

# REGLAMENTO

## VII Edición terremoto trail

### 1- CATEGORIAS

Senior masculino desde 18 a los 45 años.

Senior femenino desde 18 a los 45 años.

Veterano masculino. A partir de 46 años.

Veterano femenino. A partir de 46 años.

Las edades para fijar la categoría serán las del día de carrera.

### 2- RECORRIDO

Todas las pruebas se realizan en la montaña del Oribio y las distancias son siempre aproximadas.

Maratón 42 km 2300m de desnivel positivo.

Trail 29 km 1.400m de desnivel positivo.

Mini 16 km 650m de desnivel positivo

Andaina 12 k. 500m+

### 3- LUGAR Y FECHA

23 de septiembre 2018

La salida estará situada frente al Ayuntamiento de Triacastela ( Lugo).

Maratón 8:00h.

Media 10:00 h

Mini 10:05h

Andaina 10:05 h.

### 4- PARTICIPACION

Podrán participar en la prueba todos los atletas mayores de 18 años.

## 5 – INSCRIPCION

La inscripción se realizare a través de la página web de championchipnorte ([www.championchipnorte.com](http://www.championchipnorte.com)).

Cuota de inscripción.

21 € Maratón, 16€ Media 12 Mini y 6 € Andaina, valido hasta el día 12 de septiembre , de el 13 al 20 se sube 5€ en carreras.

3€ y 5€ a mayores para comer al terminar la prueba incluye aperitivos empanada y carne de cahena asada, agua y cerveza.

Las plazas estarán limitadas a 250 en mini 200 trail 100maratón

El hecho de inscribirse supone la aceptación del reglamento.

Cada corredor tendrá asignado un dorsal.

Todos los corredores por el hecho de inscribirse, aceptan la publicación de su nombre como de su imagen en las clasificaciones de la prueba, en los medios de comunicación y en internet.

El desconocimiento de este reglamento no exime de su cumplimiento

## 6 AVITUALLAMIENTOS

Habrá 5 puntos de avituallamiento para el maratón, 3 puntos para el trail y 1 para la andaina, a mayores del de la meta. En todos ellos se proporcionarán productos sólidos y líquidos.

## . 7- SEÑALIZACIÓN

El recorrido estará debidamente balizado. Así mismo en diferentes puntos habrá personal de ayuda.

## 8-TROFEOS

Habrá trofeo para los tres primeros de cada categoría.

Habrá un obsequio para todos los participantes.

Habrá una medalla para todos los que terminen el Maratón.

**La prueba de andaina no será competitiva.**

Al final de la prueba habrá comida para todos los corredores y acompañantes, previa reserva y pago de 3€ por participante en la prueba y 5€ por acompañante. Donde tendremos aperitivos empanada y carne de cachena asada y cerveza.

## 9-DORSALES

La entrega de dorsales se realizará el mismo día de la prueba, desde las 7:00 a las 9:30 horas, en un lugar ubicado en la salida de la prueba.

## 10-ASISTENCIA SANITARIA

La prueba contará con personal médico y sanitario, así como con una Ambulancia de la Cruz Roja de Sarria.

#### 11-COLABORACIÓN

Todo participante tiene que prestar ayuda a otro participante accidentado y comunicarlo al control más cercano o cualquier persona de la

#### 12- PRUEBA CRONOMETRADA.

La prueba estará cronometrada por championship

#### 13-MATERIAL

No habrá material obligatorio, pero si será recomendable que los participantes, en especial los de la modalidad de maratón y sobre todo si el tiempo es caluroso, lleven un sistema de hidratación con al menos un litro de agua. Así mismo se recomienda llevar un cortavientos y un móvil con batería cargada.

#### 14-SEGUROS

La organización dispondrá de los seguros pertinentes según la normativa vigente para pruebas populares de este tipo.

La organización no se hace responsable de los daños morales, materiales o económicos derivados de la participación en esta prueba.