

REGULAMENTO VII TRAIL ORIXES DE MONDARIZ

Trail Orixes Mondariz

1. PRESENTACIÓN

A Asociación Deportiva Mondariz, con CIF: G94138070 organiza, VII Trail Orixes Mondariz , xunto coa colaboración do Concello de Mondariz con CIF: P-3603000-E, o día 03 de maio de 2025, a partires das 07:30 horas . A proba consiste unha carreira en liña polos montes de Mondariz, Fornelos de Montes e Covelo.

Trail Orixes Mondariz está formada por catro distancias; Ultra 62 km, Maratón 41km, Trail 27km e Minitrail 14km que percorren os montes que rodean o Val do Tea en Mondariz e concellos lindantes.

Estas modalidades complementábase paralelamente cunha andaina de 11km e a modalidade Pequetrail para os máis cativos.

Trail Orixes de Mondariz nace co propósito de dar a coñecer lugares de Mondariz que foron e son parte do modo de vida do pobo e forman parte dá contorna.

O tipo de terreo polo que discorre a proba e variado, cunha dificultade técnica e física alta. A proba desenvólvese entre a media e baixa montaña acadando a cota máis alta de 927 metros de altitude.

Este regulamento complementase co regulamento da FGM. En caso de conflito sobre normas ou obrigas, prevalecerán os criterios establecidos pola FGM.

1.2 DATOS TÉCNICOS

Ultra 62 km 6800 acumulados +/-, Maratón 41 km 4600 desnivel acumulados +/-, Trail 27km e 2400m acumulados +/-, Minitrail 14km e 1300 m +/- acumulados.

Andaina non competitiva de 11km con 800+/- de desnivel acumulado. Dificultade alta.

Pequetrail carreira non competitiva para nenos entre 3 e 13 anos que discorre por un trazado semiurbano con tres distancias. Esquíos 100 m, Raposos 800m con un desnivel acumulado de 50 m e Xabarís de 1500m e 200m de desnivel acumulado.

2. REQUISITOS:

2.1 Ultra a partir dos 24 anos cumpridos o ano de referencia.

2.1.1 Ser maior de idade no día da proba para as distancias Maratón e Trail.

2.1.1.1 Minitrail a partir dos 14 anos.

2.1.1.1.1 Andaina para tódolos públicos (nenos acompañados e con autorización)

2.1.1.1.1.1 Pequetrail de 3 a 14 anos

2.2 Os menores de idade é obrigatorio presentar firmada unha autorización do pai/nai ou titor/titora.

2.2.1 Na andaina e minitrail os menores deben ser acompañados en todo momento por un adulto que se faga responsable dos menores o seu cargo.

2.2.2 Para a **Ultra será Obrigatorio presentar Certificado Médico** de aptitude para o deporte de competición expedido en 2024. Este certificado será enviado por correo a organización antes do 22 de abril de 2024 trailorixesmondariz@gmail.com

Sen este certificado o participante que non aporte a documentación requerida non poderá tomar a saída, nin recoller o dorsal, perdendo todo o dereito a devolución do importe da inscrición. Podedes descargar un modelo de certificado medico dende a plataforma de inscricións.

2.3 Coñecer e aceptar as condicións desta regulamento.

2.4 É obrigatorio informarse sobre a proba a que se enfrontan en Trail Orixes Mondariz 2025 e dispoñer do coñecemento, experiencia, material e os niveis físicos e psicolóxicos necesarios para poder superar os posibles problemas relacionados coa ultra-resistencia, desnivel, xeografía e o entorno salvaxe do evento, tales como: fatiga, problemas dixestivos, problemas músculo e articulacións, contusións, lesións menores, frío, choiva, neve, néboa, esvaróns, calor ... etc.

2.5 Realizar correctamente tódolos pasos e requisitos para a inscrición.

2.6 A Organización resérvase o dereito de excluír do Trail Orixes Mondariz, incluso antes do comezo da mesma, aqueles participantes cuxa conduta entorpeza a xestión e / ou o bo desenvolvemento da mesma, así como tamén pode realizar excepcionalmente admisións que non cumpran algúns dos requisitos anteriores.

3. INSCRIPCIÓN

A inscrición realizarase a través da páxina web inscricións coas condicións e prazos que figuran en devandita páxina. Pode accederse a través da sección INSCRIPCIÓN na plataforma de inscricións <https://www.empa-t.com/inscripciones/>

A inscrición outorga un seguro de accidentes con vixencia durante a proba, asistencia sanitaria e avituallamentos.

A inscrición implica o coñecemento e aceptación deste Regulamento de carreira.

3.1 AUTORIZAZCIÓN IMAXE

O participante acepta que as imaxes e reproducións que se xeren deste evento deportivo, poderán ser utilizadas pola organización, para a proxección do evento, e nunca para o prexuízo das persoas nin dos dereitos fundamentais das mesmas. De acordo co establecido na Lei Orgánica 15/1999 do 13 de decembro de Protección de datos de carácter persoal, todos os datos dos participantes recollidos no formulario de inscrición serán incluídos nun ficheiro privado propiedade da Asociación Deportiva Mondariz, con fins exclusivos de xestión da proba. Todos os interesados poderán exercer os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición dos seus datos persoais mediante correo electrónico a trailorixesmondariz@gmail.com .

3.2 NÚMERO DE PRAZAS.

A proba está limitada a Ultra 150 prazas, Maratón 200 prazas, Trail 200 prazas, Minitrail 250 prazas, andaina 100 prazas e 100 prazas para o Pequetrail, distribuídas entre as súas distancias. A organización reservase o dereito a 100 prazas a maiores das ofertadas. Unha vez esgotadas as prazas

ou superada a data de rexistro pecharanse as inscricións. O feito de formalizar a inscrición, implica a aceptación do presente regulamento.

Terá que haber un mínimo de 25 corredores para cada carreira para que dita proba poda tomala saída.

3.3 PERÍODO DE INSCRICIÓN.

Establécense os seguintes períodos de inscrición, do 3 de decembro as 20:00h, o día 22 de abril as 23:59h, de 2025.

Prezos:

- Ultra: 44 a 59 euros.
- Maratón: 34 a 48 euros.
- Trail: 26 a 38 euros.
- Minitail: 20 a 27 euros.

- Andaina: 15 a 20 euros.
- Pequetrail: gratuito

Os prezos incrementaranse a medida que se aproxime a data do evento.

Dende a organización, as persoas inscritas a partir do 09 de maio por loxística e tempos de produción, non grantizamos que os obsequios da bolsa do corredor sexan iguais o dos corredores inscritos anteriormente, podendo cambiar calidades, marcas e tallas de obsequios que correspondan co solicitado.

Día 03/12/2024 a 19/01/2025

- Ultra 62 km: 44 euros
- Maratón 41 km: 34 euros
- Trail 27 km: 26 euros
- MiniTrail 14 km: 20 euros

- Andaina: 15 euros
- Pequetrail: Gratuito

Dende o 20/01/2025 ata 20/02/2025

- Ultra 62km: 50 euros
- Maratón 41km: 39 euros
- Trail 27km: 29 euros
- MiniTrail 14km: 22 euros

- Andaina: 18 euros
- Pequetrail: Gratuito

Dende o 28/02/2025 ata 24/03/2025

- Ultra 62km: 55 euros
- Maratón 41km: 42 euros

- Trail 27km: 32 euros
- MiniTrail 14km: 23 euros
- Andaina: 19 euros
- Pequetrail: Gratuito

Dende o 25/03/2025 o 22/04/2025

- Ultra 62km: 60 euros
- Maratón 41km: 48 euros
- Trail 27km: 38 euros
- MiniTrail 14km: 27 euros
- Andaina: 20 euros
- Pequetrail: Gratuito

3.4 A inscrición dá dereito a:

1. Os avituallamentos de carreira mais o de meta.
2. Regalo conmemorativa da carreira. Bolsa do corredor e sorteo de agasallos.
3. Asistencia sanitaria.
4. Duchas.
5. Zona do corredor con bebida, pinchos, música.

4. DORSAIS

A cada corredor entregaráselle un dorsal/pectoral NOMINATIVO E INTRANSFERIBLE, que deberá levar durante toda a carreira. Debe situarse de tal xeito que este ben visible e na parte dianteira, sen dobrar nin cortar.

Os corredores inscritos deberán presentar o DNI ou pasaporte para a retirada do dorsal.

Para a distancia ultra será obrigatorio o certificado médico nos prazos indicados.

Os corredores inscritos como federados será obrigatorio que presenten a licenza federativa de montaña na retirada de dorsais.

O dorsal entregarase no lugar, data e hora que a organización designe, ao TITULAR DA INSCRIPCIÓN DEBIDAMENTE IDENTIFICADO. Para iso debe presentar DNI, carne de conducir, pasaporte ou documento equivalente para estranxeiros. Non se entregará o dorsal a terceiras persoas sen autorización por escrito e foto ou fotocopia dun dos documentos identificativos do titular, xunto coa licenza federativa se corresponde...

O dorsal, permitirá acceder a todos os servizos que presta a Organización. A ausencia do dorsal sen causa xustificada suporá a descualificación do corredor.

Non está permitido ningún cambio de dorsal entre corredores.

Exclusivamente por causa de FORZA MAIOR e debidamente xustificada, o corredor poderá anular a súa inscrición, ata o 15 de abril de 2025. Descontarase 5 euros da inscrición por gastos de xestión ata o día 1 de abril e 10 euros ata o 20 de abril. Así mesmo, ata o día 20 de abril, poderanse realizar cambios na titularidade do dorsal. Calquera cambio ou anulación deberase formular a través do correo electrónico trailorixesmondariz@gmail.com.

4.1 RECOLLIDA DE DORSAIS E CHARLA TÉCNICA.

Recollida de dorsais:

Venres 2 de maio de 2025:

Entrega de dorsais:

--> Praza de Mondariz, se o tempo o permite, en caso de choiva no Pavillón Municipal de Mondariz

Charla técnica: 20:00h

Biblioteca de Mondariz Xoán Xosé Pérez Labaca, rúa Merouces, 18 Mondariz,3870

Día da carreira: terá lugar na zona de saída dende as 06:30h ata as 10:45h. Cada distancia pecha entrega de dorsais 15 minutos antes da súa respectiva saída.

RETIRADA DE DORSAIS DE TERCEIRAS PERSOAS:

Non se entregará ningún dorsal a terceiros se non se presenta a solicitude de retirada de dorsais debidamente complementada e acampaada do DNI e tarxeta federativa en caso de federados.

Charla técnica:

A charla técnica terá lugar na biblioteca de Mondariz o venres 02 de maio, de 2025, as 20:00h.

5.TROFEOS E CLASIFICACIÓNS:

Entregaranse trofeos ou medallas os tres primeiros clasificados de cada categoría establecida, tanto masculinos como femininos. Os trofeos non son acumulativos, dando prioridade a categoría absoluta.

As categorías para a clasificación a efectos de Trail Orixes Mondariz serán a seguintes:

- Categoría absoluta : gañadores das probas.
- Sub categoría Veterana A: de 40 a 49 anos, é dicir que non cumpra os 50 anos o ano de referencia.
- Sub categoría Veterana B: a partir dos 50 anos .

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.

- Categoría por equipos: sumaranse os 4 mellores tempos de cada equipo ou club.(A partir do día 22 de abril , non se admitirán cambios nin incorporacións os equipos).

- Clasificación "Local". Elaborarase unha clasificación Local (entre os concellos de Mondariz, Mondariz Balneario, Pontearreas e Covelo) en cada distancia para os 3 primeiros clasificados

Feminina/Masculina. Esta clasificación será paralela as mencionadas no regulamento da proba e polo tanto acumulativa con outras categorías.

A idade a ter en consideración para toda a tempada será a que o participante teña o día 31 de decembro do ano da competición. En todas as categorías e sub categorías será necesario para validar a clasificación ter unha participación mínima de 4 competidores. Polo que por baixo de devandito número non haberá protocolo de entrega de premios en devanditas categorías e sub categorías.

Os menores de idade a partir de 14 anos só poderán participar na distancia Mini Trail e deberán entregar unha autorización asinada pola nai/pai ou titora/titor e acompañados na recollida de dorsais e durante o percorrido. Os menos de 3 a 13 anos participarán na categoría correspondente do Pequetrail.

5.1 HORA DE ENTREGA DE PREMIOS

- Minitrail e Trail: 13:30-14:00h
- Maratón: 17:00h
- Ultra : 19:30h

A entrega de trofeos pode variar de hora en función de como se complete cada categoría e subcategoría, podendo adiantar ou retrasar a hora prevista.

A ausencia do gañador dun trofeo no acto de entrega, entenderase como renuncia os trofeos ou premios conseguidos. Toda delegación noutra persoa para a recollida dos trofeos e premios, deberá ser coñecida e autorizada pola Organización, coa suficiente antelación. A organización non enviará trofeos por ningún medio.

6. PERCORRIDO

6.1 O Trail Orixes de Mondariz, discorrerá polo seguinte percorrido:

Praza de España (Saída)- Riofrío – Aboal – Festín – Gargamala – Caxil – Vidueiros – Foxo do Lobo Estacas – Lago de Piñeiro- Caxil II (Mosteiro San Xoán) – Sabaxáns – Cernadela – Mondariz (Meta)

6.2 O percorrido estará marcado pola Organización con cinta plástica de cor viva, banderolas, carteis de dirección e outros elementos de sinalización, que estarán situados a intervalos regulares, dependendo da tipoloxía do terreo e dos camiños. É RESPONSABILIDADE DE CADA CORREDOR LOCALIZAR A SEÑALIZACIÓN E SEGUILA.

6.3 Algúns tramos do percorrido que descorren por estradas ou rúas de poboacións, non estarán cortadas ao tráfico rodado, debendo aterse os participantes ás normas xerais de Tráfico ou ás indicacións da Organización. Na maioría destes casos haberá xente da organización, Protección Civil e Policía Local para cruzar ou correr pola calzada.

6.4 Será obrigatorio seguir o itinerario marcado, así como pasar polos controis establecidos. O corredor que atalle ou recorte o itinerario marcado, que non pase por todos os controis establecidos ou que utilice algún medio mecánico para o seu desprazamento, será descalificado.

7. ITINERARIO, TEMPOS E PUNTOS DE CORTE.

Trail Orixes de Mondariz, discorrerá polo seguinte itinerario:

Praza Mondariz (Saída)- Riofrío – Aboal – Festín – Gargamala – Caxil – Vidueiros – Foxo do Lobo Estacas – Lago de Piñeiro- Caxil II (Mosteiro San Xoán) – Sabaxáns – Cernadela – Mondariz (Meta)

Tempos De Corte

Estableceranse tempos máximos de paso para algúns controis, que figuran na ficha técnica e pódense consultar a través da web e na charla técnica.

7.1 Puntos de corte

Establecense os tempos de corte a saída de cada avituallamento, rebasado este tempo non se poderá continuar polo percorrido e procederase a retirada de dorsal e carreira ou desvío de traxecto.

Ultra 62 km

Gargamala: punto quilométrico 16 km aproximados. Hora de peche 10:45 (03:15h de carreira). Todo aquel que non pase o punto de corte, será desviado o percorrido Trail 27km, fora de tempos clasificatorios.

Caxil 1: punto quilométrico 26 Km aproximados. Hora de peche 12:30h (05:00h de carreira). Todo aquel que non pase o punto de corte, será desviado o percorrido Maratón, fora de tempos clasificatorios.

Lago de Piñeiro: punto quilométrico 41 Km aproximados. Hora de peche 14:45h (07:45h de carreira).

Caxil 2 (mosteiro de San Xoan): punto quilométrico 47 Km aproximados. Hora de peche 16:15h (08:45h de carreira).

Furafollas: punto quilométrico 56 km aproximados. Hora de peche 18:15h (10:45h de carreira)

Meta: punto quilométrico 62 km aproximados. Hora de peche 19:30 h (12h de carreira)

MARATÓN 41KM:

Hora de saída 8:30h

Gargamala: punto quilométrico 15.9 km aproximados. Hora de peche 10:45h (03:15h de carreira). Todo aquel que non pase o punto de corte, será desviado o percorrido Trail 26km, fora de tempos clasificatorios.

Caxil (mosteiro de San Xoan): punto quilométrico 27 Km aproximados. Hora de peche 13:30h (5h de carreira).

Furafollas: punto quilométrico 36 km aproximados. Hora de peche 15:30h (7:00h de carreira)

Meta: punto quilométrico 41 km aproximados. Hora de peche 17:30 h (9h de carreira)

TRAIL 27KM

Hora de saída 10:00h

Gargamala. Punto quilométrico 15.9 km aproximados. Hora 13:30h

Meta: punto quilométrico 27 km aproximados. Hora de peche 17:00 h

MINITRAIL 14KM

Hora de saída: 11:00h

Meta: punto quilométrico 14 km aproximados. Hora de peche 16:00 h (5h de carreira)

7.2 TEMPO EXCEDIDO

Aqueles corredores que excedan os tempos de corte, deberán entregar o seu dorsal aos responsables do control e retirarse da proba ou chegar a meta por indicacións do punto de control.

7.3 MODIFICACIÓNS NO PERCORRIDO

En caso de condicións metereolóxicas adversas establece un itinerario alternativo que pode aplicarse total ou parcialmente. A organización poderá realizar as modificacións que considere necesarias no percorrido, incluso a suspensión da proba, si as condicións meteorolóxicas así o aconsellasen, ou por outras causas de forza maior. O importe da inscrición non será devolto.

7.4 Suspensión durante a carreira

Se fose necesario interromper e suspender a proba nun punto do percorrido, a clasificación determinarase segundo a orde e tempo de chegada no punto de interrupción ou, na súa falta, no último control realizado.

8. SEMI-AUTOSUFICIENCIA

Dado o carácter de semi-autosuficiencia da proba, cada corredor deberá prever e portar a cantidade de alimentos, bebidas, sales e complementos que estime necesarios para poder completar o percorrido.

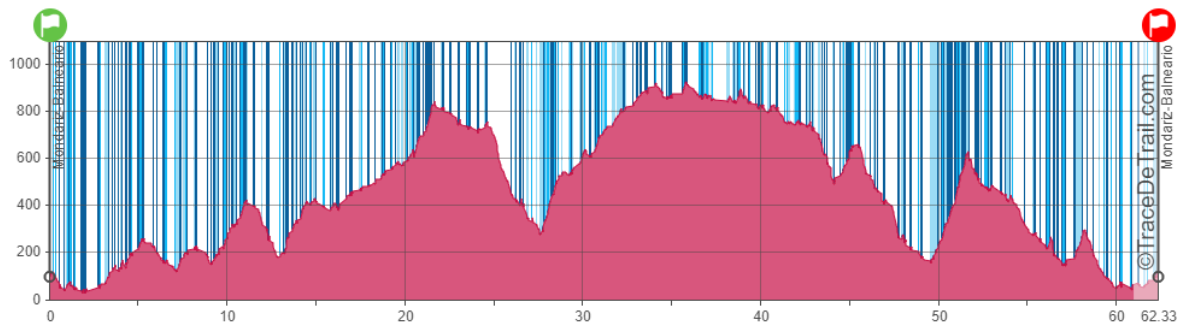
8.1 Avituallamentos

Avituallamentos ultra

A Organización disporá como apoio dos seguintes avituallamentos, con bebidas e alimentos en cantidades estimadas como razoables, que se deberán consumir no mesmo lugar e depositar no lixo indicado pola organización:

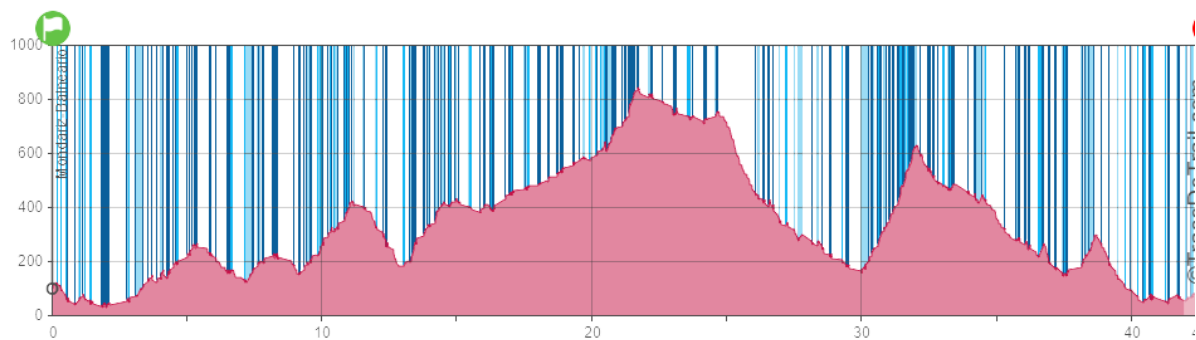
- Aboal 6km
- Ermida San Xoán 10,9km
- Pastizal Gargamala 16km
- Coto de Eiras 21km
- Subida Vidueiros 29km
- Foxo do Lobo 37km

- Lago de Piñeiro 41km
- Caxil 2 (Mosteiro de San Xoán) 47km
- Furafolas 57 km
- Mondariz (Meta)



Avituallamentos Maratón

- Aboal 6km
- Ermida San Xoán 10,9km
- Pastizal Gargamala 16km
- Coto de Eiras 21km
- Mosteiro de San Xoán (Caxil) 27km
- Furafolas 36 km
- Mondariz (Meta)

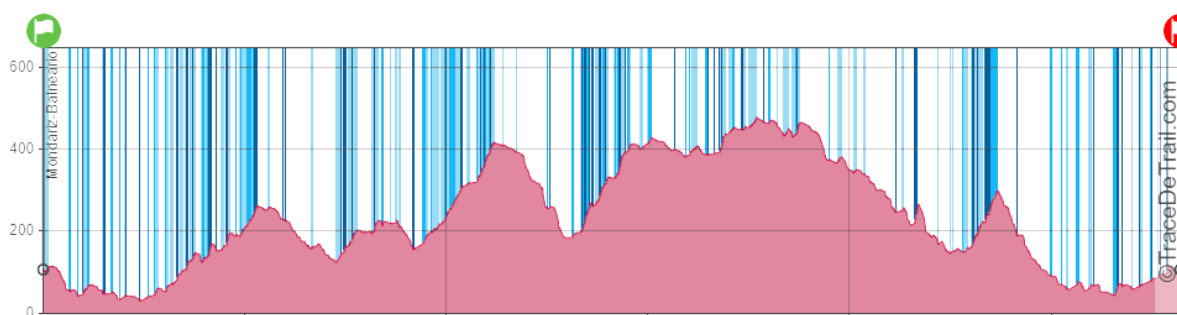


Avituallamientos Trail

- Aboal 6km
- Ermida San Xoán 10,9 km
- Pastizal Gargamala 16 km
- Furafolas 22 km



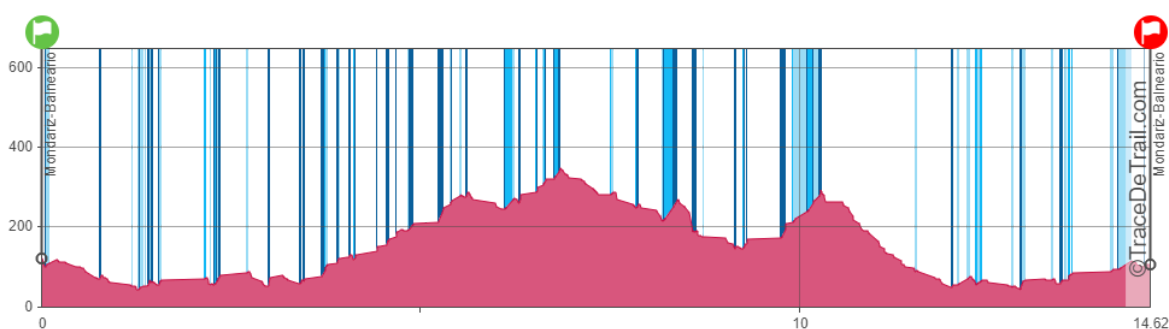
- Mondariz (Meta)



Avituellamientos Minitrail e andaina

-Sabaxans 5,5km

-Furafollas km10 para minitrail e km 7,5 para andaina



8.2 VASOS E DESPERDICIOS

A organización non poñerá vasos nos avituallamentos polo que cada corredor é responsable de levar un recipiente para beber. O obxectivo é respetar o medio ambiente e minimizar o impacto medioambiental.

É obrigación de cada participante levar os seus desperdicios ata a meta ou lugares sinalados nos avituallamentos.

9.- MATERIAL ACONSELLADO E OBRIGATORIO.

9.1 Recoméndase a cada corredor levar o seguinte material:

- Sistema de hidratación
- Reserva alimentaria
- Gorra ou similar, para protexerse do sol

- Manta térmica
- Bandana tipo buff
- Móbil con batería
- Chifre
- Chubasquero ou cortaventos manga longa da talla correspondente
- Zapatillas de trail running con bo agarre, con debuxo e parte superior con elementos de fixación que manteña a zapatilla ben suxeita ao pé.

9.2 Material obrigatorio.

Ultra

Material obrigatorio: todos os participantes estarán obrigados como mínimo a levar o seguinte material:

Obrigatorio presentar Certificado Médico de aptitude para o deporte de competición expedido expedido en 2025. Este certificado subirase a plataforma de inscricións ates do

Sen este certificado o participante que non aporte a documentación requerida non poderá tomar a saída, nin recoller o dorsal, perdendo todo o dereito a devolución do importe da inscrición.

Podedes descargar un modelo de certificado medico dende a plataforma de inscricións <https://inscripciones.empa-t.com/inscripcion/vi-trail-orixes-de-mondariz/>

- Zapatillas de trail running ou calzado minimalista e alternativo coas súas condicións de uso.
- Chaqueta cortaventos con capucha e manga longa da talla correspondente o corredor /a.
- Manta térmica ou de supervivencia (mínimo 1,20 X 2,10).
- Reserva de auga (mínimo 1 litro).
- Teléfono móbil con batería cargada.
- Bandana tipo buff.
- Chifre

O material obrigatorio poderá ser requirido polos Árbitros da FGM no control de dorsais e nas partes do percorrido destinadas a tal efecto, e todos os corredores están obrigados a someterse a este control, baixo pena de sanción ou descualificación da carreira.

Material recomendable:

- Luvas
- Luz vermella posición traseira

- GPS ou Compás
- Bastóns, pero no caso de saír con eles, deberán levalos durante toda a proba
- Frontal ou lanterna con pilas de reposto.
- Malla longa

Maratón

- Sistema de hidratación
- Teléfono móbil con batería.
- Cortaventos ou chufasqueiro (segundo climatoloxía, decisión da organización)
- Manta térmica
- Chifre

Trail

- Sistema de hidratación
- Teléfono móbil con batería.
- Cortaventos ou chufasqueiro (segundo climatoloxía, decisión da organización)
- Manta térmica
- Chifre

Minitrail

- Sistema de hidratación
- Teléfono móbil con batería
- Manta térmica (Aconsellable)

10.Andaina e pequetrail

A **Andaina** é unha modalidade non competitiva que comparte percorrido coa distancia Minitrail recortando aproximadamente 2,5 km e un desnivel duns 200m positivos .

Pequetrail

Percorrido destinado os máis cativos, composto por tres distancias, Xabará, Raposo, Esquíos que discorren por un trazado semi urbano con saídas dende o Concello de Mondariz e chegadas a Praza. Esta modalidade non é competitiva polo que non se establecerá ningún tipo de clasificación.

Distancias:

1. Xabari:

Hora 18:00h. Distancia 1500m. Idade de 10 a 13 anos cumpridos o ano de referencia.

2. Raposos

Hora 18:15h. Distancia 800m. Idade de 6 a 9 anos cumpridos o ano de referencia.

3. Esquíos

Hora 18:30h. Distancia 100m. Idade de 3 a 5 anos cumpridos o ano de referencia.

11. RETIRADA E ABANDONOS

11.1 Calquera corredor poderá retirarse da proba sempre que o desexe no control máis próximo e entregando o seu dorsal ao persoal cualificado da Organización. A partir dese momento, quedará fóra da competición e asumirá calquera responsabilidade derivada da súa retirada. A evacuación dos corredores a meta efectuarase segundo a dispoñibilidade loxística da organización. O corredor que abandone a proba fóra dos lugares designados para evacuación, terá que dirixirse polos seus medios ata o punto de evacuación máis próximo.

Lugares de traslados, avituallamentos da capela de Festín, Gargamala, Caxil 1, Caxil 2 e Furafollas. Salvo causa de lesión grave os participantes deberán esperar a formar grupos de traslados de corredores, podendo demorar o tempo de espera.

11.2 A organización poderá retirar da carreira, e quitarlle o dorsal, ao corredor que se considere que teña minguadas as súas capacidades físicas ou técnicas como causa de fatiga e o desgaste da proba, garantindo así a súa saúde.

11.3 Os participantes están obrigados a prestar auxilio aos accidentados ou a aqueles que o requiran.

11.4 En caso de accidente, enfermidade ou ferida que precise asistencia, deberase avisar ao teléfono da organización. Recórdase que a Carreira por Montaña Trail Orixes de Mondariz, discorre por algúns lugares de difícil acceso a vehículos ou ata onde só se pode chegar a pé. Polo que, nalgúns casos, pode levar un certo tempo que os servizos de urxencia cheguen ata o ferido, será obrigatorio levar móbil con batería cargada.

12. PENALIZACIÓNS

- Calquera membro da organización e do equipo de voluntarios poderá anotar o dorsal e a infracción cometida, sen que sexa necesario avisar previamente ao corredor.
- Non levar o material obrigatorio que estipule a organización
- Atallar ou recortar o percorrido

- Correr nas pontes de ferro.
- Acompañamento por outras persoas
- Levar o dorsal dobrado ou recortado
- Arrojar desperdicios ou envoltorios
- Saltarse algún control de paso
- Utilizar algún medio mecánico
- Cambio de dorsal
- Non prestar auxilio a outros corredores
- Cruzar varias veces o control de meta.

13. RECLAMACIÓN E SISTEMAS DE APELACIÓN

13.1. O sistema de apelacións e reclamacións rexeranse por dito regulamento. Ditas reclamacións só serán atendidas por medio do formulario facilitado a organización.

14 XURADO DE COMPETICIÓN

O xurado de Competición é un órgano consultivo que actuará de acordo as normas da organización.

15. ACEPTACIÓN E RESPONSABILIDADE

15.1 Os participantes de Trail Orixes de Mondariz fano de xeito voluntario, sendo plenamente conscientes da lonxitude, desnivel e esixencia física da proba, que se desenvolverá baixo posibles condicións climáticas adversas de frío ou calor, choiva e vento, por terreo de montes, camiños, pistas, sendas ou monte a través.

15.1.1 Os participantes deben ter experiencia previa en probas de carreiras en montaña e asegurarse de que as súas condicións físicas, sexan as máis apropiadas para afrontar a proba, así como levar e saber usar o material obrigatorio, sendo responsabilidade seus os problemas que poidan xurdirles no desenvolvemento da proba por ignorar estes requisitos.

15.1.2 A organización declina toda responsabilidade, en caso de accidente por negligencia do corredor, así como pola perda ou rotura dos obxectos persoais de cada participante. Cada corredor será responsable de todo dano ou lesión que poida causarse a si mesmo ou a terceiros, exonerando á Organización e á A.D. Mondariz de calquera responsabilidade en caso de accidente ou lesión.

15.2 Todo participante, polo feito de inscribirse, acepta as condicións establecidas no presente Regulamento, que debe coñecer e ter en consideración. Calquera circunstancia non prevista neste regulamento será resolta polo Xurado de Competición.

16. A proba Ultra Trail Orixes Mondariz

Obrigatorio presentar Certificado Médico de aptitude para o deporte de competición expedido en 2025. Este certificado será subido a plataforma de inscricións antes do 22 de abril de 2025.

Sen este certificado o participante que non aporte a documentación requirida non poderá tomar a saída, nin recoller o dorsal, perdendo todo o dereito a devolución do importe da inscrición.

·TRAIL ORIXES MONDARIZ, MAIS QUE UNHA PROBA, UNHA EXPERIENCIA.

A Organización.

