



Vº COSTA TRAIL XOVE

e-mail: xovecostatrail@gmail.com

Tfnos; 630 94 82 96 / 606 86 31 19 / 618 97 61 59 / 661 86 22 56

Sábado 16 - Domingo 17 de Marzo de 2024

Xove Costa Trail é unha carreira de montaña, que transcorre na súa maioría do percorrido, pola Senda Costeira de Xove e polo Camiño Natural do Cantábrico, o seu paso pola costa do Concello de Xove, dende a Praia de Portonovo, nos límites co Concello de Viveiro, ata a Praia de Lago, para logo adentrarse hacia a parte interior do Concello de Xove por sendeiros e pistas forestais de uso público. A carreira XCT 26 Km , ten un desnivel + acumulado de 1400 mts. (aprox). e a carreira XCT 17 Km , terá un desnivel + acumulado de 800 mts. (aprox.), e a Andaina (12 Km) con un desnivel de 400 mts (aprox.)

Actividades, datas, horarios, tramos de prezos de inscrición:

SABADO 16 de Marzo (MiniTrails dos Nen@s /Andaina)

XCT. NEN@S

(Zona Praia Muiñelo – Praia Esteiro)

Categoría A :2017, 2016, 2015, 2014, 2013, sobre 750 mts (aprox.)
Categoría B: 2012 -2011, 2010,2009,2008, , sobre 1500 mts (aprox.)
Saída e Meta: Circuito Trail (Praia Muiñelo – Praia de Esteiro)
Hora: 12:00 h
Inscrición: **GRATUITA** do 1 de Xaneiro ó 12 de Marzo as 24:00h.
Premios: medallas para todos os participantes

XCT ANDAINA 12Km. (limitada a 250 persoas)

XCT.ANDAINA

Saída; 16:30h. Praia de Portocelo
(limitada a 250 participantes)

225 adultos+25 nen@s

Meta: Praia de Esteiro.

Menores de 15 anos (con autorización paterna) (inscrición **GRATUITA**)
Hora: 16:30 h (Praia de Portocelo)
INSCRICIONS:
PROMOCION ANO NOVO: **10 €** do 1 de Xaneiro o 7 de Xaneiro as 24:00h
INSCRICION: **14 €** do 8 de Xaneiro ó 12 de Marzo as 24:00h.
Inclúe: bolsa do corredor, seguros e avituallamentos, a metade da proba e o final, mais Pinchada Final.
percorrido lineal, marcado sobre 12 km

Domingo 17 Marzo (Trails)

XCT 26 Km (limitada a 250 corredores)

XCT26K	PROMOCION	Tramo 1	Tramo 2
	16 €	22 €	27 €
	Do 1 de Xaneiro ó 7 de Xaneiro (as 24:00)	Do 8 de Xaneiro (00:00h) ó 25 de Febreiro (24:00h)	Do 26 Febreiro (00:00h) ó 12 de Marzo (24:00h)

Saída: 10:00h Praia de Portonovo
Meta: Centro Civico Xove.

XCT 17 Km (limitada a 250 corredores)

XCT17K	PROMOCION	Tramo 1	Tramo 2
	12 €	18 €	23 €
	Do 1 de Xaneiro ó 7 de Xaneiro (as 24:00)	Do 8 de Xaneiro (00:00h) ó 25 de Febreiro (24:00h)	Do 26 Febreiro (00:00h) ó 12 de Marzo (24:00h)

Saída: 11:15 h Faro Roncadoiro
Meta: Centro Cívico Xove.

APERTURA INCRICIONS: 1 de Xaneiro de 2024. (00:00h.)

PECHE DE INSCRICIONS: 12 de Marzo (24:00h.)



Vº COSTA TRAIL XOVE

16-17 de Marzo de 2024

e-mail: xovecostatrail@gmail.com

Tfnos; 630 94 82 96 / 606 86 31 19 / 618 97 61 59 / 661 86 22 56

2.- Inscricions/ Tramos de cotas / Devolucions / Cancelacions: www.ccorte.com

- * PROMOCION ANO NOVO: Tramo de Promocion dende o 1 de Xaneiro ó 7 de Xaneiro as 24:00h.
- * O primeiro tramo de inscrición será do 8 de Xaneiro as 00:00h. ó 25 de Febreiro as 24:00h.
- * O segundo tramo de inscrición será do 26 de Febreiro as 00:00h. ó 12 de Marzo as 24:00h.
- * **Devolucions:** ata ó 25 de Febreiro será devolto o importe íntegro da inscrición. (100%).
Entre os días 25 de Febreiro é 9 de Marzo, será devolto o 75 %. da inscrición.
- * **Cancelacions:** Para cancelación de inscrición con dereito a devolución , serán aceptadas ata o día **10 de Marzo**, despois, desta data no se tramitará ningunha devolución.
- * **Apertura de inscricions:** 1 de Xaneiro as 00:00h / **Peche de inscricions:** **12 de Marzo as 24:00h**

3.- Categorías e Trofeos

➤ XCT26K (maiores 18 anos)

- * **Absoluto Masc. e Fem.** (dende 18 anos a 44 anos) **Trofeos:** 1º - 2º - 3º Masc. e Fem.
- * **Veteranos A Masc. e Fem.** (dende 45 anos a 55 anos) **Trofeos:** 1º Masc. e 1ª Fem.
- * **Veteranos B Masc. e Fem.** (+56 anos) **Trofeos:** 1º Masc. e 1ª Fem.
- * **Local** (corredor/a Censado e domiciliado no Concello de Xove) **Trofeos:** 1º Masc. e 1ª Fem.

➤ XCT17K (maiores de 16 anos.)

- * **Absoluto Masc. e Fem.** (dende 18 anos a 44 anos) **Trofeos:** 1º - 2º - 3º Masc. e Fem.
- * **Veteranos A Masc. e Fem.** (dende 45 anos a 55 anos) **Trofeos:** 1º Masc. e 1ª Fem
- * **Veteranos B Masc. e Fem.** (+56 anos) **Trofeos:** 1º Masc. e 1ª Fem
- * **Junior Masc. e Fem.** (16 e 17 anos . (2007-2006) **Trofeos:** 1º Masc. e 1ª Fem
- * **Local** (corredor/a Censado e Domiciliado no Concello de Xove) **Trofeos:** 1º Masc. e 1ª Fem.

➤ XCT NEN@S (maiores de 6 anos)

Medallas para tódolos participantes

- * **Categoría A:** 2013 – 2014 - 2015 – 2016 - 2017
- * **Categoría B:** 2008 – 2009 – 2010 – 2011 – 2012

INCRICIONS EN: www.ccnorte.com



Vº COSTA TRAIL XOVE

16-17 de Marzo de 2024

e-mail: xovecostatrail@gmail.com

Tfnos; 630 94 82 96 / 606 86 31 19 / 618 97 61 59 / 661 86 22 56

4.- Regulamento da proba:

A carreira rexirase polo regulamento de Carreiras por Montaña da Federación Española de Deportes de Montaña e Escalada (Consultar en www.fedme.es). Seguiranse as seguintes normas:

a) Non poden participar menores de 18 anos na carreira de 26K , si poderán participar con autorización paterna os nados no ano 2007-2006 na carreira de 17K.

b) Será motivo de descalificación:

- Non pasar por tódolos controis de paso.
- Recibir axuda externa fora dos lugares autorizados (hasta uns 100m nos avituallamentos).
- Ensuciar e degradar o itinerario (é obrigatorio que cada corredor leve os seus propios desperdicios e deixalos nos lugares sinalizados pola organización).
- O dorsal levarase sempre visible durante toda a proba, no peito.
- Non prestar auxilio a calquer participante que sufra algún accidente e informar no control máis cercano.
- Non se pode obstacularizar voluntariamente a outro corredor.
- Os participantes obedecerán as instrucións dos membros da organización, dos controladores de paso, así como dos voluntarios.

c) É obrigatorio avisar nun control ou a un membro da organización, ou voluntario do abandono e entregar o dorsal.

d) O mal tempo non é obstáculo para a celebración da proba . A organización reservase os dereitos de realizar un percorrido alternativo.

e) A organización prevé un peche de meta ás 14:30 h para as dúas carreiras.

f) O participante exime a organización de calquera responsabilidade no caso de accidente ou lesión.

g) Todo corredor debe coñecer e respectar o reglamento da proba. A inscrición implica o cumprimento de este Regulamento.

h) Os corredores deberán ter as condicións físicas requiridas para a distancia e a dureza do itinerario. Levarán a indumentaria e calzado adaptados o terreo por donde transcurre a proba.

i) Tempos de corte para as dúas probas Trail..Tódolos corredores terán que pasar por cada un dos controles, antes de:

- Control Faro Roncadoiro: 11:30h. (km 9,2 da 26K)
- Control Illa de Sarón: 12:45 h. (km 16 da 26K – km 7 da 17K)
- Control Alto de Lago: 13:45 h. (km 21.4 da 26K – km 12.5 da 17K)



Vº COSTA TRAIL XOVE

16-17 de Marzo de 2024

e-mail: xovecostatrail@gmail.com

Tfnos; 630 94 82 96 / 606 86 31 19 / 618 97 61 59 / 661 86 22 56

5.- Información e datos de interese:

*RECOLLIDA DE DORSAIS;

- **Venres 15** de 18:00 h a 22:00h. Local XCT no Centro Civico (Trails-Andaina-Nen@s)
- **Sábado 16** as 11:30h. en Praia de Esteiro. (Trails dos nen@s)
- **Sábado 16** de 14:30h a 15:30h (Andaina) 18:00 h a 22:00h (Trails 26K-17K) no Local XCT.
- **Domingo 17** dende as 8:00 h no Pavillón Municipal de Xove. (Trails 26K-17K)

Nota: Recomendamos recoller os dorsais os dias antes. Os dorsais, tamén se poderán recoller o mesmo día das probas, nos horarios que se indican.

*PECHES DE META: Ás **14:30 h**

*ENTREGA DE TROFEOS E PREMIOS: (Domingo 17): Sobre ás **14:00 h.** (Praza do Centro Civico de Xove)

*GRAN PINCHADA FIN DE PROBA E CLAUSURA (Domingo17): Praza do Centro Cívico de Xove, as **14:00h.**

Sábado 16 de Marzo:

***XCT Nen@s:** Xuntanza e ultima recollida de dorsais, na Praia de Esteiro (11:30h).

Desprazamento particular ata lugar das probas.

Saída das probas: as 12:00h. Circuitos MiniTrails de Praia de Esteiro e Praia Muiñelo

Meta: Praia de Esteiro.

***Andaina:** Última recollida de dorsais no Local XCT no Centro Cívico de 14:30h a 15:30h.

Xuntanza de Participantes na Praia de Esteiro as 16:00h, e desprazamento en autobús ata o punto de saída. Saída da proba dende Praia de Portocelo as 16:30h., chegada a Meta na Praia de Esteiro.

Ruta Lineal de 12Km. (1 Avituallamento) >>>Praia de Portocelo >>> Praia de Esteiro.

Domingo 17 de Marzo:

***XCT 26K:** Xuntanza e ultima recollida de dorsais a partir das 8:00h. da mañan, no Pavillón Polideportivo de Xove (Centro Cívico). Dende Centro Cívico, desprazamento en autobús ata o punto de saída (Praia de Portonovo) as 9:15h. Saída da proba dende Portonovo as 10:00h. Carreira lineal de 26 km. (3 Avituallamentos) con Meta no Centro Cívico de Xove

***XCT 17K:** Xuntanza e ultima recollida de dorsais a partir das 8:00h. da mañan, no Pavillón Polideportivo de Xove (Centro Cívico). Dende Centro Cívico, desprazamento en autobús ata o punto de saída (Faro Roncadorio) as 10:30h. Saída da proba dende o Faro Roncadorio as 11:15h. Carreira lineal de 16 km. (2 Avituallamentos), con Meta no Centro Cívico de Xove.

O FINALIZAR AS PROBAS AMPLO SERVIZO DE VESTUARIOS E DUCHAS