



III TRAIL CONCELLO DE ARTEIXO

ORGANIZA:

A.D. JARNACHAS

COLABORAN:

COCACOLA

HNG HIGH NUTRITION GALICIA

GALIORIENT

CONCELLO DE ARTEIXO

SERVIZO MUNICIPAL DE DEPORTES

PROTECCIÓN CIVIL

POLICÍA LOCAL

DEPUTACIÓN DA CORUÑA

DATA: Domingo, 02 de novembro, a partir das 10:00 horas.

LUGAR: [Centro Cívico de Arteixo](#)

FORMATOS DE CARREIRA:

Trail Curto de 16 km
Trail longo de 28 km
Limite de prazas 300.

CATEGORÍAS:

TRAIL LONGO

Masculino absoluto, dende os 18 anos até os 44 anos
Feminino absoluto, dende os 18 anos até os 44 anos
Veterán masculino, a partir dos 45 anos
Veterán feminino, a partir dos 45 anos

A categoría será fixada sobre os anos que o corredor teña a data 02 de novembro do 2014

TRAIL CURTO

Masculino absoluto, dende os 16 anos até os 44 anos
Feminino absoluto, dende os 16 anos até os 44 anos
Veterán masculino, a partir dos 45 anos
Veterán feminino, a partir dos 45 anos

A categoría será fixada sobre os anos que o corredor teña a data 02 de novembro do 2014

DESCRIPCIÓN DOS PERCORRIDOS.

Trail curto

16 km cun desnivel 800m positivos.

Dispón dun so avituallamento sólido e líquido na metade do percorrido.

Minimo 16 anos.

Trail longo

28 km cun desnivel 1800m positivos.

Dispón de tres avituallamentos sólidos e líquidos.

Minimo 18 anos

PREZOS INSCRICIÓNS ATÉ O 07 DE OUTUBRO.

Inscrición: 15 euros.

Inscrición socios: gratuita.

Todos os participantes serán agasallados cuns calcetíns técnicos

O finalizar a proba teremos PINCHOS e un servizo de

fisioterapeutas para os que o necesiten grazas ao

Centro Equilibrium Entrenamiento

Fisioterapia-Pilates

Todo elo nunha carpa para evitar as inclemencias do tempo.

Para facer a inscrición

<http://www.championchipnorte.com>

HORARIOS:

Horarios saída: 28km as 10:00 horas

16km as 10:15 horas

Horario de entrega de dorsais: dende as 08:00 a 09:30 horas

Horario de peche da meta: 15:00 horas

TROFEOS:

Percorrido longo:

Masculino absoluto: Trofeos para os 3 primeiros.

Feminina absoluta: Trofeos para as 3 primeiras.

Masculino veterano: Trofeos para os 3 primeiros.

Feminina veterana: Trofeos para as 3 primeiras.

Percorrido curto:

Masculino absoluto: Trofeos para os 3 primeiros.

Feminina absoluta: Trofeos para as 3 primeiras.

Masculino veterano: Trofeos para os 3 primeiros.

Feminina veterana: Trofeos para as 3 primeiras.

***Haberá sorteo de agasallos ao acabar a entrega de trofeos,
seguido duns pinchos.***

DORSAIS:

Entrega de dorsais de 08:00 a 09:30 horas.

Deberá levarse na parte dianteira, na camiseta ou porta dorsais.

PECHAMENTO DA META

Pecharase a meta ás 15:00 horas, polo cal os que cheguen mais tarde desa hora quedarán descualificados.

MEDIO AMBIENTE

A Organización solicita encarecidamente que se manteña o trazado do percorrido a realizar limpo de desperdicios (envoltorios de xeles, barriñas, plásticos, papéis, ...).

DUCHAS:

[Campo de fútbol de Arteixo.](#)

REGULAMENTO

É moi aconsellable levar algún tipo de portabidón ou mochila con recipiente de auga durante a proba, así coma un cortavento en caso de condicións meteorolóxicas adversas.

O dorsal débese colocar na parte dianteira, na camiseta ou porta dorsais. No dorsal habrá un teléfono de contacto para urxencias.

A organización terá o percorrido completamente balizado, e os participantes deberán seguilo estritamente e nunca atallar; para o seu control haberá diferentes membros da organización en diferentes puntos.

Esta proba realizarase nun trazado que non se encontra pechado ao tráfico; de aí que os participantes terán que respectar en todo momento as normas de circulación.

Todo participante tenlle que prestar axuda a outro participante accidentado e comunicarllo ao control que estea máis próximo ou a calquera persoa da organización.

Todo participante ten que deixar adiantar aos corredores que lle precedan e pidan paso facilitando a manobra na zona, de forma que non ocasione risco ningún para os participantes.

Queda estritamente prohibido tirar botellas, vasos, papéis ou calquera outro desperdicio fóra das zonas habilitadas pola organización. O non cumprimento desta regra será motivo de descualificación inmediata.

No caso de que un participante queira retirarse da proba, deberao comunicar e entregar o seu dorsal. A partir deste momento asume toda a responsabilidade sobre a súa integridade física, quedando así a organización libre de toda responsabilidade.

A organización terá un seguro de accidentes para os participantes o día da proba.

O feito de inscribirse supón a aceptación do regulamento.

Calquera incumprimento do regulamento será motivo de descualificación.