



X CASTRO TRAIL XTREM 2025

O Club Castro Trail, en colaboración co Concello de Barbadás, organiza a X edición do Castro Trail Extrem e X Campionato Xunta de Galicia de Trailrunning por Clubs, absoluto e I Promoción, o domingo 25 de maio de 2025 das 9 horas, constando de tres probas de carreira oficiais e unha andaina non competitiva.

A proba entra dentro da especialidade atlética do **Trail Running** e estará baixo o control técnico do Comité Galego de Xuices da Federación Galega de Atletismo. En adultos disputarase sobre 3 distancias trail (27.6, 14,5 e 9 km aprox.), estando aberta a proba de 8 km a categorías inferiores a partir de 14 anos cumpridos; tamén haberá una andaina de 14 km aprox. A proba rexerase polo seguinte:

REGULAMENTO

Artigo 1. Lugar de SAIDA de todas as probas:

As probas sairán desde o parque da Liberdade da Valenzá, no concello de Barbadás:

<https://maps.app.goo.gl/aVoP6sy8qKfLjkcP6>

Artigo 2. Horarios e distancias.

O Castro Trail Extrem 2025 terá os seguintes horarios e distancias:

HORA	PROBA	DISTANCIA	DESNIVEL	ANOS	CATEGORÍA	PRAZAS
09:00 h	Trail Longo	27,6 km aprox	1550 m + aprox	2007 e anteriores	ABSOLUTA	250
09:45 h	Trail Curto	9 km aprox	510 m + aprox.	2011 e anteriores	ABSOLUTA e PROMOCIÓN	200
10:00 h	Trail Medio	14,5 km aprox.	765 m + aprox	2011 e anteriores	ABSOLUTA E PROMOCIÓN	200
10:02 h	Andaina	14 km aprox	700 m + aprox.	2013 e anteriores	ABSOLUTA	150

Tódolos deportistas das modalidades classic e preclassic deberán pasar por cámara de chamadas ata 10 minutos antes da saída. Os participantes do Campionato de Galicia deberán de identificarse con DNI.

Dispoñeranse de caixóns de saída para cada proba sendo obrigatorio respectar os mesmos.

Artigo 3. Límite de prazas.

Establecerase, tal e como indica o cadro de horarios presente neste regulamento, un límite de prazas en cada modalidade de Trail e Andaina.

Unha vez se chegue a esas cifras na inscrición, pecharase á mesma en cada carreira programada.

Artigo 4. Categorías de competición.

CATEGORÍAS INDIVIDUAIS PARA AS DISTANCIAS DE TRAIL LONGO

CATEGORIA	ANOS DE NACEMENTO
SENIOR MASC / FMNO	De 2007 ate 34 anos
MASTER 1 MASC / FMNO	De 35 anos ata 1980
MASTER 2 MASC / FMNO	Nados entre 1979 e anteriores
ABSOLUTA MASC / FMNO	Calquera das categorías anteriores

CATEGORÍAS INDIVIDUAIS PARA AS DISTANCIAS DE TRAIL MEDIO E CURTO

CATEGORIA	ANOS DE NACEMENTO
SUB 20	2006 – 2007
SUB 18*	2008 – 2009
SUB 16*	2010 – 2011
SENIOR	2005 e anteriores
ABSOLUTA	Calquera das categorías anteriores

***Só en Trail curto**

ANDAINA (NON COMPETITIVA): 2013 e anteriores.

Artigo 4.1 – RANKING GALEGO DE TRAIL RUNNING:

Os participantes nas distancias confluíntes co Campionato de Galicia por Clubs bonificarán x10 a súa puntuación no Ranking Galego Classic segundo a súa posición absoluta en meta.

Proba Longa: Ranking Classic Absoluto, Sub23 e Másters

Proba Curta: Ranking Preclassic Sub 18 e Sub 16

Artigo 5. PARTICIPACIÓN E SEGURO / LICENZA DE DÍA

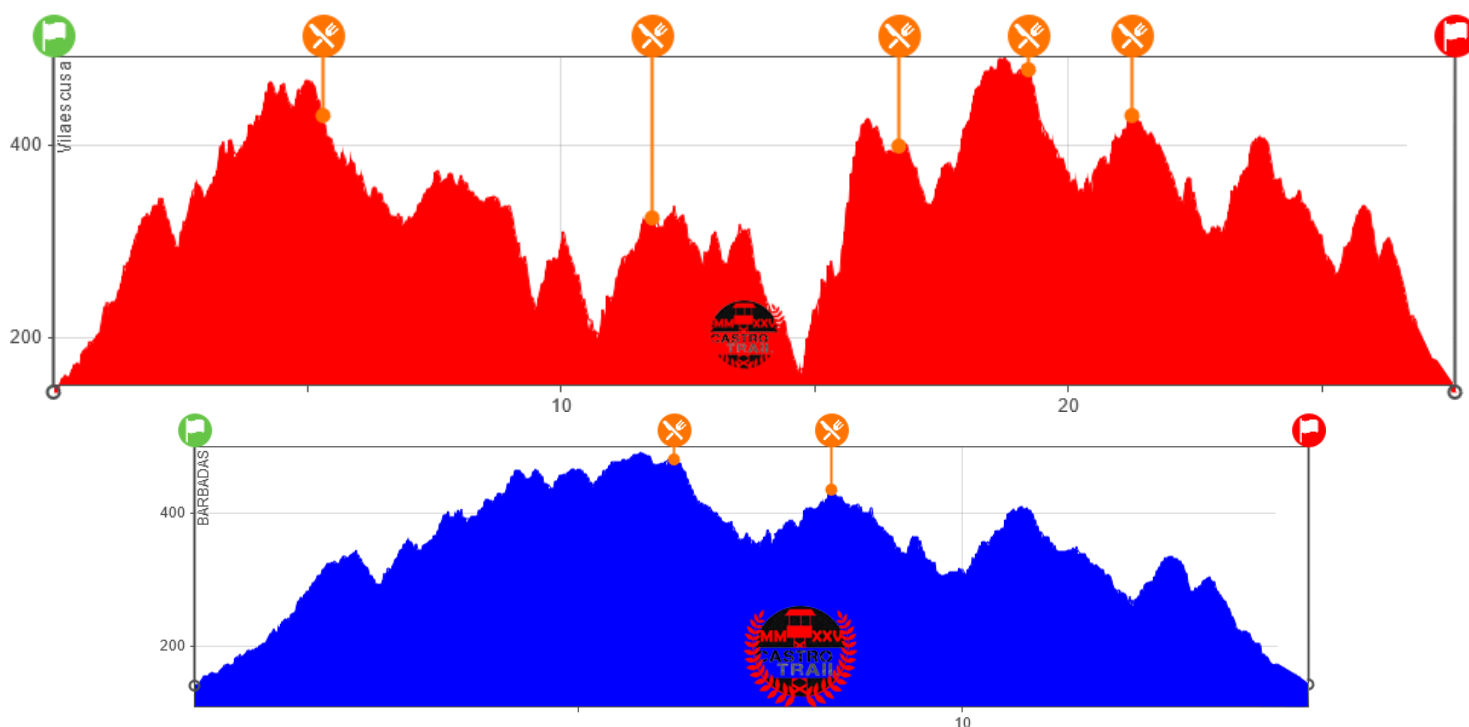
As probas estarán federadas no deporte de atletismo na especialidade de **TRAIL RUNNING**, polo cal os deportistas federados polo deporte do atletismo estarán cubertos polo seguro da súa correspondente licenza. Para o resto de participantes suscribírase un seguro (licenza de día).

Artigo 6. DISTANCIAS, DESNIVEIS e TEMPOS MÁXIMOS DE REALIZACIÓN DA PROBA NOS TRAILS E ANDAINA:

A partir do 5 de abril a organización fará públicos tódolos tracks oficiais de competición:

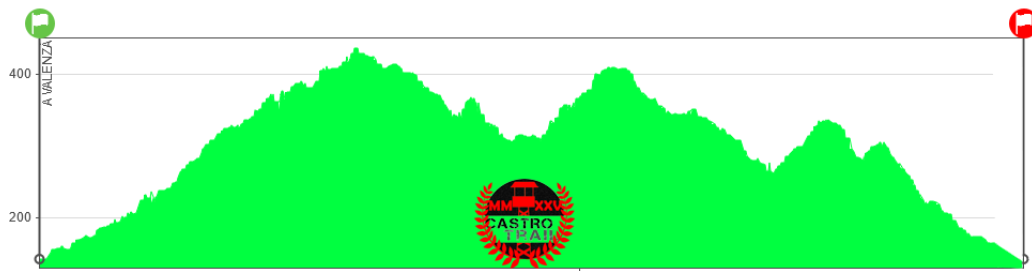
PROBA	DISTANCIA	DESNIVEL POSITIVO	HORA SAÍDA	TEMPO MÁXIMO
Trail Longo	27,6 K	1550 m.	09:00 h	5h
Trail Medio	14,5 k	765 m.	10:00 h	3,5h
Trail Curto	9 k	510 m.	09:45 h	2h
Andaina	14 K	700 m.	10:02 h	3,5h

6.1 A proba longa e media realízase en semi-autosuficiencia debendo portar o participante o material necesario e soamente abastecerse nos puntos de axuda (abastecementos) que a organización dispón. O material auxiliar que se empregue deberá portarse durante toda a proba (exemplo bastóns).



6.2 As proba curta realízase en total autosuficiencia xa que é de formato “mountain classic” polo que non está permitido o uso dos abastecementos tendo que portar de

saída ata meta o material que o deportista precise para completala.



Artigo 7. INSCRICIÓNS. PREZOS E PRAZOS

As inscricións realizaranse a través das páxinas web www.carreirasgalegas.com. As inscricións a **campionato** realizaranse desde a intranet federativa nos prazos que recolla a circular da competición. **Para ter dereito á bolsa do corredor e servizos post-carreira é requisito estar inscrito/a no evento popular.**

 <u>APERTURA DE INSCRICIONS:</u>	venres 31 de xaneiro de 2025
 <u>PECHE DE INSCRICIONS:</u>	luns 19 de maio de 2025 ás 23:59 h.
 <u>PREZOS DA INSCRICION:</u>	
✓ <u>TRAIL CURTO:</u>	15 €
✓ <u>TRAIL MEDIO:</u>	20 €
✓ <u>TRAIL LONGO:</u>	30 €
✓ <u>ANDAINA:</u>	12 €

Artigo 8. RECOLLIDA DE DORSAIS

Os dorsais poderán recollerse nos seguintes puntos:

- **Sábado 24 de maio:** de 16:00 a 18:30 horas nas instalacións do pavillón municipal <https://maps.app.goo.gl/kCiRNxV68W1LDqte9>
- **Domingo 25 de maio:** a partir das 07:30 horas e ate 15 minutos antes do comezo de cada proba na secretaría da proba ubicada na saída/meta do evento.

Artigo 9. PREMIOS E AGASALLOS

Estableceranse os seguintes premios e agasallos:

- Premios aos/as 3 primeiros/as clasificados de cada categoría establecida no presente regulamento.
- Premios **ESPECIAL** Lurbel ós vencedores do Trail longo tendo que baixar de 2h 27 minutos en homes e 3h 6 minutos en mulleres.
- AGASALLO técnico especial para tódolos inscritos
- A entrega de premios realizarase a partir das 13:30 horas aproximadamente na

praza de disposición de meta, no parque da Liberdade.

- Premios NON acumulativos.

Artigo 10. SERVIZO DE DUCHAS e VESTIARIOS

Porase a disposición dos participantes un servizo de duchas e vestiarios nas instalacións deportivas habilitadas polo Concello de Barbadás no polideportivo municipal

<https://maps.app.goo.gl/kCiRNxV68W1LDqte9>

Artigo 11. ABASTECIMENTOS

Puntos de abastecemento no Trails Longo, medio e andaina; e na meta das tres modalidades. Será responsabilidade do deportista portar sistema de hidratación para facer uso dos mesmos.

Tódolos abastecementos serán completos, con líquido e sólido.

UBICACIÓNS:

TRAIL LONGO: 5,3K	11,8K	16,6K	19,2K	21,2K
TRAIL MEDIO: 6,2K	8,3K			
ANDAINA: 6,2K	8,3K			

A asistencia externa a calquera deportista durante a competición non estará permitida
As zonas de abastecemento estarán acotadas en inicio e fin. Non estará permitido abandonar o abastecemento con ningún tipo de residuo do mesmo, incluídas as posibles 'codias' de froita como poden ser mondas de plátano ou laranxa.

ARTIGO 12.- MATERIAL OBRIGATORIO

O material estará revisado polo comité galego de xuíces, podendo facerse total ou parcialmente en saída, meta ou durante o percorrido na cámara de chamadas.

Na distancia de Campionato Galego farase control obrigatorio en saída e meta, sendo responsabilidade do atleta chegar con suficiente antelación ó mesmo.

O uso de auriculares ou elementos de igual índole non está permitido.

As penalizacións e descalificacións sobre o material obrigatorio serán as oficiais da circular 105-2023 da Federación Galega de Atletismo. O seguinte material afectará ás modalidades Trail classic e preclassic, sendo igualmente recomendable no resto de disciplinas do evento.

***LISTAXE DE MATERIAL OBRIGATORIO:**

Dorsal visible na parte frontal

Manta térmica

Chifre

Teléfono móvil (operativo)

Sistema de hidratación (só Trails longo e medio)

***LISTAXE DE MATERIAL RECOMENDADO:**

Curtaventos ou chaqueta impermeable

Tubular ou gorra.

***IMPORTANTE:** A organización publicará ata un máximo de 5 días antes o material obrigatorio definitivo, podendo pasar o recomendado a ser obrigatorio en función da meteoroloxía prevista.

Artigo 13. INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

O Concello de Barbadás e o Club Castro Trail publicarán a información de accesos para tódolos participantes facilitando os accesos a recollida de dorsais, saída, meta e zonas de paso intermedias. Tamén se facilitará a información de transporte público.

A proba contará con retransmisión en video, accesible desde as distintas plataformas habilitadas ó seu efecto.

O evento conta con proxecto de percorrido alternativo e plan de evacuación ante calquera imprevisto, sendo obrigatorio cumprir as indicacións correspondentes por parte dos participantes.

O plan de xestión de residuos e protección ambiental do Castro Trail garantiza un uso responsable do medio natural e a preservación do mesmo así como a correcta distribución de calquera residuo ou material empregado para a realización do evento.

Artigo 14. CONSIDERACIÓN FINAL

Esta proba pertence ao calendario oficial de probas da Federación Galega de Atletismo. As reclamación aos resultados oficiais realizaranse ao Xuíz Árbitro da Competición non máis tarde de 30' despois da publicación dos mesmos.

Todo o non recollido no presente regulamento rexerase polas normas da FGA, RFEA e WORLD ATHLETICS para probas de Trail Running.

RESPONSABILIDADE

A organización non se fará responsable dos danos que puidesen causar ou causarse os participantes por imprudencias ou negligencias destes. Igualmente, o participante declara, baixo a súa responsabilidade, terse realizado o oportuno recoñecemento médico que lle permite estar en condicións óptimas para realizar a proba, eximindo á organización da devandita responsabilidade. A organización dispón dun Seguro de Accidentes e Responsabilidade Civil que cubrirá as incidencias inherentes á proba.

LOPD

Todos os corredores/as ó realizar a inscrición aceptan a publicación do seu nome e imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e/ou internet oficiais.

NOTA: Esta proba pertence ao Calendario Oficial da Federación Galega de Atletismo e mediante asúa inscrición o corredor consente expresamente que os seus datos básicos sexan cedidos a esta entidade para

a tramitación, ante a compañía de seguros, dos seguros obrigatorios de accidentes e Responsabilidade Civil así como a xestión da licenza de día e ranking popular de probas de Trail running. En todo caso e tal como establece a lei de Protección de Datos, o interesado pode exercerno futuro os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante escrito ou correo electrónico á Federación Galega de Atletismo. Avenida A Coruña.

**CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA
DE TRAIL RUNNING POR CLUBS**



**ABSOLUTO
E
PROMOCIÓN**

**A VALENZÁ
-
BARBADÁS**

**CASTRO
TRAIL
EXTREME**

25 MAIO

27,6 k	14,5 k	9k
+1.550 m	+760 m	+510 m

INSCRIPCIÓN EN WWW.CARREIRASGALEGAS.COM



DEPUTACIÓN OURENSE

BARBADÁS
quénica, viva

inorde
Instituto Ourense

CONCELLO de BARBADÁS

XUNTA DE GALICIA
DEPORTE GALEGO

NISSAN
RODODUCENSE

RIJA

ABRIL

ABANCA
Sociedade Comercial

MAQUINOR

JOFESA

Vilsia
Distribucións S.L.

Blanco
Industria e Comercio

MARABU

Carrefour

Aruna
escolástica

SON POU
Sociedade

LIGA DE TRAIL
Ourense Trail

CARGLASS