

DHGTTEAM



DH 26/4/2026
MOLINOS

O PÁRAMO, LUGO. 26/4/2026

EL CC. DHGALICIA

El club con más de 25 años de actividad, cuenta con un mínimo de 60 socios activos por temporada. Tenemos experiencia en la realización de eventos, contando en nuestra comunidad con más de 30 eventos organizados desde rutas cicloturistas hasta campeonatos autonómicos, también realizamos el Dhu Vila de Sarria un descenso urbano donde cortamos toda la Villa para realizar la carrera. En nuestro equipo hay diversos corredores entre los mejores del Campeonato Gallego, ellos son los encargados de diseñar y ejecutar el trazado del circuito Dh Molinos.

The club, with more than 25 years of activity, has a minimum of 60 active members per season. We have experience in holding events, with more than 30 events organized in our community, from cycle routes to regional championships. We also carry out the Dhu Vila de Sarria, an urban descent where we cut through the entire town to carry out the race. In our team there are several riders among the best in the Galician Championship, they are in charge of designing and executing the layout of the Dh Molinos circuit.

EL AYUNTAMIENTO DEL PÁRAMO EN LUGO

En el noreste de España, en la comunidad de Galicia, esta situado en la provincia de Lugo el ayuntamiento del Páramo. Este ayuntamiento en el pleno corazón de la comarca lucense se caracteriza por sus entornos rurales, su naturaleza y sus montañas. Su localización a escasos kilómetros de Sarria y de Portomarin constituye un atractivo turístico por el Camino de Santiago. Destaca de su patrimonio el Pazo de Camba, la Torre del Mariscal y el parque natural Do Campo da Fera.

In the northeast of Spain, in the community of Galicia, the Páramo town hall is located in the province of Lugo. This town hall in the heart of the Lugo region is characterized by its rural surroundings, its nature and its mountains. Its location a few kilometers from Sarria and Portomarin constitutes a tourist attraction along the Camino de Santiago. Highlights of its heritage include the Pazo de Camba, the Torre del Mariscal and the Do Campo da Fera natural park.

COPA DE ESPAÑA DHI MOLINOS

El Copa de España de Downhill Molinos es una prueba organizada por el Club Ciclista Dhgalicia junto al Ayuntamiento de O Páramo, puntuable para la Copa de España de DHI y que cuenta con el apoyo de la Real Federación Española de Ciclismo y de la Federación Gallega de Ciclismo. La prueba se disputa con la conformidad y según los reglamentos de la UCI, de la Federación Española de ciclismo y de la

Federacion Gallega de Ciclismo, siendo los árbitros de dichos organismos los únicos responsables de la aplicación de dichos reglamentos.

The Downhill Molinos Spanish Cup is a race organised by the Dhgalicia Cycling Club together with the O Páramo Town Council, which counts towards the DHI Spanish Cup and has the support of the Royal Spanish Cycling Federation and the Galician Cycling Federation.

The race is held in accordance with the regulations of the UCI, the Spanish Cycling Federation and the Galician Cycling Federation, with the referees of these organisations being the only ones responsible for the application of these regulations.

PROTECCIONES OBLIGATORIAS PARA TODAS LAS PRUEBAS Y CATEGORÍAS. MANDATORY PROTECTIONS FOR ALL EVENTS AND CATEGORIES

Todos los participantes deberán cumplir con las protecciones obligatorias según normativa técnica RFEC vigente:

-Casco integral, protección dorsal y/o cervical, rodilleras, manga larga, y/o coderas, guantes completos y gafas de pantalla.

All participants must comply with the mandatory protections according to current technical RFEC regulations . :

-Full face helmet, back and/or cervical protection, knee pads, long sleeves, and/or elbow pads, full gloves and screen glasses.

STAFF DE CARRERA/RACE STAFF

Organización | Organization: CC.Dhgalicia y concello do Páramo

E-Mail de contacto | Contact E-Mail : info@dhgteam.es

Director de la Organización | Organization Director: David Diaz Rivera

Presidente Colegio de Árbitros | Commissioners President:

Director de Seguridad en Pista | Track and security Director :Martin Santalla

Director Logística | Logistics Director: Iván Mourelos

Director Federación | Accreditation Director: Juan Carlos Muñiz

Director de Imagen y Comunicación | Communication and image Director: Adrián Fernández

Secretarios / Centro de Acreditación | Secretariat / Accreditation Centre:

Secretarios de la prueba situados en el paddok.

Cronometraje | Timing: Team Relay S.L.

Reproducción y producción de Imagem | Image and production capture: Por concretar

Contacto/Contacts: info@dhgetam.es TLF: Iván 620731730/ David: 679961580

INSCRIPCIÓN

Los corredores tienen que estar federados y inscribirse según las normas de la federación española de ciclismo. El número de corredores en estas pruebas están alrededor de 100 participantes.

Riders must be registered with the Spanish Cycling Federation and sign up according to its rules. The number of riders in these races is around 100 participants.

HORARIOS

Vernes 24

⚠️ O circuito permanecerá pechado ata o venres ao mediodía.
Revision del circuito de 16:00 a 19:00.

14 **Sábado 25**

 Entrega de dorsais: de 8:00 a 9:00

Adestramentos:

- 9:00 - 13:00
- 17:45 - 19:30

14 **Domingo 26**

Adestramentos oficiais: 8:45 - 10:15

 Manga clasificatoria: 10:30

 Manga final: 12:30

 Entrega de premios: 14:30

⚠️ O circuito permanecerá pechado ata o venres ao mediodía.

INSCRIPCIONES

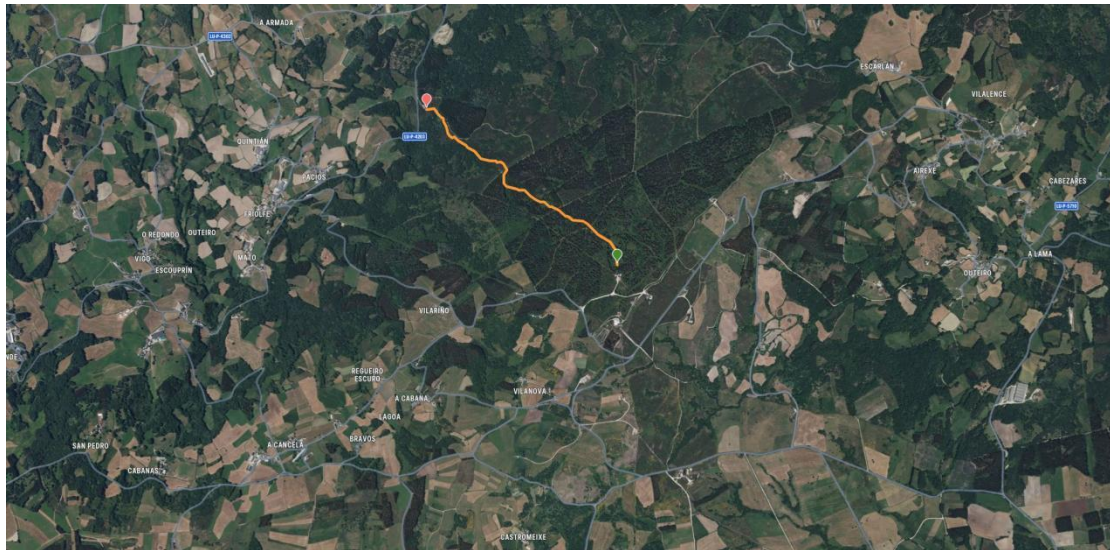
Las inscripciones se harán en la página de la Federación Española de Ciclismo, se cerrarán la semana anterior a la competición, según el reglamento de la Federación.

Registrations will be made on the page of the Spanish Cycling Federation, the Federation will be closed. registrations the week before the competition, according to the regulations of the Federation.

PISTA

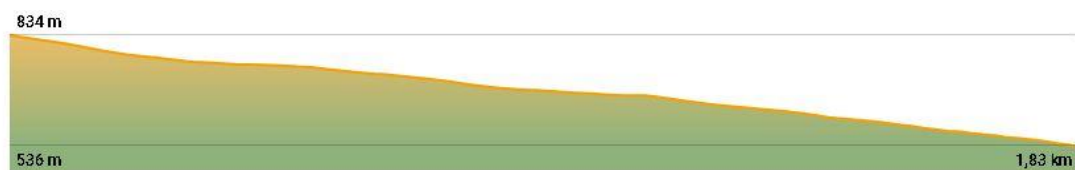
El circuito esta situado en el monte del Páramo en la comunidad de montes de Friolfe y Torre. Consta de un trazado de 1,8 km donde hay zonas técnicas de diferentes dificultades y saltos debidamente acondicionados.

The circuit is located on the Páramo mountain in the Friolfe and Torre mountain community. It consists of a 2.2 km route with technical areas of varying difficulty and properly equipped jumps.



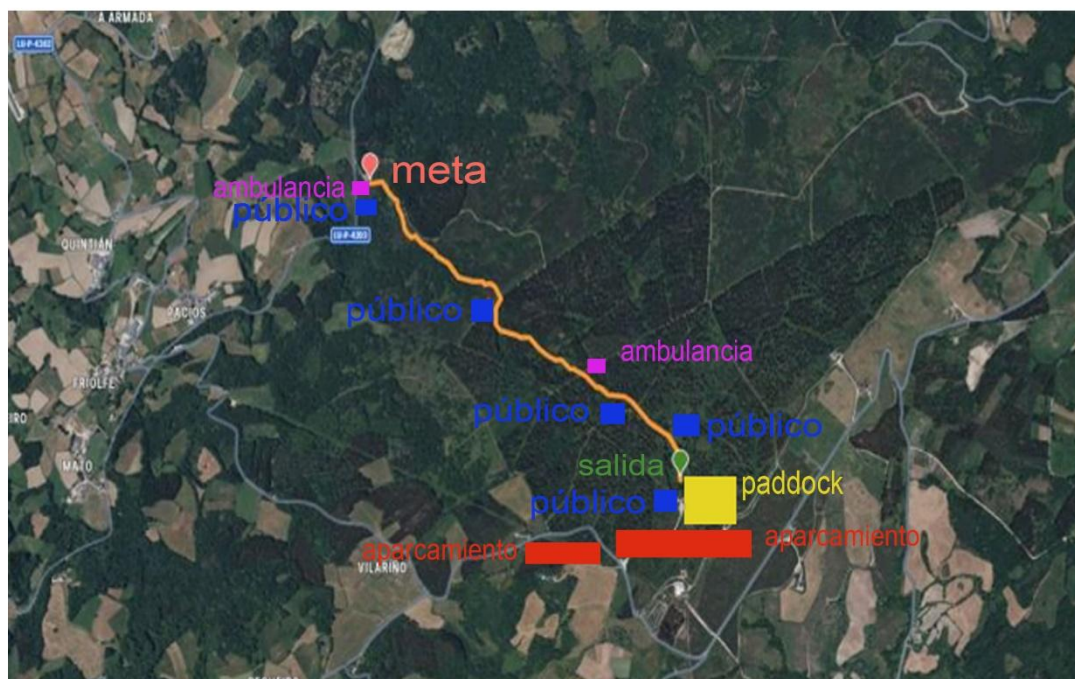
COORDENADAS PADDOCK: PLUS CODE RG62+4G Villanueva, O Páramo

COORDENADAS SALIDA: PLUS CODE RG62+4G Villanueva, O Páramo



DESNIVEL TRACK

Distancia 1,83 km	Desnivel positivo 0 m
Dificultad técnica Solo expertos	Desnivel negativo 297 m
Altitud máxima 834 m	TrailRank  5
Altitud mínima 536 m	Tipo de ruta Solo ida



ACCIDENTES DEPORTIVOS

En caso de accidente deportivo cada deportista debera consultar con su federación el centro medico de referencia, reservandose los hospitales y centros públicos para urgencias vitales.

SPORTS ACCIDENTS

In the event of a sports accident, each athlete must consult the reference medical center with their federation, reserving public hospitals and centers for vital emergencies.

CONTACTOS

Lista de Hospitales | Hospital list: HULA , LUGO

Bomberos | Fire Department: Bomberos de Sarria- 112

Director Prueba | Race Director: - David Diaz Rivera – 679961580

Director Seguridad en Pista | Track and security Director: Martin Santalla

Responsable FGC| FGC representation: Juan Carlos Muñiz

Cronometraje | Time company: Team Relay

Ayuntamiento de Páramo| City hall: 982 53 91 56

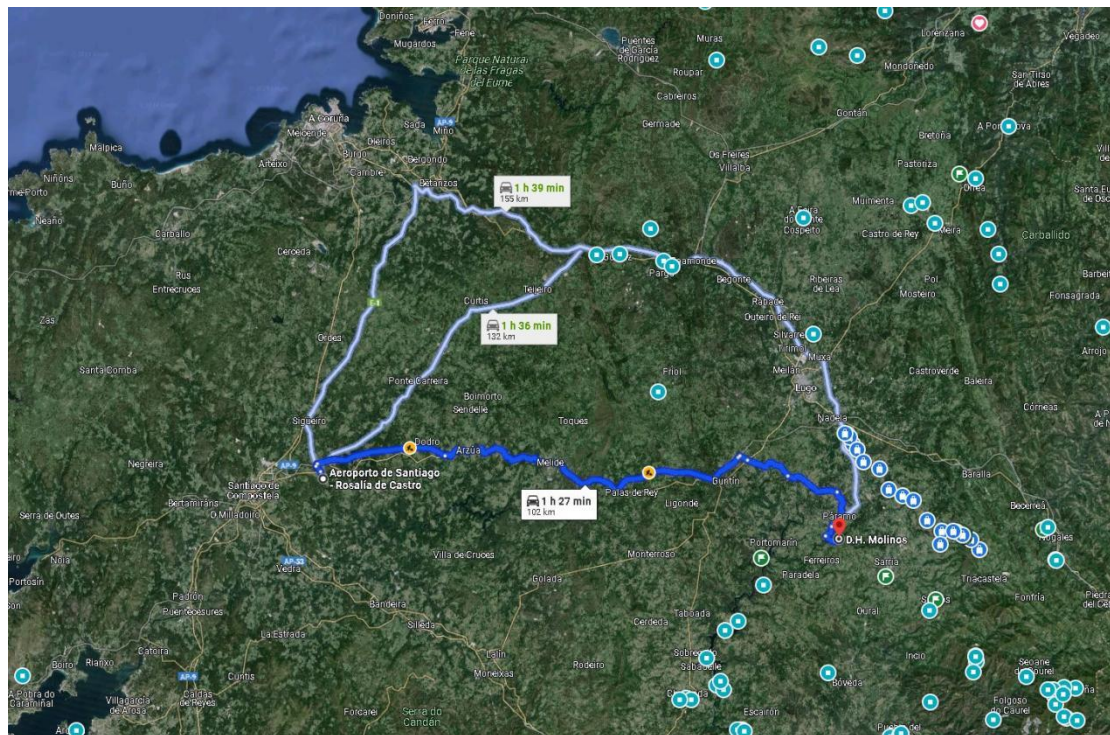
Centro Médico | Medical center: Centro de Salud de Sarria – 982 53 21 11

Medico de la prueba | Race Doctor - A designar

Asistencia Médica | Medical Assistance: A designar

Farmacias | Health center: Farmacia del camino, Sarria – 982 53 10 88

CÓMO LLEGAR



Areopuerto de Santiago: 102km.(1hora)

Sarria: 12km.(18min)

Lugo: 31km.(28min)

RESTAURANTES

MEIGALLO

Lugar do Chanto s/n, 27600 Sarria España

TRAVESIA DOS SOÑOS

[Lugar Iglesia 5, 27600 Sarria España](#)

PIZZERIA SALENTO

[Rua do Peregrino 29, 27600 Sarria España](#)

CAMPING SARRIA

[Rua do Peregrino 29, 27600 Sarria España](#)

HOTELES

HOTEL CRISTAL

[Rua Calvo Sotelo, 198, 27600 Sarria, Lugo](#)

HOSTAL SETE

[Camiño de Pintín, 10, 27600 Sarria \(Lugo\)](#)

GALERIA DE IMÁGENES









