



REGLAMENTO – VIII Cross Cabo Udra

DATOS TÉCNICOS

5 octubre: 10k + 4 k 6 octubre: Escolares + Andainas

crosscaboudra.com

- La inscripción a la prueba implica la **total aceptación** de este reglamento, que será de estricto cumplimiento para todxs los/as participantes del Cross Cabo Udra.
- Todo/a participante, por el hecho de inscribirse, **acepta las condiciones y reglamentaciones impuestas** por la organización, por lo que libera expresamente a la misma o a cualquier otro patrocinador o colaborador, ante todo tipo de accidente, lesión o eventualidad que haya podido surgir derivada de su participación en la prueba, y que no estuviera cubierta por el seguro contratado.
- El no cumplimiento del reglamento, podrá implicar la **descalificación inmediata**.

- **EVENTO:** VIII CROSS CABO UDRA
- **FECHA:** 5-6 de octubre / 2024
- **UBICACIÓN:** Cabo Udra (Beluso) - [localización](#)
- **PRUEBAS:**

SÁBADO 5 OCTUBRE			DOMINGO 6 DE OCTUBRE		
18.30 h	CARRERA POPULAR	4 km	09.50 h	ANDAINA	14 km
19.15 h	CARRERA ABSOLUTA	10 km	10.00 h	INFANTIL	1.350 m
			10.15 h	ALEVÍN	900 m
			10.30 h	BENJAMÍN	450 m
			10.45 h	PITUFxS 3 años	100 m
			10.55 h	PITUFxS 4 años	150 m
			11.05 h	PITUFxS 5 años	200 m
			11.15 h	MINIBENJAMÍN	250 m



Los horarios pueden sufrir alguna pequeña modificación.



REGLAMENTO – VIII Cross Cabo Udra

ORGANIZACIÓN



- **ORGANIZA:** ASBEL (Asociación por Beluso)
- **CONTACTO:** crosscaboudra@hotmail.com
- **WEB:** <https://crosscaboudra.com>
- **INSTAGRAM:** <https://instagram.com/crosscaboudra>
- **FACEBOOK:** <https://www.facebook.com/CrossCaboUdra>

PARTICIPACIÓN - Requisito Principal



Podrán participar las personas que lo deseen, **teniendo que estar físicamente bien preparado/a para las pruebas, disfrutar de buena salud general sin padecer enfermedad o lesión que pueda agravarse con su participación en dicha prueba.**

El/la deportista **ASUME** que para la realización de la prueba es necesaria una buena condición física.

CATEGORÍAS



ABSOLUTA	A partir del año 2008 (incluido).
POPULAR	A partir del año 2010 (incluido).

PITUFxS 3	PITUFxS 4	PITUFxS 5	MINIBENJAMÍN
2021	2020	2019	2017/18
BENJAMÍN	ALEVÍN	INFANTIL	ANDAINAS
2015/16	2013/14	2011/12	Aberta

INSCRIPCIONES



Página Web Inscripciones: [ACCESO A WEB](#)

Las plazas son limitadas (ver en la web).

Fecha límite: martes, 1 de octubre (23.59 h)

Importante: *Por tiempos de fabricación no se garantiza regalo las inscripciones posteriores al miércoles 25 de septiembre (23.59 h).*



REGLAMENTO – VIII Cross Cabo Udra

INSCRIPCIONES - Costes



	Hasta el 31 agosto	A partir del 1 setembro
ABSOLUTA	12€	15€
POPULAR	10€	12€
ANDAINA	8€	10€
ESCOLARES	gratuita	gratuita

PREMIOS – Carrera Absoluta



Los premios de la carrera ABSOLUTA son para categoría masculina y femenina y son acumulables.

- ✓ **Absoluta:** 1º/2º/3º clasificado/a.
- ✓ **Senior** (1986-2008): 1º/2º/3º clasificado/a.
- ✓ **Veterano/a 40** (1976-1985): 1º/2º/3º clasificado/a.
- ✓ **Veterano/a 50** (ata 1975): 1º/2º/3º clasificado/a.

PREMIOS – Carrera Popular + Escolares



Los premios para la carrera POPULAR e las carreras ESCOLARES son para categoría masculina e femenina.

- ✓ **Carrera Popular:**
1º/2º/3º clasificado/a.
- ✓ **Carreras Escolares:**
1º/2º/3º clasificado/a por categoría.

PREMIOS – Especiales



- ✓ **Equipos:** 1º/2º/3º clasificado/a (hay una única categ).
Los equipos tienen que ser mínimo de 4 atletas, y pueden ser mas., fem. o mixtos. La clasific. final se determina en función de los 3 mejores tiempos de cada equipo.
- ✓ **Reconocimientos:** 1º Inscrito-a / Equipo +participantes / Participante-a +lejos / Participante +veterano-a / Premio Bravo / 1º clasificado-a Bueu.



REGLAMENTO – VIII Cross Cabo Udra

HORARIOS – Entrega Premios



CARRERA ABSOLUTA + POPULAR.

- ✓ Sábado, 5 de octubre: **20.30 h**

CARRERAS ESCOLARES.

- ✓ Domingo, 6 de octubre: **11.30 h**

RECONOCIMIENTOS.

- ✓ Los horarios dependerán de las pruebas en las que estén inscritxs los premiadx.

DORSALES - Recogida



Cabo Udra (Beluso) - [localización](#)

Los dorsales deberán ser recogidos en la zona donde se va a celebrar el evento, respetando en todo momento los horarios asignados por la organización:

- ✓ **Sábado 5 de oct.:** 16.00/19.00 h o hasta 25 min antes de vuestra proba.
- ✓ **Domingo 6 de oct.:** hasta 25 min antes de vuestra proba.

DORSALES - Colocación



El/la participante deberá **llevar el dorsal** facilitado por la organización en todo momento, en un lugar visible no pudiendo ser recortado, doblado ni modificado.

La prueba ABSOLUTA y POPULAR estarán controladas mediante un sistema de chips. Los/as participantes **deberán llevar el chip** colocado correctamente, en función de las indicaciones.

SERVICIOS



La organización pondrá a disposición de los/as participantes una serie de servicios para su comodidad:

- ✓ **Guardarropa:** para las pruebas ABSOLUTA + POPULAR.
- ✓ **Tienda**
- ✓ **Duchas**
- ✓ **Avituallamientos**
- ✓ **Recuperación:** para las pruebas ABSOLUTA + POPULAR.



REGLAMENTO – VIII Cross Cabo Udra

SEGURIDAD



El circuito estará señalizado con **cinta balizadora y señalética**. Algunos tramos de la carrera ABSOLUTA y la ANDAINA no estarán cerrados al tráfico, por lo que los/as participantes deberán extremar las precauciones y respetar las indicaciones del personal que allí se encuentre.

En caso de **abandono o retirada**, la organización garantizará en todo momento la llegada a meta de cada participante.

SEGURIDAD



La Organización contará con las siguientes coberturas para los/as participantes.

- ✓ **Seguro de Responsabilidad Civil y de Accidentes:** Estarán excluidos los derivados de un padecimiento latente, imprudencia, negligencia, inobservancia de las leyes,... También los producidos por los desplazamientos particulares hasta/desde el lugar en el que se desenvuelve la prueba.
- ✓ **Ambulancia**

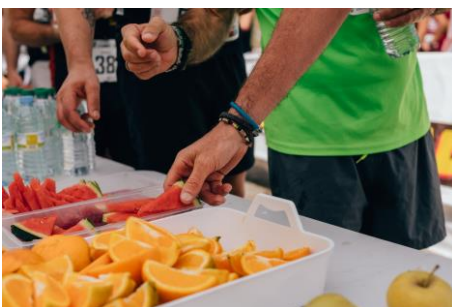
INFORMACIÓN



La **información técnica** de las pruebas, así como sus tracks, será publicada en la página web oficial de la carrera: <https://crosscaboudra.com>

Cualquier **cambio o modificación** de esta información se hará pública en la misma plataforma.

RESPECTO MEDIOAMBIENTAL



Los/as participantes deberán respetar el medio en el que se realiza la prueba. Para eso deberán comer y beber **sin dejar ningún envase fuera de los recipientes** habilitados.

La participación en la prueba implica el conocimiento y la aceptación de estas normas de carácter especial para con el medio ambiente. Una parte importante de la prueba **se desarrolla en el interior de espacios protegidos**.



REGLAMENTO – VIII Cross Cabo Udra

DERECHOS DE IMAGEN



La organización podrá utilizar las imágenes, vídeos y sonido de lxs participantes durante la prueba, incluyendo momentos previos y posteriores, desde la recogida de dorsales, entrega de premios y traslado de lxs participantes.

Estos archivos se utilizarán para la **promoción y difusión** de la prueba sin ningún límite temporal para su uso.

CANCELACIONES



En caso de no poder celebrar la prueba (salvo causas de fuerza mayor), **serán devueltas las inscripciones al 100%**.

Cualquier inscrito/a que quiera darse de baja del evento, **podrá hacerlo hasta el domingo 8 de septiembre (23.59 h)**, devolviéndole el 75% de la cuota de inscripción. Pasada esa fecha, NO se hará efectiva tal devolución, pudiendo solicitar un cambio por otro/a participante hasta el día 1 de octubre.

IMPORTANTE



La organización se reserva el derecho de **tomar decisiones y realizar las modificaciones que considere oportunas** en función de los diferentes condicionantes, así como descalificar a un/a atleta o la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas lo obligan, o por fuerza mayor.

La organización **no se hará responsable** de los objetos de valor extraviados por lxs participantes.

VIDEOS EDICIONES ANTERIORES

➤ **VÍDEO 2022**

<https://youtu.be/ChPwzF3DdKk>

➤ **VÍDEO 2023**

<https://youtu.be/MZe40sHQ1zg>