



Domingo 24 de Marzo 2019

Xove Costa Trail é unha carreira por montaña que transcurre na súa maioría do percorrido pola senda costeira do Camiño Natural do Cantábrico, desde Morás ata a Praia de Muiñelo, para logo adentrarse hacia a parte interior do Concello de Xove por sendeiros e pistas forestais de uso público.

A carreira XCT 25 Km , ten un desnivel + acumulado de 1100 mts aprox. e a carreira XCT 13 Km , terá un desnivel + acumulado de 490 mts

1.- Tramos e períodos de inscrición:

XCT 25Km (limitada a 200 corredores)			
XCT25 Saída; 10 h Portiño de Morás	Tramo 1	Tramo 2	Tramo 3
	18 €	18 €	21 €
	50 primeiros inscritos ata o 31 de Decembro Obsequio de regalo	Do 15 de Decembro o 15 de Febreiro	Do 16 de Febreiro o 19 de Marzo
XCT 13Km (limitada a 200 corredores)			
XCT13 Saída; 11:15 h Portiño de Morás	Tramo 1	Tramo 2	Tramo 3
	15 €	15 €	18 €
	50 primeiros inscritos ata o 31 de Decembro Obsequio de regalo	Do 15 de Decembro o 15 de Febreiro	Do 16 de Febreiro o 19 de Marzo
ANDAINA (sobre 13 km)			
ANDAINA XCT Saída; 10 h Portiño de Morás	Maiores de 10 anos (con autorización paterna, pendiente de mandarla***) Saída desde Portiño de Morás Hora: 10:00 h Inscrición:10 € (inclue transporte a saída, bolsa do corredor, avituallamento, seguro e pincheo post carreira) Recorrido coincidente coas carreiras hasta Punta Merixe , donde seguirán o percorrido da XCT13 hasta o Centro Cívico , lugar da meta das carreiras. Recorrido marcado.		



I COSTA TRAIL XOVE 24/03/2019

e-mail: xovecostatrail@gmail.com

Tfnos; 635275259/630948296/606863119

1.- Oferta especial para os 50 primeiros inscritos entre os días 15 e 31 de Decembro tanto na XCT25 coma na XCT13 (no inclue os inscritos na ANDAINA).

2.- O segundo tramo de inscrición será hasta o día 15 de Febreiro , e o último tramo será entre o 16 de Febreiro e o 19 de Marzo.

3.- Para cancelación de inscricións , serán aceptadas hasta el día 17 de Marzo, despois desta data no se tramitará ningunha devolución.

Hasta o día 1 de Marzo será devolto o 100 % do importe da inscrición de xeito integro.

Entre o día 2 de Marzo e o día 17 de Marzo, será devolto o 75 %

4.- Na carreira XCT13 poderán participar deportistas maiores de 15 anos ou nados en 2004 (con autorización paterna)

2.- Categorías:

XCT25 (maiores 18 anos)

Absoluto Masc. 1975,1976 ...

Absoluto Fem. 1980,1981 ...

Veteranos 1 Masc. Entre 1964 e 1974

Veteranos 1 Fem. Entre 1969 e 1979

Veteranos 2 Masc. 1963,1962....

Veteranos 2 Fem. 1968,1967.....

XCT13 (maiores de 15 anos c/autorización paterna)

Absoluto Masc. 1975,1976 ...

Absoluto Fem. 1980,1981 ...

Veteranos 1 Masc. Entre 1964 e 1974

Veteranos 1 Fem. Entre 1969 e 1979

Veteranos 2 Masc. 1963,1962....

Veteranos 2 Fem. 1968,1967.....

Junior Masc. e Fem.

(2001,2000,1999)

Cadete Masc. e Fem.

(2004,2003,2002)



I COSTA TRAIL XOVE 24/03/2019

e-mail: xovecostatrail@gmail.com

Tfnos; 635275259/630948296/606863119

3.- Regulamento da proba:

A carreira rexirase polo regulamento de Carreiras por Montaña da Federación Española de Deportes de Montaña e Escalada (Consultar en www.fedme.es) e seguindo as seguintes normas:

- a) Non poden participar menores de 18 anos na carreira de 25 km , si poderán participar con autorización paterna nados no ano 2004.
- b) Será motivo de descalificación:
 - Non pasar por tódolos controis de paso.
 - Recibir axuda externa fora dos lugares autorizados (hasta uns 100m nos avituallamentos).
 - Ensuciar e degradar o itinerario (é obrigatorio que cada corredor leve os seus propios desperdicios e deixalos nos lugares sinalizados pola organización).
 - O dorsal levarase sempre visible durante toda a proba, no peito.
 - Non prestar auxilio a calquer participante que sufra algún accidente e informar no control máis cercano.
 - Non se pode obstaculizar voluntariamente a outro corredor.
 - Os participantes obedecerán as instrucciónes dos membros da organización e dos controis de paso.

É obrigatorio avisar nun control ou a un membro da organización do abandono e entregar do dorsal.

O mal tempo non é obstáculo para a celebración da proba . A organización reservase os dereitos de realizar un percorrido alternativo.

A organización prevé un peche de meta ás 14:30 h para todas as carreiras e a andaina.

O participante exime a la organización de calquera responsabilidade no caso de accidente ou lesión.



I COSTA TRAIL XOVE 24/03/2019

e-mail: xovecostatrail@gmail.com

Tfnos; 635275259/630948296/606863119

Todo corredor debe coñecer e respectar o reglamento da proba. A inscrición implica o cumprimento de este Reglamento.

Os corredores deberán ter as condicións físicas requiridas para a distancia e a dureza do itinerario. Levarán a indumentaria e calzado adaptados o terreo por onde transcurre a proba.

4.- Outros datos de interese:

PECHE DE META: Ás 14:30 h

ENTREGA DE PREMIOS: Sobre ás 14:30 h.

*RECOLLIDA DE DORSAIS; Desde ás 8:00 h no Centro Cívico

Teléfonos de contacto: 606863119 / 635275259

E-mail contacto: xovecostatrail@gmail.com