



# REGULAMENTO

## Artigo 1.- ORGANIZACIÓN

O Concello da Guarda, en colaboración con NOKO deporte y Salud, organiza o próximo 11 DE OUTUBRO DE 2020 a VII edición do TRAIL DO TREGA

## Artigo 2.- A PROBA

O Trail do Trega é unha PROBA DE 14KM E CON 800 METROS DE DESNIVEL. Debido a pandemia da COVID 19, estará limitada a 350 prazas e as saídas serán de 10 atletas cada 30 segundos.

A proba transcorrerá 100% polo monte Trega, un dos lugares máis visitados da xeografía galega. A carreira non ten un desnivel significativo pero o cambio de terreo constante, a orografía, climatoloxía farán que sexa unha proba dura e para a que se necesita unha boa preparación.

A organización habilitará 1 avituallamento no percorrido.

Asimismo, se organizará unha andaina guiada de 10 km e con 500 metros de desnivel LIMITE de 60 participantes

## Artigo 3.- REGULAMENTO

A inscrición á proba implica a total aceptación deste regulamento. O presente regulamento será de estricto cumprimento para todos os participantes do Trail do Trega.

## Artigo 4.- PARTICIPACIÓN

Os participantes deberán respectar o medio no que se realiza a proba e manter limpo a contorna da mesma. Para iso deberán comer e beber SEN DEIXAR NINGÚN ENVASE FÓRA DOS RECIPIENTES habilitados para tal uso. O INCUMPRIMENTO DESTE PUNTO CARREXARÁ A DESCALIFICACIÓN INMEDIATA DO CORREDOR, podendo ser inhabilitado mediante un simple testemuño de calquera membro do equipo organizativo da Carreira.

A idade mínima de participación é de 16 anos cumpridos o mesmo día da proba, e non se permite a participación a ningún atleta con menos da devandita idade. Está prohibido ir acompañado doutras persoas que non sexan participantes inscritos na proba. O corredor do Trail do Trega deberá levar o dorsal facilitado pola Organización en todo momento, nun lugar visible (parte pectoral dianteira) non podendo ser recortado, dobrado nin modificado. O INCUMPRIMENTO DESTE PUNTO, CARREXARÁ A DESCUALIFICACIÓN INMEDIATA DO CORREDOR.

## Artigo 5.- A CARREIRA

O itinerario da carreira será sinalizado con cinta balizadora e sinalética específica creada para a proba. O rutómetro da mesma é o publicado na páxina web oficial da carreira ([www.traildotrega.com](http://www.traildotrega.com)).

Calquera cambio ou modificación no mesmo farase público polos mesmos medios.

O percorrido non estará pechado ao tráfico, polo que os deportistas deberán extremar as precaucións e respectar o código de circulación viaria. Durante o transcurso da carreira, os participantes deberán FACER CASO aos MEMBROS DA ORGANIZACIÓN da proba en todo momento. O non cumprimento deste punto, implicará a descalificación inmediata. A proba estará controlada de modo electrónico mediante o sistema de chip de MyLaps. Os participantes deberán portar o chip durante todo o percorrido, situándoo na zapatilla do corredor, xa que no caso contrario, as lecturas dos tempos non se realizasen correctamente.

## Artigo 6.- INSCRICIÓN

A inscrición ao Trail do Trega iníciase a partir do 14 de setembro a través da páxina web da proba e finalizará o día 7 de outubro e os prezos de inscrición serán de:

14 euros ata o 4 de outubro  
16 euros do 5 o 7 de outubro

Andaina 10K (+500 metros)  
5 euros ata o 4 de outubro  
7 euros do 5 o 7 de outubro.

. A inscrición á proba inclúe:

- Dereito de participación.
- Seguro de accidentes e RC Bolsa do corredor.
- Peza ou obsequio participación.
- Servizo médico.
- Avituallamento nos puntos habilitados.

Outros custos posibles: A proba se cronometrará co sistema de MyLaps, se non se posúe chip amarelo terase que alugar un custo de 1 euro.

A entrega de dorsais será na ALAMEDA DE A GUARDA en estos horarios:  
SABADO 10 DE 16:30 A 19:30 DOMINGO 11 DE 9:00 A 10:15

## Artigo 7.- AVITUALLAMENTOS

A organización poñerá a disposición de todos os participantes de avituallamentos repartidos en todo o percorrido onde poderán fornecerse de auga, isotónico, comida e froita, ademais doutros produtos postos pola organización. Debido a situación actual, a froita será entrega por persoal da organización, mentras que o restante avituallamento estará embolsado de forma individual.

## Artigo 8.- DEREITOS DE IMAXE

A organización poderá utilizar as imaxes, vídeos e son dos participantes durante a proba, incluíndo momentos previos e posteriores, desde a recollida de dorsais, entrega de premios e traslado dos participantes, para a promoción e difusión da proba sen ningún límite temporal para utilizalos.

## Artigo 9.- CATEGORÍAS

-Absoluto (masculino e feminino)

-Sénior (masculino e feminino)

-Veteranos 40 (masculino e feminino)

-Veteranos 50 (Masculino e Feminino)

Establécese a categoría especial "empadroados na Guarda" cos tres primeiro@s.

Premios NON acumulables, salvo na categoría de empadroados na Guarda

## Artigo 10.- CANCELACIÓNS

En caso de non poder celebrar a proba pola COVID 19, serán devoltas as inscricións o 100%.

## Artigo 11.- SERVIZOS GARDARROUPA

A organización poñerá un servizo de gardarroupa para os participantes.

## Artigo 12.- NORMAS AMBIENTAIS

A participación na proba implica o coñecemento e a aceptación destas normas de carácter especial para co medio ambiente: - Unha parte da proba desenvólvese no interior de espazos protexidos que albergan unha flora e unha fauna sensible e vulnerable e na que os participantes deben actuar con coidado e responsabilidade.