

## REGLAMENTO GENERAL

### 1. EL EVENTO. HORARIOS, LOCALIZACIONES, PLAZAS

La I edición de las OLIMPIADAS POR UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE (Olimpiadas +60), es organizado por la Sociedad Galega de Xeriatría, iNNOHEROICA, el Club Peña Saltasebes de Chantada, y la colaboración en esta edición del Concello de Chantada. Las actividades incluyen 3 pruebas deportivas 2 pruebas cognitivas y diferentes actividades para potenciar las relaciones, a lo largo de la jornada. Todos los eventos se celebran el día 19 de septiembre de 2026 en el municipio de Chantada.

- **SÁBADO 19 DE SEPTIEMBRE, pruebas cronometradas**
  - **RESISTENCIA** Carrera sobre asfalto –Running- 3 km
  - **FUERZA** Lanzamiento de Peso
  - **VELOCIDAD** Carrera de Cross 200 metros

#### 1.1. Pruebas deportivas, cognitivas y actividades relacionales

	SALIDA	META	HORA SAÍDA	CARACTERÍSTICAS	EDADES	PLAZAS
<b>RESISTENCIA</b>	Parque Eloisa Rivadulla, Chantada <a href="https://maps.app.goo.gl/MMjinc3jcET355b26">https://maps.app.goo.gl/MMjinc3jcET355b26</a>	Puente blanco del paseo <a href="https://maps.app.goo.gl/Xxi7NSyyFCdRnikY9">https://maps.app.goo.gl/Xxi7NSyyFCdRnikY9</a>	10:00	3 km	+60	1000
<b>FUERZA</b>	Zona puente carretera Orense <a href="https://maps.app.goo.gl/vQf1vVUX9AfmhZ6">https://maps.app.goo.gl/vQf1vVUX9AfmhZ6</a>		A partir de 10:40	Lanzamiento 1 kg	+60	1000
<b>VELOCIDAD</b>	Zona puente carretera Orense <a href="https://maps.app.goo.gl/vQf1vVUX9AfmhZ6">https://maps.app.goo.gl/vQf1vVUX9AfmhZ6</a>	Puente blanco del paseo <a href="https://maps.app.goo.gl/Xxi7NSyyFCdRnikY9">https://maps.app.goo.gl/Xxi7NSyyFCdRnikY9</a>	A partir de 11:00	200m	+60	1000
<b>EQUIPOS</b>	Acompañante del +60 en las pruebas de Resistencia y Velocidad		10:00	Prueba no competitiva	Intergeneracional	1000
<b>AJEDREZ</b>	Sociedad Casino, Chantada <a href="https://maps.app.goo.gl/FzrVioghKJVZmp7RA">https://maps.app.goo.gl/FzrVioghKJVZmp7RA</a>		16:00	Prueba no competitiva	+60	150
<b>DOMINÓ</b>	Sociedad Casino, Chantada <a href="https://maps.app.goo.gl/FzrVioghKJVZmp7RA">https://maps.app.goo.gl/FzrVioghKJVZmp7RA</a>		16:00	Prueba no competitiva	+60	150

<b>CHARLA</b>	Auditorio de Chantada <a href="https://maps.app.goo.gl/1F6anbC4ES6JxmT88">https://maps.app.goo.gl/1F6anbC4ES6JxmT88</a>		16:00	Título: "Deporte y relaciones intergeneracionales para un envejecimiento saludable"	Intergeneracional	270
<b>SENDERISMO</b>	Adegas Amedo <a href="https://maps.app.goo.gl/GPRMvj1G9k4FIS3c7">https://maps.app.goo.gl/GPRMvj1G9k4FIS3c7</a> En coches particulares	6 km	16:00	Prueba no competitiva	Intergeneracional	200
<b>VISITA BODEGA</b>	Adegas Amedo <a href="https://maps.app.goo.gl/GPRMvj1G9k4FIS3c7">https://maps.app.goo.gl/GPRMvj1G9k4FIS3c7</a> En coches particulares		18:00		Intergeneracional	400
<b>MURAL COLECTIVO</b>	<b>Lugar por especificar</b>		12:00-18:00			1000

La organización se reserva poder cancelar alguna de las actividades complementarias a las pruebas deportivas por falta de capacidad de los locales destinados o por causas de fuerza mayor. Asimismo, la organización se reserva la posibilidad de incrementar o disminuir el número de participantes de cada una de las actividades. Todas las actividades de la jornada pueden cancelarse por alerta climatológica. En ese caso, se disputaría al día siguiente domingo 20 de septiembre o una semana después, el sábado 26, con los mismos horarios. Las pruebas cognitivas pueden intercambiar el número de participantes en función de la evolución de las inscripciones. La actividad de senderismo puede ver alterado la ruta en el caso que el número de participantes exceda las capacidades organizativas buscándose una alternativa que garantice el contacto con la naturaleza.

## 2. CATEGORÍAS, PREMIOS Y PUNTUACIÓN

Todas las categorías individuales se dividen por género masculino y femenino, los premios no son acumulativos. Las pruebas intergeneracionales por equipos son no competitivas.

<b>Absoluta</b>	Nacidos hasta 1966
<b>Master A</b>	Nacidos/as entre 1956 y 1966
<b>Master B</b>	Nacidos/as antes de 1966

Todos los participantes en la modalidad cronometrada recibirán una bolsa del corredor tanto si lo hacen individualmente como por equipos. El acompañante del +60 participará junto a él en las pruebas de resistencia y velocidad.

Se reconoce la participación física regular y al esfuerzo sostenido. Premia la constancia, la superación y el disfrute del movimiento, más allá del resultado competitivo.

Los premios por categoría serán entregados a los que obtengan mayor puntuación durante el evento en la categoría individual. Cada una de las tres pruebas (RUNNING, LANZAMIENTO DE PESO, CROSS COUNTRY) puntuará de 10 a 1 punto según la clasificación por categoría. Así, el orden de llegada en la prueba de RUNNING supone que el primer clasificado obtenga 10 puntos, el segundo 9 puntos y así sucesivamente hasta el décimo clasificado por categoría. La misma metodología será utilizada en la prueba de CROSS COUNTRY. Para la prueba de LANZAMIENTO DE PESO, los diez primeros clasificados obtendrán la puntuación decreciente de 10 a 1 punto según quien sea el que obtenga mayor distancia alcanzada en el lanzamiento. Se dispondrá de dos oportunidades por participante.

La suma de la puntuación obtenida en cada una de las disciplinas será la puntuación de cada participante para la entrega de premios individuales. En caso de empate entre participantes, ellos mismos pueden decidir quein obtiene la primera, segunda y tercera posición. En caso de desacuerdo, la organización lanzará una moneda que dilucidará el orden final para la premiación.

**Premios y modalidades por equipos:**

- Premio al equipo más integrado.
- Premio al equipo más divertido.
- Premio al equipo “todas las edades cuentan”.
- Premio al equipo “todas las personas suman”.
- Premio al equipo “bienestar integral”.
- Premio a la asociación más comprometida.

El premio al “equipo más integrado” reconoce a la pareja que haya demostrado una mejor compenetración al animarse durante la prueba de lanzamiento de peso.

El premio al “equipo más divertido” reconoce a la pareja que haya tenido una mejor interacción con el público durante la prueba de resistencia a los ojos del grupo de voluntarios jueces elegidos para dicho cometido.

El premio al equipo “todas las edades cuentan” reconocerá al equipo cuya diferencia de edad sea mayor. Reconocer a la persona de mayor y menor edad como símbolos de un arco vital compartido, ayuda a visibilizar que todas las edades tienen algo que aportar y que la convivencia intergeneracional es un motor de creatividad, aprendizaje y comunidad.

El premio al equipo “todas las personas suman” reconocerá al equipo con mayores limitaciones físicas. Para aquellas personas que destaca por su apoyo, ánimo y cuidado hacia los demás. Refuerza la idea de comunidad, solidaridad y participación significativa.

El premio al equipo “bienestar integral” reconoce a aquella pareja que haya participado de mayor número de actividades físicas, cognitivas y complementarias. El resultado saldrá de las inscripciones en la plataforma web. Para quienes combinan: una actividad física, una actividad cognitiva o creativa, una actividad social o comunitaria. Es el premio que mejor refleja la idea de envejecimiento saludable en todas sus dimensiones. Premio a la “Asociación más comprometida” será entregado a aquella asociación que inscriba a mayor número de participantes.

### 3. MATERIAL OBLIGATORIO Y COMPORTAMIENTO EN CARRERA

La lista de material es de obligado cumplimiento atendiendo a criterios de seguridad y prevención. La organización publicará la lista definitiva de material obligatorio la semana de la prueba pudiendo pasar el opcional a obligatorio y viceversa.

**3.1 Material obligatorio:** Ropa de deporte –pantalón corto o malla, camiseta transpirable y zapatillas de correr)

**3.2 Material opcional:** gafas de sol, gorra o braga para protección solar. El uso de auriculares o elementos de índole similar está prohibido.

Cabe a dirección de carrera o a coordinación de emergencias aplicar las **penalizaciones** sobre el material, comportamiento antideportivo, así como retirada del participante (si no está apto física o psicológicamente –a criterio del organizador-) o excede las 2 horas 30 minutos.

### 4. INSCRIPCIONES, DEVOLUCIONES, ALERTAS, PRECIOS Y PARTICIPACIÓN:

Se harán a través de la página CHAMPIONCHIP NORTE, abiertas desde marzo hasta el 14 de septiembre a las 23:59 horas.

La participación incluye: Inscripción y dorsal, avituallamiento durante el recorrido, seguro\*\*, servicio de ambulancia durante la prueba, servicio de dinamizadores culturales, speaker, transporte, catering al final de la prueba, música, baños y ducha, bolsa del participante, trofeos. Para actividades complementarias habrá que pagar un plus, dependiendo de los servicios ofrecidos y las negociaciones con quienes lo ofrecen. Una vez abonada la inscripción **no se devolverá** el importe de la misma ni se realizarán anulaciones, salvo por causa médica debidamente justificada, en el caso de los participantes del trail. En el caso de **alerta climatológica**, si se produce durante el transcurso del evento, la prueba deportiva se dará por terminada en el momento que la organización lo comunique, manteniéndose las clasificaciones de ese momento. En el caso que la alerta se publique antes del evento, la organización retrasará un día en caso de ser posible, o una semana, la celebración del evento.

**Precios:**

PRUEBA	HASTA 14 JULIO	HASTA 14 SEPTIEMBRE
DEPORTIVA (Individual)	20 €	25€
DEPORTIVA (CLUB)	16€	20€
EQUIPO	10€	10€
AJEDREZ (Previa inscripción en prueba deportiva)	0€	0€
DOMINÓ (Previa inscripción en prueba deportiva)	0€	0€
CHARLA (Previa inscripción en prueba deportiva)	0€	0€
SENDERISMO (Previa inscripción en prueba deportiva)	0€	0€
BODEGA (Previa inscripción en prueba deportiva)	3€	5€

## 5. AVITUALLAMIENTOS

Tras las pruebas de Resistencia [Piscinas Municipales](#), Fuerza [Puente Nacional 540](#) y Velocidad [zona de metas y confraternización](#) la organización dispondrá de Agua e Isotónico para la recuperación de los participantes. Asimismo, en Meta, tras la prueba de Velocidad se dispondrá de un avituallamiento final.

## 6. PUNTOS DE INTERÉS Y PROGRAMA

La fecha de la prueba, así como las actividades que pasamos a describir, será el día 19 de septiembre de 2026.

### 6.1: ZONAS DE PARKING, RECOGIDA DORSALES, SALIDA, PREMIOS Y CONFRATERNIZACIÓN



Imagen 1. Localización parking [Parking Mercado Ganadero](#)  
[Parking público detrás del Gadis](#)



Imagen 2. Entrega de Dorsales [Auditorio de Chantada](#)



Imagen3. Salida [Parque Eloisa Rivadavia](#)

- 08:00 Entrega de dorsales** y bolsa do corredor en el Auditorio de Chantada en la Plaza de Galicia
- 9:45 Cierre** de la entrega de dorsales
- 09:55 Cierre de la cámara de llamadas y charla técnica. Parque Eloisa Rivadavia.
- 10:00 Salida de la prueba de resistencia** Parque Eloisa Rivadavia
- 10:30 Prueba Resistencia.** Por orden de llegada en grupos de 10 participantes
- 10:40 Prueba de velocidad.** Por orden de llegada en grupos de 30 participantes
- 12:00** En adelante, **entrega de premios** en la zona de las Piscinas y confraternización
- 12:30 Comida** para los participantes
- 13:00 Musica.**



Imagen 4. Zona piscinas  
[Zona meta y confraternización](#)



Imagen 5. Zona piscinas  
[Duchas](#)

## 6.2. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

- 16:00 Charla en Auditorio de Chantada**
- 16:00 Senderismo. Adegas Amedo**
- 16:00 Ajedrez y Dominó. Sociedad Casino.**
- 18:00 Visita bodega, vino y música.**

## 7. OTRAS DISPOSICIONES

La organización se reserva el derecho de realizar modificaciones que considere necesarias en función de diferentes condicionantes, así como la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas lo obligan o por fuerza mayor.

Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados que necesiten ayuda, así como a informar de cualquier percance en los controles de paso.

Pese al personal dispuesto por la organización en el recorrido, los participantes están obligados a respetar las normas de circulación en los cruces y pasos por carretera.

Los únicos vehículos autorizados a seguir la prueba serán los designados por la organización, quedando totalmente prohibido, para evitar posibles accidentes, seguir a los corredores en moto, bicicleta o similar por el trazado.

La aceptación del presente reglamento implica obligatoriamente que el participante autoriza a la organización a la grabación total o participación de su participación en la misma, asimismo presta su consentimiento para que su imagen pueda ser utilizada en la promoción y difusión de la prueba, de todas las formas posibles, cediendo todos los derechos relativos a su explotación, comercial y publicitaria que la organización considere oportuno ejecutar.

Todo lo reflejado en este reglamento es de obligado cumplimiento. Quedará descalificado de esta prueba todo aquel que no lo cumpla, no complete la totalidad del recorrido, deteriore o ensucie los alrededores, no lleve el dorsal visible, mantenga una conducta impropia o desatienda las indicaciones de la organización. La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia, así como de los objetos perdidos de cada participante. Los participantes exoneran a la organización de toda responsabilidad en caso de accidente o lesión.

