



X ANDAINA E III TRAIL

“CONCELLO DE BANDE”

Data: Domingo, 6 de agosto do 2017.

Hora: a partir das 9:00 para a andaina e das 9:30 para o Trail

Lugar: Praza da Constitución (Bande).

Distancia:

- Andaina aproximadamente 20 Km. Andaina curta aproximadamente 16 Km
- Trail aproximadamente 23Km

Organiza: Concello de Bande e Deputación de Ourense

Inscripción: Límite 300 inscritos. Aboarase 8€ para participar na andaina e 10€ no trail. Poderán anotarse no pavillón de deportes, en Championship <http://championchipnorte.com> ou no teléf.: **650 959 784**

REGULAMENTO

1.- XERAL:

Aproveitando o medio rural e o entorno paisaxístico no que se encontran localizadas as zonas de municipio de Bande, o concello organiza a X Andaina popular e o III Trail.

Participación: Poderán participar os maiores de idade ou menores con autorización dos seus pais ou titores.

Horario e distancias:

8:30 → Recollida de ticket (andaina).

9:00 → Saída andaina

9:00 → Recollida dorsal máis ticket trail

9:30 → Saída trail

13:30 → Entrega de trofeos, sorteos de material deportivo (bastóns, mochilas, riñonera...) e diversos pinchos de degustación.

2.- CATEGORÍAS:

Estableceranse as seguintes categorías:

- **Senior (masculino / feminino).** < 36 anos.
- **Veterano A (masculino / feminino).** de 36 a 45.
- **Veterano B (masculino / feminino).** de 46 a 55.
- **Veterano C (masculino / feminino).** de 56 a 65.
- **Veterano D (masculino / feminino).** > 65.



- **Equipos de 4:** Ademais destas categorías tamén se pode participar formando equipos de 4 persoas, mínimo unha chica por equipo. A clasificación obterase sumando os tempos de tódolos integrantes do equipo, quedando gañador o que faga o percorrido en menos tempo.
- **Parellas por relevos:** Tamén se poderá competir formando parellas por relevos, facendo a metade do percorrido un/ha membr@ da parella, ata o kilómetro 11, aproximadamente, para a partir dese punto coller o testigo o segundo corredor e chegar á meta con el. Esta categoría estrutúrase da seguinte maneira:
 - Parellas mixtas
 - Parellas masculinas.
 - Parellas femininas.

3.- INSCRICIÓN S :

Pódese inscribir na páxina <http://championchipnorte.com/>, ou no [teléf: 650959784](tel:650959784) ata o **2 de AGOSTO**. O custe da inscrición será de 8 euros para participar na andaina e 10€ no trail.

4.- PREMIOS:

- No trail trofeo para @s **tres primeir@s clasificad@s** (masculino e feminino) e para @s **primeir@s clasificad@** das categorías establecidas (senior e veteranos de A a D). Tamén haberá medallas para os segond@s e terceir@s de cada categoría.
- Trofeos para a **parellas por relevos ganadoras** en cada categoría (mixta, feminina e masculina) e **equipo campión**.

Os premios non son acumulativos.

OS ATLETAS QUE OBTENAN ALGÚN PREMIO DEBERÁN ACREDITARSE CO D.N.I. OU PASAPORTE.

5.- AGASALLOS

- Camisetas para os 250 primeiros inscritos da proba, avituallamento para tódolos participantes e sorteos de diverso material deportivo.

6.- SERVIZOS

- Entrega de dorsais.
- Puntos kilométricos sinalizados.
- Avituallamento cada 4 Km aproximadamente, dependendo da dureza do terreo.
- Roupeiro.



- Vestiarios e duchas.
- Aparcamentos.
- Entrega de premios.
- . Música
- . Sorteio de material deportivo.
- . Comida conxunta fin de proba.
- . Seguro accidentes e R.C.
- . Servizo masaxista postcarreira.
- . Bañeiras de xeo (crioterapia).

7.- SINALIZACIÓN E CONTROIS

- O percorrido estará sinalizado con cintas de alta visibilidade, estacas, sinais, sendo obrigatorio o paso por tódolos controis establecidos.
- Estará sinalizado o recorrido cada 300 m ou en puntos conflictivos.

8.- AVITUALLAMENTOS

Por respecto ao entorno será obrigatorio depositar os restos de lixo en zonas habilitadas para tal fin. Haberá 5 avituallamentos o longo do percorrido:

- Tres líquidos.
- Dous sólidos e líquidos.

9- OUTRAS CONSIDERACIÓNS

- A organización reservase 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 obriguen ou por forza maior. Os participantes están obrigados a auxiliar aos accidentados.
- A organización declina toda responsabilidade no caso de accidente, negligencia, así como dos obxectos de cada participante. Os participantes exoneran a organización de toda responsabilidade no caso de accidente ou lesión.
- A organización contará cos servizos de ambulancia, médico, comunicación e emerxencia de protección civil, así como una póliza de seguro de responsabilidade civil e de accidentes para cada un dos participantes de ambas probas.
- A organización non se fará responsable de ningunha lesión que teña que ver ca NON preparación física ou mental do asistente.
- Por o feito de tomala saída tódolos participantes aceptaran o presente regulamento.