TRAIL COVA DA BRUXA 2027 (O TRAIL DO CAMIÑO)

O clube de atletismo Serres Runners organizará a sexta edición do Trail e Camiñata Cova da Bruxa (O Trail do Camiño) os días sábado 24 e domingo 25 de abril de 2027 no Concello de Muros.

Será proba puntuable para o Ranking Galego de Trail Running da Federación Galega de Atletismo, sendo proba SERIE OURO e (SERIE PRATA na proba de carreira vertical).

Artigo 1. LUGAR DE SAIDA DE TÓDALAS PROBAS

As probas sairán desde o instituto de As Ínsuas (Serres). Ubicación: https://goo.gl/maps/UKhKBFd2WQrAjHqA7

Artigo 2. HORARIOS, DISTANCIAS E LÍMITE DE PRAZAS

DÍA	HORA	PROBA	DISTANCIA	DESNIVEL	ANOS	CATEGORÍA	PRAZAS
SÁBADO	16:00	CAMIÑATA COVA DA BRUXA	9 KM	350+	2014 E ANTERIORES	-	200
SÁBADO	16:05	TRAIL DO ARRÓ	5 KM	200+	2013 E ANTERIORES	ABSOLUTA E SUB16	120
SÁBADO	17:00	TRAIL DOS NECHOS	2 KM	-	2014 ATA 2017	SUB 14 E SUB 12	100
SÁBADO	17:30	TRAIL DOS FEDELLOS	1 KM	-	2018 E 2019	SUB 10	50
SÁBADO	17:45	TRAIL DOS BULEBULES	300 METROS	-	2020 E POSTERIORES	SUB 8	50
SÁBADO	18:00	CARREIRA VERTICAL SERRES UPHILL	3 KM	450+	2013 E ANTERIORES	ABSOLUTA E PROMOCIÓN	80
DOMINGO	9:00	TRAIL COVA DA BRUXA (LONGO)	24 KM	1400+	2009 E ANTERIORES	ABSOLUTA, MÁSTER, SENIOR E PROMOCIÓN	250
DOMINGO	9:30	TRAIL DA CHORCA (MEDIO)	15 KM	800+	2009 E ANTERIORES	ABSOLUTA, MÁSTER, SENIOR E PROMOCIÓN	300
DOMINGO	10:00	TRAIL DA CRUS (CURTO)	9'5 KM	450+	2013 E ANTERIORES	ABSOLUTA, MÁSTER, SENIOR E PROMOCIÓN	250

***

Importante: A cámara de chamadas pecha 10 minutos antes da saída de cada proba. Será obligatorio pasar polo control de dorsais e material. Os horarios poderán sufrir modificacións por razóns organizativas ou de seguridade.

Artigo 3. PARTICIPACIÓN E SEGURO / LICENZA DE DÍA

Nesta proba poderá participar calquera deportista sexa ou non federado. Tódolos participantes inscritos no prazo preciso correrán cunha licenza de día de Trail Running que incluirá un seguro de accidentes deportivos e de responsabilidade civil. As probas estarán federadas no deporte de atletismo na especialidade de TRAIL RUNNING, polo cal os deportistas federados en trailrunning estarán cubertos polo seguro da súa correspondente licenza.

Artigo 4. CATEGORÍAS DE COMPETICIÓN PUNTUABLES PARA RANKING

CATEGORÍA	ANO NACEMENTO	PROBA PUNTUABLE RANKING
SUB 16	2012 E 2013	TRAIL DO ARRÓ E SERRES UPHILL
SUB 18	2010 E 2011	TRAIL DO ARRÓ E SERRES UPHILL
SUB 20	2008 E 2009	TRAIL DA CRUS E SERRES UPHILL
SUB 23	2005 ATA 2007	TRAIL DA CHORCA E SERRES UPHILL
SENIOR	1993 ATA 2004	TRAIL COVA DA BRUXA E SERRES UPHILL
MASTER 1	1983 ATA 1992	TRAIL COVA DA BRUXA E SERRES UPHILL
MASTER 2	1973 ATA 1982	TRAIL COVA DA BRUXA E SERRES UPHILL
MASTER 3	1972 E ANTERIORES	TRAIL COVA DA BRUXA E SERRES UPHILL

SÁBADO 24

16:05 h **Trail do Arró** 5 km 200 m + aprox.

Puntuable para **Preclassic Sub16 e Sub18**

18:00 h **Carreira Vertical Serres Uphill** 3 km con 450 m + aprox.

Puntuable para todas as categorías dende **Sub16 ata Máster**

DOMINGO 25

09:00 h **Trail Cova da Bruxa** (Longo) 24 km aprox 1400 m + aprox.

Puntuable para **Classic Absoluta e Máster**

09:30 h **Trail da Chorca** (Medio) 15 km aprox 800 m + aprox.

Puntuable para **Preclassic Sub23**

10:00 h **Trail da Crus** (Curto) 9'5 km aprox 450 m + aprox.

Puntuable para **Preclassic Sub20**

CATEGORÍAS INDIVIDUAIS PARA AS DISTANCIAS DE TRAIL LONGO, MEDIO E CURTO:

SUB 16 MASC / FMNO De 2012 e 2013 (só CURTO)

SUB 18 MASC / FMNO De 2010 e 2011 (só CURTO)

SUB 20 MASC / FMNO De 2008 e 2009

SUB 23 MASC / FMNO De 2005, 2006 e 2007

SENIOR MASC / FMNO Nados entre 2004 e 1993

MASTER 1 MASC / FMNO Nados entre 1992 e 1983

MASTER 2 MASC / FMNO Nados entre 1982 e 1973

MASTER 3 MASC / FMNO Nados 1972 e anteriores

ABSOLUTA MASC / FMNO Calquera das categorías anteriores

CATEGORÍAS INDIVIDUAIS PARA **PROBAS ESCOLARES (SÁDADO)**:

SUB 16: 2012 - 2013

SUB 14: 2014 - 2015

SUB 12: 2016 - 2017

SUB 10: 2018 - 2019

SUB 8: 2020 e posteriores

CAMIÑATA NON COMPETITIVA

Artigo 5. DISTANCIAS, DESNIVEIS e TEMPOS MÁXIMOS DE REALIZACIÓN DA PROBA NOS TRAILS E ANDAINA DE ADULTOS

A organización publicará tódolos tracks e percorridos para disposición dos participantes

DISTANCIAS:

Subida vertical: 3 km aprox. e 450 m desnivel positivo aprox.

Camiñata: 9 km aprox. e 350 m desnivel positivo aprox.

Trail 5 km: 5 km aprox. e 200 m desnivel positivo aprox.

Trail Curto: 9’5 km aprox. e 450 m desnivel positivo aprox.

Trail Medio: 15 km aprox. e 800 m desnivel positivo aprox.

Trail Longo: 24 km aprox. e 1400 m desnivel positivo aprox.

TEMPO MÁXIMO DE REALIZACIÓN DA PROBA:

• Carreira Vertical: 1 hora e 10 minutos peche en meta (cumprido o tempo retirarase o/a participante da proba).

• Camiñata: 3 horas peche en meta (cumprido o tempo retirarase o/a participante da proba).

• Trail do Arró: 50 minutos peche en meta (cumprido o tempo retirarase o/a participante da proba).

• Trail Curto: 3 horas peche en meta (cumprido o tempo retirarase o/a participante da proba).

• Trail Medio: 4 horas peche en meta (cumprido o tempo retirarase o/a participante da proba).

• Trail Longo: 5 horas peche en meta (cumprido o tempo retirarase o/a participante da proba).

En caso de retirada ou abandono avisar obrigatoriamente á organización.

Artigo 6. INSCRICIÓNS. PREZOS E PRAZOS

As inscricións realizaranse a través da páxina web www.cronotec.es

APERTURA DE INSCRICIÓNS: sábado 31 de outubro de 2026 ás 22.00 h

PECHE DE INSCRICIÓNS: domingo 11 de abril ás 23.59 h

PREZOS DA INSCRICIÓN:

• TRAIL LONGO: 24 € (A PARTIR DO 1 DE MARZO DE 2027: 27 €)

• TRAIL MEDIO: 15 € (A PARTIR DO 1 DE MARZO DE 2027: 18 €)

• TRAIL CURTO: 12 € (A PARTIR DO 1 DE MARZO DE 2027: 15 €)

• CAMIÑATA: 12 € (A PARTIR DO 1 DE MARZO DE 2027: 15 €)

• CARREIRA VERTICAL: 9 € (A PARTIR DO 1 DE MARZO DE 2027: 12 €)

• TRAIL DO ARRÓ 5K: 9 € (A PARTIR DO 1 DE MARZO DE 2027: 12 €)

• PROBAS ESCOLARES: 3 €

Os/as corredores/as que non estén federados/as na federación galega de atletismo terán un cargo de 1 € máis.

A participación require inscrición válida, pagamento da cota correspondente e uso visible do dorsal asignado. Non se permitirá tomar a saída sen dorsal ou sen superar os controis que estableza a organización.

A organización poderá pechar anticipadamente as inscricións cando se acade o límite de prazas de cada proba.

As condicións de cambio de proba, baixas, devolucións e cesión de dorsais, permitiranse ata o 31 de marzo.

Artigo 7. RECOLLIDA DE DORSAIS

Os dorsais poderán recollerse nos seguintes puntos:

• Sábado 24 de abril: a partir das 11:00 e ata 30 minutos antes do comenzo de cada proba no lugar de saída (Polideportivo do Instituto As Ínsuas)

• Domingo 25 de abril: a partir das 07:30 horas e ata 30 minutos antes do comenzo de cada proba no lugar de saída (Polideportivo do Instituto As Ínsuas)

Para retirar o dorsal será necesario acreditar a identidade para facilitar os datos que solicite a organización. A recollida por outra persoa só se permitirá mediante a presentación dunha copia ou imaxe do documento identificativo.

Nos menores, a retirada deberá facela a persoa adulta autorizada.

Artigo 8. MATERIAL OBRIGATORIO

TRAIL LONGO, TRAIL MEDIO, TRAIL CURTO E CAMIÑATA

- MANTA TÉRMICA

- TELÉFONO MÓBIL OPERATIVO

- SISTEMA DE HIDRATACIÓN CON CAPACIDADE MÍNIMA DE 0,25 LITROS

TRAIL 5K

- MANTA TÉRMICA

- TELÉFONO MÓBIL OPERATIVO

- SISTEMA DE HIDRATACIÓN CON CAPACIDADE MÍNIMA DE 0,25 LITROS

MATERIAL NON PERMITIDO:

- Auriculares ou elementos de índole semellante: Descalificación.

Non está permitido competir con mascotas (agás na andaina, sempre con correa)

A ausencia do material obrigatorio poderá impedir a saída, ou dar lugar a retirada, descalificación ou penalización, segundo o criterio da organización.

Artigo 9. PREMIOS E AGASALLOS

PROBA	PREMIO	CATEGORÍA	ANOS
TRAIL DO ARRÓ	1º, 2º E 3º	ABSOLUTA	2013 E ANTERIORES
TRAIL DO ARRÓ	1º, 2º E 3º	SUB16	2013 -2012
SERRES UPHILL	1º, 2º E 3º	ABSOLUTA	2013 E ANTERIORES
TRAIL DA CRUS	1º, 2º E 3º	ABSOLUTA	2013 E ANTERIORES
TRAIL DA CRUS	1º, 2º E 3º	PROMOCIÓN	2013-2005
TRAIL DA CRUS	1º, 2º E 3º	SENIOR	2004-1993
TRAIL DA CRUS	1º, 2º E 3º	MASTER 1	1992-1983
TRAIL DA CRUS	1º, 2º E 3º	MASTER 2	1982-1973
TRAIL DA CRUS	1º, 2º E 3º	MASTER 3	1972 E ANTERIORES
TRAIL DA CRUS	1º, 2º E 3º	EQUIPOS	2013 E ANTERIORES
TRAIL DA CHORCA	1º, 2º E 3º	ABSOLUTA	2009 E ANTERIORES
TRAIL DA CHORCA	1º, 2º E 3º	PROMOCIÓN	2009-2005
TRAIL DA CHORCA	1º, 2º E 3º	SENIOR	2004-1993
TRAIL DA CHORCA	1º, 2º E 3º	MASTER 1	1992-1983
TRAIL DA CHORCA	1º, 2º E 3º	MASTER 2	1982-1973
TRAIL DA CHORCA	1º, 2º E 3º	MASTER 3	1972 E ANTERIORES
TRAIL DA CHORCA	1º, 2º E 3º	EQUIPOS	2009 E ANTERIORES
TRAIL COVA DA BRUXA	1º, 2º E 3º	ABSOLUTA	2009 E ANTERIORES
TRAIL COVA DA BRUXA	1º, 2º E 3º	PROMOCIÓN	2009-2005
TRAIL COVA DA BRUXA	1º, 2º E 3º	SENIOR	2004-1993
TRAIL COVA DA BRUXA	1º, 2º E 3º	MASTER 1	1992-1983
TRAIL COVA DA BRUXA	1º, 2º E 3º	MASTER 2	1982-1973
TRAIL COVA DA BRUXA	1º, 2º E 3º	MASTER 3	1972 E ANTERIORES
TRAIL COVA DA BRUXA	1º, 2º E 3º	EQUIPOS	2009 E ANTERIORES

Estableceranse os seguintes premios e agasallos:

- Premios aos/as 3 primeiros/as clasificados de cada categoría establecida no presente regulamento; agás a categoría SUB8, non competitiva, tódolos participantes levarán medalla.

No Trail Longo e Trail Medio as categorías Sub20 e Sub23 entran na premiación como unha única categoría (CATEGORÍA PROMOCIÓN).

No Trail Curto, para a premiación, as categorías Sub16, Sub18, Sub20 e Sub23 computan tamén como unha única categoría (CATEGORÍA PROMOCIÓN)

- Premios aos/as 3 primeiros/as clasificados/as absolutos das probas de Carreira Vertical, Trail Curto, Trail Medio e Trail Longo.

- Premios aos/as 3 primeiros/as equipos clasificados/as das probas de Trail Curto, Trail Medio e Trail Longo. Cada equipo estará formado por un mínimo de 4 corredores. Os corredores deberán anotarse co mesmo nome á hora de formalizar a inscrición. Os equipos deberán ser mixtos, con polo menos unha muller ou un home entre os catro que puntúan. A puntuación será o sumatorio das posicións da clasificación xeral. Gañará o equipo con menos puntuación.

AGASALLO para tódolos participantes (poderán recollelo xunto co dorsal de competición antes da saída das probas).

A entrega de premios realizarase a partir das 19:00 horas do SÁBADO no lugar de saída e meta de tódalas probas, e a partir das 14:00 horas do DOMINGO. Horarios estimados.

Premios NON acumulativos.

No Trail do Arró 5K tan só levarán premio os/as tres primeiros/as absolutos/as e os/as tres primeiros/as Sub16.

Na carreira vertical tan só levarán premio os/as tres primeiros/as clasificados/as absolutos/as.

Premio económico de 100 € para quen sexa capaz de batir o tempo do gañador e da gañadora do kilómetro vertical en 2026 (só o/a primeiro e primeira clasificado/a)

Tempo masculino a bater: 00:22:00

Tempo feminino a bater: 00:26:41

As clasificacións estarán dispoñibles na páxina de cronotec.es unha vez finalizada cada proba.

Artigo 10. SERVIZO DE DUCHAS e VESTIARIOS

Porase a disposición dos participantes un servizo de duchas e vestiarios no instituto As Ínsuas (Serres). Ubicación: https://goo.gl/maps/UKhKBFd2WQrAjHqA7

O domingo tamén estarán a disposición dos participantes as duchas da Piscina Municipal (a 700 metros da meta).

Artigo 11. AVITUALLAMENTOS

Haberá 2 puntos de abastecemento no Trail Longo, 1 no Trail Medio e 1 no Trail Curto e Andaina, máis o de meta, común para todas as distancias. Será responsabilidade do deportista portar sistema de hidratación para facer uso dos mesmos.

Trail Longo: Avituallamento 1 - km 8 aprox., avituallamento 2 - km 15 aprox., todos líquido e sólido

Trail Medio: Avituallamento 1 - km 8 aprox., líquido e sólido

Trail Curto: Avituallamento 1 - km 5 aprox., líquido e sólido

Camiñata: Avituallamento 1 - km 5,5 aprox., líquido e sólido

Avituallamento META (común para tódalas probas) (líquido e sólido)

A asistencia externa a calquera deportista durante a competición non estará permitida. As zonas de abastecemento estarán acotadas en inicio e fin. Non estará permitido abandonar o abastecemento con ningún tipo de residuo do mesmo.

A proba rexerase polo regulamento do ranking galego de trailrunning vixente que poderá consultarse en www.trailrunning.gal

Artigo 12. INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

O Club Serres Runners e o Concello de Muros publicarán a información para tódolos participantes facilitando os accesos de aparcamento, recollida de dorsais, saída, meta e zonas de paso intermedias. Tamén se facilitará a información de transporte público. O evento conta con proxecto de percorrido alternativo e plan de evacuación ante calquera imprevisto, sendo obrigatorio cumprir as indicacións correspondentes por parte dos participantes. O plan de xestión de residuos e protección ambiental do VI Trail Cova da Bruxa garante un uso responsable do medio natural e a preservación do mesmo así como a correcta distribución de calquera residuo ou material empregado para a realización do evento.

A proba estará supervisada polos voluntarios da organización, a Policía Local, Ges e Protección Civil. Todo aquel que participe na proba sen estar inscrito, sen dorsal, non opta a ningunha das prerrogativas as que teñen dereito os corredores inscritos oficialmente e poderá ser retirado da proba. Será descalificado todo corredor que non realice o percorrido completo, manifeste un comportamento antideportivo, non atenda as indicacións da policía municipal ou dos voluntarios que cubren o percorrido ou non cumpla as normas establecidas neste regulamento. Está prohibido tirar desperdicios ou envoltorios ao longo da carreira. No avituallamento haberá servizo de recollida de desperdicios. Os únicos vehículos que poderán seguir a proba serán os autorizados pola

Organización. En caso de retirada, avisarase ao persoal da Organización. Todo o non reflectido no regulamento específico da proba rexerase pola normativa de trailrunning da FGA, RFEA e World Athletics atendendo ós principios de xerarquía normativa.

A organización poderá deter, neutralizar, desviar ou cancelar unha proba por meteoroloxía adversa, incendio, accidente, indicación das autoridades ou riscos de forza maior.

RESPONSABILIDADE A organización non se fará responsable dos danos que puidesen causar ou causarse os participantes por imprudencias ou neglixencias destes. Igualmente, o participante declara, baixo a súa responsabilidade, terse realizado o oportuno recoñecemento médico que lle permite estar en condicións óptimas para realizar a proba, eximindo á organización da devandita responsabilidade. A organización dispón dun Seguro de Accidentes e Responsabilidade Civil que cubrirá as incidencias inherentes á proba.

LOPD Tódolos corredores/as ó realizar a inscrición aceptan a publicación do seu nome e imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e/ou internet oficiais.