

REGULAMENTO
III TRAIL CONCELLO DE MAÑÓN

SÁBADO 18 DE OUTUBRO 2025

1. ORGANIZACIÓN:

O Concello de Mañón organiza o III TRAIL entre os montes de O Barqueiro e Bares A proba terá lugar o Sábado 18 de Outubro do 2025 con saída e chegada na praia de Esteiro, O Barqueiro.

Os/as corredores/as percorrerán unha distancia aproximada de 15 e 21 km (circular).

A andaina (non competitiva) será unha distancia aprox. De 9 -10 km.

Haberá control técnico por parte de CCNORTE e Concello de Mañón.

2. PARTICIPACIÓN:

A proba estará aberta a todos/as os/as atletas, federados/as ou non, sen distinción de sexo ou nacionalidade.

3. CATEGORÍAS:

CATEGORÍAS	IDADES	SAÍDA
SENIOR (15km/21 km)	18-34 ANOS(incluidos)	10h
MASTER 1 (15km/21km)	35-44 ANOS(incluidos)	10h
MASTER 2 (15km/21km)	45-54 ANOS(incluidos)	10h
MASTER 3 (15km/21km)	+ 55 ANOS(incluido)	10h
ANDAINA (10 km) non competitiva	Todas as idades. Menores (de balde): acompañados por un titor adulto.	10h

4. INSCRICIÓN:

Poderá realizarse a través da páxina web de CCNORTE.

Dende apertura de inscricións ata 12 de Setembro ás 23h:59'59'' :15€

Dende o 13 de Setembro ata o 12 de Outubro (Peché de inscricións) ás 23h:59' :18€

A inscrición será de balde ou gratuita para os menores que participen na andaina sempre acompañados dun adulto titor.

Calquera dúbida ou máis información serán atendidas nos tfs 981414002 - 647536305 ou por correo electrónico: cultura.deportes@manon.es.

- Límite de prazas (total participantes) :450
- Non se admitirán inscricións fóra de prazo
- A inscrición da proba é persoal e intransferible
- A realización da inscrición implica ter lido, entendido e aceptado o regulamento da proba
- A proba estará controlada polo persoal do Concello de Mañón e CCNORTE e estarán capacitados para descalificar a calquera atleta que incumpra o regulamento.

Protección de de datos: Todos/as os/as corredores/as ó realizar a inscrición aceptan a publicación do seu nome e imaxe na clasificación, medios de comunicación ou internet. Mediante a inscrición o corredor consente expresamente que os seus datos sexan empregados pola organización para comunicacións acerca da súa actividade. En toda caso e tal como se establece a Lei de Protección de datos, o interesado pode exercer os seus dereito de acceso, rectificación, cancelación e posición mediante un escrito ou correo electrónico.

5. ENTREGA DE DORSAIS:

Os dorsais entregaranse o día da proba, na zona habilitada pola organización (Polideportivo de Esteiro), ata 1 hora antes da saída das probas.

6. DUCHAS:

A organización pon a disposición dos/as corredores/as duchas no Pavillón municipal de Esteiro.

7. PERCORRIDOS CIRCULARES:

- **ANDAINA: Aprox. 10 km (non competitiva)** Praia de Esteiro. Pavillón de deportes-Herbosa-Facho Maeda-Garita-Mina Sonia-Escola do Barqueiro-Praia de Esteiro

- **TRAIL LONGO: Aprox. 21 km** Praia de Esteiro. Pavillón de deportes-Herbosa-Facho Maeda-Garita-O Espiñeiral-Vilela-Campelo-Igrexa da Vila de Bares-Porto-Semáforo-A Marufa-exbase americana-Condomiña-Lagares.Muiños de Bares-Vila de Bares-Picón de Maeda-Herbosa-Praia de Esteiro)-

- **TRAIL CURTO Aprox. 15 km** Praia de Esteiro. pavillón de deportes-Herbosa- Facho Maeda-Garita-O Espiñeiral-Vilela-Campelo-Vila de Bares-Picón de Maeda-Herbosa-Praia de Esteiro)

- A saída e meta situarase no Pavillón municipal da praia de Esteiro do Barqueiro .
- É obrigatorio que os/as corredores/as leven durante toda a carreira o dorsal visible, e deben chegar á meta con él.
- As distancias sinaladas son aproximadas.
- A organización resérvase o dereito de realizar modificacións ou cambios no percorrido se a seguridade ou as circunstancias o require, e na distribución das saídas, dependendo da cantidade de inscritos.

8. ABASTECIMIENTO:

Haberá servizo de abastecemento sólido e líquido nos lugares debidamente sinalizados á metade e ó final da proba.

9. VEHÍCULOS

Os únicos vehículos autorizados a seguir a proba son os designados pola organización, que regularán nos cruces pertinentes ó longo do percorrido. Queda totalmente prohibido seguir ós corredores en coche, moto ou bicicleta, polo perigo que poidera supoñer para os atletas, así como a participación de animais.

10. PREMIOS E AGASALLOS:

- Trofeos para os/as 3 primeiros/as corredores/as do Trail.(15km e 21 km)
- Medallas ós/ás 3 primeiros/as de cada categoría masculina e feminina de cada categoría.
- A entrega de trofeos realizarase unha vez remate a proba.
- Agasallos: Para adultos/as, unha camiseta técnica.

11. SEGURO:

A proba conta cun seguro de accidentes e responsabilidade civil para todos/as os/as corredores/as que cubre os posibles danos.

Esta carreira disporá de ambulancia e médico para atender posibles incidencias.

Igualmente o atleta declara estar en condicións físicas óptimas para realizar dita proba. Todos/as os/as participantes polo feito de inscribirse, aceptan o presente regulamento e en caso de dúbida ou de surxir algunha situación non reflexada no mesmo acatarase o que dispoña o Comité Organizador da proba

12. DESCALIFICACIÓNS:

A proba estará controlada por técnicos de CCNORTE e do Concello de Mañón, e estarán capacitados para descalificar a calquera atleta que incumpra o regulamento.

REGULAMENTO
III TRAIL CONCELLO DE MAÑÓN

CONCELLO DE MAÑÓN

2025

