora que sea de interés para el corredor.

ENTREGA DE DORSALES.

Los dorsales podrán recogerse de forma anticipada el día 17 de Septiembre en lugar y horarios a especificar días antes en las redes sociales de la organización (Stand de la Organización en el Centro de Cultura de Santa Comba, durante la 1ª jornada de las actividades del Fin de Semana de Deporte Na Rúa, entre las 10:00h y las 20:00h), debiendo presentar los participantes el Descargo de Responsabilidad y las condiciones de participación, debidamente firmado y cumplimentado, y el DNI o cualquier otro documento legal identificativo

El dorsal podrá recogerse también el día de la prueba desde las 8:00h a las 9:30 horas, en la Stand de la Organización

El corredor deberá portar el dorsal en todo momento en un lugar visible, no pudiendo ser recortado, doblado ni modificado. El incumplimiento reiterado de este apartado acarreará la descalificación inmediata del corredor.

ZONAS Y HORAS DE SALIDA Y DE LLEGADA:

- HORA LÍMITE DE RECOGIDA DE DORSALES: domingo 18 a las 9:30 horas en el Stand de la organización situado en la salida.
- SALIDA: Domingo a las 10:00 h.
- HORA DE CIERRE DE META: 15:30 h.

LOS CONTROLES

A lo largo del recorrido, habrá controles de paso, bien sea de forma automática o manual, para asegurarse de que los corredores completan el recorrido, además de registrar los tiempos de paso de cada uno.

TIEMPOS DE CORTE

Se establecerán los siguientes tiempos de corte intermedios:

- | | | |
|--------------------------------|---------|---|
| ● Alto da Mina de Varilongo | km 9, 2 | 12:00 horas (2 horas de darse la salida) |
| ● Cruce Hormigones Santa Comba | km 17.1 | 13:45 horas (3,45 horas de darse la salida) |
| ● CIERRE DE META | | 15:30 horas (5,30 horas de darse la salida) |

Todo aquel participante que llegue con un tiempo superior, será descalificado. El que quiera continuar, tendrá que entregar OBLIGATORIAMENTE el dorsal y quedando la organización exenta de cualquier incidencia que pueda ocurrirle.

ABANDONO

Los participantes podrán abandonar la prueba voluntariamente, con la obligación de informar y dirigirse a los voluntarios de la carrera, que avisarán a la organización de inmediato para llevarlos a meta.

A parte, la organización o los servicios médicos pueden obligar a abandonar a un participante, u obligarlo a hacer una parada, si consideran que se encuentra en una situación física de riesgo.

JURADO, RECLAMACIONES, PENALIZACIONES y DESCALIFICACIÓN

La organización será la responsable de velar por el correcto cumplimiento de las normas que rigen la carrera, aplicando las penalizaciones y/o descalificaciones que crea oportunas de acuerdo con el listado de infracciones (no limitativo) que figura a continuación:

- Salida del recorrido marcado.
- Dorsal tapado, doblado o no visible claramente.
- Acompañamiento por parte de una persona no inscrita en la carrera.
- Asistencia fuera de los avituallamientos
- Usar transporte no autorizado durante el transcurso de la carrera.

- Abandono voluntario de basura.
- Cualquier comportamiento o actitud que perjudique o degrade el entorno (incluido el hacer excesivo ruido).
- Mostrar una actitud antideportiva.
- No disponer de algún elemento del equipo obligatorio.
- No asistencia a una persona en dificultad (herida, gran agotamiento, hipotermia, etc.).
- No pasar por un punto de control.

La organización podrá tomar la decisión de establecer los puntos de control que crea oportunos, sin previo aviso y sin necesidad de informar previamente de su localización.

Los miembros de la organización serán también los responsables de valorar las posibles reclamaciones que pueda haber en relación a la clasificación, penalizaciones y/o descalificaciones que se hayan aplicado.

Las reclamaciones se deberán comunicar a alguno de los miembros de la organización en el siguiente punto de control.