

REGLAMENTO RUN&FUN A LARACHA 2026

RUN & FUN é unha carreira de obstáculos e destreza cun enfoque lúdico, accesible e non competitivo, pensada para todos os públicos, familias e grupos de amigos/as.

O obxectivo principal é pasalo ben, moverse, superarse e compartir unha experiencia única, deixando de lado a competición.

INSCRICIÓNS

Realizaranse na web na web de ccnorte.com

DATA E LUGAR

A RUN & FUN terá lugar o día 14 de Xuño de 2026, con saídas en diferentes tandas. Sendo a primeira entornon ás 10:00 -13:30h na Praza Les Sables d'Olonne (enfrente a biblioteca municipal).

Recoméndase chegar con antelación suficiente para:

- ✓ Aparcar
- ✓ Prepararse
- ✓ Quentar
- ✓ Disfrutar do ambiente

As persoas participantes deberán estar na zona de saída como mínimo 10 minutos antes do inicio da súa tanda para unha boa organización. Por megafonía realizaranse os correspondentes chamamentos para a formación da saída da tanda correspondente.

PARTICIPACIÓN E IDADE

- Poderá participar calquera persoa, sen necesidade de experiencia previa.
- Evento aberto a: adultos, mozos/as, familias, grupos...

As persoas menores de idade deberán participar acompañadas por unha persa adulta responsable durante toda a actividade, ou, no seu defecto, contar cunha autorización asinada pola súa nai, pai ou titor/a legal.

PERCORRIDO E OBSTÁCULOS

- Distancia curta e accesible entre 3,5 -5km.

- Obstáculos variados, pensados para a diversión, a destreza e o reto persoal, fomentando o espírito de superación.

IMPORTANTE:

- ✓ Non é obrigatorio completar todos os obstáculos.
- ✓ Se non podes: podes intentalo, pedir axuda, ou simplemente continuar

Aquí o importante é participar e disfrutar.

FORMATO DA PROBA

- ✓ Saídas por tandas
- ✓ Sen clasificacións nin cronometraxe competitiva
- ✓ Sen premios por posición. O premio é a experiencia e o vivido, e algunha sorpresinha.

FILOSOFÍA RUN & FUN

Esta proba baséase en valores fundamentais:

- ✓ Diversión
- ✓ Colaboración
- ✓ Respecto
- ✓ Inclusión
- ✓ Espírito de superación persoal

Anímase a: axudar a outras persoas, compartir o percorrido, celebrar cada reto conseguido.

PREZOS

Prezos das inscricións por idades:

Adultos: 12€

Menores de entre 14 e 18 anos: 12€

Menores de entre 4 e 13 anos: 8€

Menores de entre 0 e 3 anos: 0€

Unha vez formalizada a inscrición, non se realizarán devolucións salvo decisión da organización.

SEGURIDADE E PERCORRIDO

- ✓ O percorrido estará debidamente sinalizado e deberá ser seguido en todo momento polas persoas participantes.
- ✓ Haberá persoal voluntario e da organización ao longo de todo o circuíto para orientar, axudar e garantir o correcto desenvolvemento da proba.
- ✓ É obrigatorio respectar en todo momento as indicacións do persoal voluntario e da organización.
- ✓ As persoas participantes deberán cumprir as normas establecidas e seguir as instrucións facilitadas antes e durante a actividade.
- ✓ Existirá asistencia médica e técnica para o percorrido.

A organización poderá retirar a calquera participante por motivos de seguridade ou por non zumplir as normas establecidas.

SEGUROS

Cada participante participa baixo a súa responsabilidade.

A organización contará cos seguros correspondentes segundo a normativa vixente.

VOLUNTARIADO E ORGANIZACIÓN

O persoal voluntario e da organización estará para:

- ✓ Axudar
- ✓ Orientar
- ✓ Garantir a seguridade

É obrigatorio seguir as súas indicacións.

NORMAS DE COMPORTAMENTO

RUN&FUN é unha experiencia compartida, polo que se require:

- ✓ Respecto cara a participantes, organización e público
- ✓ Actitude positiva e deportiva

- ✓ Colaboración entre participantes
- ✓ Comportamento cívico en todo momento

Non se permitirá:

- ✓ Actitudes agresivas
- ✓ Faltas de respecto
- ✓ Condutas antideportivas

- ✓ **USO DO MATERIAL E DO ENTORNO**
- ✓ Respetar todos os obstáculos e material
- ✓ Non danar os equipos e instalacións
- ✓ Non tirar lixo
- ✓ Coidar o entorno natural

NORMAS DE PARTICIPACIÓN E CONDUCTA

- ✓ Participa segundo as túas capacidades
- ✓ Seguir as indicación dos persoal da organización
- ✓ Non é obrigatorio superar todos os obstáculos
- ✓ Podes recibir e ofrecer axuda
- ✓ O importante é disfrutar da experiencia
- ✓ Está totalmente prohibido participar baixo os efectos do alcohol ou drogas.
- ✓ As persoas participantes deberán seguir en todo momento o percorrido sinalizado e respectar as indicacións da organización e do persoal voluntario.
- ✓ No caso de abandonar o percorrido por calquera motivo (por exemplo, asistencia médica), deberá reincorporarse polo mesmo punto e avisar á organización.
- ✓ Non se deben realizar atallos nin acceder a zonas perigosas; a seguridade persoal é prioritaria.
- ✓ É obrigatorio manter unha actitude de respecto cara ao resto de participantes, organización e voluntariado.
- ✓ Non se permitirá entorpecer o paso nin causar molestias a outras persoas durante o percorrido.
- ✓ Cada participante é responsable da súa propia seguridade e da dos demais.
- ✓ Está prohibido tirar lixo ou danar o entorno e o material da proba.

A participación implica a aceptación destas normas e o compromiso de cumprir as indicacións da organización en todo momento.

PROTECCIÓN DE DATOS

A participación implica a autorización para o uso de imaxes e datos co fin de difusión do evento, conforme á normativa vixente.

SUSPENSIÓN DA PROBA

A organización poderá modificar o percorrido, horarios ou incluso suspender o evento por causas de forza maior ou seguridade.

ACEPTACIÓN DO REGULAMENTO

A inscrición implica a aceptación deste regulamento e dos valores de RUN&FUN.