

REGULAMENTO E PROGRAMA VI TRAIL VILA DE PADRÓN DESAFÍO VÉRTICE 2023



vértice

CLUB DE MONTAÑA



Vértice, Club de Montañismo, Trasariz de Abaixo, 15885 Vedra (A Coruña) Telf.: +34 625 204 119 Email: cdmvertice@gmail.com | Fotografía: Denis Estévez Fernández.

REGULAMENTO E PROGRAMA

VI TRAIL VILA DE PADRÓN 2023

1.- ORGANIZACIÓN E TIPO DE PROBA

1.1.- O Club de Montaña Vértice, coa colaboración do Concello de Padrón e do Concello de Teo, organiza o **VI Trail Vila de Padrón "Desafío Vértice" 2023**, que se celebrará o vindeiro día, **sábado 2 de setembro do 2023, ás 9:30 horas**, con saída en A Agrela (Teo) e chegada en Padrón (Paseo do Espolón).

1.2.- Tipo de proba

Trail longo, Copa Xunta de Galicia CxM:

- Modalidade competitiva cunha distancia de 21.3 km.
- Desnivel positivo aproximado de 1.530m e un desnivel acumulado de 3.360m.
- Dificultade física: alta.
- Dificultade técnica: alta.
- Idade mínima para participar: 18 anos cumpridos o día da proba.
- Hora de saída dos buses: 08:30.
- **Hora de saída da carreira: 09:30.**
- 3 avituallamentos (2 líquido+ sólido, 1 só líquido) + avituallamento de meta.

Punto de corte do Trail longo:

O/A participante que sobrepase o tempo límite (4 horas desde a saída) no alto dos muíños eólicos (Km 14), deberá desde ese punto seguir o percorrido do trail curto e o seu tempo non computará na clasificación final.

Trail curto, Copa Xunta de Galicia CxM Junior/xuvenil:

- Modalidade competitiva con unha distancia de 12.5 km.
- Desnivel positivo aproximado de 600 m. e un desnivel acumulado de 1.500 m.
- Dificultade física: media.
- Dificultade técnica: media.
- Idade mínima para participar: 16 anos cumpridos o día da proba.
- Hora de saída dos buses: 10:00.
- **Hora de saída: 11:00.**
- 2 avituallamentos (1 líquido + sólido, 1 só líquido) + avituallamento de meta.

Trail cadete, Copa Xunta de Galicia CxM Cadete

- Carreira para nacid@s en 2007 e 2008.
- Modalidade competitiva con unha distancia de 7.5 km.
- Desnivel positivo aproximado de 310 m. e un desnivel acumulado de 820 m.
- Dificultade física: media.
- Dificultade técnica: media.
- Hora de saída dos buses: 10:00.
- **Hora de saída: 11:30.**

- 1 avituallamento líquido + avituallamento de meta.

Andaina:

- Modalidade **non** competitiva con unha distancia de 13.5 km.
- Desnivel positivo aproximado de 480 m. e un desnivel acumulado de 1.450 m.
- Dificultade física: media.
- Dificultade técnica: media.
- Hora de saída dos buses: 09:15.
- **Hora de saída da andaina: 10:00.**
- 2 avituallamentos (1 líquido + sólido, 1 só líquido) + avituallamento de meta.

Minidesafío:

- Carreiras para peques nacid@s entre 2017 e 2009.
- Saída e meta en Padrón.
- **Hora de saída: 13:00.**
- A inscrición será gratuita e poderá realizarse previamente a través da plataforma de inscrición ou no propio día da carreira ata media hora antes da celebración das carreiras.
- **Haberá tres distancias:**
 - o Nacidos entre 2017 e 2015: percorrido de 300 m. (Pelouros)
 - o Nacidos entre 2014 e 2012: percorrido de 1,4 km. (Penedos)
 - o Nacidos entre 2011 e 2009: percorrido de 2,5 km. (Curutos)

Haberá premios para todos/as os/as participantes.

2.- PERCORRIDO

Todos/as os/as participantes (agás os do MiniDesafío) serán transportados/as en autobús desde o Campo do Souto (Campo da Feira) en Padrón ata a saída (capela de Santa Ana) nos seguintes horarios:

- **Ás 8:30 participantes Trail longo.**
- **Ás 9:15 participantes Andaina.**
- **Ás 10:00 participantes Trail curto e Trail cadete.**

Os autobuses deben saír coa máxima puntualidade, polo que as persoas participantes deben estar no punto de saída dos autobuses polo menos con 10 minutos de antelación.

2.1.- Trail longo:

O itinerario, con saída xunto á capela de Santa Ana, na aldea de A Agrela, recorre os montes de Lampai en dirección ao monte Meda, coroando as cimas máis importantes: Pena das Cruces, Pena da Agrela, Castelo de Roque e o Meda.

Ten varias zonas que requiren destreza técnica e subidas de desnivel notable. O percorrido atravesas zonas de afloramentos rochosos, carballeiras, piñeirais e eucaliptais, zonas de río, baixadas técnicas e tres subidas moi duras a través de cortalumes: o da Picaraña, o dos Eólicos e o do Meda.

- Elevación máxima: 448 m.
- Elevación mínima: 13 m.
- Pendente máxima de subida: 43%
- Pendente máxima de baixada: 41%
- Distancia de asfalto acumulada: 0,7 kms

2.2.- Trail curto

Comparte parte do percorrido co trail longo, aínda que neste caso só se sube un cortalume: o dos Eólicos. A saída faise en dirección ao marco de Lampai, evitando a subida á Agrela. Tamén se evita a baixada técnica no monte Meda, facendo o percorrido máis asequible a todo tipo de corredores e corredoras.

- Elevación máxima: 421 m.
- Elevación mínima: 13 m.
- Pendente máxima de subida: 42%
- Pendente máxima de baixada: 37%
- Distancia de asfalto acumulada: 0,5 kms

2.3.- Andaina

O percorrido é moi similar ao do trail curto, pero evítase subir ningún cortalume; o Monte Meda bordéase por pistas forestais con boas vistas sobre o río Ulla, Castro Valente e a ría de Arousa.

- Elevación máxima: 366 m.
- Elevación mínima: 13 m.
- Pendente máxima de subida: 27%
- Pendente máxima de baixada: 31%
- Distancia de asfalto acumulada: 0,5 kms

2.4.- Trail cadete

Os participantes no trail cadete saen do avituallamento do Rego das Lamas (km 5 do trail curto) e comparten co trail curto o resto do percorrido ata chegar á meta.

- Elevación máxima: 421 m.
- Elevación mínima: 13 m.
- Pendente máxima de subida: 42%
- Pendente máxima de baixada: 35%
- Distancia de asfalto acumulada: 0,5 kms

2.5.- MiniDesafío:

Os máis pequenos fan un percorrido pola beira do río Sar ata chegar á meta no Espolón. A distancia será maior ou menor en función da idade.

3.- PROGRAMA

Sábado 2 de setembro 2023

07:30 – Apertura dirección de carreira e comezo da entrega de dorsais.
(Paseo do Espolón, Padrón- Zona de Meta)

08:30 – Saída autobuses Trail longo para a saída na Agrela, desde o campo da feira (O Souto, Padrón).

09:15 – Saída autobuses Andaina para a saída na Agrela, desde o campo da feira (O Souto, Padrón).

09:30 – Saída Trail longo.

10:00 – Saída autobuses Trail curto e Trail cadete para a saída na Agrela, desde o campo da feira (O Souto, Padrón).

10:00 – Saída Andaina.

11:00 – Saída Trail curto.

11:30 – Saída Trail cadete.

11:40 – Chegada prevista dos primeiros corredores.

13:30 – Corte horario no alto dos muíños eólicos (Km 14,5).

13:00 – Minidesafío.

14:00 – Entrega de trofeos.

14:30 – Peche de Meta.

4.- PARTICIPACIÓN

4.1.- Cada participante debe ser consciente da lonxitude e dificultade da proba, que pode desenvolverse baixo condicións climáticas de calor, polo cal debe prever que a

súa indumentaria e calzado sexan os adecuados para a práctica de carreiras de montaña.

A realización da inscrición implica que os/as corredores leron, entenderon e aceptan as condicións do presente regulamento e participan baixo a súa enteira responsabilidade, afirman posuír unhas condicións físicas suficientes para a realización da proba.

4.2.- O percorrido estará sinalizado pola organización con cinta plástica de cor viva, pintura, carteis indicadores ou outros elementos de sinalización. É responsabilidade de cada participante localizar a sinalización e seguila.

4.3.- Aínda que o percorrido, case na súa totalidade, non transcorre por estradas, en algún momento si se cruza ou se transita durante un pequeno tramo por elas. Polo tanto, estes tramos non estarán cortados ao tráfico rodado, debendo os/as participantes respectar as normas de tráfico e indicacións da organización.

É importante prestar atención ó cruce da N-550 (xa no casco urbano de Padrón), paso de peóns, onde haberá persoal xestionando ese punto (a 2 km da meta).

Coordenadas: 42°44'40.86"N 8°39'22.72"W

4.4.- Será obrigatorio seguir o itinerario marcado e pasar polos controis regulamentarios establecidos.

4.5.- A organización poderá realizar as modificacións que considere necesarias no percorrido, incluso a suspensión da proba, se as condicións meteorolóxicas así o aconsellan.

4.6.- O percorrido da proba discorre por paraxes naturais de gran beleza, polo que non debemos ensucialos nin deterioralos, arroxando desperdicios fóra das áreas de control. Será motivo de descalificación o incumprimento desta norma.

4.7.- O/A participante presta o seu consentimento á organización do VI Trail Vila de Padrón "Desafío Vértice" 2023, para que poida ser utilizada a súa imaxe na promoción e difusión da proba de todas as formas posibles. Calquera persoa inscrita poderá prohibir a utilización expresamente, previa comunicación por escrito dirixida o CDM Vértice a través do seu e-mail: cdmvertice@gmail.com

A organización garantirá o pleno cumprimento da Lei Orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Persoal, e de acordo con disposto en dita lei, a persoa inscrita queda informada e presta o seu consentimento para a incorporación dos seus datos persoais aos ficheiros automatizados da organización e o tratamento dos mesmos para a súa utilización en relación con xestións administrativas, comerciais e outras actividades propias da mesma. O/A participante poderá exercer os dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición, mediante escrito dirixido ao CDM Vértice a través do seu e-mail: cdmvertice@gmail.com

5.- INSCRICIÓN

5.1.- O límite de participantes será de:

- Trail longo: 200 prazas.
- Trail curto: 200 prazas.
- Trail cadete: 20 prazas.
- Andaina: 200 prazas.
- MiniDesafío: 80 prazas.

Se antes da data de peche de inscricións (**27 de agosto do 2023**), se chegase a dito número, non se admitirán mais participantes.

5.2.- As inscricións poderanse formalizar a partir do **martes 2 de maio de 2023**, a través da páxina web <http://galitiming.com/inscripciones-on-line.html> rellendo o formulario habilitado a tal efecto, e efectuando a transferencia bancaria correspondente.

O prezo das inscricións do Trail longo serán:

- desde o 2/5/2023 ata o 11/6/2023 (ata as 23:59 h): 17€
- desde o 12/6/2023 ata o 13/8/2023 (ata as 23:59 h): 22€
- desde o 14/8/2023 ata o 27/8/2023 (ata as 23:59 h): 27€

O prezo das inscricións do Trail curto serán:

- desde o 2/5/2023 ata o 11/6/2023 (ata as 23:59 h): 12€
- desde o 12/6/2023 ata o 13/8/2023 (ata as 23:59 h): 17€
- desde o 14/8/2023 ata o 27/8/2023 (ata as 23:59 h): 22€

O prezo das inscricións do Trail cadete serán:

- desde o 2/5/2023 ata o 11/6/2023 (ata as 23:59 h): 5€
- desde o 12/6/2023 ata o 13/8/2023 (ata as 23:59 h): 8€
- desde o 14/8/2023 ata o 27/8/2023 (ata as 23:59 h): 10€

O prezo das inscricións á Andaina serán:

- desde o 2/5/2023 ata o 27/8/2023 (ata as 23:59 h): 10€

A inscrición ao MiniDesafío é gratuíta.

Para poder ofrecer mellores prezos ás persoas participantes, a inscrición non inclúe regalo de corredor/a. Este é opcional para calquera participante nas diferentes modalidades do trail e andaina, que o pode adquirir por 5€.

Unha vez realizada a inscrición, só se accederá á devolución do importe en caso de lesión ou enfermidade, sendo necesario a presentación dun certificado médico mediante correo electrónico ao seguinte e-mail: cdmvertice@gmail.com

A inscrición é persoal e intransferible e supón a aceptación deste regulamento e a renuncia de todos os dereitos contra a organización, renunciando a toda acción legal que puidera derivarse da súa participación na proba. Unha vez realizada, baixo ningún concepto, poderá ser utilizada por outra persoa diferente á inscrita.

5.3.- Para a correcta recollida do dorsal deportivo. O dorsal debe ser recollido presentando á organización un documento de identificación: DNI ou permiso de conducir, NIE, pasaporte etc.

6.- CATEGORÍAS E PREMIOS

A organización entregará premio aos tres primeiros/as de cada unha das categorías (non acumulables):

- Trail longo:
 - o Categoría absoluta masculina e feminina
 - o Veteranos (+40) masculina e feminina
 - o Equipos, cun mínimo 4 participantes, sendo obrigatorio que sexan mixtos, e puntuarán polo menos unha muller e un home
- Trail curto:
 - o Categoría absoluta masculina e feminina
 - o Veteranos (+40) masculina e feminina
 - o Equipos, cun mínimo 4 participantes, sendo obrigatorio que sexan mixtos, e puntuarán polo menos unha muller e un home
- Trail cadete:
 - o Cadete masculino e feminino
- MiniDesafío
 - o Pelouros masculina e feminina
 - o Penedos masculina e feminina
 - o Picoutos masculina e feminina

7.- AVITUALLAMENTOS

Como apoio, a organización poñerá á disposición dos/as participantes os seguintes avituallamentos líquidos e sólidos:

Avituallamento	Trail longo	Trail curto	Trail cadete	Andaina
A Agrela (líquido e sólido)	km 6	-	-	-
Rego das Lamas (líquido e sólido)	km 12.7	km 5	-	km 5.7
Campo Carreiro (só líquido)	km 16.5	km 7.7	km 2.7	km 9
Meta (líquido e sólido)	km 21.3	km 12.5	km 7.5	km 13.5

8.- MOTIVOS DE DESCALIFICACIÓN

Motivos de descalificación:

- Non pasar polos puntos de control establecidos.
- Non realizar o percorrido completo.
- Non respetar o itinerario balizado ou a sinalización do percorrido.
- Entrar na meta sen dorsal.
- Deixar lixo (envases, envoltorios ou calquer outro desperdicio), fóra das zonas de avituallamentos e control).
- Non prestar auxilio a outro/a corredor/a que o necesite.
- Participar baixo identidade falsa ou suplantando a outra persoa.

9.- RETIRADA E ABANDONOS

9.1.- Calquera corredor/a poderá retirarse da proba sempre que o desexe, advertindo ao control máis próximo ou o persoal da organización e entregando o dorsal.

Se por caso de accidente ou lesión o/a corredor/a queda inmovilizado e non pode chegar ata un punto de control, terá que avisar ao corredor/a máis cercano/a ou esperar ao vehículo escoba. Existirá un no de teléfono para emerxencias.

9.2.- A organización poderá retirar da carreira, baixo o seu criterio, aos participantes que teñan problemas físicos evidentes, tales como vómitos, desorientación, desmaio, etc. que poidan poñer en perigo a súa saúde, ou aqueles que teñan mermadas as súas condicións físicas para continuar en carreira.

9.3.- Os/as participantes están obrigados/as a prestar auxilio aos accidentados/as ou a aqueles que o requiran.



10.- ENTREGA DE PREMIOS

A entrega de premios farase a partir das **14:00 horas**, acompañado dun pincho final.

11.- OUTRA INFORMACIÓN

11.1.- A organización disporá de servizos de asistencia médica. Tamén poñerá a disposición dos/as participantes as duchas e vestiarios do Pavillón Polideportivo Municipal de Padrón (zona de chegada).

11.2.- Coordenadas GPS:

- Meta/Recollida de dorsal:
 42° 44' 14.8139" N 8° 39' 51.0696" W
- Saída autobuses:
 42° 44' 7.0141" N 8° 39' 49.8697" W

- Saída Trail Longo/Curto/Andaina
📍 42° 47' 0.9809" N 8° 37' 13.3529" W
- Saída Trail Cadete
📍 42° 45' 25.8545" N 8° 37' 15.983" W
- Duchas:
📍 42° 44' 7.5768" N 8° 39' 40.2433" W

11.3.- Todos/as os/as participantes oficialmente inscritos/as estarán cubertos/as por unha póliza de seguros concertada pola organización, que cubrirá os accidentes que se produzan como consecuencia directa do desenvolvemento da proba e nunca como derivación de un padecemento ou tara latente, imprudencia, inobservancia das leis e do articulado deste regulamento, así como os producidos nos desprazamentos ou desde o lugar en que se desenvolva a carreira.

11.4.- A organización reservarase o dereito de admisión nesta proba.