



REGLAMENTO - INFORMACIÓN

INDICE

- 1.- ORGANIZACIÓN Y PRUEBAS.
 - 1.1.- ORGANIZACIÓN.
 - 1.2.- PRUEBAS.
 - 2.- RECORRIDOS.
 - 2.1.- TIPO Y ZONA.
 - 2.2.- DATOS Y DESCRIPCIÓN.
 - 3.- PARTICIPACION.
 - 3.1.- PARTICIPANTES.
 - 4.- MATERIAL OBLIGATORIO Y ACONSEJABLE.
 - 4.1.- OBLIGATORIO.
 - 4.2.- BASTONES.
 - 4.3.- CONTROL.
 - 5.- SEÑALIZACION, MARCAJE, CONSENTIMIENTOS.
 - 5.1.- SEÑALIZACIÓN.
 - 5.2.- MARCAJE.
 - 6.- INSCRIPCIONES.
 - 6.1.- EDAD Y LÍMITE.
 - 6.2.- APERTURA INSCRIPCIONES.
 - 6.3.- PRECIOS.
 - 6.4.- DEVOLUCION INSCRIPCION.
 - 7.- CATEGORIAS.
 - 7.1.-CATEGORIAS.
 - 8.- ENTREGA DE DORSALES Y CHARLA TECNICA.
 - 8.1.- ENTREGA DE DORSALES.
 - 8.2.- CHARLA TECNICA.
 - 9.- SALIDA, LLEGADA Y HORARIOS.
 - 9.1.- SALIDA Y LLEGADA.
 - 9.2.- HORARIOS.
 - 10.- AVITUALLAMIENTOS.
 - 11.- MOTIVOS DE DESCALIFICACIÓN.
 - 12.- RETIRADA Y ABANDONOS. NORMAS Y OBLIGACIONES.
 - 13.- ENTREGA DE PREMIOS.
 - 14.- MAPA CON UBICACIÓN DE LOS SERVICIOS.
 - 15.- OTRA INFORMACION.
 - 16.- OTROS SERVICIOS.
 - 16.1.- COMIDA.
 - 16.2.- ALOJAMIENTOS.
- MENSAJE FINAL.

1.- ORGANIZACIÓN Y PRUEBAS

1.1.- Organización: Aviva Center y Aviva Sport Club, organizan el II Trail do Lobo "Serra do Xurès", que se celebrará con salida y meta en la Aldea de As Maus de Salas(Muiños-Ourense) el día 16 de Septiembre de 2.018.

1.2.- Pruebas: TRAIL 43K , TRAIL CORTO 28K Y TRAIL MINI 17K TRAIL INFANTIL DO LOBEZNO.

Hay tres distancias:

TRAIL 43 K: As Maus de Salas(Muiños)-Guende(Lobios)-As Maus de Salas

Modalidad competitiva, carrera por montaña con una distancia aproximada de 43 kms y limitado 100 plazas.

Desnivel positivo aproximado de 1900 metros y desnivel acumulado de 3800mts.

Dificultad física: Alta Dificultad técnica: Media

5 Avituallamientos + 1 avituallamiento de meta
Tiempo máximo para completarla de **8 horas**.

TRAIL 28 K: As Maus de Salas(Muiños)-As Maus de Salas

Modalidad competitiva, carrera por montaña con una distancia aproximada 28 kms y limitado a 100 plazas.

Desnivel positivo aproximado de 1300 mts. y desnivel acumulado de 2600 mts.

Dificultad física: Media

Dificultad técnica: Media

3 Avituallamientos + 1 avituallamiento de meta.
Tiempo máximo para completarla de **5 horas**.

TRAIL 17 K: Guende(Lobios)-As Maus de Salas(Muiños)

Modalidad competitiva, carrera por montaña con una distancia aproximada de 17 kms y limitado a 50 plazas.

Desnivel positivo aproximado de 600 metros y desnivel acumulado de 1100 mts.

Dificultad física: Baja Dificultad técnica: Baja

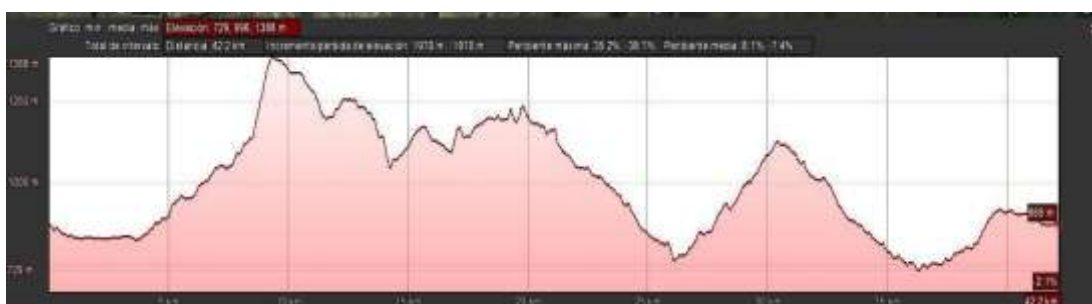
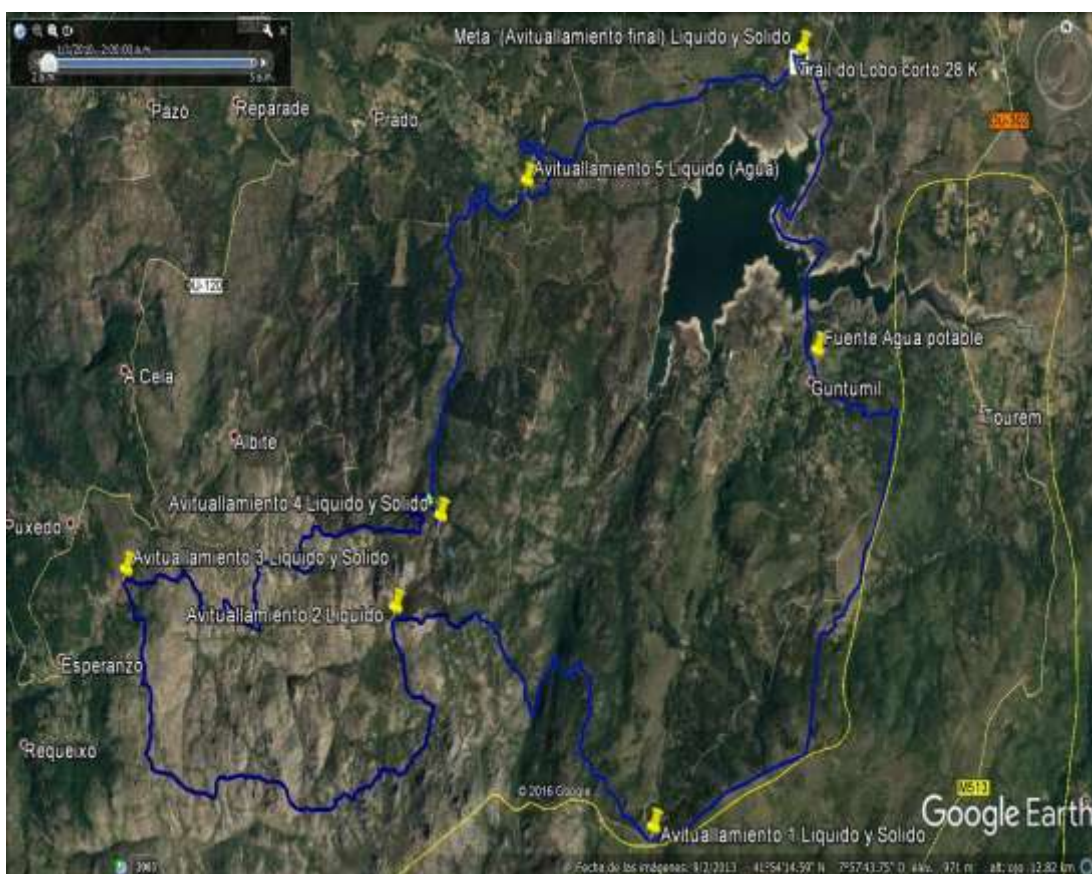
2 Avituallamientos + 1 avituallamiento de meta
Tiempo máximo para completarla de **4 horas**.

2.- RECORRIDOS

2.1.- Tipo y Zona: Los itinerarios discurrirán por pistas forestales, caminos, senderos tradicionales y tramos de asfalto a la salida y a la llegada a meta. Recorrerán los montes de la "Serra do Pisco y Serra do Xurés", transcurriendo por los Ayuntamientos de Muiños y Lobios y recorrerán las parroquias de As Maus de Salas, Requiás, Guntumil, Guende, Albite, Prado y Xermeade.

2.2.- Datos y descripción:

TRAIL 43 K (43 Kms. aproximadamente, **limitado a 100 plazas**, puede que hasta la fecha del evento haya alguna variación en el recorrido, los tracks para los dispositivos gps se facilitarán en breve).

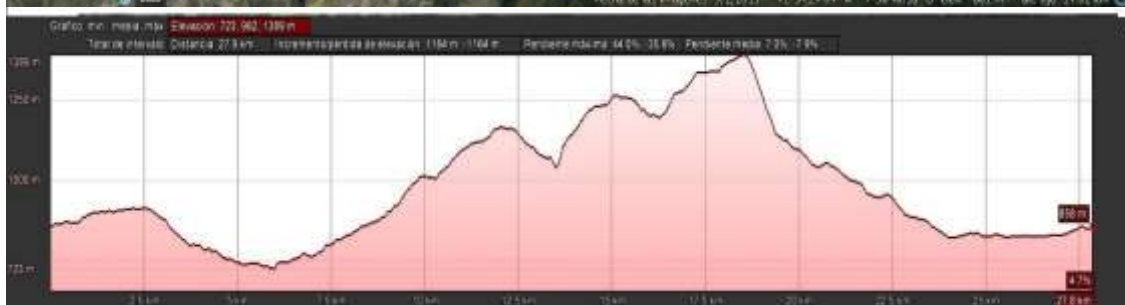


Descripción: El recorrido sigue el sentido de las agujas del reloj, después de la salida en Aviva Center & Club se discurre por las calles

de la aldea para internarse en la zona del embalse y sus orillas para llegar hasta la carretera que nos lleva a cruzar el puente del embalse en dirección al pueblo de Guntumil, pasando por delante de una fuente de agua potable donde si no has repuesto agua recomendamos hacerlo para afrontar la subida más dura del trazado, casi 5 kms de subida de los cuales 1,2 es un cortafuegos vertical de gran dureza, pasamos cresteando por el Alto del Pisco siguiendo otro cortafuegos que nos llevará en descenso hasta la frontera con Portugal donde estará ubicado el primer avituallamiento km 11 aprox., cruzaremos la carretera para seguir una pista unos metros y a la izquierda seguiremos por un sendero que corresponde a un PR que nos llevará por una zona con poco árbol descubierta con una pequeña subida para luego descender por zona de pedruscos con formas diversas, nos internaremos en un bosque de carballos con pequeños sube baja hasta cruzar un pequeño riachuelo donde seguiremos el sendero a la izquierda en ascenso para volver a salir a una zona sin arboleda de monte bajo y arbustos al poco de ascender volveremos a llanear y ya a descender por el mismo sendero PR para luego seguir otro camino a la izquierda que nos llevará a otro cortafuegos en ascenso que podremos divisar antes de afrontarlo, una vez en lo alto del cortafuegos bajaremos un poco y se ubicará el segundo avituallamiento km 16 aprox., el cual será completo también, a partir de aquí seguimos un camino a la izquierda y ya nos internamos en una zona alta del parque donde no hay un camino o sendero definido como tal pero que estará marcado debidamente, intentando que esté lo más limpio de maleza posible ya que esta zona es de protección especial y hay que ajustarse a las normas, como mucho habrá maleza o arbustos bajos pero que no será impedimento para nuestro avance, en algunas zonas pasaremos por grandes formaciones rocosas, pasada esta zona vamos descendiendo al valle y avanzaremos hasta una zona donde se encuentra el Foxo lo Lobo, para seguir descendiendo ya por un sendero y camino más definido hasta las inmediaciones del pueblo de Guende donde habrá ubicado otro avituallamiento km 24,5 aprox., donde podremos reponer líquidos, seguimos a continuación por un camino que nos llevará hacia una zona de monte bajo para descender hacia un río y sus pozas, una vez cruzado el río seguimos en ascenso paralelos al río o incluso por el mismo cauce unos metros para luego ascender por la izquierda hasta un camino más definido y luego volver a ascender por monte a través hasta una pista que tras unos kms nos llevará hasta el pueblo abandonado de Salgueiro donde estará el siguiente avituallamiento completo en el km 32 aprox., una vez aquí volveremos a unirnos al recorrido común de las dos distancias, comenzamos a descender por un antiguo camino empedrado que nos llevará hasta la carretera donde la cruzaremos para seguir descendiendo por el margen izquierdo del río, en algunos metros siguiendo un continuo descenso encontraremos pequeños sube baja pero siguiendo el mismo sendero que corresponde a otro PR, al cabo de unos kms saldremos del sendero a un camino para girar a la derecha y cruzar el regato que llevábamos a nuestra derecha, seguiremos este camino en ascenso unos metros para luego descender hacia la margen derecha del río Salas el cual

remontaremos durante unos kms para salir a una zona de recreo en el km 37 aprox., donde tendremos un avituallamiento liquido(solo agua) y a continuación pasaremos por unos molinos y donde llegaremos a una gran poza y cascada con molinos donde habrá que cruzar el río y ya continuar por una senda arbolada durante unos metros para luego entrar en un sendero en ascenso que nos llevará hasta la carretera y desde allí a escasos 2 kilometros llegaremos a meta.

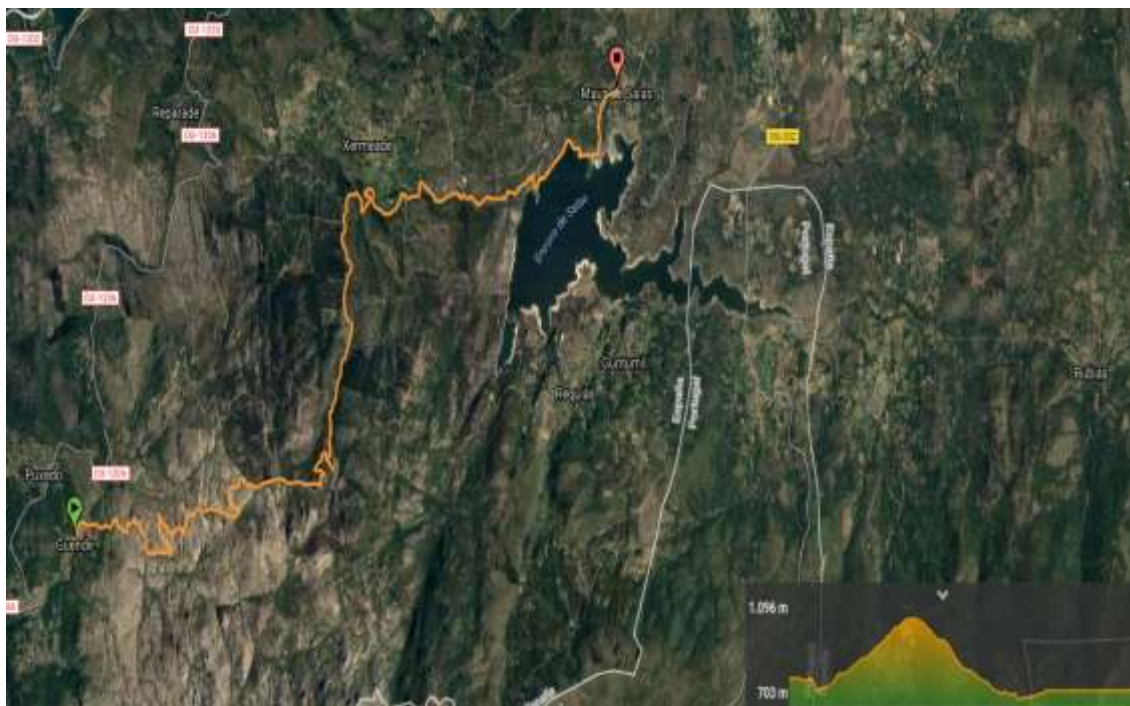
TRAIL 28 K (28 Kms. aproximadamente, **limitado a 100 plazas** puede que hasta la fecha del evento haya alguna variación en el recorrido, los tracks para los dispositivos gps se facilitarán en breve).



Descripción: El recorrido sigue el sentido de las agujas del reloj, después de la salida en Aviva Center & Club se discurre por las calles de la aldea para internarse en la zona del embalse y sus orillas para llegar hasta la carretera que nos lleva a cruzar el puente del embalse en dirección al pueblo de Guntumil, pasando por delante de una fuente de agua potable donde si no has repuesto agua recomendamos hacerlo para afrontar la subida más dura del trazado, casi 5 kms de subida de los cuales 1,2 es un cortafuegos vertical de gran dureza, pasamos cresteando por el Alto del Pisco siguiendo otro

cortafuegos que nos llevará en descenso hasta la frontera con Portugal donde estará ubicado el primer avituallamiento km 11 aprox. Cruzaremos la carretera para seguir una pista unos metros y a la izquierda seguiremos por un sendero que corresponde a un PR que nos llevará por una zona con poco árbol descubierta con una pequeña subida para luego descender por zona de pedruscos con formas diversas, nos internaremos en un bosque de carballos con pequeños sube baja hasta cruzar un pequeño riachuelo donde seguiremos el sendero a la izquierda en ascenso para volver a salir a una zona sin arboleda de monte bajo y arbustos al poco de ascender volveremos a llanear y ya a descender por el mismo sendero PR que nos llevará hasta el pueblo abandonado de Salgueiro donde estará el siguiente avituallamiento completo en el km 18 aprox., una vez aquí donde se unirán al recorrido común las dos distancias, comenzamos a descender por un antiguo camino empedrado que nos llevará hasta la carretera donde la cruzaremos para seguir descendiendo por el margen izquierdo del río, en algunos metros siguiendo un continuo descenso encontraremos pequeños sube baja pero siguiendo el mismo sendero que corresponde a otro PR, al cabo de unos kms saldremos del sendero a un camino para girar a la derecha y cruzar el regato que llevábamos a nuestra derecha, seguiremos este camino en ascenso unos metros para luego descender hacia la margen derecha del río Salas el cual remontaremos durante unos kms para salir a una zona de recreo en el km 22,5 aprox. y donde tendremos un avituallamiento liquido(solo agua).Continuamos por un sendero viendo unos molinos donde llegaremos a una gran poza y cascada con molinos donde habrá que cruzar el río y ya continuar por una senda arbolada durante unos metros para luego entrar en un sendero en ascenso que nos llevará hasta la carretera y desde allí a escasos 2 kilómetros llegaremos a meta.

TRAIL 17 K (17 Kms. aproximadamente, **limitado a 50 plazas**, puede que hasta la fecha del evento haya alguna variación en el recorrido, los tracks para los dispositivos gps se facilitarán en breve).



Descripción; **Salida desde el pueblo de Guende**, donde los corredores/as serán llevados en autobús desde las instalaciones de AvivACenter&Club y donde estará ubicada la salida, seguimos a continuación por un camino que nos llevará hacia una zona de monte bajo para descender hacia un río y sus pozas, una vez cruzado el río seguimos en ascenso paralelos al río o incluso por el mismo cauce unos metros para luego ascender por la izquierda hasta un camino más definido y luego volver a ascender por monte a través hasta una pista que tras unos kms nos llevará hasta el pueblo abandonado de Salgueiro donde estará el avituallamiento completo en el km 7,5 aprox., una vez aquí volveremos a unirnos al recorrido común de las dos distancias, comenzamos a descender por un antiguo camino empedrado que nos llevará hasta la carretera donde la cruzaremos para seguir descendiendo por el margen izquierdo del río, en algunos metros siguiendo un continuo descenso encontraremos pequeños sube baja pero siguiendo el mismo sendero que corresponde a otro PR, al cabo de unos kms saldremos del sendero a un camino para girar a la derecha y cruzar el regato que llevábamos a nuestra derecha, seguiremos este camino en ascenso unos metros para luego descender hacia la margen derecha del río Salas el cual remontaremos durante unos kms para salir a una zona de recreo en el km 12 aprox., donde tendremos un avituallamiento líquido (solo agua) y a continuación pasaremos por unos molinos y donde llegaremos a una gran poza y cascada con molinos donde habrá que cruzar el río y ya continuar por una senda

arbolada durante unos metros para luego entrar en un sendero en ascenso que nos llevará hasta la carretera y desde allí a escasos 2 kilómetros llegaremos a meta.

3.- PARTICIPACION

3.1- Participantes: Cada participante debe estar capacitado físicamente y mentalmente para la prueba que va a afrontar, plenamente consciente de la longitud y dificultad de la prueba, saber moverse y reconocer el medio natural en el que se desarrolla, las posibles condiciones climáticas adversas de frío, lluvia, viento o calor excesivo, por lo cual estará preparado para lo que pueda acontecer y debe prever que su indumentaria y calzado sean los adecuados para la práctica de carreras por montaña en cualquier condición meteorológica prevista.

La realización y pago de la inscripción implica que los corredores han leído, entendido y aceptado las condiciones del presente Reglamento y participan bajo su entera responsabilidad, afirman poseer unas condiciones físicas suficientes para la realización de las pruebas (sobre todo en la distancia de 43 Kms.) y haber pasado los correspondientes controles físicos y de salud.

4.- MATERIAL OBLIGATORIO Y ACONSEJABLE

4.1.-**Obligatorio:** Cada participante en el **Trail do Lobo 43 K** deberá portar el siguiente material obligatorio:

- Manta térmica de supervivencia.
- Silbato.
- Móvil con carga suficiente. (Se facilitará un numero para cualquier urgencia o eventualidad que irá también impreso en el dorsal)
- Reserva mínima de agua 1 litro.
- Chubasquero o Cortavientos (si así fuera preciso según las condiciones meteorológicas, se avisará de este punto en la charla técnica o en la previa a la salida)

Aconsejable:

- Linterna frontal con pilas cargadas.
- En caso de condiciones adversas de lluvia frio: guantes, gorro, buff.
- En caso de calor: gorra, gafas, crema solar.
- Reserva de alimentos.

Obligatorio: Cada participante en el **Trail do Lobo 28 K** deberá portar el siguiente material obligatorio:

- Manta térmica.
- Silbato.
- Móvil con carga suficiente. (Se facilitará un numero para cualquier urgencia o eventualidad que irá también impreso en el dorsal)
- Reserva de agua.
- Chubasquero o Cortavientos (si así fuera preciso según las condiciones meteorológicas, se avisará de este punto en la charla técnica o en la previa a la salida)

Aconsejable:

- En caso de condiciones adversas de lluvia frio: guantes, gorro, buff.
- En caso de calor: gorra, gafas, crema solar.

Obligatorio: Cada participante en el **Trail do Lobo 17 K** deberá portar el siguiente material obligatorio:

- Manta térmica.
- Silbato.
- Móvil con carga suficiente. (Se facilitará un numero para cualquier urgencia o eventualidad que irá también impreso en el dorsal)
- Reserva de agua.
- Chubasquero o Cortavientos (si así fuera preciso según las condiciones meteorológicas, se avisará de este punto en la charla técnica o en la previa a la salida)

Aconsejable:

- En caso de condiciones adversas de lluvia frio: guantes, gorro, buff.
- En caso de calor: gorra, gafas, crema solar.

4.2.- Bastones: está permitido el uso de bastones pero el que opte por su uso deberá portarlos de principio a fin de la prueba no pudiendo abandonarlos en ningún punto del recorrido. También

está permitido el uso de mochilas, camelback o cinturones de hidratación.

4.3.- Control: El control de material se realizará antes de la salida, no pudiendo realizar la salida ningún corredor que no disponga de todo el material obligatorio. El material obligatorio podrá ser solicitado en cualquier control o punto sorpresa del recorrido y si se negase a enseñarlo será descalificado y retirado de la prueba.

La Organización declina toda responsabilidad en caso de cualquier lesión, padecimiento o accidente por imprudencia, negligencia o falta de forma física del participante.

5.- SEÑALIZACIÓN Y MARCAJE

5.1.- Señalización: El recorrido estará señalizado por la organización con cinta plástica de colores, pintura, carteles indicadores, banderines u otros elementos de señalización, así como referencias kilométricas en ciertos puntos estratégicos, ubicados a intervalos regulares dependiendo de la tipología del terreno y de los caminos. Es responsabilidad de cada participante localizar la señalización y seguirla. En caso de no encontrar la señalización de balizaje, cintas o cualquier otro elemento, en un máximo de 100 metros, el participante debe desandar hasta el punto anterior de marcaje y continuar por el recorrido correcto.

5.2.- Los tramos del recorrido que discurren tanto por carreteras o calles no estarán cortados al tráfico rodado, debiendo por tanto los participantes atenerse a las normas de Tráfico, respetando el tráfico rodado y las indicaciones de la Organización.

5.3.- Será obligatorio seguir el itinerario marcado y pasar por los controles reglamentarios establecidos al efecto. Los controles estarán normalmente en los puntos de avituallamiento pudiendo hacer algún control sorpresa durante el recorrido. El corredor que ataje o no haga el itinerario correcto, que no pase por los puntos de control o utilice algún tipo de medio para su desplazamiento, será descalificado.

5.4.- La Organización podrá realizar las modificaciones que considere necesarias en el recorrido hasta el día de la prueba por cuestiones de logística, permisos, etc...por lo tanto todos los datos de descripción de recorridos, fotos track, tracks, facilitados en este reglamento no son definitivos sino consultivos y pueden sufrir cambios incluso la suspensión de la prueba si las condiciones meteorológicas así lo aconsejan o por causas de fuerza mayor.

5.5.- El recorrido de la prueba discurre por una Reserva de la Biosfera y Parque Natural con zonas de exclusión de máxima protección ya que habitan diferentes mamíferos protegidos como el Lobo del cual este trail lleva su nombre con orgullo, se pasará

por parajes naturales de gran belleza, respetar la flora y fauna, no salirse del recorrido, no debemos ensuciar ni deteriorar el medio natural arrojando desperdicios fuera de las áreas de control. Los desperdicios se depositarán en los contenedores de basura colocados por la organización para tales efectos hasta una distancia máxima de 100 metros de los avituallamientos y puestos de control. Los envoltorios de los geles y similares deben ser portados en la mochila hasta el avituallamiento más próximo o hasta la meta.

Será motivo de descalificación el incumplimiento de esta norma por parte de los corredores.

5.6.- El participante presta su consentimiento a la Organización del II Trail Trail do Lobo "Serra do Xurés" para que pueda ser utilizada su imagen en la promoción y difusión de la prueba de todas las formas posibles (carteles, publicaciones, prensa, internet, video, foto, DVD, radio u otro medio de comunicación.) Cualquier persona inscrita podrá prohibir la utilización de su imagen expresamente, previa comunicación por escrito dirigida a AvivA Center a través de su email; info@avivacenter.com.

La Organización garantiza el pleno cumplimiento de la Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Personal, y de acuerdo con lo dispuesto en dicha ley, el firmante queda informado y presta su consentimiento para la incorporación de sus datos personales a los ficheros automatizados propiedad de la Organización y al tratamiento de los mismos para su utilización en relación con gestiones administrativas, comerciales y otras actividades propias de la misma. El participante podrá ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición, mediante escrito dirigido a AvivA Center a través de su email; info@avivacenter.com

6.- INSCRIPCION:

6.1.- Edad y límite: La prueba está abierta a todos atletas / deportistas con edad mínima de 18 años (cumplidos el día de la prueba). **El límite de participación será de 100 inscritos para el Trail 43 k + 100 inscritos para el Trail corto 28 k + 50 inscritos para el Trail mini 17k.**

6.2.- Apertura Inscripciones: Las inscripciones se podrán formalizar a partir del día **1 de Junio de 2.018**, vía internet, a través de la página Web y plataforma de pago:
<http://www.prozis.com/traildolobo>

6.3.- Precios: Los precios de la inscripción serán los siguientes:

Para las inscripciones realizadas desde la fecha del día 1 de Junio hasta las 24:00 horas del día sábado 25 de agosto:

Trail do Lobo 43 K	30 €
Trail do Lobo 28 K	20 €
Trail do Lobo 17 K	15 €

Para las que se realicen desde el domingo 26 de Agosto, hasta la fecha de cierre de inscripciones, 24:00 horas del martes día 5 de Septiembre:

Trail do Lobo 43 K	35 €
Trail do Lobo 28 K	25 €
Trail do Lobo 17 k	20 €

6.4.-Devolución de la inscripción:

Las anulaciones realizadas hasta el 1 de septiembre se descontaran 5 euros al Trail do Lobo 28 K/17k y 10 euros al Trail do Lobo 43 K en el importe abonado. A partir del 1 de septiembre no se procederá a ninguna devolución.

Dichas anulaciones deberán tener una causa justificada, lesión o enfermedad para lo cual deberá presentar antes de la devolución una solicitud junto a un certificado médico o justificante de cualquier otra causa, enviando un email a la siguiente dirección: info@avivacenter.com. Una vez recibida la estudiaremos y enviaremos una respuesta a su solicitud.

La inscripción es personal e intransferible y supone la aceptación de este reglamento y la renuncia a todos los derechos contra la Organización, renunciando a toda acción legal que pudiera derivarse de su participación en la prueba. Una vez realizada, bajo ningún concepto, puede ser utilizada por otra persona diferente a la inscrita.

Para posibles cambios de titular en el dorsal deberán solicitarlo antes del día 10 de Septiembre por vía email info@avivacenter.com y se les comunicará la aceptación de dicho cambio.

7.- CATEGORIAS:

7.1.- Las categorías que se establecen son las siguientes:

General masculina

General femenina

Veterano masculino; 45 o más años.

Veterana femenina; 40 o más años.

Se entregarán tres trofeos por Categoría, tanto masculina como femenina, en caso de coincidir el podium en dos categorías se entregará el Trofeo de la más importante y la otra categoría lo relevará el siguiente participante de la clasificación.

8.- ENTREGA DE DORSALES Y CHARLA TECNICA

8.1.- Entrega de Dorsales: La entrega de dorsales se realizará en las Instalaciones de AvivA Center & Club, donde estará situada la salida y la meta de las pruebas, el Sábado 15 de Septiembre desde las 17:00 hasta las 21:00 y el domingo día 16 de septiembre desde las 7:30 de la mañana hasta las 8:30 de la mañana los dorsales de Trail 43 K, desde las 7:30 de la mañana hasta las 9:30 los dorsales del Trail corto 28 K y Trail mini 17 K. Junto con el dorsal se entregará un ticket de comida y un obsequio conmemorativo además de los posibles presentes que nos puedan ofrecer los patrocinadores, folletos publicitarios, etc...

8.2.- Charla Técnica: El sábado 15 de Septiembre a las 20:00-20:45 (horario flexible según asistentes presentes, en caso de no hacerse charla por falta de asistencia, se hará una breve charla previa a la salida de cada distancia), La charla se hará en las instalaciones de AvivA Center & Club, la organización facilitará información sobre el recorrido de la prueba, así como los otros detalles organizativos. La duración prevista es de unos 30 minutos aproximadamente y los atletas participantes podrán realizar las consultas que consideren oportunas.

9.- SALIDA, LLEGADA Y HORARIOS

9.1.-La salida y llegada serán, el Domingo 16 de septiembre de 2.018 desde las instalaciones de AvivA Center & Club. Lugar Tuya nº 59, Maus de Salas, 32880 Muiños (Ourense).

9.2.- Horarios:

Salida del Trail do Lobo 43 K: 09:00 am. Límite de llegada a meta 17:00 pm. Habrá un corte en la Aldea de Salgueiro en el punto kilométrico 32 a las 15:00 pm.

Salida Trail do Lobo 28 K: 10:00 am. Límite de llegada a meta 15:00 pm.

Salida Trail do Lobo 17 K: 11:00 am en la Aldea de Guende. Límite de llegada a meta 15.00 pm.

Nota Trail do Lobo 17k: A las 10:15 am saldrá el autobús desde AvivACenter&Club a la Aldea de Guende, para la salida del 17K

10.- AVITUALLAMIENTOS

10.1.-Como apoyo, la Organización pondrá a disposición de los atletas participantes avituallamientos líquidos y sólidos que se ubicarán en los siguientes puntos aproximados y donde **no se facilitara vasos para beber.**

Trail do Lobo 43 K:

- Km. 4,5 aprox. - Pueblo Guntumil (Fuente con agua potable)
- 1º Avituallamiento Km. 11 aprox. – Frontera Portugal (Pitões)
Líquido y Sólido
- 2º Avituallamiento Km. 16 aprox. – Alto Cortafuegos Salgueiro
Líquido
- 3º Avituallamiento Km. 25 aprox. – Pueblo Guende Líquido y
Sólido
- 4º Avituallamiento Km. 32 aprox. – Pueblo Salgueiro Líquido y
Sólido
- 5º Avituallamiento Km. 37 aprox. – Área descanso Xermeade.
Líquido (solo agua).
- Avituallamiento final Km. 43 - AvivA Meta – Líquido y Sólido.

Trail do Lobo 28 K:

- Km. 4,5 aprox. - Pueblo Guntumil (Fuente con agua potable)
- 1º Avituallamiento Km. 11 aprox. – Frontera Portugal (Pitões)
Líquido y Sólido
- 2º Avituallamiento Km. 17 aprox. – Pueblo Salgueiro Líquido y
Sólido
- 3º Avituallamiento Km. 22 aprox. – Área descanso Xermeade.
Líquido (solo agua).
- Avituallamiento final Km. 28 aprox. - AvivA Meta – Líquido y
Sólido

Trail do Lobo 17 K:

- 1º Avituallamiento Km. 7,5 aprox. – Pueblo Salgueiro Líquido y
Sólido
- 3º Avituallamiento Km. 12 aprox. – Área descanso Xermeade.
Líquido (solo agua).

- Avituallamiento final Km. 17 aprox. - AvivA Meta - Líquido y Sólido

11.- MOTIVOS DE DESCALIFICACION

11.1.- Serán motivos de descalificación: No pasar por los puntos de control establecidos. (Estarán ubicados en los Avituallamientos y alguna otra sorpresa en un punto del recorrido)

11.2.- No realizar el recorrido completo.

11.3.- No respetar el itinerario balizado o señalización del recorrido.

11.4.- Alterar u ocultar la publicidad del dorsal o llevar el dorsal adjudicado a otro corredor.

11.5.- No atender a las indicaciones de los jueces o personal de la organización. (El personal voluntario y de la organización tienen el poder y la potestad de informar de cualquier norma del reglamento incumplida y llevar a cabo las pertinentes sanciones, retirar el dorsal y al participante de la carrera si fuese necesario).

11.6.- Entrar en meta sin dorsal.

11.7.- Dejar basura (envases o envoltorios de comida o bebida, o cualquier otro desperdicio fuera de las zonas de avituallamiento y control, cualquier alteración en el medio natural por el que se discurre).

11.8.- Provocar un incidente deportivo o de otra índole (agresión, insulto, falta de educación) a un competidor, miembro de la organización o espectador.

11.9.- No prestar auxilio a otro corredor que lo necesite.

11.10.- Participar bajo una identidad falsa o suplantando a otra persona.

11.11.- Otros casos previstos en el Reglamento de Competición de la FEDME.

Los miembros de los puestos, avituallamientos o puntos de control, estarán facultados para denunciar a los competidores, en el caso de que éstos infrinjan el Reglamento de competición e informarán al comité de carrera de tales infracciones.

12.- RETIRADA Y ABANDONOS. NORMAS Y OBLIGACIONES.

12.1.- Cualquier corredor podrá retirarse de la prueba siempre que lo desee, advirtiéndolo de ello al control más próximo, voluntarios del avituallamiento o al personal de la Organización y

entregando el dorsal. A partir de ese momento, quedará fuera de la competición y asumirá cualquier responsabilidad derivada de su retirada, se le facilitará el transporte hasta la meta habiendo de esperar hasta que este servicio se le pueda ofrecer. Si por causa de accidente o lesión el corredor queda inmovilizado y no puede llegar hasta un punto de control (avituallamiento) tendrá que avisar al corredor más cercano o hacer uso del teléfono móvil y hacer una llamada al teléfono de urgencia de la organización, (La zona donde discurre la competición puede no tener la cobertura en todo momento) en último caso esperará al corredor "escoba" para que este le gestione la mejor forma de evacuarlo. En caso de abandono por lesión no grave y que no impida sus movimientos, deberá informar en el avituallamiento más próximo y esperar a que los medios puedan recogerlo.

12.2.- La Organización (Voluntarios, personal de los avituallamientos o puntos de control, servicios sanitarios) podrá retirar de la carrera, bajo su criterio, a los participantes que tengan problemas físicos evidentes, tales como vómitos, desorientación, desmayos, etc. que puedan poner en peligro su salud, o a aquellos que tengan mermadas sus condiciones físicas para continuar en carrera.

12.3.- Los corredores del Trail do Lobo 43 K que inviertan un tiempo de recorrido superior a 6:00 horas, para llegar al km 32,5 (zona de Pueblo Salgueiro), deberán abandonar la prueba y ponerse a disposición de la organización. En todo caso si los participantes son alcanzados por los escobas y no pueden seguir su avance con ellos deberán abandonar la prueba en el avituallamiento más próximo.

12.4.- Los corredores del Trail do Lobo 28 K que inviertan un tiempo de recorrido superior a 4 horas, para llegar al km. 18 (zona de Pueblo Salgueiro), deberán abandonar la prueba y ponerse a disposición de la organización. En todo caso si los participantes son alcanzados por los escobas y no pueden seguir su avance con ellos deberán abandonar la prueba en el avituallamiento más próximo.

12.5.- Los corredores del Trail do Lobo 17 K que inviertan un tiempo de recorrido superior a 2 horas, para llegar al km. 7,5 (zona de Pueblo Salgueiro), deberán abandonar la prueba y ponerse a disposición de la organización. En todo caso si los participantes son alcanzados por los escobas y no pueden seguir su avance con ellos deberán abandonar la prueba en el avituallamiento más próximo.

12.6.- Los participantes están obligados a prestar auxilio a los accidentados o a aquellos que lo requieran o soliciten.

13.- ENTREGA DE PREMIOS.

La entrega de premios se realizará a las 15:00 horas para el Trail 17k/28k y a las 16:00 para el Trail 43k. en las instalaciones de Aviva Center & Club. Estos horarios pueden tener variaciones en función de que estén completadas la mayoría de las clasificaciones.

13.1.- Premios:

Habrá 1 trofeo para los 3 primeros/as clasificados/as de las siguientes categorías.

General masculina.

General femenina.

Veterano masculino; 45 o más años.

Veterana femenina; 40 o más años.

Se entregarán tres trofeos por Categoría, tanto masculina como femenina, en caso de coincidir el pódium en dos categorías se entregará el Trofeo de la más importante y la otra categoría lo relevará el siguiente participante de la clasificación.

Trofeo especial para participantes del club organizador, Aviva Sport Club:

1 Trofeo, para el primer clasificado masculino de Aviva Sport Club del 17k, 28k y 43k.

1 Trofeo, para la primera clasificada femenina de Aviva Sport Club del 17k, 28k y 43k.

14.- SERVICIOS EN AVIVA CENTER & CLUB

- Servicio de duchas. Por logística y para servicio del evento tendremos unas **duchas provisionales con agua fría** en una estancia acondicionada para tal efecto en las inmediaciones de Aviva Center & Club.

Las duchas de las mujeres estarán ubicadas bajo el albergue de Aviva Center & Club.

- Entrega de dorsales, showroom, charla técnica.
- Baños y Cafetería.

- Aparcamiento limitado. Se podrá aparcar en las zonas cercanas a la salida y meta según las limitaciones del lugar, también habrá un parking disponible para vehículos y autocaravanas a unos 1 km. aprox. de la salida y meta.
- Salida y llegada prueba.
- Albergue con disponibilidad de plazas limitada. (Consultar)
- Servicio de guardería o entretenimiento para niños durante la duración de las pruebas según la demanda. (Consultar)

15.- OTRA INFORMACION.

15.1.- La Organización dispondrá de servicios de ambulancia que estará ubicada en el punto medio del recorrido probablemente en el Pueblo de Salgueiro, habrá también miembros de Protección Civil con vehículos de asistencia médica en otros puntos.

15.2.- Todos los participantes oficialmente inscritos estarán cubiertos por una póliza de seguros concertada por la organización que cubrirá los accidentes que se produzcan como consecuencia directa del desarrollo de la prueba y nunca como derivación de un padecimiento o tara latente, imprudencia, inobservancia de las leyes y del articulado del Reglamento, así como los producidos en los desplazamientos al y desde el lugar en que se desarrolla la carrera.

15.3.- La Organización se reserva el derecho de admisión en la prueba.

15.4.- Todo lo no previsto en este reglamento, se regirá por las normas de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME)

16.- OTROS SERVICIOS

16.1.- Comida.-A todos los participantes junto con el dorsal se les dará entrega de un ticket para canjear al término de la prueba por una comida (todavía sin especificar, + bebida y fruta). El servicio de comida se ofrecerá en la carpa ubicada en la salida-meta o donde sea más eficiente.

Los acompañantes y familias que quisieran hacer uso de la comida deberán indicarlo en la inscripción, pagando el correspondiente importe 5 euros, del mismo modo al entregar el dorsal se le adjuntará tantos tickets como comidas hayan pagado.

16.2.- Alojamientos:

A menos de 13 kms del punto de salida.

- Concello de Muiños

AvivA Center & Club <http://avivacenter.com>

Albergue O Corgo <http://www.concellomuinos.com/albergue-o-corgo>

Residencia A Rola <http://www.concellomuinos.com/residencia-a-rola>

Casa Rectoral San Pedro <http://www.concellomuinos.com/rectoral-de-san-pedro>

Camping O Corgo <http://www.concellomuinos.com/camping-o-corgo>
Apartamentos O Corgo

<http://www.concellomuinos.com/apartamentos-o-corgo>

Casa Alén do Xurés

<http://www.todoturismorural.com/casas%20rurales/Orense/MUI%D1OS-MUGUEIMES%20->

[%20Casa%20Al%20do%20Xur%20E9s/index.html](http://www.todoturismorural.com/casas%20rurales/Orense/MUI%D1OS-MUGUEIMES%20-%20Casa%20Al%20do%20Xur%20E9s/index.html)

Casa As Fontes <http://www.casaasfontes.com/>

Casa Lavandeira <https://www.escapadarural.com/casa-rural/ourense/casa-lavandeira>

Refugio Serra do Xurés. Albite (Muiños) FGM

<http://fgmontanismo.es/refuxios/>

- Concello de Calvos de Randín

Casa Rural Do Eiro <http://www.casaruraldoeiro.com/>

- Tourém (Portugal)

Casa de las Bragancas <http://www.casadosbragancas.com/es/>

- Pitoes das Junias (Portugal)

Casa Hotel do Preto <http://www.casadopreto.com/>

Casa de Campo Ferreira <http://casacampoferreira.blogspot.com.es/>

Abrigos de Pitoes <http://www.abrigosdepitoes.com/es/>

Entre 13 kms y de 25 km del punto de salida.

- Concello de Entrimo

Casa Feira Vella <http://www.casadafeiravella.com/>

- Concello de Lobios

Hotel Lusitano <http://www.lusitanohotel.com/>

Apartamentos Via Nova <http://apartamentosvianova.net/>

Casa Barallo <http://casabarallo.com/>

Casa Rosalía <http://alojamiento ruralrosalia.com/>

Hotel Balneario Lobios Caldaria <http://www.caldaria.es/lobios/>

MENSAJE FINAL

Deseamos que disfruten de nuestro evento deportivo con alegría y deportividad y que sea así durante muchas ediciones y que también conozcan más a fondo la zona del Xurés, sus montañas, sus gentes, costumbres y cultura.

Gracias por venir !!!!

AAaaaauuuuu i!!!

Aviva Center & Club



|| trail do L**o**b**o**
Serra do Xurés