

IV Andaina Concello de CAMPO LAMEIRO 2025

Reglamento

A andaina conta con 3 distancias, 8KM, 13 km e 24 km. O principal obxectivo desta proba é fomentar, entre todos os veciños e participantes, a práctica do sendeirismo como un dos pilares dunha vida saudable, e visibilizar o traballo realizado pola Fundación Andrea

DATA E HORA DA PROBA

A proba terá lugar o domingo 21 de setembro 2025 ás 9.00 h a ruta longa, 9:30 h a ruta media e as 9:45 a curta, tanto a saída coma a chegada será desde a Praza do Concello s/n (centro da Vila).

RECOLLIDA DOS DORSAIS

Os dorsais poderanse recoller o Sábado 20 a tarde a partir das 16:00 e o domingo 22 a partir das 7:30h ata as 8:45h ruta longa e 9:15 ruta media e curta na Praza do Concello s/n.

PERCORRIDO

Transcorrerá integramente dentro do concello de Campo Lameiro Será na súa práctica totalidade por camiños e pistas cruzando en varias ocasións algunha estrada local ou comarcal. Nestes puntos haberá que prestar atención e seguir as indicacións dos voluntarios e axentes da autoridade. Todo aquel que non siga as instrucións quedará inmediatamente excluído e deberá abandonar a proba. A todos os participantes se lle facilitará un mapa co detalle do percorrido. É fundamental ter en conta o medio polo que nos imos mover, especialmente nos tramos a beira do río, xa que existe a probabilidade de esvarar e caer polas pedras pola humidade existente.

PERFIL

Tanto a proba de 8km ou 13 km, como especialmente a de 24km, terán lugar sobre un terreo nalgúns casos accidentados e con ascensións. É preciso ter un mínimo de forma física para a proba de 8km ou 13km, e no caso da proba máis longa será necesario estar en boa forma xa que o desnivel positivo é de aproximadamente 860 metros.

INSCRIPCIÓNS

Poderán participar todas as persoas que o desexen cun límite de 700 participantes. Os menores de 16 anos deberán ir acompañados en todo momento por unha persoa responsable maior de idade. A inscrición poderase facer ata o día 12 de setembro na páxina sportmaniacs.com o prezo é de 12€

Non se devolverá o importe da inscrición salvo causas de forza maior, debidamente xustificadas e apreciadas pola organización deste evento.

Deste prezo, a organización da andaina comprométese a colaborar coa Fundación Andrea con 5€ por participante. Habilitarase unha fila cero para calquera persoa que queira facer a súa achega a favor desta causa.

SINALIZACIÓNS E CONTROIS

O percorrido estará sinalizado con bandeirolas amarelas e vermellas.

A organización poderá cambiar os tempos de corte en función das condicións do terreo, dichas modificacións serán comunicadas antes do inicio da proba.

Os participantes portarán o dorsal nun sitio claramente visible, preferentemente no peito.

A 1:00no cruce de Fontenla habera un corte e todo participante que non ao rebasara tera que abandonar o percorrido ou de querer seguir devolverá o dorsal

AVITUALLAMENTOS

Haberá 3 avituallamentos para os/as participantes da ruta larga (Monte ,Polígono,Lodeiro),2 para os da ruta media(Monte ,Lodeiro)e 1 para a curta(Lodeiro). En todos haberá líquido e sólido.

ABANDONO

O abandono realizarase nalgún dos postos de control ou avituallamento informando para elo o persoal da organización. Se por causa de lesión ou accidente o andarín queda inmovilizado deberá avisar a organización ou a outro participante que a súa vez informará a organización.

A organización reservase o dereito a realizar as modificacións que estime oportunas no percorrido e programa, así como a suspensión da proba se as condicións meteorolóxicas o obrigan ou por outro caso de forza maior.

A organización declina toda a responsabilidade da participación de animais domésticos na proba

Os participantes están obrigados a auxiliar os accidentados así como a dar aviso a organización.

A inscrición na andaina conleva a cesión e autorización das imaxes que a organización realice durante o transcurso da proba

Os inscritos que desexen levar as suas mascotas deberán ser responsables sempre e en todo lugar deles así como facerse cargo de todo desperfecto ,dano ou contraproducencia que ocasionen

DESCALIFICACIÓN

Quedará descalificado, con todo o que supón, todo aquel que:

- Non cumpra o presente regulamento.
- Non pase polos controis establecidos.
- Non complete a totalidade do percorrido na opción na que estea inscrito.
- Corra con outro dorsal ou falsifique os datos de inscrición.
- Non siga as indicación da organización.
- Todo aquel que deteriore ou ensucie o entorno non poderá participar en sucesivas edicións.

RECOMENDACIÓNS

Estamos ante unha proba de dificultade media-alta que discorre por unha zona de natureza que en casos non ten presenza humana habitualmente. Por todo iso recomendase estar en boa condición física, e especialmente se chove ter en conta o perigo das zonas técnicas e con pedras na beira do cauce do río. Recomendamos o uso de:

Calzado e vestimenta adecuada para a montaña.

Recipiente para líquido.

Gorra o sombreiro, gafas de sol e crema de protección solar.

Chifre.

Móbil con batería.

A proba conta cos seguros que marca a lexislación actual pero declina toda responsabilidade no caso dun accidente por neglixencia así como dos obxectos que porte cada participante.