

OS 100 DO BARBANZA. EDICIÓN 2023

REGULAMENTO DA PROBA

24 E 25 DE XUÑO DE 2023

Club Deportivo
INTERNATIONAL TREKKERS BARBANZA SAR



Regulamento de Os 100 do Barbanza

Edición 2023

Regulamento de Os 100 do Barbanza	2
Edición 2023.....	2
Introducción	2
Seguros e estado da saúde.....	3
Inscricións	4
Equipo obrigatorio e aconsellable.....	4
Antes da proba: Control de saída.....	5
Durante a proba	5
Despois da proba	6
Outras consideracións.....	6
Dereitos de imaxe	7
Política de privacidade e protección de datos.	7

Introducción

Os 100 dos International Trekkers é unha proba non competitiva de sendeirismo/ultratrail de 100 Km a realizar nun máximo de 24 horas, organizada polo Club Deportivo International Trekkers Barbanza Sar e forma parte de dúas Ligas Oficiais que se desenvolven no ano 2023:

- Liga Xunta de Galicia de Sendeirismo, da Federación Galega de Montañismo. ([Ver Regulamento](#)).
- Liga Ibérica de Senderismo, da Federación Española de Deportes de Montaña y Escaladada ([Ver Regulamento](#)).

A proba ten como saída o concello de Boiro (Pavillón polideportivo de Barraña) ás 16h do 24 de xuño de 2023. O percorrido, balizado, é de 100km polos concellos de Boiro, A Pobra do Caramiñal, Ribeira, Porto do Son, Noia, Lousame e Rianxo, a completar nun tempo máximo de 24 horas. A proba rematará, polo tanto, ás 16h do 25 de xuño de 2023 no mesmo lugar da saída. Débese realizar o percorrido completo polo itinerario que está indicado no track facilitado a todos os inscritos con anterioridade suficiente ao inicio desta.

A proba é de resistencia, e unicamente se poderá facer correndo ou andando como medio de progresión, estando prohibido calquera tipo de axuda externa ou implemento que non sexan os propios físicos e os bastóns de sendeirismo.

Finalizará a proba todo aquel participante que chegue á meta en menos de 24 horas desde o inicio da mesma e que pasara por todos os puntos de control.

A organización poderá facer as modificacións que vexa necesarias, para o correcto desenvolvemento da proba. En caso de forza maior podería suspender a proba.

Seguros e estado da saúde

A organización, aínda que subscribirá un seguro de accidentes e responsabilidade civil, non se fará responsable dos danos que poidan sufrir os participantes, estando polo tanto exenta de calquera tipo de indemnización.

O participantes ao inscribirse decláranse conscientes das implicacións da proba: o que pode supoñer para os seus corpos un exercicio continuado durante as horas que leve completala, a dureza da proba e as posibles lesións que poden derivarse da súa realización.

Os participantes teñen a obriga de seguir as indicacións dos organizadores. É conveniente que dispoñan de licenza federativa (dalgunha Federación de Montañismo), ou dalgún seguro deportivo particular, aínda que non é obrigatorio. En caso de non estar federados, débennos comunicar en canto se inscriban na proba a través do formulario de inscrición.

Ao inscribirse, os participantes declaran non padecer lesión algunha que poida agravarse como consecuencia da realización da proba, eximindo á organización de calquera responsabilidade derivada delo.

É responsabilidade do participante facerse os test, chequeos ou probas médicas necesarias para verificar o seu axeitado estado de saúde.

O participante comprométese a eximir á organización e colaboradores e/ou a calquera persoa física ou xurídica vencellada coa organización da proba das responsabilidades derivadas de calquera accidente causado tanto por motivo de participación na proba como por accidentes deportivos.

O participante comprométese a eximir aos anteriormente citados de calquera prexuízo que, por motivos de saúde, puideran derivarse da súa participación na proba, asumindo persoalmente o risco inherente para a saúde que supón o esforzo físico requirido para a participación na mesma.

O participante autoriza expresamente aos servizos médicos da proba a que presten durante a proba a asistencia médico-sanitaria que fose necesaria e a que lle practiquen calquera cura que puidera necesitar, estando ou non en condicións de solicitala, comprometéndose ademáis a abandonar a proba a requirimento dos servizos médico-sanitarios, se o estiman necesario para a saúde do participante.

O participante tamén se compromete a eximir aos anteriormente sinalados de calquera responsabilidade de que a participación na proba puidera derivarse, tal como perda ou deterioro de obxectos persoais, roubo, extravíos ou outras circunstancias.

Calquera situación especial derivada da pandemia do Covid 19 ou outro estado referente á saúde pública (anulación da proba, distancia social obrigatoria, utilización de máscaras, etc.) que impoñan os gobernos e autoridades sanitarias e deportivas será levada a cabo na proba e os participantes terán que seguir as normas impostas. O uso de máscara e demais medidas de protección fronte á COVID serán as vixentes no momento de celebración da proba e publicaranse o PROTOCOLO COVID coa debida antelación na páxina de inscrición e información do evento.

Inscricións

O único lugar para inscribirse é a través da páxina web mediante o pagamento por plataforma, en www.itrekkers.org. A última data para inscribirse é o 15 de xuño.

O límite de inscritos está fixado en 300. Non se admitirán máis inscritos pasado o 15 de xuño ou unha vez chegado ó límite de 300. Unha vez que se chegue ó límite de 300 habilitarase unha lista de espera por se algún dos inscritos se dea de baixa. Os inscritos nesta lista de espera, unha vez comunicada a dispoñibilidade de participación deberán complementar a inscrición nun prazo de 24 horas.

As inscricións serán persoais e intransferibles. O importe das inscricións para os 100 do 2022, son:

- Entre o 3 de marzo e o 30 de abril: – andaina 60€ – comida acompañante 20€
- Entre o 1 de maio e o 15 de xuño: andaina 80€ – comida acompañante 20€
- Non se admitirán inscritos a partir do 16 de Xuño.

O prezo da inscrición inclúe:

- Bolsa con agasallos
- Camiseta da proba
- Avituallamentos sólidos e líquidos, cea e comida final de confraternidade
- Aluguer de dispositivos de xeolocalización
- Servizos médicos e de ambulancia, dispositivo de seguridade, seguro de accidentes, etc.
- Diploma e medalla de participación na proba

A organización permitirá a inscrición de acompañantes para o xantar de confraternidade cun custo de 20€/persoa. As entradas para os acompañantes pagaranse por adiantado na propia páxina da inscrición.

O feito de facer a inscrición implica que tódolos participantes asumen os riscos da proba e aceptan as condicións da organización, así como a aceptación de que o nome do inscrito figure na páxina web.

O importe da inscrición será reembolsable ata o 31 de maio, cunha penalización por gastos do 10% da inscrición realizada. A partir do 1 de xuño non se devolverá a inscrición en ningún caso. Calquera arranxo (cambiar dorsais, etc.) poderá ocorrer unicamente no período de inscrición, é dicir, antes do 15 de xuño.

Equipo obrigatorio e aconsellable

É obrigatorio que os participantes leven consigo o seguinte material durante os 100km.

**** OBRIGATORIO** dende o principio da proba:

- Pulseira identificativa da proba colocada nun lugar visible do corpo, preferentemente no pulso.
- LOCALIZADORES GPS: É obrigación do participante levar aceso constantemente os localizadores GPS entregados e devolvelos en boas condicións ó finalizar a proba. Non ter activo o localizador GPS pode ser motivo descualificación.
- Mochila ou bolsa para transportar o material esixido.
- Contedor para líquidos (mínimo 0,5 litros).
- Frontal ou lanterna.
- Teléfono móbil con batería e saldo dabondo, cos teléfonos da organización.

- Chifre ou pito para emerxencias.
- Manta térmica ou de supervivencia de tamaño mínimo 1,20m x 2,10m.

O material obrigatorio será requirido no control de dorsais e en calquera parte do percorrido, e todos os participantes estarán obrigados a someterse a dito control, baixo pena de sanción ou descualificación da proba.

** Equipo aconsellable:

- Luz traseira cor vermello, colocada na parte posterior do participante e acesa durante a noite.
- Bastóns de sendeirismo
- Spray antimosquitos
- Alimentos.
- Chaqueta impermeable con membrana transpirable con capucha.
- Gorra ou pano.
- Pantalóns ou mallas longas durante a noite.
- Camiseta térmica de manga longa durante a noite
- Crema solar.

Antes da proba: Control de saída

Entre as 13:00h e as 15:30h do día 24 de xuño de 2023 estará habilitado na zona de control de saída a entrega de pulseiras identificativas e localizadores GPS. Tódolos participantes deben achegarse a esta zona entre 13:00 e 15:30h.

Os participantes só poderán recoller un dorsal, e dicir: a entrega dos dorsais será persoal e intransferible; e terán a obriga de firmar a folla de control antes da saída da proba.

Os participantes deberán asinar un documento comprometéndose a devolver o localizador GPS ao finalizar a proba. En caso de non facelo, comprométense a pagar unha multa de 200€.

No control de saída o participante fará entrega das dúas bolsas de vida, co material que desexa que se lle entregue nos dous puntos ao longo do percorrido no que se habilitará a entrega das devanditas bolsas de vida. O peso máximo de cada bolsa son 5 kg. A organización comprométese a extremar o coidado e a custodia das bolsas de vida, pero non se fai responsable da súa perda ou extravío. As indicacións cos puntos exactos de entrega e recollido, cor da bolsa, etc. notificárase a cada participante de xeito previo á saída.

Durante a proba

Abandonos e incidencias:

Tódolos participantes que teñan algunha incidencia durante a proba deberán contactar co teléfono de emerxencias ou comunicarllo a persoal da proba que estará identificado. Para abandonos, debe chegar ó posto de control ou avituallamento máis cercado dende onde será trasladado á saída/chegada en coche. Todos os participantes deberán pasar obrigatoriamente pola saída/meta en Boiro para entregar o localizador GPS.

A organización establecerá uns tempos mínimos para pasar polos diferentes avituallamentos e controis baseados nun tempo máximo razoable de paso. Este tempo máximo razoable será baseado no criterio da

organización, e non se permitirá aos participantes pasar despois do peche dos controis. Nos días previos á saída enviarase información aos participantes cos horarios de peche dos controis.

A organización non cortará en ningún momento a circulación, e os participantes respectarán as normas viarias en poboacións, estradas e camiños de uso e dominio público, e extremarán a precaución en cruces coas estradas e zonas habitadas.

Será obrigatorio respectar os cultivos, o gando e a propiedade privada en xeral. Os participantes serán responsables dos danos ocasionados como consecuencia deste tipo de comportamentos.

A organización disporá dos servizos de asistencia sanitaria, ambulancia, Protección Civil e da Policía Local dos concellos polos que pasa a proba durante o transcurso da proba.

Poden ser motivos de descualificación:

- Botar lixo fóra dos contedores axeitados está prohibido e implicará a EXPULSIÓN INMEDIATA da proba.
- Apagar o localizador GPS.
- Proporcionar datos falsos na inscrición
- Non axudar ou socorrer aos accidentados que necesiten axuda, así como non avisar das continxencias nos controis de paso que se atopen máis preto da incidencia.
- Non respectar o itinerario balizado ou os sinais do percorrido, ou atallar para entrar por algún tramo do mesmo
- Quitar ou cambiar as marcas do material postas pola organización
- Non levar o material requirido pola organización
- Non facer caso ás indicacións da organización

Despois da proba

Todos os participantes que cubran os 100km do que consta a proba terán dereito a unha medalla de Finisher, de deseño propio, e diploma indicando o tempo acadado.

Todos os inscritos que fagan a saída teñen dereito á camiseta ou prenda conmemorativa. Tamén teñen dereito a adquirir invitacións para familiares ou amigos ó prezo indicado pola organización.

Duchas. O servizo de duchas dependerá da normativa e do protocolo COVID da proba.

Outras consideracións

A proba estará sinalizada con cintas reflectantes e pintura biodegradable.

A actividade encádrase como proba de Andaina, que implica un exercicio físico con fins de ocio, turístico ou cultural, polo que se exclúe expresamente a competición.

A organización resérvase o dereito de poder retirar aos participantes que entenda que non se atopen nas condicións físicas axeitadas para rematar a proba, as que non respecten o medio, ou calquera outro motivo que a organización considere causa de retiro.

A organización resérvase o dereito a modificar horarios e/ou percorridos, así como a aprazar ou suspender a carreira se así o estima oportuno por razóns de seguridade ou de prevención fronte a COVID19 ou outras razóns

de saúde ou meteorolóxicas. No caso de que para o día da celebración da proba se decrete unha alerta laranxa polas autoridades, a proba será suspendida automaticamente e buscarase unha data adecuada para desenvolve-la.

Os participantes menores de idade deberán ir acompañados por un familiar ou titor, que será o responsable dos mesmos mentres estean facendo a proba.

Non está permitido levar animais de compañía no transcurso da actividade.

A organización non se fai responsable dos gastos ou débedas que puidesen contraer as persoas participantes durante o percorrido.

Dereitos de imaxe

A aceptación do presente regulamento implica obrigatoriamente que o participante autoriza á organización á gravación total ou parcial da súa participación na mesma, dá o seu consentimento para que poida ser utilizada a súa imaxe para a promoción e difusión da imaxe da proba en todas as súas formas (radio, prensa, vídeo, foto, internet, cartelería, medios de comunicación, etc.) e cede tódolos dereitos relativos á explotación comercial e publicitaria que consideren oportuno executar, sen dereito pola súa parte de recibir compensación económica algunha.

O feito de facer a inscrición implica que tódolos participantes asumen os riscos da proba e aceptan as condicións da organización, así como a aceptación de que o nome do inscrito figure na páxina web.

A organización resérvase o dereito a modificar este regulamento previo aviso ós participantes no correo electrónico facilitado na inscrición e na web www.itrekkers.org.

Política de privacidade e protección de datos.

Cláusula informativa para participantes. Información básica sobre protección de datos:

Responsable: CLUB DEPORTIVO INTERNATIONAL TREKKERS BARBANZA SAR

Finalidade: Xestionar os datos dos participantes á proba e enviar información e invitacións a novos eventos.

Lexitimación: Consentimento do interesado.

Destinatarios: Están previstas cesións de datos a: Entidades colaboradoras na organización do evento; patrocinadores, usuarios da web, redes sociais, compañías, aseguradores, así como á Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME) e á Federación Galega de Montañismo para utilizalos en relación con xestións administrativas ou comerciais.

Dereitos: Ten dereito a acceder, rectificar e suprimir os datos, , que pode exercer enviando un correo electrónico: 2023@itrekkers.org

Procedencia: Do propio interesado ou o seu representante legal