

V Andaina Concello de CAMPO LAMEIRO 2026

Regulamento

A andaina conta con 3 distancias, 8KM, 15km 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

1.DATA E HORA DA PROBA

A proba terá lugar o domingo 20 de setembro 2026 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).

2.RECOLLIDA DOS DORSAIS

Os dorsais poderanse recoller o Sábado 19 tarde a partir das 16:00 e o domingo 20 a partir 7:30h ata as 8:45h ruta longa e 9:15 ruta media e curta na Praza do Concello s/n.

3.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.

4.PERFIL

Tanto a proba de 8km ou 15 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 15km, e no caso da proba máis longa será necesario estar en boa forma xa que o desnivel positivo é de aproximadamente 860 metros.

5.INSERIPCIÓNS

Poderán participar todas as persoas que o desexen cun límite de 800 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 10 de setembro na páxina sportmaniacs.com o prezo é de 13€

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.

6.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 13:00no 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

7.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.

8.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 súas mascotas deberán ser responsables sempre e en todo lugar deles así como facerse cargo de todo desperfecto ,dano ou contraproducencia que ocasionen

9.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 negligencia así como dos obxectos que porte cada participante.