



III COSTA TRAIL XOVE

19-20/03/2022

e-mail: xovecostatrail@gmail.com

Tfnos; 630 94 82 96 / 606 86 31 19 / 618 97 61 59

Sábado 19 - Domingo 20 de Marzo 2022

Xove Costa Trail é unha carreira de montaña, que transcorre na súa maioría do percorrido, pola Senda Costeira de Xove e polo Camiño Natural do Cantábrico, o seu paso pola costa do Concello, dende a Praia de Portonovo, nos límites co Concello de Viveiro, ata a Praia de Morás, para logo adentrarse hacia a parte interior do Concello de Xove por sendeiros e pistas forestais de uso público. A carreira XCT 35 Km , ten un desnivel + acumulado de 1300 mts aprox. e a carreira XCT 18Km , terá un desnivel + acumulado de 700 mts aprox.

1.- Tramos e períodos de inscrición:

Domingo 20 Marzo (Trails-Andaina)		
XCT 35Km (limitada a 225 corredores)		
XCT35K	Tramo 1	Tramo 2
	22 €	27 €
	Do 14 de Xaneiro (22:00h) o 04 de Marzo (24:00h)	Do 05 de Marzo (00:00h) o 15 de Marzo (00:00h)
Saída; 9:00h Centro cívico Xove. Meta: Centro Cívico Xove.		
XCT 18Km (limitada a 225 corredores)		
XCT18K	Tramo 1	Tramo 2
	18 €	22 €
	Do 14 de Xaneiro (22:00h) o 04 de Marzo (24:00h)	Do 05 de Marzo (00:00h) o 15 de Marzo (00:00h)
Saída; 10:30 h Punta da Mansa Meta: Centro Cívico Xove.		
XCT ANDAINA 12Km. (limitada a 225 persoas)		
XCT ANDAINA	Menores de 15 anos (con autorización paterna) Hora: 10:00 h (Praia de Portocelo) Inscrición: 12 € do 14 de Xaneiro o 15 de Marzo Inclúe: bolsa do corredor, seguros e avituallamentos, a metade da proba e o final. Nen@s ata 15 anos (inscrición gratuita)	
Saída; 10:00h. Portiño Portocelo (limitada a 225 participantes) 200 adultos+25 nen@s Meta: Portiño Portocelo	<u>percorrido marcado sobre 12 km</u>	
SABADO 19 Marzo (Mini Trails dos Nen@s)		
XCT NEN@S	Categoría A :2015, 2014, 2013, 2012,2011 Sobre 800 mts (aprox.) Categoría B: 2010, 2009,2008,2007, Sobre 1700 mts (aprox.) Saída e Meta: Circuito Trail, zona do Faro Roncadoiro e Monte Castelo Hora: 12:00 h Inscrición:gratuita Premio: medallas para todos os participantes	
(Zona Faro Roncadoiro)		



III COSTA TRAIL XOVE

19-20/03/2022

e-mail: xovecostatrail@gmail.com

Tfnos; 630 94 82 96 / 606 86 31 19 / 618 97 61 59

1.- Inscricions:

- 1.- O primeiro tramo de inscrición será do 14 de Xaneiro as 22:00h. ó 4 de Marzo as 24:00h.
- 2.- O segundo tramo de inscrición será do 5 de Marzo as 00:00h. o 15 de Marzo as 00:00h.
- 3.- Hasta o día 28 de Febreiro será devolto o importe da inscrición de xeito integro.
- 4.- Entre os días 1 e 15 de Marzo, será devolto o 75 %.
- 5.- Para cancelación de inscrición con devolución , serán aceptadas hasta o día 15 de Marzo, despois desta data no se tramitará ningunha devolución.

2.- Categorías e Trofeos

➤ **XCT35** (maiores 18 anos)

*Absoluto Masc. e Fem. 2004 – 2003 -2002.....

* Veteranos A Masc. e Fem. (46 anos a 55 anos; Entre 1976.....1967)

* Veteranos B Masc. e Fem. (56 anos en adiante; 1966,1965, 1964.....)

Trofeo: 1º - 2º - 3º de cada categoría

Trofeo a 1º Clasificado Local categoría masculina e feminina

➤ **XCT18** (maiores de 16 anos. (Junior 16-17 anos con autorización paterna)

*Absoluto Masc. e Fem. 2006 – 2005 – 2004 – 2003 -2002.....

* Veteranos A Masc. e Fem. (46 anos a 55 anos; Entre 1976.....1967)

* Veteranos B Masc. e Fem. (56 anos en adiante; 1966,1965, 1964.....)

Trofeo: 1º - 2º - 3º de cada categoría

Trofeo a 1º Clasificado Local categoría masculina e feminina

*Junior Masc. e Fem. (16 e 17 anos; 2006,2005)

Trofeo: 1º Clasificado masculino e feminino

➤ **XCT NEN@S** (maiores de 7 anos)

*Categoría A: 2011-2012-2013-2014-2015

*Categoría B: 2007 – 2008 – 2009 – 2010

Medallas para todos os participantes.



III COSTA TRAIL XOVE

19-20/03/2022

e-mail: xovecostatrail@gmail.com

Tfnos; 630 94 82 96 / 606 86 31 19 / 618 97 61 59

3.- Regulamento da proba:

A carreira rexirase polo regulamento de Carreiras por Montaña da Federación Española de Deportes de Montaña e Escalada (Consultar en www.fedme.es), así como normas Covid-19 de Deporte Galego, que esteñan vixentes no momento da proba, é en concreto no Concello de Xove. Estas normas serán do obrigado cumprimento.

Seguiranse as seguintes normas:

- a) Non poden participar menores de 18 anos na carreira de 35K , si poderán participar con autorización paterna nados no ano 2006-2005 na carreira de 18K.
- b) Será motivo de descalificación:
 - Non pasar por tódolos controis de paso.
 - Recibir axuda externa fora dos lugares autorizados (hasta uns 100m nos avituallamentos).
 - Ensuciar e degradar o itinerario (é obrigatorio que cada corredor leve os seus propios desperdicios e deixalos nos lugares sinalizados pola organización).
 - O dorsal levarase sempre visible durante toda a proba, no peito.
 - Non prestar auxilio a calquer participante que sufra algún accidente e informar no control máis cercano.
 - Non se pode obstacularizar voluntariamente a outro corredor.
 - Os participantes obedecerán as instrucciones dos membros da organización e dos controis de paso.
- c) É obrigatorio avisar nun control ou a un membro da organización do abandono e entregar o dorsal.
- d) O mal tempo non é obstáculo para a celebración da proba . A organización reservase os dereitos de realizar un percorrido alternativo.
- e) A organización prevé un peche de meta ás 14:30 h para todas as carreiras e a andaina.
- f) O participante exime a organización de calquera responsabilidade no caso de accidente ou lesión.
- g) Todo corredor debe coñecer e respectar o reglamento da proba. A inscrición implica o cumprimento de este Regulamento.
- h) Os participantes na Andaina, o camiñar no sentido contrario as carreiras, deberán estar atentos, e non obstaculizar os corredores que veñen de fronte.
- i) Os corredores deberán ter as condicións físicas requiridas para a distancia e a dureza do itinerario. Levarán a indumentaria e calzado adaptados o terreo por donde transcurre a proba
- j) Todos os participantes deberán cumprir obrigatoriamente o Protocolo COVID-19 da Xove Costa Trail-2022, que se fixará na data oportuna.

III COSTA TRAIL XOVE

19-20/03/2022

e-mail: xovecostatrail@gmail.com

Tfnos; 630 94 82 96 / 606 86 31 19 / 618 97 61 59



4.- Información e datos de interese:

*RECOLLIDA DE DORSAIS;

- **Venres 18** de 19:00 h a 21:00h. Pavillón Municipal (Trails-Andaina-Nen@s)
- **Sábado 19** as 11:00h. en Faro Roncadoiro (Trails dos nen@s)
- **Sábado 19** de 17:00 h a 21:00h no Pavillón Municipal (Trails 35K-18K-Andaina)
- **Domingo 20** dende as 8:00 h no Pavillón Polideportivo de Xove. (Trails 35K-18K-Andaina)

Nota: Recomendamos recoller os dorsais os dias antes. Os dorsais, tamén se poderán recoller o mesmo día das probas, nos horarios que se indican.

*PECHES DE META: Ás 14:30 h

*ENTREGA DE PREMIOS (Domingo 22): Sobre ás 14:30 h. (Praza do Centro Civico de Xove)

*PINCHOTEIO FIN DE PROBA E CLAUSURA (Domingo 22): Praza do Centro Cívico de Xove.

Sábado 19:

***XCT Nen@s:** Xuntanza e ultima recollida de dorsais, na zona do Faro Roncadoiro (11:30h).

Desprazamento particular a zona das carreiras.

Saída das probas as 12:00h. Circuitos MiniTrails de Faro Roncadoiro e Monte Castelo. Meta no Faro Roncadoiro.

Domingo 20:

***XCT 35K:** Xuntanza e ultima recollida de dorsais a partir das 8:00h. da mañan, no Pavillón

Polideportivo de Xove (Centro Civico). Saída da proba dende o Centro Cívico as 9:00h.

Chegada o Centro Civico de Xove. Carreira circular de 35 km.

***Andaina:** Xuntanza e ultima recollida de dorsais na zona do Portiño de Portocelo (9:30h).

Saída da proba dende Praia de Portocelo as 10:00h., chegada a Praia de Portocelo. Ruta Circular 12Km.

***XCT 18K:** Xuntanza e ultima recollida de dorsais a partir das 8:00h. da mañan, no Pavillón

Polideportivo de Xove (Centro Civico). Dende Centro Civico, desprazamento en autobús ata o punto de saída (Punta da Mansa) as 9:40h. Saída da proba dende A Mansa as 10:30h. Carreira lineal de 18 km.

Teléfonos de contacto: 630 94 82 96 / 606 86 31 19 / 618 97 61 59

E-mail contacto: xovecostatrail@gmail.com