ENTRE PONTES TRAIL & RUNNING

MOAÑA

# REGULAMENTO E GUÍA DO PARTICIPANTE

## XORNADA 6 · MOAÑA

---

| | | |
|---|---|---|
| 📅 Domingo, 13 de decembro de 2026 | 📍 Saída e Meta: Pistas de atletismo da Xunqueira | 🏃 Trail 14K<br>Andaina non competitiva<br>Carreiras infantís |

| | | |
|---|---|---|
| ✅ Inscrición 100% GRATUÍTA | 🎽 Camiseta Técnica Oficial Incluída | 🍽️ Food Trucks GRATUÍTAS na Meta |

Promove: Servizo de Deportes da Deputación de Pontevedra · Organiza: Marmar Outdoor S.L.U.

📸 **Vive Entre Pontes tamén en Instagram**

Segue @provinciadodeporte e descubre as novidades, imaxes e momentos de cada xornada

# ✅ O QUE INCLÚE A TÚA INSCRICIÓN 100% GRATUÍTA

Todo o que necesitas para vivir a mellor experiencia deportiva en Xornada 6 · Moaña, sen custo algún.

### Dorsal Nominativo con Chip

Sistema de cronometraxe oficial para o Trail 14K

### Camiseta Técnica Oficial

Circuíto Entre Pontes 2026

### Avituallamentos

Trail 14K: líquido e sólido no km 6,5) e sólido/líquido en meta.

Andaina: sólido/líquido en meta.

### Zona Gastronómica GRATUÍTA

Food Trucks gratuítas para participantes na área de meta

### Medalla Finisher

Para participantes das tres modalidades: Trail 14K, andaina e carreiras infantís

### Fotografía Oficial Gratuíta

En ruta e meta (web e redes sociais)

### Asistencia Sanitaria Completa

Dispositivo sanitario SVA + SVB e seguro de accidentes

MOAÑA

# 🗺️ FICHA TÉCNICA DO PERCORRIDO (TRAIL 14K)

Análise de percorrido - Xornada 6: Moaña

## 14,9 km

### Distancia

Percorrido oficial cronometrado de trail

## +500m

### Desnivel

Ascenso acumulado

## 1h10' - 2h45'

### Tempo estimado

Tempos mínimos e máximos aproximados

## 81%

### Pistas forestais e sendeiros

19% Asfalto (tramos de ligazón urbana)

### Calzado recomendado

Zapatillas de Trail Running con boa tracción e taco para terreo irregular

### Terreo mixto

Aproximadamente 12km de grava ou terra no total da carreira; o resto, asfalto ou pavimento

### Horarios

Saída ás 10:00 h · Peche de meta ás 12:45 h · Tempo máximo: 2h45min

### Avituallamentos

Líquido e sólido no km 6,5 · Sólido e líquido en meta

# 🚶 FICHA DA ANDAINA

Modalidade non competitiva

**6Km**

Distancia aproximada

**+100 m**

Desnivel positivo

**70%**

Pistas forestais e sendeiros

30% Asfalto (tramos de ligazón urbana)

**1h30'**

Tempo máximo

### Horarios

Saída ás 11:00 h · Peche ás 12:30 h

### Avituallamentos

Sen avituallamento intermedio. Avituallamento sólido e líquido en meta.

### Inclúe

Dorsal de participante, camiseta oficial, medalla e acceso á zona gastronómica

### Modalidade

Non competitiva

### Saída e meta

Pistas de atletismo da Xunqueira

### Menores

Poderán participar coa autorización do pai, nai ou titor/a legal. Os menores de 14 anos deberán realizar todo o percorrido acompañados dunha persoa adulta responsable.

MOAÑA

# 🎽 RECOLLIDA DE DORSAIS E GARDARROUPA

Como chegar

## 📅 Sábado, 12 de decembro

### Recollida de dorsais

De 16:00 a 18:00 h, Casa do Concello de Moaña

## 📅 Domingo, 13 de decembro

### 08:30 h — Apertura da secretaría

Inicio da recollida de dorsais

### Dorsais do Trail 14K

Ata as 09:30 h

### Dorsais da andaina

Ata as 10:30 h

### Dorsais das carreiras infantís

Ata as 12:30 h

### Gardarroupa

Dispoñible desde as 08:30 h

# ⏱️ PROGRAMA HORARIO E LOXÍSTICA

Domingo, 13 de decembro de 2026 · **Pistas de atletismo da Xunqueira**

08:30 — Apertura de secretaría, recollida de dorsais e gardarroupa

09:30 — Fin da recollida de dorsais do Trail 14K

10:00 — 🏁 Saída do Trail 14K

10:00–13:00 — Actividades de orientación e talleres

10:30 — Fin da recollida de dorsais da andaina

11:00 — 🚶 Saída da andaina

11:30–14:30 — 🍽️ Food trucks gratuítas para participantes

12:30 — Peche de meta da andaina

Tempo máximo: 1 hora e 30 minutos

12:45 — Peche do Trail 14K

Tempo máximo: 2 horas e 45 minutos

12:30 — Fin da recollida de dorsais das carreiras infantís

13:00 — 🏆 Entrega de trofeos (tanto da proba da xornada como do circuito Entre Pontes)

13:15 — 👧 Inicio das carreiras infantís promocionais

ENTRE PONTES TRAIL & RUNNING MOAÑA

# 🍽️ ZONA DE META E CONVIVENCIA POST-CARREIRA

**Pistas de atletismo da Xunqueira**

### Food Trucks GRATUÍTAS

Zona gastronómica gratuíta para participantes. Horario: 11:30–14:30 h

### DJ e Animación Musical

DJ e animación musical na zona de meta

### Duchas e Vestiarios

**Pavillón da Xunqueira**

### Orientación e Talleres

Actividades de orientación e talleres de 10:00 a 13:00 h

### Gardarroupa

Dispoñible desde as 08:30 h

### Ambiente Familiar

Espazo pensado para compartir con familia e amigos

### Medalla e Fotografía Oficial

Medalla para participantes das tres modalidades (Trail 14K, andaina e infantís) e fotografía oficial gratuíta

# 🏆 PUNTUACIÓN E CLASIFICACIÓN XERAL DO CIRCUÍTO

Esta proba é a Xornada 6 · Moaña e puntúa para a Clasificación Xeral Final do Circuíto Entre Pontes 2026.

## 👥 Categorías

Clasificación Xeral Absoluta Masculina e Feminina

## 📋 Requisito Mínimo: 4 de 6 Probas

Para optar á Clasificación Xeral Final e aos premios do circuíto é obrigatorio completar un mínimo de 4 das 6 xornadas. Computaranse os 4 mellores resultados de cada atleta.

## 🔢 Sistema de Puntuación

Asignación de puntos por posto de chegada en cada xornada: 1º = 100 pts, 2º = 90 pts, 3º = 80 pts, e así consecutivamente en decrementos de 10 puntos. Resultará gañador/a quen acumule a MAIOR puntuación sumando as súas 4 mellores probas.

## ⚖️ Desempates

En caso de empate a puntos, resolverase a favor do/da atleta con mellores picos de posto e, no seu defecto, pola posición lograda na última xornada do circuíto (Moaña).

## 🏅 Entrega de Premios Finais

Os trofeos e obsequios especiais da Clasificación Xeral Absoluta entregaranse na cerimonia final ao concluír a Xornada 6.

MOAÑA

# 🏅 TROFEOS E CATEGORÍAS · XORNADA 6 · MOAÑA

**Entrega de trofeos ás 13:00 h**

## 🏅 TROFEOS E PREMIOS — XORNADA 6

### Absoluta masculina

Tres primeiros clasificados

### Absoluta feminina

Tres primeiras clasificadas

### Categorías

Sen trofeos por categorías nesta xornada

## 📋 CATEGORÍAS DE PARTICIPACIÓN

### Promoción / Xoven

16 a 17 anos · Require autorización paterna/materna ou do titor/a legal

### Sénior

18 a 39 anos

### Máster 40

40 a 49 anos

### Máster 50

50 a 59 anos

### Máster 60

60 anos en diante

# 👧 CARREIRAS INFANTÍS PROMOCIONAIS

Domingo, 13 de decembro de 2026 · Contorna das pistas de atletismo da Xunqueira · Inicio: 13:15 h

> "🎉 A inscrición é obrigatoria, festiva e gratuíta para todos os nenos e nenas. Entrega de medalla participativa."

### 👶 Chupetíns / Biberóns

3 a 5 anos (nados 2021–2023) · 100–150 m · Sen cronometraxe. Poden ir acompañados dunha persoa adulta.

### 🧒 Prebenxamín

6 a 7 anos (nados 2019–2020) · 200–300 m

### 🏃 Benxamín

8 a 9 anos (nados 2017–2018) · 400–500 m

### ⚡ Alevín

10 a 11 anos (nados 2015–2016) · 800–1.000 m

### 🌟 Infantil / Cadete

12 a 15 anos (nados 2011–2014) · 1.200–1.500 m

As distancias son orientativas.

ⓘ 📌 Desde os 16 anos poden participar no trail 14K con autorización paterna/materna ou do titor/a legal (categoría Promoción/Xoven).

MOANA

# 🌿 SEGURIDADE E NORMATIVA AMBIENTAL

Normas de obrigado cumprimento para todas as persoas participantes · Xornada 6 · Moaña

### 🚫 Prohibición de auriculares

Por seguridade viaria, está prohibido o uso de auriculares durante toda a carreira

### ♻️ Compromiso Lixo Cero

Non tirar residuos fóra dos puntos habilitados

### 🚑 Dispositivo sanitario SVA + SVB

Soporte Vital Avanzado na área de meta

### 🏥 Dispositivo sanitario SVB

Soporte Vital Básico na área de meta

### 🛡️ Seguro de accidentes

Todas as persoas participantes inscritas están cubertas por seguro de accidentes

### ⚠️ Abandono, lesión ou malestar

Comunicalo á organización ou ao persoal sanitario máis próximo

⚠️ **AVISO IMPORTANTE: O incumprimento das normas de seguridade pode supoñer a descualificación inmediata do participante.**

MOAÑA

# 📋 MARCO XURÍDICO E REGULAMENTARIO

Información administrativa e legal para participantes · Xornada 6 · Moaña

### 📩 Cancelación de Inscrición

Comunica a túa non asistencia con mínimo 72 horas de antelación para liberar a praza. Contacto: entrepontes@marmaroutdoor.es

### 🪪 Dorsal Intransferible

O dorsal é persoal e intransferible. Está prohibida a cesión a terceiros

### ⚖️ Reclamacións

Prazo de 30 minutos desde a publicación de resultados para presentar reclamacións

### 📄 Regulamento Oficial

Suxeito á normativa da Deputación de Pontevedra e á lexislación deportiva vixente

### 🔒 Protección de Datos (RGPD)

Os datos persoais serán tratados conforme ao Regulamento Xeral de Protección de Datos

### 📷 Dereitos de Imaxe

A participación implica a cesión de dereitos de imaxe para fins deportivos e promocionais

Promove: Servizo de Deportes da Deputación de Pontevedra · Organiza: Marmar Outdoor S.L.U. · Circuíto Entre Pontes 2026 · 📩 entrepontes@marmaroutdoor.es · @provinciadodeporte

MOAÑA