

28-09-2025

TRAIL A BAÑA

EDICIÓN
VIII

PROBA

Trail
Mini Trail
Trail Promesas
Andaina

DISTANCIA

28 km
16 km
8 km
10 km

SALIDA

9:40
9:50
10:00
10:00

ORSEQUIO E AVITUALLAMENTO FINAL PARA TODOS OS PARTICIPANTES
PAVILLÓN DE SAN VICENTE

GUÍA DE PARTICIPANTE

INFO E INSCRICIÓN: CARREIRASGALEGAS.COM

 Concello da
Baña

Conceira de
Turismo,
deporte
e relacións
institucionais

 BJ TRAINERS
SPORT

 Federación
Galega de
Atletismo

 RUNNING CLUB

BENVID@S Á BAÑA

PROBA DE RANKING G3



Concello da
Baña

- Dende a Concellería de Deporte, Turismo e Relacións institucionais de A Baña queremos darche a benvida.
- Renovamos o noso TRAIL grazas a un gran traballo do equipo BJ Running, non solo nos sendeiros, senón tamén na marcaxe.
- A saída e meta serán no Pavillón de San Vincenzo, que estará preparado para que desfrutedes ó máximo percorrendo o Río Albariño, a Carballeira de San Cibrán, as fervenzas do Failde e os altos de Santa Mariña e o Cotón nas probas longas.
- É para nós unha satisfacción albergar por segunda vez unha proba oficial de trailrunning no noso concello sendo agora da máxima puntuación RANKING G3.
- ¡QUE A DESFRUTES!

UBICACIÓN E HORARIOS

- SAÍDA E CHEGADA Ó PAVILLÓN DE SAN VICENTE
<https://maps.app.goo.gl/EQYh8Wywcn7pTCgb6>
- SAÍDA PROBA LONGA 09:45
- SAÍDA PROBA CURTA 09:55
- SAÍDA PROMESAS 10:00
- SAÍDA CAMIÑANTES 10:05
- PREMIACIÓNS 13:30

TRAIL LONGO



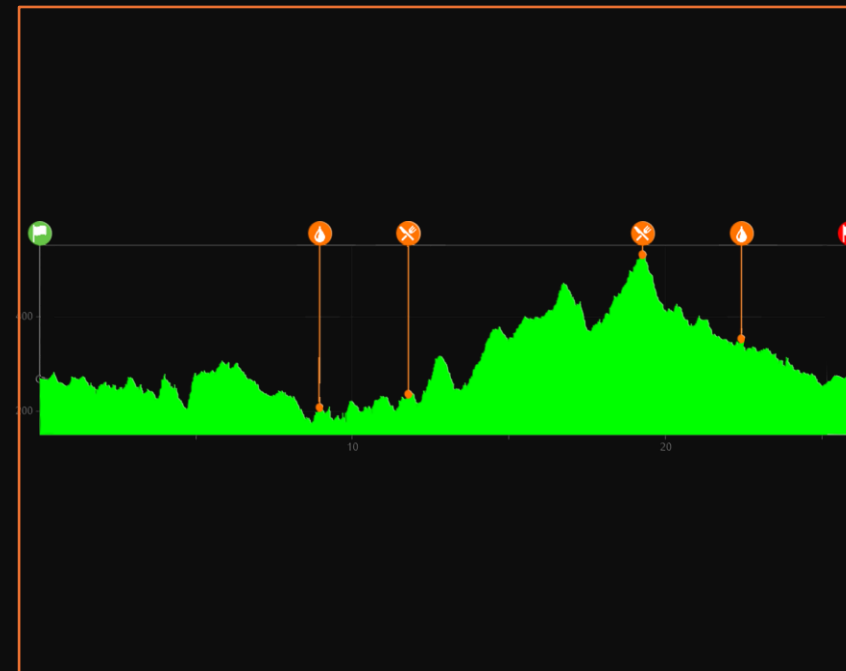
Saída ás 09:45

Material
obligatorio

- Dorsal visible na parte dianteira
- Manta térmica
- Móbil operativo
- Sistema de hidratación

Abastecementos:

- 1 - Km 9 - líquido
- 2 - Km 12,5 - completo
- 3 - Km 18,1 - completo
- 4 - Km 24,5 - líquido



TRAIL MEDIO

Saída ás 09:55

Material obrigatorio

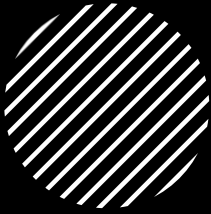
- Dorsal visible na parte dianteira
- Manta térmica
- Móbil operativo
- Sistema de hidratación

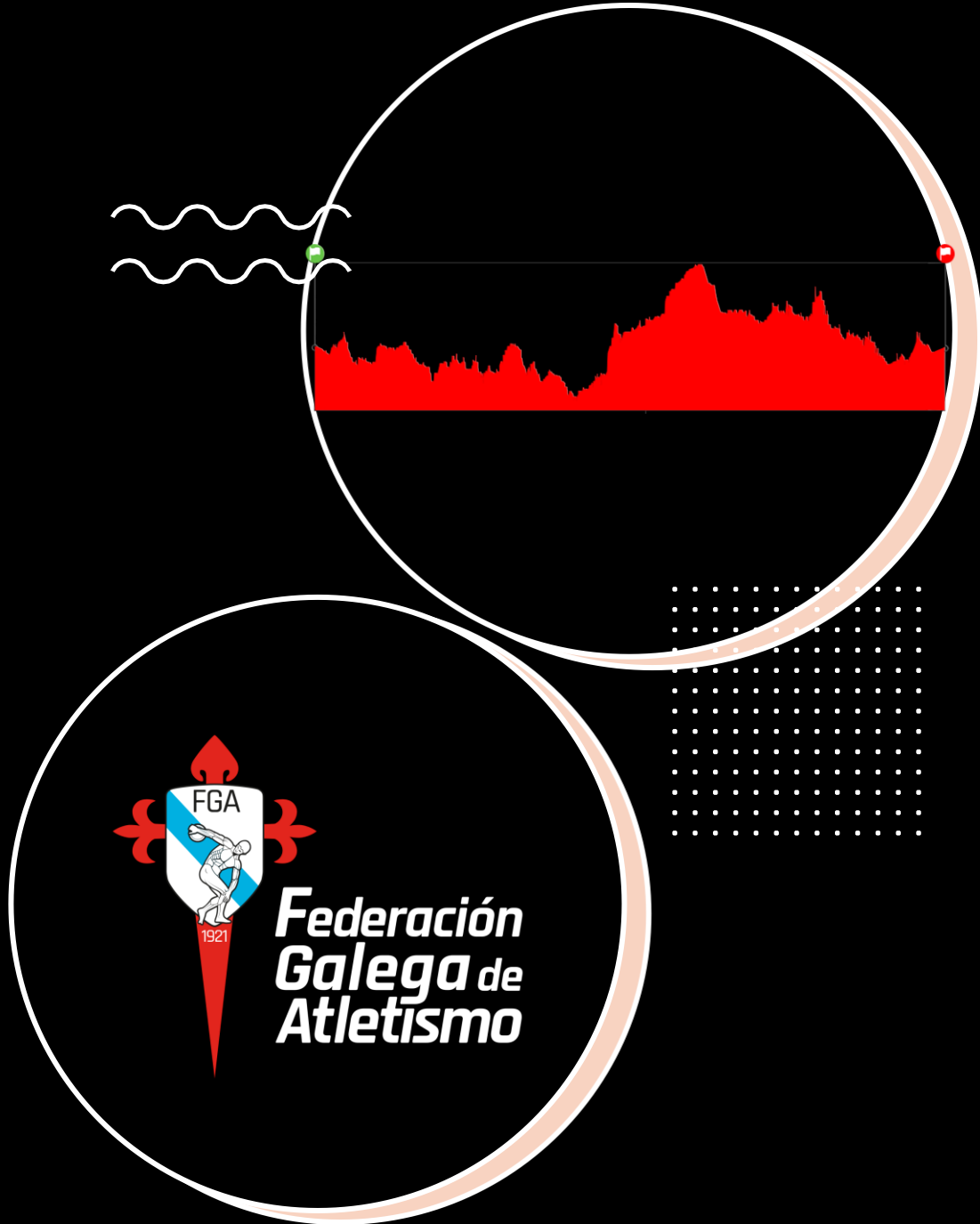
Abastecimentos:

- 1 - km 4 - completo
- 2 - km 10,2 - completo
- 3 - km 13 - líquido



BJ TRAINERS
SPORT





TRAIL PROMESAS

Saída ás 10:00

Material obrigatorio

- Dorsal visible na parte dianteira
- Manta térmica
- Móbil operativo

Abastecementos:

- Autosuficiencia

CAMIÑATA



Saída ás 10:05

Calzado axeitado

Recomendable con características impermeables

Lembra que non haberá vasos, leva recipiente para hidratación - ABASTECIMENTO KM 4,5

Distancia total 10km

- Máxima precaución nos tramos compartidos con corredores/as
- Non está permitido o uso de auriculares

SORTEOS LURBEL EN META

PUNTOS DE INTERESE

- PAVILLÓN SAN VICENTE
<https://maps.app.goo.gl/A1fCCmxMDwi5a4B1A>
- CRUCE RÍO ALVARIÑA - NANTÓN
<https://maps.app.goo.gl/U2YnVvMiGU9b8FQF7>
- ALTO DE SANTA MARIÑA
<https://maps.app.goo.gl/jPreaWv1LZvURBhy7>
- ACCESO REGO FAILDE, FERVENZA E RUINAS DA ANTIGA MINICENTRAL
<https://maps.app.goo.gl/TcSeUeqWBkb1DNoi9>



SORTEOS LURBEL
28.09.2025
EDICIÓN VIII

TRAIL A BAÑA

PROBA	DISTANCIA	SAIDA
Trail	28 km	9:45 h
Mini Trail	16 km	9:55 h
Trail Promesas	8 km	10:00 h
Andaina	10 km	10:05 h

OBSEQUIO E AVITUALLAMENTO FINAL PARA TODOS OS PARTICIPANTES
PAVILLÓN DE SAN VICENTE

INFO E INSCRIPCIÓN: CARREIRASGALEGAS.COM

Concello da Baña
Federación Galega de Atletismo
GALICIA TRAIL RUNNING SERIES

LURBEL
PRECISION GARMENT

Distribución de Abastecimientos



TRAIL DA BAÑA RANKING G3



Lembra chegar con tempo e ser prudente nos desprazamentos

Hai previsión de bo tempo pero estamos en outono, lembra adaptarte.

Respecta, sé deportivo/a e desfruta do evento. Lembra usar o material obrigatorio, primeiro de todo por seguridade e tamén por evitar penalizacións.

O persoal de BJ Trainers revisa os percorridos e estará para axudarche no que precisas así como Protección Civil e o persoal da Concellería de Deportes de A Baña. Pero é a túa responsabilidade seguir o trazado

Actualización Ranking Galego 10 outubro www.trailrunning.gal