# TRAIL DA BAÑA

O Clube BJ SPORTS TEAM organiza xunto co Concello Da Baña a VII edición do TRAIL DA BAÑA 2024 , o domingo 6 de outubro de 2024 a partir das 9.45 horas, constando de dúas pobas de carreira oficiais para o Ranking Galego.

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 desputarase sobre 3 distancias de Trail: 28, 16 e 8 km aprox.; estando aberta a proba de 8 km a categorías inferiores a partir de 14 anos cumpridos contando tamén cunha andaina de 10 km aprox. parcialmente coincidente con esta última distancia.

A proba rexirase polo seguinte regulamento:

## Artigo 1. Lugar de SAIDA de todas as probas:

As probas terán a súa saída e chegada dende o Pavillón municipal de deportes

https://www.google.es/maps/search/pabellon+polideportivo+de+a+ba%C3%B1a/@42.9607089,-8.7647751,17z?entry=ttu

## Artigo 2. Horarios e distancias.

| HORA | PROBA | DISTANCIA | DESNIVEL + | ANOS | CATEGORÍA | PRAZAS |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 09:45 h | LONGO | 28 km aprox. | 1000 m aprox | 2006 e anteriores | ABSOLUTA | 200 |
| 09:55 h | CURTO | 16 km aprox. | 650 m aprox. | 2010 e anteriores | ABSOLUTA | 200 |
| 10:00 h | PROMESAS | 8 km aprox. | 400 m aprox. | 2010 e anteriores | ABSOLUTA E PROMOCIÓN | 200 |
| 10.05 h | Andaina | 10 km aprox. | 200 m aprox | Desde os 12 anos | NON COMPETITIVA | 150 |

Tódolos deportistas das modalidades classic e preclassic deberán pasar por cámara de chamadas ata 10 minutos antes da saída. 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, percharase á mesma en cada carreira programada.

## Artigo 4. Categorías de competición.

### CATEGORÍAS INDIVIDUAIS PARA AS DISTANCIAS DE TRAIL LONGO e TRAIL CURTO

| CATEGORIA | ANOS DE NACEMENTO |
|---|---|
| SENIOR MASC / FMNO | De 2006 ate máster |
| MASTER 1 MASC / FMNO | Nados entre 1989 e 1979 |
| MASTER 2 MASC / FMNO | Nados entre 1978 e anteriores |
| ABSOLUTA MASC / FMNO | Calquera das categorías anteriores |

### CATEGORÍAS INDIVIDUAIS PARA AS DISTANCIAS DE TRAIL PROMESAS

| CATEGORIA | ANOS DE NACEMENTO |
|---|---|
| SUB 20 | 2005 – 2006 |
| SUB 18 | 2007 – 2008 |
| SUB 16 | 2009 – 2010 |
| SENIOR/MASTER | 2004 e anteriores* |
| ABSOLUTA | Calquera das categorías anteriores |

* Categoría Senior/Máster no Trail promesas sen premiación

**ANDAINA (NON COMPETITIVA):** A partir de 12 anos.

Non se establecerán categorías de participación. Os menores de idade terán que ir acompañados en todo momento por un adulto maior de 18 anos. A idade mínima de participación será de 14 anos.

**Artigo 4.1 – RANKING GALEGO DE TRAIL RUNNING:**

Os participantes federados optarán á bonificación correspondente como proba G1 dentro do ranking galego de Trail running nas seguintes modalidades:

**DISTANCIA 28K: Ranking Classic Sub 23, Absoluto e Master**
**DISTANCIA 8K: Ranking Preclassic Sub 20, Sub18 e Sub 16.**

## Artigo 5. PARTICIPACIÓN E SEGURO / LICENZA DE DÍA

Nesta proba poderá participar calquera deportista sexa ou non federado. Todos os participantes inscritos no prazo preciso correrán cunha licenza de día de Trail Running que incluirá un seguro de accidentes deportivos e de responsabilidade civil. 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 suscribirase un seguro (licenza de día).

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

| PROBA | DISTANCIA | DESNIVEL | TEMPO MÁXIMO |
|---|---|---|---|
| LONGO | **28 km aprox.** | **1000 m + aprox** | **4h** |
| CURTO | **16 km aprox.** | **650 m + aprox.** | **3h** |
| PROMESAS | **8 km aprox.** | **400 m + aprox.** | **2h** |
| **Andaina** | **10 km aprox.** | **350 m+ aprox** | **3h** |

Tempo de corte: Establécese segundo a táboa anterior. A maiores, a organización determinará e publicará na web oficial de inscricións da proba o lugar e tempo de corte nos puntos intermedios de cada proba atendendo a criterios de proporcionalidade e seguridade dos deportistas participantes.
As indicacións da organización respecto de tempos de corte, retiradas ou calquera situación de diversa índole serán de obrigado cumprimento para tódolos participantes.

As andainas estarán auxiliadas por membros da organización no percorrido, e nunca se poderá abandonar dito percorrido se non está autorizado polo responsable organizativo, xa que hai partes comúns coas outras probas e pode xerar confusión ou accidentes.

É responsabilidade de cada participante seguir na ruta correcta da etapa, para o cal a organización sinalará con todos os medios dispoñibles os enclaves conflictivos de cada unha de las eserá motivo de descalificación non seguir o trazado designadoou saltarse os controis de paso, así como detectar recortes no percorrido. A organización reservase a posibilidade de cancelación por causa xustificada e tamén o cambio de datas e lugares de celebración, o cal será sempre comunicado con antelación, salvo que se teña que suspender o mesmo fin de semana por causas climatolóxicas ou xustificadas, neste último caso no habrá dereito a devolución da inscrición.

## Artigo 7. INSCRICIÓNS. PREZOS E PRAZOS

As inscricións realizaranse a través da páxina web **www.carreirasgalegas.com**

- **APERTURA DE INSCRICIONS:** martes 6 de agosto de 2024 ás 14:00 h
- **PECHE DE INSCRICIONS:** martes 1 de outubro de 2024 ás 23.59 h
- **PREZOS DA INSCRICION:**

  LONGO – 28K: 18 €
  CURTO – 16K :15 €
  PROMESAS – 12K :12 €
  ANDAINA: 9 €

## Artigo 8. RECOLLIDA DE DORSAIS

Os dorsais tanto para a Andaina como para as modalidade de Trail poderán recollerse o día do trail a partir das 08.15 horas na praza do Concello da Baña, San Vicente.

## Artigo 9. PREMIOS E AGASALLOS

Estableceranse ademáis os seguintes premios e agasallos:

- Premios aos 3 primeiros/as clasificados/as de cada categoría establecida no presente regulamento.
- Premios aos 3 primeiros clubes da clasificación do Trail Longo.
- Premio ao clube máis numeroso no Trail (abrangue tódalas distancias competitivas).
- Premio aos primeiros/as clasificados/as como locais do Val de Barcala (Negreira – A Baña)

***Agasallo técnico*** pola súa participación tanto para os participantes no Trail como na Andaina (poderán recollelo xunto o dorsal de competición)

- A entrega de premios realizarase a partir das 13:30 horas aproximadamente No pavillón municipal de deportes
- Premios NON acumulativos.

## Artigo 10. SERVIZO DE DUCHAS e VESTIARIOS

Porase a disposición dos participantes un servizo de duchas na instalación do pavillón de San Vicente

https://www.google.es/maps/search/pabellon+polideportivo+de+a+ba%C3%B1a/@42.9607089,-8.7647751,17z?entry=ttu

## Artigo 11. ABASTECEMENTOS

**Tanto os puntos de abastecemento como o percorrido serán publicados 1 mes antes da celebración da proba**

**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.

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 Trail classic)

***LISTAXE DE MATERIAL RECOMENDADO:**

Curtaventos ou chaqueta impermeable

***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 Da Baña publicará 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.

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

O plan de xestión de residuos e protección ambiental do Trail Da Baña 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 reclamacións aos resultados oficiais realizaranse ao Xuiz Árbitro da Competición non máis tarde de 30' despois da publicación dos mesmos.

Todo o non recollido no presente reglamento rexirase 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 neglixencias 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 imaxen 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 exercer no futuro os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante escrito ou correo electrónico á Federación Galega de Atletismo.