



## II CARREIRA DE MONTAÑA MONTEFARO

### Regulamento:

1. A proba terá lugar entre os Concellos de Ares e Mugardos o próximo día 19 de Outubro de 2014, e dará comezo ás 10:00 da mañá para todos os corredores, feito do cal serán perfectamente informados os dous concellos e se solicitarán os premisos pertinentes mediante cartas informativas enviadas a ambos os alcaldes.
  2. A distancia total será de 22 quilómetros, cun desnivel acumulado de 1100 metros aprox. (D+1100/D-1100), tendo saída e meta no mesmo punto diante do mosteiro de Santa Catalina Montefaro.
  3. O percorrido estará perfectamente senalizado con voluntarios que estarán nos cruces e nos puntos máis técnicos do percorrido para orientar ós corredores.
  4. A entrega de dorsais realizarase de forma previa o 18 de Outubro e o mesmo día da proba partir das 8:00 da mañá ata 15 minutos antes da saída no Mosteiro de Santa Catalina.
  5. As inscricións realizaranse a través de internet, cubrindo o formulario na seguinte ligazón. O prazo comeza o 15 de Setembro e pecharase o 15 de Outubro.
  6. O prezo da inscrición será de 18 euros, incluíndo os seguros na modalidade que cubra explicitamente carreiras por montaña. O prezo dará dereito ao corredor a recibir unha bolsa de corredor, 2 avituallamentos líquidos e un sólido durante a carreira máis outro á chegada.
  7. A inscrición farase efectiva no momento en que recibamos o xustificante de pago a través dos medios que dispón a organización para as inscricións.
  8. Establécese un máximo de 250 participantes. No momento no que se cubra esta cota quedarán pechada as inscricións aínda que non se chegue á data proposta como pechadura de inscrición.
  9. Non se permitirán inscricións o día da carreira.
  10. Os corredores terán ducha o final da proba no Mosteiro de Santa Catalina, O rematar teremos unhas pinchas para os participantes que queiran asistir.
- Darase trofeos aos tres primeiros clasificados en homes e ás tres clasificadas en mulleres. Non haberá clasificación por idades.
12. A idade mínima para participar son 18 anos.



13. O 10% da carreira transcorre por un circuito aberto ao tráfico, sendo responsabilidade única dos corredores respectar as normas de seugridade e vixiar en todo momento o cumprimento das normas de circulación. A carreira contará co apoio de voluntarios, policía local e Protección Civil que vixiarán os tramos abertos ao tráfico.

14. Estableceranse 3 puntos de control de carreira polos que será obrigatorio o paso de todos os participantes.

15. Existirá un equipo médico que acompañará aos corredores onde poida circular a ambulancia.

16. Os Corredores comprométense a respectar a sinalización e a aceptar o presente regulamento, quedando descalificados todos aqueles corredores que non o respecten.

17. Os corredores deberán de ser respetuosos co medio ambiente e depositar o lixo xerado nas puntos habilitados para iso. No caso de que se incumpla este punto dará lugar á descalificación inmediata do corredor.

18. A organización se exime de toda responsabilidade producida polo mal uso das instalacións ou polo feito de non respectar o presente regulamento.

19. Quedará descalificado todo o que non cumpra o presente regulamento, non complete a totalidade do percorrido, non pase polos puntos de control establecidos, deteriore ou ensucie a contorna, non leve a súa dorsal ben visible ou desatenda as indicacións da organización.

20. A pechadura de control realizarase 2 horas e media despois da entrada do primeiro corredor quedando descalificado os corredores que non chegaran a meta no tempo establecido.

21. En caso de abandono durante a carreira os corredores deberan de comunicalo a calquera membro da organización e na medida do posible será trasladado a linea de meta.

22. A Participación no evento por parte do corredor supón a aceptación de todas as normas propostas pola Organización e as que se houberen de propoñer para o bo desenvolvemento da carreira.

23. O participante ten pleno coñecemento das condicións da actividade á que se inscribe, en concreto afirma ter coñecemento sobre os seus requisitos de distancia, material esixido, desniveles acumulados e capacidade física recomendable, enconcreto o participante asume plenamente que:

◦ A práctica do deporte en xeral, e dos deportes contemplados dentro da Federación Española de Atletismo, Montaña e Escalad , entrañan unha serie de riscos previsibles, que deben ser coñecidos e aceptados por quen voluntariamente desenvolve estas actividades.

◦ En materia de deportes de montaña de calquera tipo, a idea do risco de accidentes de gravidade vai implícita nos mesmos e, polo tanto, quen se dedique ao seu exercicio asúmeo personalmente. O usuario debe sempre prever a posibilidade de accidentes e de necesitar



axuda, evitando as actuacións de risco propias ou as que poñan en perigo a terceiros ou posibles rescatadores.

◦ O participante obrígase a poñer en coñecemento da organización, por escrito, calquera problema físico do que teña coñecemento antes da carreira e que poida afectar á súa seguridade.

◦ O participante debe retirarse sen ningunha limitación previamente ao comezo da actividade si a mesma excede os seus límites persoais. Unha vez iniciada a actividade é plenamente consciente de que a retirada non sempre estará garantida, ou que esta poderá ser aínda máis perigosa que continuar na propia actividade inicialmente prevista.

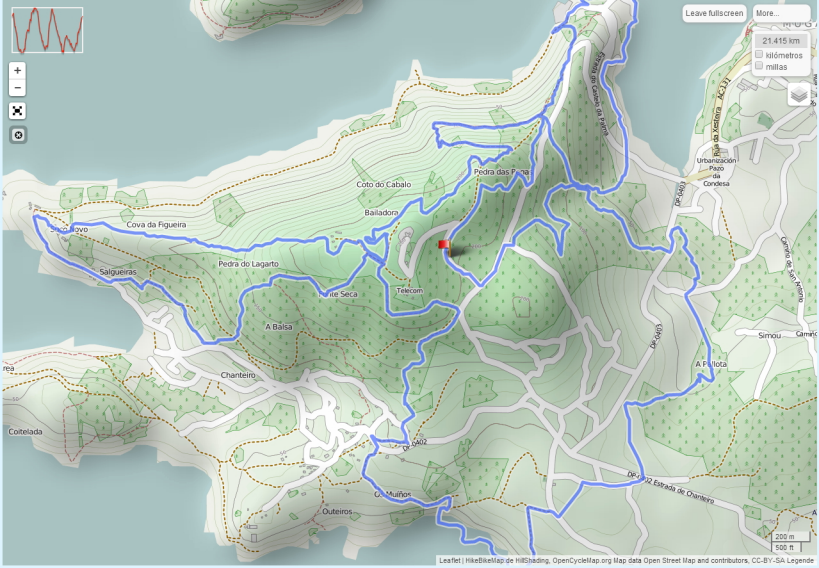
24. A inscrición na presente actividade implica formar parte dunha base de datos que está rexistrada na Axencia Española de Protección de Datos, polo tanto o participante acepta que de conformidade coa normativa de Protección de Datos Persoais, autoriza a que os datos que nos facilita para a ser incluídos nuns ficheros cuxa titularidade corresponde Federación Española de Atletismo devanditos datos serán utilizados para enviarle exclusivamente información particular sobre a presente actividade .



Mugardos, 05 de Agosto de 2014







Leave fullscreen

More...

21.415 km  
kilómetros  
millas

