

V TRAIL NOCTURNO A COVA DO LOBO (MONTE BRONDO-ZAS)

Regulamento

1. LUGAR, DATA E HORA:

Zas (A Coruña) - Praza do Concello de Zas

Sábado, 17 de Agosto do 2024

Trail Nocturno: saída ás 22:00 horas

Andaina Nocturna: saída ás 21:30 horas

Peketrail:

Categoría A: saída ás 20:45 horas

Categoría B: saída ás 21:00Horas

2. A PROBA:

Proba NON competitiva con saída e chegada no pobo de Zas. Trail nocturno para coñecer unha forma diferente de vivir o monte. Pasaremos polo Monte Castro, Monte Rial e o Pico Meda, sendo o ascenso ó pico de Meda (punto máis alto a comarca de Soneira) a zona máis espectacular, cunhas vistas do Val de Soneira impresionantes polos. Unha vez coroado este monte, poderedes desfrutar das mellores vistas nocturnas da redonda.

Non o dubidedes. Apuntádevos a esta nova sensación, seguro que repetiredes para o ano.

TRAIL NOCTURNO 16 KM. 750 m+ (aproximados)

ANDAINA NOCTURNA 11 KM . 400 m+ (aproximados)

PEKETRAIL,

Categoría A: 750 Metros (Aproximados) Categoría B: 1,5 KMS (Aproximados)

O mal tempo non será impedimento para a celebración da carreira. A organización poderá interromper a proba en calquera punto se considera que poda haber serio perigo para a integridade física dos corredores, ou en casos de forza maior.

3. CATEGORÍAS:

SENIOR: participantes ata 40 anos no 17 de Agosto do 2024

VETERANOS: participantes de 40 anos para adiante no 17 de Agosto do 2024

Os participantes teñen que ser maiores de 18 anos.

PEKETRAIL: Os corredores deberán entregar unha autorización firmada polos pais.

Categoría A: 5-10 Anos

Categoría B: 11-15 Anos

4. INSCRICIÓN:

Na web www.empa-t.com

5. DORSAIS:

A recollida farase no concello de Zas unha hora antes da saída de cada carreira. A saída encóntrase na praza do Concello de Zas. A organización poderá solicitar o DNI para retirar dito dorsal.

6. PREZO:

TRAIL NOCTURNO

Ata o 7 de Agosto do 2024 ás 23:59 horas: 15 Euros

A partir do 8 de Agosto do 2024 ata o 14 de Agosto ás 23:59 horas: 17 Euros

Disporanse de ata 200 prazas.

ANDAINA

Ata o 7 de Agosto do 2024 ás 23:59 horas: 12 Euros

A partir do 8 de Agosto do 2024 ata o 14 de Agosto ás 23:59 horas: 14 Euros

Disporanse de ata 250 prazas.

PEKETRAIL

Será gratuíto nas dúas categorías

Ata o 7 de Agosto poderase anular a inscrición tendo dereito á devolucion da mesma (gastos de devolución: 3 Euros). A partir do 7 de Agosto non se poderá anular a inscrición.

Todos os participantes contarán con seguro de accidentes durante a proba. A inscrición da dereito a participar na proba, seguros, avituallamentos, gardarroupa, duchas, obsequios e cea ofrecidos pola organización.

7. SINALIZACIÓN E CONTROIS:

O percorrido estará sinalado con frechas e sinais fluorescentes, sendo obrigatorio o paso polos control establecido no Pico de Meda

Todo participante ten que dispor de luz frontal e móbil con batería. Farase un control antes da saída.

8. RETIRADAS:

Os Corredores Escoba teñen a potestade para retirar da proba a calquera corredor se o seu estado de saúde así o aconsella.

9. AVITUALLAMIENTOS

Avituallamento sólido e líquido

Trail Nocturno no km 7.

Andaina Nocturna no km 6

Avituallamento final líquido e sólido no Pabellón Polideportivo de Zas.

Os avituallamentos encóntranse en lugares visibles e sinalizados. Disporase de contedor para residuos orgánicos. Non existirá ningún punto para depositar lixo pasado o control de avituallamento. Está prohibido o avituallamento e a axuda externa durante o desenvolvemento da carreira de calquera persoa, non participante. Así mesmo está prohibido saír da zona de avituallamento con calquera tipo de envase ou envoltorio

10. SERVIZO SANITARIO:

Haberá persoal médico-sanitario con potestade para retirar o dorsal a calquera corredor cando considere que a súa saúde está en perigo.

11. TROFEOS:

Entregaranse os seguintes trofeos:

- Ós tres primeiros clasificados de cada categoría, tanto feminino coma masculino.
- Ó máis veterano/a.
- Ó primeiro, tanto feminino como masculino, do Concello de Zas (necesario estar empadroado)

A entrega de trofeos realizarase no Pavillón Deportivo de Zas unha vez finalizada a proba. O non estar presente na mesma, anularase o dereito a recibir os mesmos.

12. DESCALIFICACIÓN:

Será descalificado todo o corredor que non cumpra o presente regulamento, non complete a totalidade do percorrido, deteriore ou emporque o entorno, non leve o seu dorsal ben visible ou desatenda as indicacións da organización.

13. PARTICIPANTES:

Para participar na proba cada deportista deberá levar o dorsal de forma visible para facilitar o labor de control da proba. Así mesmo facilitarase un chip para control de tempos que deberá colocarse correctamente na zapatilla. Se non se coloca correctamente é posible que apareza reflexado nos postos finais, non admitíndose reclamación algunha ó respecto.

Tódolos participantes están obrigados a auxiliar ós accidentados e a respectar as normas de circulación nos cruces e estradas.

É aconsellable utilizar roupa e calzado adecuado para carreiras de montaña, autorizándose a utilización de bastóns. De elixir levar bastóns, estes deberán ser portados durante toda a proba, non podendo desprenderse deles durante todo o percorrido.

Os participantes corren baixo a súa responsabilidade. Sobre eles recae a decisión da saída e realización da carreira. É responsabilidade de cada participante estar fisicamente preparado para realizar a proba. Os participantes eximen á organización das reclamacións ou demandas baseadas en supostas accións ou non accións dos participantes ou outros que actúen ó seu favor, así como das demandas resultantes dos danos que poidan sucederlles a eles como ó seus materiais.

Os participantes deberán firmar os documentos que se requiran para evidenciar máis claramente este apartado do regulamento.

14. VOLUNTARIOS:

Prestarán asistencia e facilitaran información ós corredores un grupo de voluntarios claramente identificados, situados en cruces, avituallamentos e zoas perigosas.

15. A ORGANIZACIÓN:

Correrá a cargo do Concello de Zas e a A.D. Monte Brondo. Resérvase o dereito a realizar as modificacións que considere necesarias en función dos diferentes condicionantes, así como a súa suspensión en caso de condicións meteorolóxicas adversas

O percorrido non estará pechado ó tráfico polo que hai que respectar o código de circulación e extremar as precaucións ó cruzar calquera estrada ou ó chegar a un cruce.

A organización resérvase os dereitos exclusivos sobre as imaxes, vídeo e información da proba, nas que poidan aparecer participantes, e para utilizar este material para a publicidade, relacións públicas ou outros fins xornalísticos ou promoción do evento. Calquera proxecto multimedia ou publicidade ten que ter o consentimento previo da organización. Para todo o non especificado no regulamento a Comisión Organizadora disporá unha solución o antes posible.

16. MODIFICACIÓNS DO REGULAMENTO

O regulamento pode ser modificado en calquera momento pola organización por previsión meteorolóxica ou por calquera tipo de circunstancia necesaria.