



# QUIROGA TRAIL CHALLENGE 2019

Tourgalia organiza la quinta edición del Circuito QUIROGA TRAIL CHALLENGE:

## 1.-PARTICIPANTES

El itinerario recorre terreno de montaña de O Courel, por caminos, sendas o campo a través. Cada participante debe ser plenamente consciente de la longitud y dificultad de la prueba, que se desarrollará en parte de noche, en invierno y bajo posibles condiciones climáticas de frío, lluvia, viento y nieve. Por tanto, deben asegurar que su indumentaria, calzado, así como las condiciones físicas del participante, sean los más apropiados para realizar la prueba. Una vez el participante realiza la inscripción exime a la organización de cualquier responsabilidad derivada del no cumplimiento de este reglamento y de las recomendaciones hechas por la organización, además de cualquier accidente durante el transcurso de la prueba.

Podrán participar todas las personas interesadas mayores de 16 años de edad. En las distancias MARATÓN y ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN solo podrán participar mayores de 18 años.

Las personas menores de edad deberán presentar la correspondiente autorización de la madre, padre o tutor legal y deberán acudir a la recogida del dorsal acompañadas de un adulto responsable.

## MATERIAL OBLIGATORIO\*

Es **obligatorio llevar un vaso o recipiente** ya que **en los avituallamientos no habrá** ningún tipo de **vaso o recipiente**.

### ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN

- MANTA TÉRMICA
- SILBATO
- FRONTAL
- GUANTES
- GORRO O BUFF
- DEPOSITO DE AGUA DE 1L. MÍNIMO
- MÓVIL CON BATERÍA
- CORTAVIENTOS CON MEMBRANA IMPERMEABLE
- MALLAS LARGA si las condiciones meteorológicas son adversas\*\*.
- CAMISETA TÉRMICA O CAMISETA CON MANGUITOS si las condiciones meteorológicas son adversas\*\*.
- PANTORRILLERAS en caso de nieve.

### MARATÓN

- MANTA TÉRMICA
- SILBATO
- DEPOSITO DE AGUA DE 1L. MÍNIMO
- MÓVIL CON BATERÍA
- CORTAVIENTOS CON MEMBRANA IMPERMEABLE si las condiciones meteorológicas son adversas\*\*.
- MALLAS LARGA si las condiciones meteorológicas son adversas\*\*.
- CAMISETA TÉRMICA O CAMISETA CON MANGUITOS si las condiciones meteorológicas son adversas\*\*.
- PANTORRILLERAS en caso de nieve\*\*.

### TRAIL GALITIMING

- MANTA TÉRMICA
- DEPOSITO DE AGUA
- MÓVIL CON BATERÍA
- CORTAVIENTOS CON MEMBRANA IMPERMEABLE si las condiciones meteorológicas son adversas\*\*.

### MINITRAIL

- MANTA TÉRMICA
- DEPOSITO DE AGUA
- MÓVIL CON BATERÍA
- CORTAVIENTOS CON MEMBRANA IMPERMEABLE si las condiciones meteorológicas son adversas\*\*.



El material obligatorio, podrá ser requerido por la organización en el control de dorsales y en cualquier parte del recorrido y todos los corredores estarán obligados a someterse a dicho control, bajo pena de descalificación de la carrera si no se sometiera a él.

*\*Dependiendo de las condiciones meteorológicas la organización se reserva el derecho a ampliar y/o modificar el material obligatorio comunicándolo a los participantes con la máxima antelación posible.*

*\*\*A decisión de la organización*

## **2.-ETAPAS.**

El QUIROGA TRAIL CHALLENGE constará de dos etapas:

**- TRAIL DO CASTELO: 16 de febrero.**

**- TRAIL DO LOR: 4 de mayo.**

### **RECOGIDA DE DORSALES Y HORARIOS TRAIL DO CASTELO**

#### **RECOGIDA DE DORSALES:**

Se realizará el día antes de cada prueba de **19:00 a 21:30** horas y el día de la prueba de **6:45 a 7:45** horas para dorsales de las distancias de **ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN y MARATÓN**. De **8:30 a 09:45** para dorsales de las distancias de **TRAIL-GALITIMING, MINITRAIL y Andaina** en las instalaciones del Albergue de Quiroga, en la calle Real 118. Quiroga. 27320 (Lugo).

#### **SALIDA + META:**

Tanto la salida como la llegada tendrá lugar en ambos Trails desde el Albergue de Quiroga. La dirección es calle real 118, 27320, Quiroga (Lugo).

#### **HORARIOS DE SALIDA:**

ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN y MARATÓN: 8:00 HORAS

TRAIL GALITIMING y MINITRAIL: 10:00 HORAS

ANDAINA: 10:05 HORAS

### **RECOGIDA DE DORSALES Y HORARIOS TRAIL DO LOR**

#### **RECOGIDA DE DORSALES:**

Se realizará el día antes de cada prueba de **19:00 a 21:30** horas y el día de la prueba de **6:45 a 7:45** horas para dorsales de las distancias de **ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN y MARATÓN**. De **8:30 a 09:45** para dorsales de las distancias de **TRAIL GALITIMING, MINITRAIL y Andaina** en las instalaciones del Albergue de Quiroga, en la calle Real 118. Quiroga. 27320 (Lugo).

#### **SALIDA + META:**

Tanto la salida como la llegada tendrá lugar en ambos Trails desde el Albergue de Quiroga. La dirección es calle real 118, 27320, Quiroga (Lugo).

#### **HORARIOS DE SALIDA:**

ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN y MARATÓN: 8:00 HORAS

TRAIL GALITIMING y MINITRAIL: 10:00 HORAS

ANDAINA: 10:05 HORAS



### 3.-CATEGORÍAS.

Para cada uno de los sexos (masculino y femenino) se establecen las siguientes categorías:

- General Masculina (Todos los corredores)
- General Femenina (Todas las corredoras)
- Veterano A Masculina: mayores de 40 años. (Nacidos en 1970 y 1979)
- Veterano A Femenina: mayores de 40 años. (Nacidos en 1970 y 1979)
- Veterano B Masculina: mayores de 50 años. (Nacidos en 1969 y anteriores)
- Veterano B Femenina: mayores de 50 años. (Nacidas en 1969 y anteriores)
- Equipos

La Andaina carece de categorías al no ser competitiva

### 4.-INSCRIPCIONES.

Todas las personas participantes, tanto independientes como pertenecientes a alguna entidad, deberán realizar su inscripción a través de la página Web:

[www.tourgalia.com](http://www.tourgalia.com)

No se admitirán inscripciones por ninguna otra vía, ni el mismo día de la prueba.

Los plazos y cuotas serán los siguientes:

#### CIRCUITO:

Desde el **22 de octubre 20:00 horas hasta el 20 de enero a las 24:00 horas:**

Circuito distancia ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN: 85€

Circuito distancia MARATÓN: 55€

Circuito distancia TRAIL GALITIMING: 40€

Circuito distancia MINITRAIL: 30€

Cada prueba por separado

#### TRAIL DO CASTELO

Desde el **22 de octubre 20:00 horas hasta el 20 de enero a las 24:00 horas:**

Distancia ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN: 50€

Distancia MARATÓN: 35€

Distancia TRAIL GALITIMING: 25€

Distancia MINITRAIL: 18€

Andaina 18 km: 12 €

Desde el **21 de enero a las 20:00 horas hasta el 10 de febrero a las 24:00 horas:**

Distancia ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN: 60€

Distancia MARATÓN: 45€

Distancia TRAIL GALITIMING: 35€

Distancia MINITRAIL: 25€

Andaina 18 km: 15 €

#### TRAIL DO LOR

Desde el **16 de febrero a las 20:00 horas hasta el 14 de abril a las 24:00 horas:**

Distancia ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN: 50€

Distancia MARATÓN: 35€

Distancia TRAIL GALITIMING: 25€

Distancia MINITRAIL: 18€

Andaina 18 km: 12 €

Desde el **15 de abril a las 20:00 horas hasta el 28 de abril a las 24:00 horas:**

Distancia ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN: 60€

Distancia MARATÓN: 45€

Distancia TRAIL GALITIMING: 35€



Distancia MINITRAIL: 25€

Andaina 18 km: 15 €

### **MODO DE INSCRIPCIÓN**

El ingreso de la cuota en el circuito completo o en cada una de las pruebas, en la modalidad elegida, se hará mediante la pasarela de pago habilitada en la web [www.tourgalia.com](http://www.tourgalia.com)

### **DEVOLUCIONES**

Se podrá solicitar la devolución de las inscripciones hasta el día **1 de febrero para el TRAIL DO CASTELO** y hasta el **20 de abril para el TRAIL DO LOR** y **TENDRÁ UN COSTE DE 10€ DE GASTOS DE GESTIÓN.**

### **CAMBIOS**

Se podrán hacer cambios de dorsal por otro corredor o cambio de distancia a una inferior sin coste alguno hasta el día 10 de febrero para el TRAIL DO CASTELO y hasta el 28 de abril para el TRAIL DO LOR.

Cualquier cambio de corredor debe ser autorizado por la organización y comunicado a esta.

## **5.-CLASIFICACIONES.**

Se realizarán las siguientes clasificaciones por cada categoría y circuito de las 4 distancias **ULTRA-KISTHEMOUNTAIN, MARATÓN, TRAIL y MINITRAIL.** La Andaina no tiene clasificaciones al no ser competitiva.

### **CIRCUITO: por distancias, por categorías y por equipos.**

- Se sumarán los tiempos conseguidos por cada atleta en cada una de las pruebas del circuito proclamándose vencedor aquél que consiga menor suma de tiempos.
- En el caso de empate entre dos o más atletas se atenderá al siguiente criterio: La mejor posición obtenida en cada una de las pruebas de circuito.
- En la clasificación por equipos tendrá que haber un mínimo cuatro corredores/as y se sumarán los tiempos conseguidos por los cuatro primeros integrantes del equipo en entrar en meta.
- Obligatoriamente uno de los componentes deberá ser una mujer.
- No computará en el circuito realizar distintas distancias en cada prueba.
- Para que una categoría sea válida deberán al menos existir 3 corredores/as inscritos.

### **TRAIL DO CASTELO: por distancias, por categorías y mejor equipo.**

- Para que una categoría sea válida deberán al menos existir 3 corredores/as inscritos.
- En la clasificación por equipos tendrá que haber un mínimo cuatro corredores/as y se sumarán los tiempos conseguidos por los cuatro primeros integrantes del equipo en entrar en meta.
- Obligatoriamente uno de los componentes deberá ser una mujer.

### **TRAIL DO LOR: por distancias, por categorías y mejor equipo.**

- Para que una categoría sea válida deberán al menos existir 3 corredores/as inscritos.
- En la clasificación por equipos tendrá que haber un mínimo cuatro corredores/as y se sumarán los tiempos conseguidos por los cuatro primeros integrantes del equipo en entrar en meta.
- Obligatoriamente uno de los componentes deberá ser una mujer.



## 6.-PREMIOS.

### PARA LA CLASIFICACIÓN GENERAL DEL CIRCUITO:

- Trofeo las 3 primeras personas clasificadas de cada distancia y que hayan completado las dos pruebas.
- Medallas a los 3 primeros de cada categoría establecida en el punto 3.
- Trofeo al equipo ganador del circuito en cada distancia.

### POR CADA PRUEBA Y RECORRIDO: ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN, MARATÓN, TRAIL-GALITIMING, MINITRAIL

- Trofeo a las 3 primeras personas clasificadas de cada distancia masculino y femenino.
- Medallas a los 3 primeros de cada categoría establecida en el punto 3.
- Trofeo al equipo más numeroso independientemente de la distancia.
- Trofeo al equipo ganador de cada distancia.

### FINISHERS:

- A todos los/as participantes que completen el CIRCUITO: Pueden completar el circuito en distancias diferentes.

### ENTREGA DE PREMIOS:

Se colgarán clasificaciones provisionales cada hora después de la entrada en meta del primer corredor.

### LOS HORARIOS:

#### TRAIL DO CASTELO:

MINITRAIL: 14:00 H.

TRAIL GALITIMING: 16:30 H.

MARATÓN: 17:30H.

ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN: 21:30H.

#### TRAIL DO LOR:

MINITRAIL: 14:00 H.

TRAIL GALITIMING: 17:00 H.

MARATÓN: 18:00H.

ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN: 22:30H.

La entrega de trofeos y premios tendrá lugar en la zona de Meta, siendo obligatoria la asistencia de los ganadores/as. En caso de que algún ganador/a esté ausente en el momento requerido por la organización para la entrega de trofeos, perderá dicho premio. **No se podrán acumular premios.**

## 7.-PROCEDIMIENTO DE RECLAMACIÓN.

Una vez publicada la clasificación provisional de cada prueba, los atletas que deseen realizar cualquier tipo de reclamación, tendrán 30 minutos para presentarla por escrito.

La organización pondrá a disposición de los atletas un formulario impreso para la presentación de reclamaciones.

## 8.-DORSALES Y CONTROL DE LAS PRUEBAS.

La organización facilitará a cada participante un dorsal y un chip para cada una de las pruebas, personal e intransferible, cuya utilización será obligatoria. **El chip tendrá que ir colocado en la zapatilla.** Será obligatorio el paso por todos los avituallamientos para clasificar.



## 9.-SEÑALIZACIÓN Y CONTROL DE PASO.

El recorrido estará marcado y balizado por la Organización con cinta plástica de color vivo, banderolas y otros elementos de señalización ubicados a intervalos regulares, dependiendo de la tipología del terreno y de los caminos. **Es responsabilidad de cada participante localizar la señalización y seguirla.**

Será obligatorio seguir el itinerario marcado, así como pasar por los controles establecidos. **El corredor que ataje o recorte el itinerario marcado, será penalizado. Asimismo, el corredor que no pase por todos los controles establecidos o que utilice algún medio mecánico para su desplazamiento, será descalificado.**

Los tramos del recorrido que discurran por carreteras o calles de poblaciones, no estarán cortados al tráfico rodado, debiendo atenerse los participantes a las normas generales de Tráfico o a las indicaciones de la Organización. Será obligatorio cruzar las carreteras por los pasos o lugares habilitados para la ocasión, debidamente señalizados.

En el desarrollo de la prueba la organización tendrá dispuestos varios puntos de control, generalmente coincide con los avituallamientos, siendo obligatorio el paso por los mismos donde se efectuarán los controles de paso reglamentarios, el no paso o salto de alguno de los controles será motivo directo de descalificación de la prueba.

Si fuera necesario interrumpir y suspender la prueba en un punto del recorrido, la clasificación se determinará según el orden y tiempo de llegada en el punto de interrupción o, en su defecto, en el último control realizado.

**Así mismo el/los corredor/es escoba o el responsable de cualquier punto de control, tendrá la potestad para retirar de la prueba a cualquier corredor si su tiempo en carrera o estado físico así lo aconsejara.**

## TIEMPOS DE CORTE

**Los tiempos de corte se establecen a la hora de salida del avituallamiento, no a la de llegada.**

El corredor que se retire deberá avisar en el punto de control o avituallamiento más próximo y entregar el dorsal a la organización. Será recogido por un vehículo de la organización en ese punto.

## TRAIL DO CASTELO:

### ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN:

Outeiro ida - km 19: 12:30 horas (4:30h de carrera) Se incorporarán al MARATÓN los que pasen de ese tiempo.

Outeiro - km 38: 17:00 horas (9 h de carrera).

Paradaseca - km 53: 19:30 horas (11:30 h. de carrera).

Meta: 21:30H (13:30 h. de carrera).

### MARATÓN:

Paradaseca - km 53: 16:00 horas (8 h. de carrera).

Castelo de Eiras - km 8,5: 12:00 horas (2:00 h. de carrera).

Meta: 18:30H (9:30 h. de carrera).

### TRAIL GALITIMING:

Meta: 16:00 horas (6:00 h. de carrera)

### MINITRAIL:

Meta: 14:00 horas (4 h. de carrera)



## **TRAIL DO LOR:**

### **ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN:**

Margaride – km 30: 15:00horas (7:00 h. de carrera).

Parteme - km 54: 20:00 horas (12:00 h. de carrera).

Meta: 22:30 horas (14:30 h. de carrera).

### **MARATÓN:**

Parteme - km 35: 16:30horas (8:00 h. de carrera).

Meta: 18:00 horas (10 h. de carrera).

### **TRAIL GALITIMING:**

Xestoso - km 13: 13:00horas (3:00 h. de carrera)

Meta: 17:00 horas (6:00 h. de carrera).

### **MINITRAIL:**

Meta: 14:00 horas (4:00 h. de carrera).

## **10.-AVITUALLAMIENTOS.**

Los avituallamientos serán sólidos y líquidos: fruta, isotónicos, cola, agua, frutos secos, dátiles, bocadillos, bollería, y aquello que la organización estime oportuno. Estarán distribuidos por todos los avituallamientos del circuito según el perfil publicado por la organización.

Dado el carácter de semi-autosuficiencia de la prueba, cada corredor deberá prever y portar la cantidad de alimentos, bebidas, sales y complementos que estime necesarios para poder completar el recorrido.

Se establece un mínimo obligatorio por corredor de 1 litro de agua para las distancias ULTRA-KISSTHEMOUNTAIN y MARATÓN y 0,5 l para el TRAIL GALITIMING y MINITRAIL, pudiendo llevarlos en una bolsa de hidratación o botellines, así como una mínima reserva alimentaria, en el momento de la salida. **Así mismo es obligatorio llevar un vaso o recipiente ya que en los avituallamientos no habrá ningún tipo de vaso o recipiente.**

## **11.-MODIFICACIONES.**

La organización se reserva la posibilidad de cambiar las fechas y lugares de celebración, lo cual será comunicado siempre con la debida antelación.

En caso de que las condiciones meteorológicas sean muy adversas y exista un aviso importante o extremo comunicado por la AEMET o METEOGALICIA, la organización podría suspender la prueba variarse el recorrido sin que ello signifique la devolución del importe íntegro o parcial de la Inscripción.

## **12.-MEDIO AMBIENTE.**

**La carrera se desarrolla en su mayor parte por parajes de excepcional belleza natural, por lo que será obligatorio para todos los participantes preservar el entorno, estando prohibido arrojar desperdicios fuera de las zonas establecidas en los avituallamientos. Será motivo de descalificación incumplir esta norma elemental por parte de los participantes.**



### **13.-RESPONSABILIDAD Y ACCIDENTES.**

La organización declina toda responsabilidad en caso de accidente o negligencia ajena, así como la pérdida o rotura de objetos de cada participante. Cada corredor será responsable de todo perjuicio o lesión que pudiera causar a sí mismo o a terceros, exonerando a la organización de cualquier responsabilidad en caso de accidente o lesión. **Los participantes están obligados a socorrer a otros participantes durante el transcurso de la carrera.**

### **14.-VARIOS.**

El hecho de formalizar la inscripción en el QUIROGA TRAIL CHALLENGE 2019, supone la aceptación de las presentes normas.

Todas las personas que formalicen su inscripción en el circuito o en alguna de sus pruebas, acepta la presente normativa, la publicación y tratamiento de sus datos e imágenes con arreglo a la legislación vigente, así como las posibles resoluciones tomadas por el comité organizador. También permite que la organización muestre en una lista pública ciertos datos personales (nombre, apellidos, fecha de nacimiento, inscripción) en la sección correspondiente de la web: [www.tourglia.com](http://www.tourglia.com).

La organización podrá modificar este reglamento, según las necesidades de la organización para su óptimo desarrollo. Para todo lo no recogido en las presentes bases la organización se reserva el derecho a decidir.