

Regulamento da proba Trail da Carixa 2024.

O evento estará formado por unha proba Trail individual de 20 km, Trail por relevos de 9 + 11 km, Trail cadete de 9 km, Andaina de 9 km e Pequetrail de 0.5 a 3 km; rexidas polo seguinte regulamento:

1. As carreiras Trail e andaina celebraranse o **DOMINGO día 8 de Setembro de 2024** con saída e chegada dende a praia fluvial de A Carixa, no Concello de Vila de Cruces.
2. Ás catro probas terán a saída as 10:00 horas; sobre un percorrido aproximado de 20 km para o Trail individual e por relevos con un desnivel positivo de 1100 m e 9 km para o Trail Cadete e andaina con un desnivel positivo de 460 m.
3. Contará con un total de **600 prazas** que se repartirán do seguinte xeito entre as diferentes modalidades:
 - Trail individual 20 K 300 prazas.
 - Trail por relevos 9 + 11 K 150 prazas.
 - Trail cadete 9 K 50 prazas.
 - Pequetrail: 100 prazas.
4. A carreira Trail individual sobre un percorrido de 20 km poderase facer baixo a modalidade de relevos, en equipos de dúas persoas os cales poderán ser mixtos.
5. **O Pequetrail:** celebrarase o **SÁBADO día 7 de Setembro de 2024** a partir das 11:00h;
 - terá recorridos diferentes para cada unha das categorías:
 - i. **esquíos** (de 2 a 6 anos) con un percorrido de 500 m,
 - ii. **corzos** (de 7 a 9 anos) con un percorrido de 1000 m
 - iii. **xabaríns** (de 10 a 14 anos) con un percorrido de 3000 m.
 - Para a celebración de esta proba precisárase un mínimo de 5 inscritos en cada categoría.
 - Os participantes poderanse anotar o mesmo día da proba no lugar habilitado para o reparto de dorsáis.
 - Haberá premios para todos os participantes.
6. **Trail Cadete 9 K:** sairá as 10:00h;

- So poderán participar as persoas debidamente inscritas con idades de 15,16 e 17 anos, é dicir que non cumpra os 18 anos o ano de referencia.
- Haberá premio para os tres primeiros participantes masculino e feminino.

7. **Trail 9 + 11 K por relevos** sairá as 10:00h;

- So poderán participar as persoas debidamente inscritas con 18 anos de idade ou mais.
- Os equipos estarán compostos por dúas persoas, nunha única categoría absoluta, podendo ser estes masculino, feminino ou mixto.
- O primeiro relevista fará o percorrido do primeiro tramo 9 k e o segundo de 11 k no segundo tramo.
- Haberá premio para os tres primeiros clasificados da categoría masculina, feminina e mixta.

•

8. **CATEGORÍAS:** os participantes estarán divididos nas categorías e sub categorías seguintes:

- **Categorías Masculina e Feminina : Cadete, Júnior e Absoluta.**

- **Categoría Cadete:** 15,16, e 17 anos, é dicir que non cumpra os 18 anos o ano de referencia.
- **Categoría Júnior:** 18,19, e 20 anos, é dicir que non cumpra os 21 anos o ano de referencia.
- **Categoría Absoluta:** a partir dos 21 anos cumpridos o ano de referencia

- **Sub categorías Masculino e Feminina: Promesa e Veterana A e B**

- **Sub categoría Veterana A:**
 - Masculina e feminina de 40 a 49 anos, é dicir que non cumpra os 50 anos o ano de referencia.
- **Sub categoría Veterana B:**
 - Masculina e feminina de 50 a 59 é dicir que non cumpra os 60 anos o ano de referencia.

- **Sub categoría Veterana C:**

- Masculina e feminina a partir dos 60 anos cumpridos no ano de referencia.

A idade a ter en consideración para toda a tempada, no referente a categoría e sub categorías, será a que o participante teña o día 31 de Decembro do ano da competición. Trofeos non acumulativos.

9. **INSCRICIÓN:** Serán a través da páxina **ccnorte.com** estarán abertas dende o Luns día 3 de xuño de 2024 ata o Luns 2 de setembro de 2024.

O custo das diferentes probas será o seguinte:

1º Trail individual 20 k..... **22 €.**

A partir do 15 de Agosto: 25 €.

2º Trail por relevos 9 + 11 k..... **38 €**

A partir do 15 de Agosto: 42 €.

3º Andaina..... **18 €**

A partir do 15 de Agosto: 20 €.

4º Trail cadete 9 k..... 0 €

5º Pequetrail 0 €

Dita inscrición dá dereito a participar na proba, seguro de asistencia sanitaria e de responsabilidade civil, bolsa do corredor, avituallamentos, xantar e cantos obsequios ou regalos consiga a organización.

Unha vez abonada a inscrición non se devolverá o importe da mesma nin haberá posibilidade de anulación. Pasado o día da proba, non se terán en conta as reclamacións de bolsas do corredor non recollidas (sin unha comunicación ou xustificación expresa), nin regalo, trofeo ou obsequio algún.

10. A recollida de dorsais para ambas probas poderá realizarse o mesmo día na zona de saída e meta entre as 8:00 e as 9:30 horas. Para a retirada de dorsais será obrigatorio presentar o DNI ou pasaporte, podendo retirarse por unha persoa distinta ó destinatario, facéndose esta responsable, eximindo de toda responsabilidade á organización.
11. **SINALIZACIÓN E CONTROIS:** O percorrido estará sinalizado con cintas de plástico co logotipo da proba, sendo obrigatorio o paso polos controis establecidos.

12. O/A corredor/a que se retire durante o transcurso da proba, deberá avisar ó control máis próximo e facer entrega do dorsal.

13. **AVITUALLAMENTOS:** A proba contaría con un total de 4 avituallamentos os cales quedarían distribuídos da seguinte mineira:

1. Mirador da Catarata do Toxa km 5 (líquido).
2. Praia fluvial da Carixa 9 (líquido e sólido).
3. Fontao km 14 (sólido e líquido).
4. Praia fluvial da Carixa km 20 (líquido e sólido).

A fin de ser meticolosos no respecto co medio ambiente e baixo a premisa de reducir a o máximo os residuos que se poidan xerar, nos avituallamentos non se dispensarán vasos a os participantes.

14. **TEMPOS DE CORTE:** Co fin de cumprir cos horarios establecidos pola organización para o evento fixarase un tempo de corte en dous dos puntos do recorrido para a proba de Trail individual e por relevos:

- Fontao km 14 12:45 .
- Mosteiro de Carboeiro km 11 12:00 .

15. **PREMIOS:**

- **TRAIL Individual 20 k:**

Entregarase un trofeo ós tres primeiros da clasificación xeral nas categorías masculina e feminina; ademais a os tres primeiros de cada categoría, atendendo as categorías propias da carreira (punto 9).

- **TRAIL por relevos 9 + 11 k:**

Entregarase un trofeo ós tres primeiros da clasificación xeral masculina, feminina e mixta.

- **TRAIL Cadete 9 k:**

Entregarase un trofeo ós tres primeiros da clasificación nas categorías masculina e feminina.

- **ANDAINA:**

Será de carácter non competitiva, e non haberá premios.

16. A aceptación do presente regulamento, implica obrigatoriamente que o participante autoriza á organización á gravación total ou parcial da súa

participación na mesma, presta o seu consentimento para que poida ser utilizada a súa imaxe na promoción e difusión da proba, de tódolos xeitos posibles e cede tódolos dereitos relativos á súa explotación, comercial e publicitaria que a organización considere oportuno executar.

17. Quedará descualificado/a desta proba todo o que non cumpra o presente regulamento, non complete a totalidade do percorrido, deteriore ou ensucie a contorna, non leve o seu dorsal ben visible, manteña unha conduta impropia ou desatenda as indicacións da organización.
18. A organización resérvase o dereito a realizar as modificacións que considere necesarias en función dos diferentes condicionantes, así como a suspensión da proba se as condicións meteorolóxicas o obrigan ou por forza maior.
19. Os/as participantes están obrigados a auxiliar ós accidentados que precisen axuda así como a informar de calquera percance nos controles de paso.
20. A pesar do persoal disposta pola organización ao longo do percorrido os/as participantes están obrigados a respectar as normas de circulación nos cruzamentos coas estradas.
21. Os únicos vehículos autorizados a seguir a proba serán os designados pola organización, quedando totalmente prohibido, para evitar posibles accidentes, seguir ós corredores en moto, bicicleta, quad ou similar polo circuito.
22. A organización declina toda responsabilidade en caso de accidente, negligencia, así como dos obxectos perdidos de cada participante. Os participantes exoneran á organización de toda responsabilidade en caso de accidente ou lesión. En todo o non contemplado neste regulamento, a proba basearase nos regulamentos da Federación Galega de Montañismo e da Federación Española de Deportes de Montaña e Escalada (FEDME).
23. En caso de non comparecencia de algún dos integrantes do podium, durante a celebración da entrega de premios, perderase a posibilidade de reclamar dito trofeo/agasallo, e a organización gárdase a posibilidade de poder chamar o seguinte corredor en entrar en liña de mete segundo o listaxe proporcionado polo cronometraxe.