

## 14 ANDAINA & TRAIL DE OTONO 2019

### INTRODUCCIÓN:

El Club Peña Trevinca O Barco organiza la 14ª edición de la Andaina&Trail de Otono. Cuenta con la colaboración del Concello de O Barco de Valdeorras y se celebrará el próximo Domingo 27 de Octubre de 2019.

### HORARIOS:

<u>PRUEBA</u>	<u>HORA DE SALIDA</u>
Trail Largo de 19 km	<u>09:30 horas</u>
Trail Corto de 13,5 km	<u>10:30 horas</u>
Andaina de 13,5 km	<u>09:30 horas</u>

### CATEGORIAS:

<u>PRUEBA</u>		
Trail Largo	femenino	masculino
Trail Corto	femenino	masculino
Andaina	femenino	masculino

### INSCRIPCION:

- La inscripción está limitada a 300 personas y se podrá inscribir a través de la pasarela del Club Peña Trevinca Barco, y en las tiendas de deporte del Barco de Valdeorras y A Rua.
- Se podrá formalizar la inscripción para cualquiera de las modalidades hasta las 23:00 horas del Jueves 24 de Octubre de 2019 cuando se realice por la pasarela, y hasta el día 22 de Octubre de 2019 cuando se realice en las tiendas habilitadas.
- La correcta inscripción da cada corredor le da derecho a los siguientes servicios:
  - ✓ Comida al finalizar la prueba. Consistirá en Paella.
  - ✓ Bolsa Corredor (agua, camiseta..)
  - ✓ Recibir su dorsal.
  - ✓ Participar en la carrera.
  - ✓ Avituallamiento líquido y sólido durante la carrera.

## 14 ANDAINA & TRAIL DE OTONO 2019

- ✓ Duchas en el Pabellón municipal.
- ✓ Avituallamiento líquido y sólido en meta.
- ✓ Seguro.
- ✓ Asistencia de Ambulancia y médico.
- Los Federados son los deportistas con licencia FEDME y Licencia Gallega de la FGM.
- Los deportistas Federados se les podrá solicitar su Licencia y DNI en la recogida del dorsal para verificar.
- El Abono del importe de inscripción se realizará a través de la plataforma de pago habilitada a tal fin de....., en las tiendas...
- Una vez abonado este importe, no se devolverá por ninguna causa, excepto por la suspensión de la prueba antes de su inicio.

### TARIFAS:

#### DEL 1 DE SETIEMBRE AL 30 DE SETIEMBRE

##### ANDAINA:

- |              |                |                   |
|--------------|----------------|-------------------|
| ➤ Socios:    | Federados: 10€ | No Federados: 12€ |
| ➤ No Socios: | Federados: 12€ | No Federados: 18€ |

##### TRAIL CORTO:

- |              |                |                   |
|--------------|----------------|-------------------|
| ➤ Socios:    | Federados: 10€ | No Federados: 12€ |
| ➤ No Socios: | Federados: 12€ | No Federados: 18€ |

##### TRAIL LARGO:

- |              |                |                   |
|--------------|----------------|-------------------|
| ➤ Socios:    | Federados: 10€ | No Federados: 12€ |
| ➤ No Socios: | Federados: 12€ | No Federados: 18€ |

#### DEL 1 DE OCTUBRE AL 25 DE OCTUBRE

##### ANDAINA:

- |              |                |                   |
|--------------|----------------|-------------------|
| ➤ Socios:    | Federados: 10€ | No Federados: 14€ |
| ➤ No Socios: | Federados: 12€ | No Federados: 20€ |

##### TRAIL CORTO:

- |              |                |                   |
|--------------|----------------|-------------------|
| ➤ Socios:    | Federados: 10€ | No Federados: 14€ |
| ➤ No Socios: | Federados: 14€ | No Federados: 20€ |

##### TRAIL LARGO:

- |              |                |                   |
|--------------|----------------|-------------------|
| ➤ Socios:    | Federados: 10€ | No Federados: 14€ |
| ➤ No Socios: | Federados: 14€ | No Federados: 20€ |

## 14 ANDAINA & TRAIL DE OTONO 2019



### **TROFEOS:**

#### **Individuales:**

- Trofeos a los tres primeros de cada categoría establecidas anteriormente en este reglamento (en los trails), tanto masculino como femenino
- Trofeo a los tres mejores clasificados tanto en el trail corto como en el largo (masculino y femenino).
- La andaina no es competitiva por ello ningún participante optará a trofeo, pero se entregará algún obsequio por alguna circunstancia que determine la Comisión Directiva del Club.

### **DORSALES:**

- El dorsal y el material de la carrera se entregarán a los participantes en un lugar y horario que se indicará con suficiente antelación en la página oficial de la prueba.
- Este material también podrá ser retirado por otra persona, siempre y cuando entregue una autorización del corredor debidamente cumplimentada y firmada, junto a copia de la documentación especificada que acredite los datos del representado.
- Cada dorsal tendrá distinto color según la modalidad a la que corresponda. Además, incorporará los teléfonos de contacto del Centro de Organización.
- El dorsal no se podrá recortar, doblar ni modificar. En el momento de su entrega.
- Durante la prueba el corredor deberá llevar su dorsal en todo momento en lugar bien visible: pecho, vientre o porta dorsal.

### **SEGURO:**

- Todos los participantes oficialmente inscritos, estén federados o no, estarán amparados por una póliza de Responsabilidad Civil y de Accidentes Deportivos suscrita por el Club, excluidos los casos derivados de un padecimiento latente, imprudencia o inobservancia de las leyes, de la normativa de la competición o desde el mismo.

## 14 ANDAINA & TRAIL DE OTONO 2019

- No se permitirá la existencia en el recorrido de ningún vehículo ajeno a la organización, estando estos últimos debidamente identificados.

### **FALTAS Y SANCIONES:**

- Negativa de acatar una orden dada por los miembros de la Organización.
- Falta de visibilidad del dorsal o llevarlo en algún punto diferente a la frontal del corredor.
- Impedir ser adelantado u obstaculizar voluntariamente a otro corredor.
- No prestar auxilio a cualquier participante que lo necesite será sancionado con la descalificación.
- Atender voluntariamente contra el medio natural, es decir: arrojar desperdicios o envases fuera de los contenedores habilitados al efecto, dañar la flora o la fauna y cualquier otra acción voluntaria que conlleve un impacto en el entorno, supondrá la descalificación inmediata.
- Quitar o cambiar las balizas puestas por la Organización será sancionado con la descalificación.
- Manipular el dorsal.
- Hacer gestos obscenos al público o faltas de respeto hacia otro corredor.

### **RECLAMACIONES:**

- Las reclamaciones deberán ser hechas al director de carrera, no más tarde de 30 minutos después de comunicarse oficialmente los resultados y si son desestimadas por este se podrá presentar reclamación por escrito.

### **DATOS TÉCNICOS DE LA PUEBLA:**

La 14ª Andaina & Trail Otoño se realizará por la red de senderos del Barco de Valdeorras.

Cada prueba se realizará en una sola etapa y a paso libre.

## 14 ANDAINA & TRAIL DE OTONO 2019

Las condiciones específicas de cada prueba serán las siguientes:

### **Trail Largo:**

- 19 Km de recorrido.
- Altura máxima. 1.271 m
- Altura mínima. 372 m
- Desnivel acumulado. 2.600 m
- Desnivel positivo. 1.300 m

### **Trail Corto:**

- 13,5 Km de recorrido.
- Altura máxima. 637 m
- Altura mínima. 356 m
- Desnivel acumulado. 1.200 m
- Desnivel positivo. 600 m

### **TAndainarail Corto:**

- 13,5 Km de recorrido.
- Altura máxima. 637 m
- Altura mínima. 356 m
- Desnivel acumulado. 1.200 m
- Desnivel positivo. 600 m

Estas distancia y desniveles han sido calculados sobre cartografía digital.

En todo caso, estos datos podrán estar sujetos a posibles cambios, por motivos de seguridad o de logística, sin que ello suponga una modificación importante en la estructura de la carrera. En caso de producirse, serán comunicados con la suficiente antelación.

### **DESARROLLO DE RECORRIDO:**

La prueba consta de tres disciplinas con dos recorridos, compartiendo recorrido las disciplinas de TRAIL CORTO Y ANDAINA:

## 14 ANDAINA & TRAIL DE OTONO 2019

TRAIL LARGO.- 19 Km, 1300 metros de desnivel positivo.

TRAIL CORTO.- 13.5 Km, 600 metros de desnivel positivo.

AMDAINA.- 13.5 Km, 600 metros de desnivel positivo.

### TRAIL LARGO:

Esta prueba tiene prevista la salida a las 09:30 horas desde el pueblo de O Castro, delante del pazo de Flórez, empezando el recorrido por el interior de este en dirección al pueblo de Outarelo por camino de tierra. En este pueblo se gira a la izquierda en dirección al Caborco de A Felgueira, y al pasar este, se gira a la derecha en sentido Nogaledo, que una vez en este barrio, se continua por un sendero hacia la parroquia de Forcadela, parroquia que se cruza totalmente, donde está situado el primer avituallamiento, Pk- 2.8, calculando el paso de los participantes entre las 09:45 y las 10:00 horas, continuando por un camino de tierra hacia A Golada,

O Xardoal y subiendo por la Lomba de Penaguillón en dirección a las Penas Marías, Pk 8, en este punto se sitúa el segundo avituallamiento, donde llegaran los participante entre las 11:00 y las 11:45 horas. Una vez en la cumbre, se baja por A Carrua Larga y Penas do Armedo, hasta llegar al Barrio de Outeiro, continuando por camino asfaltado al barrio de As Moráis, Vilaverde y Casas Ferreiras, donde se gira a la derecha por un sendero hacia el puente de La Ceña, subiendo hasta el barrio de Villarrica, Pk 16, donde está situado el tercer avituallamiento, por donde pasaran los participantes entre las 12:00 y las 13:00 horas.

Es el Barrio de Villarica, se gira a la derecha por camino de tierra hacia el camino que va a La Portela (Villamartin), pero sin llegar a él, girando a la izquierda en dirección a los viñedos de Godeval, pasando por los caminos que los rodea, llegando hasta el barro de Ferradal, continuando hasta el monasterio de Xagoaza, cruzando el Arroyo Mariñán y continuando dirección de la parroquia de O Castro, entrando por la zona de las bodegas, cruzándolo y finalizando el recorrido en el mismo lugar de la salida, delante del pazo de Flórez, estimando la llegada de los participantes entre las 13:45 y las 14:30 horas.

## 14 ANDAINA & TRAIL DE OTONO 2019

### TRAIL CORTO Y ANDAINA:

Estas dos pruebas comparten el mismo recorrido, teniendo prevista la salida la andaina a las 10:00 horas y del Trail corto a las 10:30 horas.

Ambas salen desde el pueblo de O Castro, delante del pazo de Flórez, empezando el recorrido por el interior de este en dirección al pueblo de Outarelo por camino de tierra. En este pueblo se gira a la izquierda en dirección al Caborco de A Felgueira, y al pasar este, se gira a la derecha en sentido Nogaledo, que una vez en este barrio, se continua por un sendero hacia la parroquia de Forcadela, parroquia que se cruza totalmente, donde está situado el primer avituallamiento, Pk- 2.8, calculando el paso de los participantes entre las 09:45 y las 10:00 horas, continuando por un camino de tierra hacia As Lamas, un tramo de 2 km, donde se gira hacia al Barrio de Outeiro, continuando por camino asfaltado al barrio de As Moráis, Vilaverde y Casas Ferreiras, donde se gira a la derecha por un sendero hacia el puente de La Ceña, subiendo hasta el barrio de Villarrica, Pk 7.5, donde está situado el primer avituallamiento, por donde pasaran los participantes entre las 11:30 y las 12:30 horas.

Es el Barrio de Villarica, se gira a la derecha por camino de tierra hacia el camino que va a La Portela (Villamartin), pero sin llegar a él, girando a la izquierda en dirección a los viñedos de Godeval, pasando por los caminos que los rodea, llegando hasta el barro de Ferradal, continuando hasta el monasterio de Xagoaza, cruzando el Arroyo Mariñán y continuando dirección de la parroquia de O Castro, entrando por la zona de las bodegas, cruzándolo y finalizando el recorrido en el mismo lugar de la salida, delante del pazo de Flórez, estimando la llegada de los participantes entre las 13:00 y las 14:00 horas.

Todo el recorrido y en todas sus modalidades, estará debidamente señalizado, utilizando para ello cinta de balizar roja y blanca, flechas en papel y cartón y señales con espray, utilizándolo siempre sobre materiales que se puedan retirar y no quede la pintura en el suelo marcada. Toda esta señalización se retirada el mismo día o al día siguiente a la realización de la prueba.

## 14 ANDAINA & TRAIL DE OTONO 2019

### CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN:

La participación en las diferentes modalidades de la Andaina&Trail de Otono, está abierta a todas las personas que cumplan los siguientes requisitos:

- Para participar en las carreras, tener 18 años cumplidos antes del día de la prueba.
- Tener más de 10 años (cumplidos antes del día de la prueba) e adelante para participar en la Andaina. Pero todo menor de 16 años deberá ir acompañado de un mayor que se hará responsable.
- Conocer este Reglamento aceptando las condiciones que en el mismo se establecen.
- Cumplir debidamente el procedimiento de inscripción.
- Ser consciente de la longitud, desnivel, dificultad técnica, condiciones climáticas y otras características de esta prueba, estando física y mentalmente preparados y teniendo capacidad de autonomía para afrontar las posibles dificultades derivadas de las condiciones anteriores. Estar en buen estado físico y mental, suficientemente entrenados y preparados para esta competición, contando con la destreza técnica suficientes como para garantizar su propia seguridad, bajo las condiciones de autonomía en las que se desarrollan las diferentes pruebas.
- Llevar consigo todo el material obligatorio a lo largo de la prueba.
- Conocer dónde están los puntos de avituallamiento y qué podrá reponer en cada uno de ellos (líquido, sólido o ambos).
- Depositar los residuos en los contenedores dispuestos a tal efecto en las inmediaciones de dichos puntos.
- 

### PUNTOS DE CONTROL:

Los puntos de control son lugares periódicamente localizados a lo largo del recorrido, por los que cada corredor deberá pasar obligatoriamente. Por tanto, hacen la función de controles de paso y también de control de tiempo.

En estos puntos habrá personal de la Organización que podrán dar instrucciones de obligado cumplimiento a los participantes.

En caso de que falte el registro de paso de algún corredor por alguno de los puntos de control, se interpretará que éste no ha seguido el itinerario de su modalidad. Como



## 14 ANDAINA & TRAIL DE OTONO 2019

consecuencia, sea cual fuere el motivo (evacuación, abandono, incumplimiento voluntario de la normativa, etc), dicho corredor se considerará descalificado de la prueba.

Los puntos de control previstos para cada modalidad se publicarán en la página oficial del club.

### **PUNTOS DE AVITUALLAMIENTO:**

En puntos determinados del recorrido se habilitarán diferentes zonas de avituallamiento donde los participantes tendrán a su disposición bebida y comida, donde podrán recibir ayuda externa.

Los lugares y el tipo de avituallamiento previstos se especificarán y detallarán con tiempo suficiente en la página oficial del club y en el detalle de cada prueba que comentaremos más adelante, donde se concretará el punto kilométrico de ubicación en la carrera.

Los residuos generados deberán depositarse obligatoriamente en los contenedores ubicados en cada uno de estos puntos.

### **SEGURIDAD:**

- Será obligatorio respetar el código de circulación y extremar las precauciones en los tramos y cruces por calles o carreteras, o al llegar a algún cruce.
- Independientemente de que la Organización de la prueba, y con los recursos disponibles, apoye y vigile de forma especial estos puntos, el corredor debe de redoblar la atención y cautela ante la posibilidad de no estar cerrados totalmente al tráfico y compartirse la vía con la circulación rodada.
- En los puntos de control habrá personal autorizado y capacitado para indicar la conducta a seguir a los participantes en caso de peligro objetivo, cambio de itinerario, accidente en caso de abandono.

### **RESPONSABILIDADES:**

Todos los participantes lo hacen bajo su propia responsabilidad y por el hecho de salir acepta el presente reglamento, y se responsabiliza de cualquier accidente que pueda surgir durante su participación en la prueba, la organización pondrá todos los medios a su alcance para que no ocurran.

## 14 ANDAINA & TRAIL DE OTONO 2019

La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente, negligencia, así como de los objetos de cada participante. Los participantes exoneran a la organización de toda responsabilidad en caso de accidente o lesión. En todo lo no contemplado en este reglamento, la prueba se basará en los reglamentos de la Federación de Montaña de Galicia (FGM) y de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME).

### **AUTORIZACIÓN EXPRESA AL USO DE DATOS E IMAGEN Y DERECHO ACCESO, CANCELACIÓN Y RECTIFICACIÓN:**

La inscripción e cualquiera de las modalidades de la prueba, implica el consentimiento expreso del participante, para que, por sí mismo o mediante terceras entidades, use y reproduzca sin límite temporal, mediante cualquier dispositivo, los datos personales aportados, la marca deportiva realizada en la carrera, y las imágenes obtenidas en la misma, con el fin de promocional la Andaina&Trail de Otono.

### **ABANDONOS VOLUNTARIO Y OBLITARIOS:**

En caso de que un participante decida abandonar la prueba, deberá indicarlo obligatoriamente al personal de Organización dispuesto en el control más cercano. Si por causas físicas o de salud no pudiera llegar por su propio pie al primer punto de control con acceso rodado deberá comunicarlo inmediatamente por teléfono al número de la Organización impreso en su dorsal.

Desde que el participante abandona voluntariamente la prueba o es descalificado, asume que queda fuera de la competición y pasa a ser el único responsable de sus acciones.

La organización puede detener momentáneamente a un corredor u obligarlo a abandonar la carrera si considera que su estado pone en peligro su integridad física o su seguridad.

Para participar en la Andaina y Trail de Otono, cada corredor deberá ir en todo momento ataviado obligatoriamente con ropa y calzado adecuados para la práctica de deporte, dorsal y material exigido. A su vez, el dorsal irá en el vientre, en el pecho o porta dorsales, y en todos los casos estará siempre visible y en la parte delantera del corredor.

## 14 ANDAINA & TRAIL DE OTONO 2019

Se permite el uso de bastones de montaña, si bien la Organización puede limitar su utilización en la salida por razones de seguridad.

Cada participante deberá tener en cuenta el siguiente listado de material recomendado según las modalidades:

<u>MATERIAL</u>	<u>TRAIL LARGO</u>	<u>TRAIL CORTO</u>	<u>ANDAINA</u>
Chaqueta o Cortavientos	Recomendado	Recomendado	Recomendado
Móvil con suficiente batería.	Obligatorio	Obligatorio	Obligatorio
Gorra o Visera	Recomendado	Recomendado	Recomendado
Recipiente tipo Bidón o bolsa para el agua	Obligatorio	Recomendado	Recomendado
Pantalones o mallas, mínimo por debajo de las rodillas	Recomendado	Recomendado	Recomendado
Protector solar y labial	Recomendado	Recomendado	Recomendado
Gafas de sol	Recomendado	Recomendado	Recomendado

Por seguridad de los corredores y en función de las predicciones meteorológicas, la Organización de la prueba podrá poner más material obligatorio (camiseta térmica, guantes, gorro, etc).

Este cambio será comunicado en la página web Previo a la salida se dará información de la previsión meteorológica, novedades de última hora si las hubiera, además de recordar la importancia de conservar el medio ambiente a nuestro paso.

### **CANCELACIONES Y SUSPENSIONES:**

La Organización se reserva el derecho de poder cancelar la prueba si concurren situaciones objetivas de riesgo que pudieran poner en peligro la seguridad e integridad de los participantes (alertas meteorológicas, incendios forestales, corrimientos de terreno, etc.).

En caso de condiciones meteorológicas adversas o sucesos que se estimen graves y afecten a la seguridad de la prueba u otras causas de fuerza mayor, la Organización se reserva el derecho de modificar los horarios de corte, la hora de salida de la carrera, neutralizarla o incluso anularla.

## 14 ANDAINA & TRAIL DE OTONO 2019



La Organización se reserva el derecho de poder modificar el itinerario o cambiar los tramos horarios por razones de seguridad, organizativas u otras causas de fuerza mayor.

El presente Reglamento puede ser corregido, ampliado o mejorado en cualquier momento por parte de la Organización. El hecho de realizar la inscripción muestra la conformidad del participante con el presente reglamento y con los cambios que se pudieran realizar que se harán públicos de forma inmediata en la página oficial de la prueba.