



REGLAMENTO

1. FECHA Y LUGAR.

El Club de montaña Caminantes do Condado organiza la carrera por montaña N-120 Galleiro-Franqueira 2019, prueba por montaña con distancia ultra que se celebrará el 14 de septiembre de 2019 con salidas a las 07:30h (Ultra Grupo Hermindo 66k), a las 09:00h (Maratón 42k y Trail Taberna O Noso Eido 27k) desde el parque de A Feira Vella en Pontearreas (Pontevedra), y la prueba Promo Atmósfera Sport 16k saldrá desde a Portela-Adrados a las 10:00; y en semi-autosuficiencia.

El reglamento de esta competición se basa en el reglamento oficial de carreras por montaña de la F.G.M. Todo lo no contemplado en los siguientes puntos se regirá por dicho reglamento.

2. PRUEBAS.

Existirán cuatro pruebas:

- **N-120 Ultra Grupo Hermindo, campeonato gallego F.G.M:** se celebrará sobre un recorrido de 66km aproximado en los montes de A Picaraña y Paradanta.

Distancia: 66km Desnivel: 3000mD+ Altitud máx: 954m

Dificultad física: alta Dificultad técnica: media-alta. Altitud mín: 50m

- **N-120 Maratón:** se celebrará sobre un recorrido de 42 km aproximado en los montes de Cillarga, montes de Xinzo, Serra de Galleiro y montes de A Picaraña.

Distancia: 42 km Desnivel: 2100mD+ Altitud máx: 749m

Dificultad física: media-alta. Dificultad técnica: media. Altitud mín: 50m

- **N-120 Trail Taberna O Noso Eido:** se celebrará sobre un recorrido de 27 km aproximado, en los montes de Cillarga, montes de Xinzo y serra de Galleiro.

Distancia: 27 km Desnivel: 1300mD+ Altitud máx: 621m

Dificultad física: media. Dificultad técnica: media-baja Altitud mín: 50m

- **N-120 Promo Atmósfera Sport:** se celebrará sobre un recorrido de 16 km aproximado, en los montes de Adrados y montes de A Picaraña.

Distancia: 16 km Desnivel: 500mD+ Altitud máx: 541m

Dificultad física: media-baja Dificultad técnica: media-baja Altitud mín: 50m

3. CATEGORÍAS.

Categorías masculina y femenina.

- **Ultra Grupo Hermindo 66k:**

- Absoluta.

-Senior de 21 hasta 39 años, que no cumplan los 40 el año de referencia.

-Veteran@ A entre 40 y 50 años, que no cumplan los 51 el año de referencia.

-Veteran@ B desde los 51 años cumplidos el año de referencia.

- **Maratón 42k:**

- Absoluta.

- Senior de 21 hasta 39 años, que no cumplan los 40 el año de referencia.

- Veteran@ A entre 40 y 50 años, que no cumplan los 51 el año de referencia.

- Veteran@ B desde 51 años cumplidos el año de referencia.

- **Trail Taberna O Noso Eido 27k:**

- Absoluta.

- Senior entre 18 y 39 años, que no cumplan los 40 el año de referencia.

- Veteran@ A entre 40 y 50 años, que no cumplan los 51 el año de referencia.

- Veteran@ B desde los 51 años, cumplidos el año de referencia.

- **Promo Atmósfera Sport 16k:**

-Absoluta.

4. INSCRIPCIONES.

A través de la web www.championchipnorte.es

Información www.caminhantesdocondado.es

Hasta un máximo de 500 corredores para las cuatro pruebas (inscripciones en línea), 100 dorsales para el Ultra Grupo Hermindo, 100 dorsales para el Maratón, 150 dorsales para el Trail Taberna O Noso Eido y 150 dorsales para la Promo Atmósfera Sport. Desde el 10 de junio de 2019 hasta el 11 de septiembre 2019.

5. PRECIO.

Habr  tres tramos:

- **1^o TRAMO DESDE EL 12 DE JUNIO 2019 HASTA EL 10 DE JULIO 2019.**

-35 euros para el Ultra Grupo Hermindo.

-22 euros para el Maratón.

-17 euros para el Trail Taberna O Noso Eido.

-12 euros para la Promo Atmósfera Sport.

- **2^o TRAMO DESDE EL 10 DE JULIO 2019 HASTA EL 10 DE AGOSTO 2019.**

-40 euros para el Ultra Grupo Hermindo.

-24 euros para el Maratón.

-19 euros para el Trail Taberna O Noso Eido.

-14 euros para la Promo Atmósfera Sport.

- **3^a TRAMO DESDE EL 10 DE AGOSTO 2019 HASTA EL 11 DE SEPTIEMBRE 2019.**

-45 euros para el Ultra Grupo Hermindo.

-27 euros para el Maratón.

-21 euros para el Trail Taberna O Noso Eido.

-16 euros para la Promo Atmósfera Sport.

6. ENTREGA DE DORSALES Y PROGRAMA.

En la recogida de dorsales, se colocará a cada corredor una pulsera identificativa en la muñeca que ya no podrá retirarse sin romperla, y deberá llevar puesta durante todo el desarrollo de la prueba. La pulsera junto con el dorsal, permitirá acceder a todos los servicios que presta la organización. La ausencia de la pulsera sin causa justificada supondr  la descalificación del corredor.

Viernes 13:

- 19:30 a 21:00 entrega dorsales en Auditorio Reveriano Soutullo, por el lateral.

- 21:00 a 22:00 charla técnica en el lateral del Auditorio Reveriano Soutullo.

- Se recogerán las licencias federativas por parte de la organización y los árbitros de la Federación, se devolverán al finalizar la prueba.

Sábado 14:

- Se contará con un servicio de guardarropa controlado en la zona de salida-meta.
- 06:00 a 07:00 entrega dorsales y control Ultra Grupo Hermindo, Parque de A Feira Vella, Pontearas.
- 07:10 corralito y cajón de salida Ultra Grupo Hermindo.
- 07:30 salida de la prueba Ultra Grupo Hermindo.
- 07:30 a 08:30 entrega dorsales Maratón, Trail Taberna O Noso Eido y Promo Atmósfera Sport, Parque A Feira Vella, Pontearas.
- 08:40 corralito y cajón de salida Maratón y Trail Taberna O Noso Eido.
- 08:45 salida autobuses de los participantes Promo Atmósfera Sport desde Pontearas.
- 09:00 Salida de las pruebas Maratón y Trail Taberna O Noso Eido.
- 09:40 corralito y cajón de salida Promo Atmósfera Sport en Portela-Padrons.
- 10:00 salida de la prueba Promo Atmósfera Sport.
- 11:00 avituallamiento y comida.
- 11:30 empezarán a llegar los primeros corredores de la Promo Atmósfera Sport.
- 11:45 empezarán a llegar los primeros corredores del Trail Taberna O Noso Eido.
- 13:00 empezarán a llegar los primeros corredores del Maratón.
- 13:30 entrega de premios Promo Atmósfera Sport y Trail Taberna O Noso Eido.
- 14:00 empezarán a llegar los primeros corredores del Ultra Grupo Hermindo.
- 16:00 entrega premios Maratón.
- 19:00 entrega premios Ultra Grupo Hermindo.
- 21:30 cierre de meta.

7. SERVICIOS QUE OFRECE LA CARRERA.

- Seguro de responsabilidad civil.
- Seguro de accidentes con vigencia durante la carrera.
- Asistencia sanitaria durante el transcurso de la carrera.
- Premios en metálico para las categorías absolutas del Ultra, Maratón y Trail.

- Medallas para las categorías de todas las pruebas.
- Bolsas con productos Nutrisport para los ganadores absolutos de cada una de las pruebas.
- Regalo conmemorativo de la carrera.
- Regalo finisher de toalla conmemorativa de la carrera.
- Más de 150 regalos para todos los corredores.
- Sorteo de dorsales para la edición 2020 y regalos de los patrocinadores.
- Transporte en autobús a la línea de salida de los participantes de la Promo Atmósfera Sport.
- Avituallamientos líquidos y sólidos en carrera.
- Avituallamiento final en meta.
- Vestuarios y duchas en el pabellón Alvaro Pino de Pontearreas.
- Servicio de guardarropa.
- Parquín.

8. SEÑALIZACION Y CONTROL.

El recorrido estará señalizado con cintas de color vivo, banderolas, careteles de dirección y otros elementos de señalización, y será obligatorio el paso por los controles establecidos. Existirán referencias quilométricas cada 5 km. Es responsabilidad de cada participante localizar la señalización y seguirla.

Algunos tramos del recorrido que discurren por carreteras o calles de poblaciones, no estarán cortados al tráfico rodado, debiendo atenerse los participantes a las normas generales de tráfico o a las indicaciones de la organización.

9. TEMPOS DE PASO.

- **Ultra Grupo Hermindo** (tiempo total de 14h en meta):

1º tiempo de corte 6h en el km 30 (alto da Franqueira)

2º tiempo de corte 9h en el km 44 (alto da Paradanta)

3º tiempo de corte 11h en el km 52 (San Nomedio)

- **Maratón** (tiempo total de 9h en meta):

1º tiempo de corte 3h 30' en el km 18 (Caseta de incendios de Galleiro)

2º tiempo de corte 7h en el km 33 (Prado)

- **Trail Taberna O Noso Eido**, tiempo total 6h en meta.
- **Promo Atmósfera Sport**, tiempo total 4h en meta.

Los 'corredores escoba', los árbitros de la Federación Gallega o el responsable de cada control tendrán potestad para retirar de la prueba a cualquier corredor, si su tiempo en carrera se excede del tiempo de paso o su estado anímico y salud lo aconsejan. El corredor que se retire deberá avisar al control más próximo.

Existirá un servicio de furgoneta para el retorno a meta de los corredores que decidan retirarse, sólo y exclusivamente desde los siguientes puntos:

- Collado do Marco.
- Portela.
- Cruz da Franqueira.

Los que decidan abandonar en otros lugares, deberán llegar a los puntos establecidos siguiendo el itinerario. Sólo en caso de accidente, la organización dispondrá los medios para la evacuación.

10. MATERIAL ACONSEJABLE Y OBLIGATORIO.

- **Ultra Grupo Hermindo** obligatorio: linterna, depósito de agua de 1 litro, móvil con batería cargada. Aconsejable: cortavientos, manta térmica, silbato.
- **Maratón** aconsejable: cortavientos, manta térmica, silbato, depósito de agua de 1 litro, móvil con batería cargada.
- **Trail Taberna O Noso Eido** aconsejable: manta térmica, silbato, depósito con agua, móvil con batería.
- **Promo Atmósfera Sport** aconsejable: silbato, depósito con agua y móvil con batería.

Dependiendo de las condiciones meteorológicas la organización se reserva el derecho a ampliar y/o modificar el material aconsejable o incluso hacerlo obligatorio, comunicándolo a los participantes con la máxima antelación posible. El material obligatorio podrá ser requerido por la organización en el control de dorsales y en cualquier parte del recorrido, y todos los corredores están obligados a someterse a dicho control, bajo pena de descalificación de la carrera si no se sometiera a él.

11. AVITUALLAMIENTOS.

Dado el carácter de semi-autosuficiencia de la prueba, cada corredor deberá prever y portar la cantidad de alimentos, bebidas, sales y complementos que estime necesarios para poder completar el recorrido.

La organización dispondrá como apoyo de los siguientes avituallamientos, con bebidas y alimentos en cantidades estimadas como razonables.

IMPORTANTE: El Club Caminantes do Condado quiere asumir un compromiso total con el medio ambiente, y con el fin de evitar generar residuos, **NO SE SUMINISTRARÁN VASOS EN LAS ZONAS DE AVITUALLAMIENTOS**, los participantes que porten envases o residuos deberán cargar con ellos hasta depositarlos en el avituallamiento más cercano o en meta. Cada corredor deberá portar y utilizar su propio vaso, bidón o sistema de hidratación para consumir las bebidas.

- **Ultra Grupo Hermindo.**

1º Villasobroso líquido km 8

2º Paraños líquido km 19

3º Franqueira líquido-sólido km 30

fuelle km 34

4º Franqueira líquido-sopa caliente-empanada-sólido km 44

5º San Nomedio líquido-sopa caliente-empanada-sólido km 52

6º Vilacoba líquido-sopa caliente-empanada-sólido km 56

Avituallamiento final.

- **Maratón.**

1º Xinzo líquido km 9

2º Collado do Marco sólido-líquido km 14

3º Galleiro líquido km 18

fuelle km 25

4º Portela líquido-sólido km 27

5º Prado líquido-sólido km 33

6º Picaraña líquido km 36

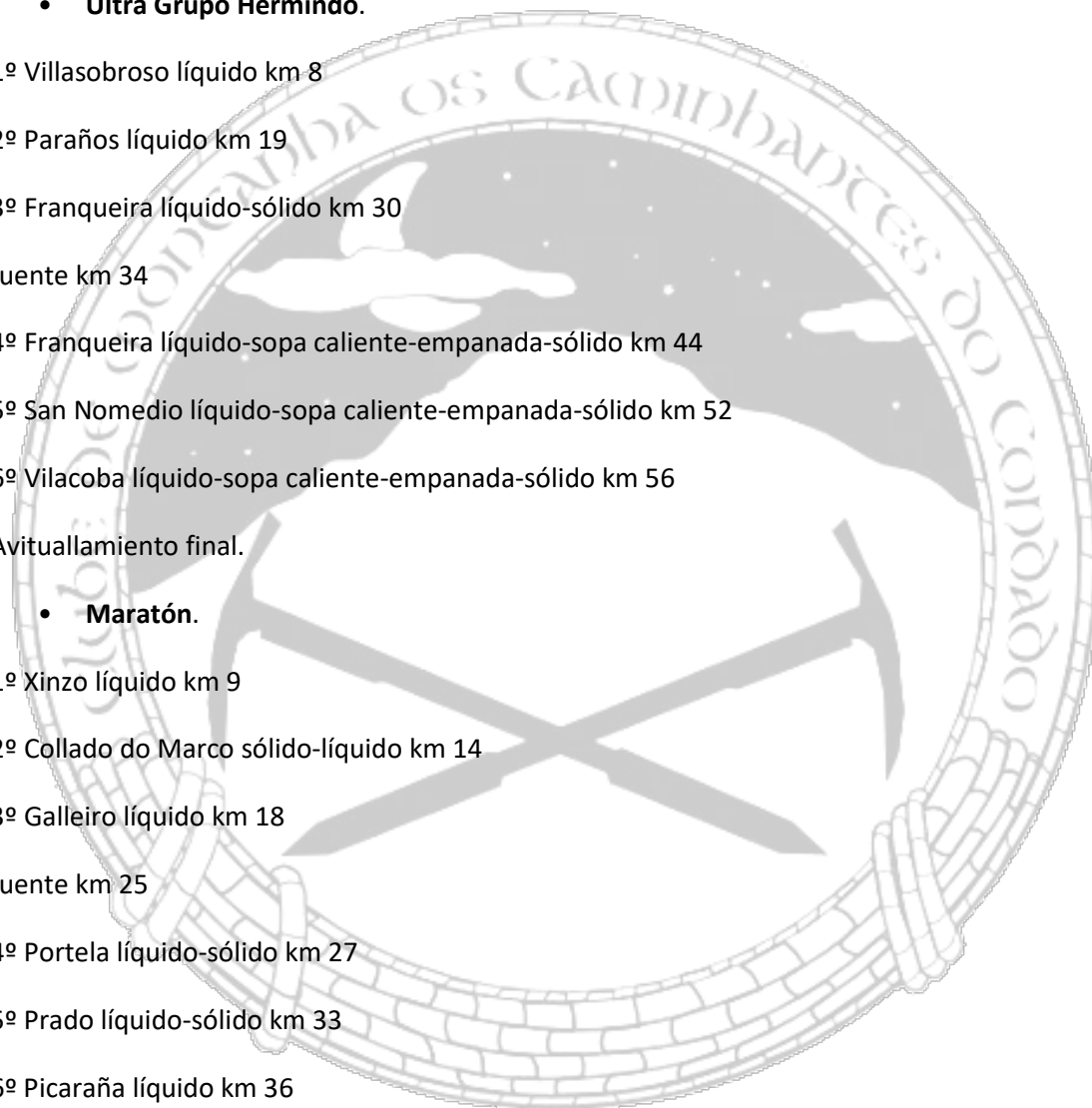
Avituallamiento final.

- **Trail Taberna O Noso Eido.**

1º Xinzo líquido km 9

2º Collado do Marco sólido-líquido km 14

3º Collado do Marco sólido-líquido km 18



fuente km 24,5

Avituallamiento final.

- **Promo Atmósfera Sport.**

1º Prado sólido-líquido km 7

2º Picaraña líquido km 10

fuente km 11

Avituallamiento final.

Composición avituallamiento final:

Líquido: agua, isotónico, cerveza, coca-cola, zumos variados.

Frutas variadas: naranja, plátano, melón, dátiles, ciruelas.

Salado: cacahuete, aros, maíz.

Dulce: rosquillas, conguitos, orejones, pasas, chocolate.

Embutido: queso, queso semi-curado, fuet, jamón serrano.

Empanadas de pollo, atún, carne y vegetal.

12. MEDALLAS, PREMIOS EN METALICO Y BOLSAS REGALO.

LOS PREMIOS NO SON ACUMULATIVOS.

N-120 ULTRA GRUPO HERMINDO

1º Absolut@ Medalla conmemorativa + bolsa Nutrisport + 150 euros.

2º Absolut@ Medalla conmemorativa + bolsa Nutrisport + 100 euros.

3º Absolut@ Medalla conmemorativa + bolsa Nutrisport + 75 euros.

Senior, vet A y vet B Medallas conmemorativas.

Hora estimada entrega de premios: 19:00h

N-120 MARATON

1º Absolut@ Medalla conmemorativa + bolsa Nutrisport + 100 euros.

2º Absolut@ Medalla conmemorativa + bolsa Nutrisport + 75 euros.

3º Absolut@ Medalla conmemorativa + bolsa Nutrisport + 50 euros.

Senior, vet A y vet B Medallas conmemorativas.

Hora estimada entrega de premios: 16:00h

N-120 TRAIL TABERNA O NOSO EIDO

1º Absolut@ Medalla conmemorativa + bolsa Nutrisport + 75 euros.

2º Absolut@ Medalla conmemorativa + bolsa Nutrisport + 50 euros.

3º Absolut@ Medalla conmemorativa + bolsa Nutrisport + 25 euros.

Senior, vet A y vet B Medallas conmemorativas.

Hora estimada entrega de premios: 13:30h

N-120 PROMO ATMÓSFERA SPORT

1º Absolut@ Medalla conmemorativa + bolsa Nutrisport.

2º Absolut@ Medalla conmemorativa + bolsa Nutrisport.

3º Absolut@ Medalla conmemorativa + bolsa Nutrisport.

Hora estimada entrega de premios: 13:30h

SORTEO DE DORSALES PARA LA EDICION 2020 Y REGALOS VARIOS:

Se sortearán 6 dorsales en cada prueba para la carrera N-120 edición 2020

Se sortearán regalos del Club Caminantes do Condado y de diferentes patrocinadores.

Hora estimada entrega de premios: 13:00h

13. DESCALIFICACION.

Quedará descalificado todo aquel que no cumpla el presente reglamento, no faciliten la documentación requerida por la federación, para su identificación y comprobación de la fecha de nacimiento; no complete la totalidad del recorrido, deteriore o ensucie el entorno, no lleve su dorsal en un lugar bien visible; no pasen por los puntos de control establecidos por la organización; lleve el dorsal adjudicado a otro corredor; proporcione u omita datos erróneos, con el fin de participar en la prueba; se inscriban o participen en una categoría diferente a la que le corresponda; manifieste un comportamiento antideportivo; desatienda las indicaciones de la organización; entre en meta sin dorsal; todos aquellos que lleguen a meta después de la hora prefijada por la organización como hora límite.

14. MODIFICACIONES.

La organización se reserva su derecho de realizar las modificaciones que considere necesarias, en función de los diferentes condicionantes; así como a la suspensión de la prueba por motivos de fuerza mayor o si las condiciones meteorológicas no fuesen las idóneas para su desarrollo.

15. AUXILIO.

Los participantes están obligados a auxiliar a los accidentados y a respetar las normas de circulación en los cruces de carretera.

16. DECLINACION RESPONSABILIDAD.

La organización declina toda la responsabilidad en caso de accidente o negligencia; así como del cuidado de los objetos de cada participante. Los participantes exoneran a la organización de toda responsabilidad en caso de accidente o lesión. Todos aquellos aspectos que no figuren en el presente reglamento se basarán en los reglamentos de la Federación de Montaña de Galicia y de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME).

17. CONSENTIMIENTO.

Todos los participantes, por el hecho de formalizar la inscripción aceptan el presente reglamento y dan su consentimiento para que la organización por sí misma o mediante terceras entidades, traten informáticamente y con finalidad exclusivamente deportiva, promocional o comercial, sus datos de carácter personal, así como su imagen dentro de la prueba mediante fotografías, videos, etc. De acuerdo con lo que establece la Ley Orgánica 15/1999 del 13 de diciembre, de la protección de datos de carácter personal, el participante podrá ejercer su derecho de acceso a estos ficheros con el objetivo de rectificar o cancelar de forma parcial o total su contenido. Para ejercitar ese derecho deberá solicitarlo por escrito al domicilio social de Caminhanes do Condado, Santa Cruz nº 10 Cumiar, Pontearreas.

18. CANCELACIONES Y ANULACIONES.

No existirá la posibilidad de cancelación o devolución una vez transcurrido el plazo de 24 horas desde la formalización de la compra en línea.