



## CONCELLO DE CARNOTA

Praza San Gregorio, 19  
15293 CARNOTA (A Coruña)  
C.I.F.: P-1502000-A  
Tel.: 981 857032  
Fax: 981 857251

# REGULAMENTO DA XI TRAIL VIKINGO CONCELLO DE CARNOTA

## DATOS XERAIS

O Departamento de Deportes do Concello de Carnota e o Club O Jerreiro, organizan o **domingo 31 de maio** a XI Trail Viquinga do Concello de Carnota.

Nesta competición poden participar todas as persoas que o desexen, tanto nenos/as como adultos/as.

CATEGORÍA	IDADES	DISTANCIA	DESNIVEL	HORARIOS	
Chupete	Mixta	2023 e posteriores	50 m (aprox.)	10:45 h	
Pitufo	Mixta	2019 - 2022	200 m (aprox.)	10:45 h	
Cativos I	Masculina	2015 - 2018	1.000 m (aprox.)	10:30 h	
	Feminina				
Cativos II	Masculina	2011 - 2014	3.000 m (aprox.)	10:05 h	
	Feminina				
Trail dos Medelas	Masculina	A partir do 2010	13.000 m (aprox.)	600+	10:00 h
	Feminina				
Trail das Laxiñas	Masculina	A partir do 2010	27.000 m (aprox.)	1450+	09:30 h
	Feminina				
Trail dos Medelas M50	Masculina	1976 e anteriores	13.000 m (aprox.)	600+	10:00 h
	Feminina				
Trail das Laxiñas M50	Masculina	1976 e anteriores	27.000 m (aprox.)	1450+	09:30 h
	Feminina				

*\*Nota: A organización poderá modificar horarios, percorridos ou suspender a proba por motivos climatolóxicos ou de seguridade.*



## CONCELLO DE CARNOTA

Praza San Gregorio, 19  
15293 CARNOTA (A Coruña)  
C.I.F.: P-1502000-A  
Tel.: 981 857032  
Fax: 981 857251

### NORMATIVA XERAL

1. A carreira estará controlada mediante **cronometraxe electrónica**.
2. A **saída** estará situada no **Pavillón Municipal de Lamas de Castelo**.  
Ubicación: <https://goo.gl/maps/4boWxz4X69nYQREq9>
3. Os/as atletas que durante o transcurso da proba circulen por fóra do espazo delimitado polos vehículos de sinalización de inicio e fin de carreira considéranse, para todos os efectos, usuarios normais da vía.
4. Será descalificado quen non complete o percorrido, teña comportamento antideportivo ou non respecte as indicacións da organización.
5. Toda persoa que corra sen estar inscrita farao baixo a súa responsabilidade e non poderá participar de trofeos nin obsequios. Tampouco estará amparada polos seguros da proba.
6. Cada participante debe garantir un estado físico axeitado para afrontar a proba. Toda aquela persoa participante que teña problemas médicos deberá indicalo no reverso do dorsal.
7. A Organización porá á disposición das persoas participantes un servizo de **ambulancia** para os/as atletas que presenten algún síntoma ou lesión durante a proba.
8. A organización non pode garantir a cobertura ao longo de todo o percorrido.
9. Ofrécese un servizo de **gardarroupa** no Pavillón de Lamas de Castelo.
10. O pavillón contará con **aseos e duchas** dispoñibles para quen queira asearse despois da carreira.
11. As inscricións estarán limitadas a **400 participantes** para as persoas participantes en ambos trails (Medelas e Laxiñas) e a **200 participantes** para as categorías base.
12. **No Trail das Laxiñas establécese un punto de corte de 4 horas no km 20 do percorrido**. As persoas participantes que non cheguen dentro deste tempo deberán abandonar a proba seguindo as indicacións da organización.



## CONCELLO DE CARNOTA

Praza San Gregorio, 19  
15293 CARNOTA (A Coruña)  
C.I.F.: P-1502000-A  
Tel.: 981 857032  
Fax: 981 857251

13. Existirá dous postos de **avituallamento intermedio**, para o Trail das Laxiñas e un posto de avituallamento intermedio para o Trail dos Medelas, no que se habilitarán papeleiras para tirar os residuos.
14. Pode participar calquera deportista federado ou non. As persoas inscritas contarán con **seguro de accidentes e RC**.
15. Só poderán seguir a proba os vehículos autorizados.
16. En caso de retirada, avisarase ao persoal da Organización.
17. Os/as participantes acompañados de animais non contará na clasificación xeral para a obtención premios.
18. **Protección de datos e dereitos de imaxe Protección de datos (RGPD):** en cumprimento do Regulamento Xeral de Protección de Datos, os datos persoais facilitados serán tratados polo Concello de Carnota coa finalidade exclusiva de xestionar a organización e a seguridade do evento, sen seren cedidos a terceiros sen o consentimento previo das persoas interesadas.
19. **Dereitos de imaxe:** a inscrición na proba implica a autorización á organización para a captación de imaxes (fotografías e vídeos) durante o desenvolvemento do evento, así como para a súa posterior difusión en medios de comunicación e redes sociais municipais, coa finalidade de promover a proba e o deporte no concello.
20. A participación implica a aceptación deste regulamento e as súas posibles modificacións.



## CONCELLO DE CARNOTA

Praza San Gregorio, 19  
15293 CARNOTA (A Coruña)  
C.I.F.: P-1502000-A  
Tel.: 981 857032  
Fax: 981 857251

## INSCRICIÓN

1. A inscrición realizarase en **www.cronotec.es**.
2. Termos e prezos:
  - Prazo ata o **27 de maio ás 23:59 h** ou ata cubrir prazos.
  - Menores: requiren **autorización paterna/materna** (modelo dispoñible en cronotec.es e carnota.gal).
  - Prezo inscrición maiores de 18 anos: **10 €**.
  - Menores: **gratuita**.
  - Non se admitirán inscricións fóra de prazo nin devolucións.
  - Opción de **comida post carreira**:
    - Participantes: 10 €
    - Acompañantes: 15 €
    - Menú: ensaladilla, callos, carne ao caldeiro, bebida, café e postre.
3. A entrega de dorsais será dende as **08:00 h** no pavillón de Lamas e Castelo, ata 15 minutos antes da saída.

## CLASIFICACIÓNS, TROFEOS, MEDALLAS E A SÚA ENTREGA

1. Premios:
  - Trofeo/medalla aos **3 primeiros/as** corredores absolutos do Trail dos Medelas e dos Trail das Laxiñas.
  - Trofeo/medalla aos **3 primeiros/as** corredores maiores de 50 anos do Trail dos Medelas e dos Trail das Laxiñas.
  - Trofeo/medalla ao/á **mellor clasificado/a empadroad/a ou nado/a en Carnota**.
  - Medalla para **todas as categorías base**:
    - Chupetes e Pitufos: medalla para todos/as.
    - Cativos I e II: medalla para todos/as e podio para os/as 3 primeiros/as clasificados/as.
  - Agasallo conmemorativo para todas as persoas participantes.
  - Os trofeos non son acumulativos.



## CONCELLO DE CARNOTA

Praza San Gregorio, 19  
15293 CARNOTA (A Coruña)  
C.I.F.: P-1502000-A  
Tel.: 981 857032  
Fax: 981 857251

## UBICACIÓN E PERCORRIDOS

### UBICACIÓN

<https://goo.gl/maps/4boWxz4X69nYQREq9>

### SÉNIOR E M50

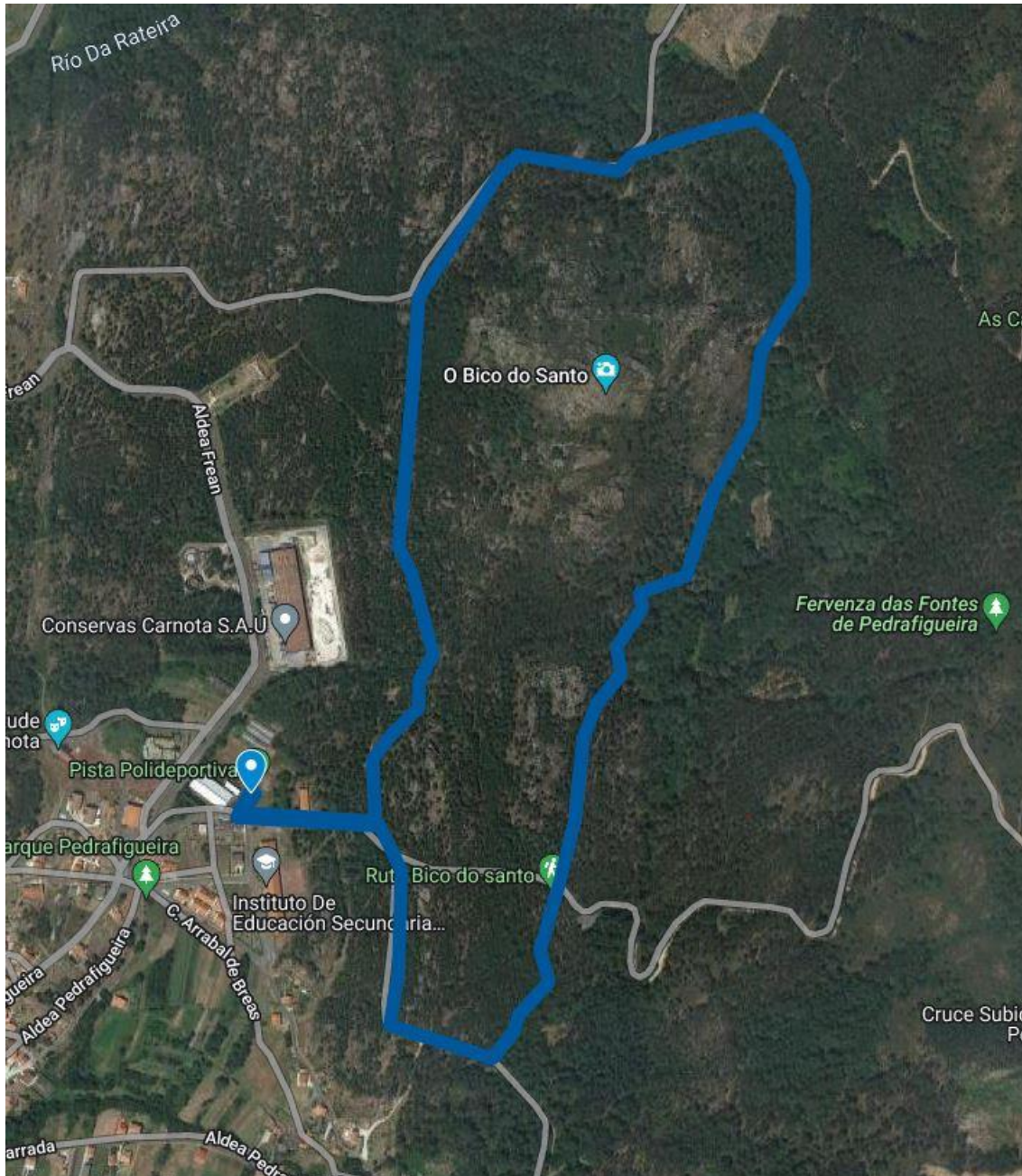
O percorrido e o track do Trail das Laxiñas e do Trail das Medelas poderase consultar na páxina web de [www.carnota.gal](http://www.carnota.gal) ou en [www.cronotec.es](http://www.cronotec.es)



## CONCELLO DE CARNOTA

Praza San Gregorio, 19  
15293 CARNOTA (A Coruña)  
C.I.F.: P-1502000-A  
Tel.: 981 857032  
Fax: 981 857251

- **CATIVOS II**

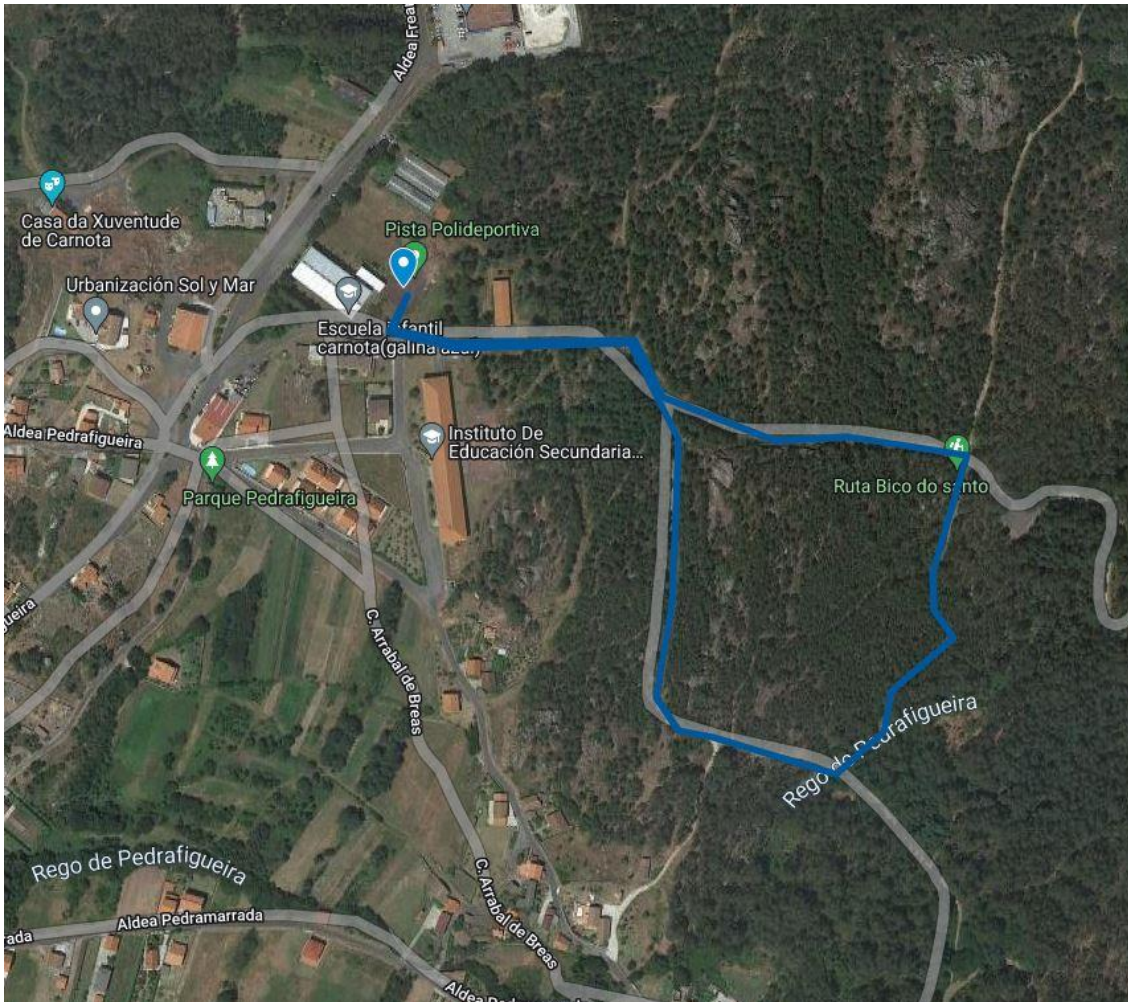




## CONCELLO DE CARNOTA

Praza San Gregorio, 19  
15293 CARNOTA (A Coruña)  
C.I.F.: P-1502000-A  
Tel.: 981 857032  
Fax: 981 857251

- **CATIVOS I**

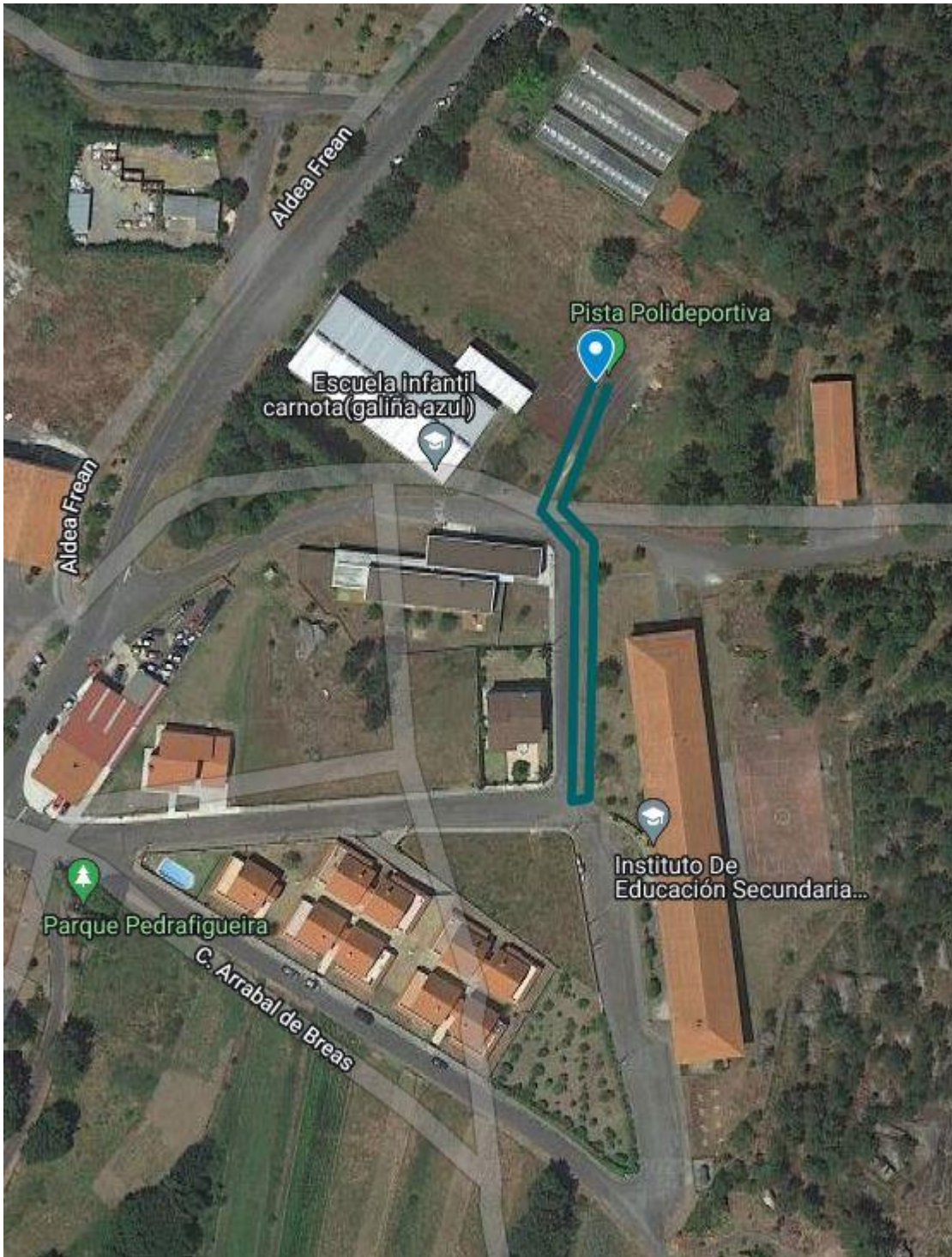




## CONCELLO DE CARNOTA

Praza San Gregorio, 19  
15293 CARNOTA (A Coruña)  
C.I.F.: P-1502000-A  
Tel.: 981 857032  
Fax: 981 857251

- **PITUFOS**

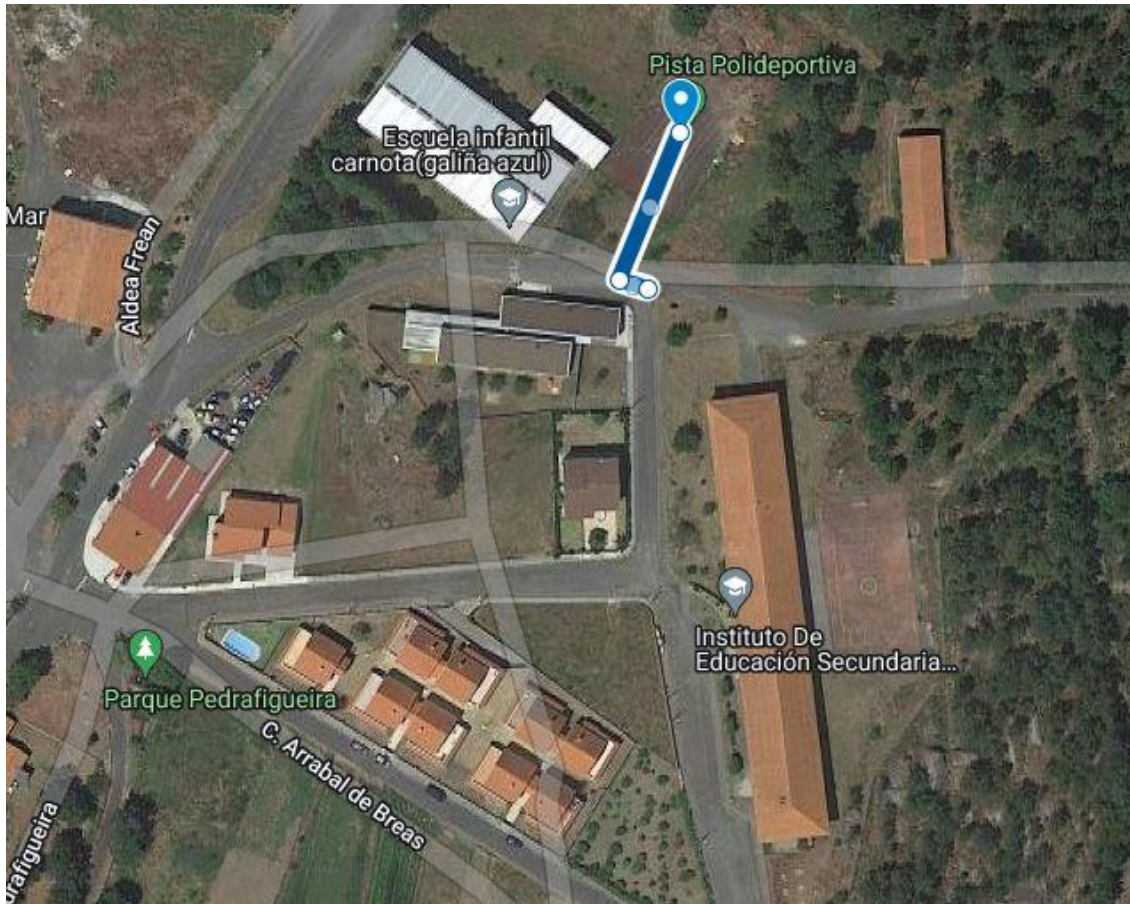




## CONCELLO DE CARNOTA

Praza San Gregorio, 19  
15293 CARNOTA (A Coruña)  
C.I.F.: P-1502000-A  
Tel.: 981 857032  
Fax: 981 857251

- **CHUPETE**





## CONCELLO DE CARNOTA

Praza San Gregorio, 19  
15293 CARNOTA (A Coruña)  
C.I.F.: P-1502000-A  
Tel.: 981 857032  
Fax: 981 857251

### PERMISO PATERNO/MATERNO XI CARREIRA VIQUINGA CONCELLO DE CARNOTA

<b>APELIDOS</b>	
<b>NOME</b>	

<b>DNI</b> (SÓ QUEN O TEÑA)	
<b>DATA NACEMENTO</b>	

<b>POBOACIÓN</b>	
<b>TELÉFONO</b>	

<b>CLUB</b>	<input type="checkbox"/> NON
	<input type="checkbox"/> SI, CAL?

Autorización do pai, nai ou titor/a	
<b>NOME:</b>	
<b>DNI:</b>	
<b>SINATURA:</b>	

*\*Non se admitirán inscricións sen algún destes datos e sen presentar fisicamente este documento á hora da recollida do dorsal.*