

REGULAMENTO OS 21 DO CAMIÑO 2025

1. A Asociación Deportiva Cerne organiza a media maratón “Os 21 do Camiño”, que se disputará o vindeiro **21/06/25 ás 18:30 horas** entre as localidades de Palas de Rei e Melide.
2. A carreira terá saída da praza do concello de Palas de Rei dando unhas voltas pola vila, para despois coller o Camiño de Santiago ata a localidade de Melide, para completar os 21,097 metros. Polo tanto, é unha combinación entre terra e asfalto, sendo a maior parte da carreira por terra.
3. As reclamacións deberán ser feitas verbalmente ao director de carreira, non máis tarde de 30 minutos despois de comunicarse oficialmente os resultados.
4. Poderán participar todos aqueles corredores que o desexen que cumpran o requisito de ter cumpridos os **18 anos** o día de celebración do evento.
5. A competición estará cronometrada pola empresa 321go, e cada corredor deberá levar un chip electrónico que lle proporcionará a organización.
6. Os participantes terán varios puntos de avituallamento líquido e sólido durante o percorrido, así como outro á chegada á meta. Os avituallamentos estarán colocados onde a organización o estime conveniente.
7. A carreira discorrerá na súa maior parte polo Camiño de Santiago, patrimonio da humanidade, por iso facemos un chamamento polo sentidiño e a colaboración dos participantes, para que procuren depositar as botellas nas zonas próximas aos avituallamentos (haberá contedores) co fin de deixar o recorrido tan limpo como o atopamos antes do evento.
8. Os participantes recibirán unha bolsa de corredor con regalos, instrucións, dorsais e chip.
9. Os cinco primeiros clasificados masculinos e femininos en **categoría xeral** recibirán premio económico:

1º clasificado masculino	500 euros	1º clasificada feminina
2º clasificado masculino	300 euros	2º clasificada feminina
3º clasificado masculino	200 euros	3º clasificada feminina
4º clasificado masculino	150 euros	4º clasificada feminina
5º clasificado masculino	100 euros	5º clasificada feminina

10. **Premio Especial Récord da Proba** (acumulable) ao atleta que gañe a carreira e bata o récord da proba tanto en categoría masculina (1h:08m:14s) como feminina (1h:18m:44s), obterá un premio de **200 €**.
11. Quedarán excluid@s da competición e premios económicos aquel@s atletas que estean en período de sanción pola IAAF ou polas súas respectivas federacións.



12. Os premios estarán suxeitos ao tipo de retención a conta do IRPF vixente no momento da entrega; de tal xeito, a contía do premio computarase como premio monetario a cada gañador e quedará suxeita ao Imposto sobre a Renda das Persoas Físicas a cargo dos gañadores.
13. Estableceranse as seguintes categorías de competición, con trofeos para cada categoría, non sendo estes acumulables:
- a) **PROMESA/SENIOR** De 18 a 34 anos cumpridos o día da proba
 - b) **VETERAN@ A** De 35 a 39 anos cumpridos o día da proba.
 - c) **VETERAN@ B** De 40 a 49 anos cumpridos o día da proba.
 - d) **VETERAN@ C** De 50 a 59 anos cumpridos o día da proba.
 - e) **VETERAN@ D** Mais de 60 anos cumpridos o día da proba.
 - f) **CORREDOR LOCAL** Empadroado en Terra de Melide ou na comarca da Ulloa
 - g) **XERAL** todas as categorías
14. Como anos anteriores, haberá unha cronoescalada cronometrada no lugar do Mato, dende o km 11 hasta o 12,600 da carreira. Haberá premios en lotes de produtos para os que lles leve menos tempo eses 1,600 metros e rematen a media maratón; este premio non é acumulativo cos 5 primeiros clasificados da categoría xeral.
15. A organización poñerá **servizo de autobuses** para os corredores que previamente o soliciten (requisito imprescindible). Saída de Melide do Cantón de San Roque dende as 16:00 horas e cada 15 minutos cara Palas de Rei. Ao finalizar o evento tamén se disporá de transporte de regreso a Palas. Imprescindible apuntarse antes.
16. A **inscrición** no evento, limitado a **750 persoas**, é a través de www.321go.es, onde se solicitará o servizo de autobuses.
- O custo de inscrición será de:
- 25 euros.**
- A organización reserva a maiores 50 dorsais para compromisos da carreira.
A organización reserva o dereito de inscrición.
17. Poderase facer **cambio de titular de dorsal**; o cambio debe facelo o propietario, enviando un mail a ricardo@321go.es pasándonos os seus datos e os datos da persoa coa que cambia a titularidade a data limite para cambios de dorsal será o 8/06/2025
18. Tamén se disporá dun servizo de transporte de mochilas, servizo gardarroupa e duchas en ambos concellos.
19. A carreira discorrerá en gran parte polo trazado peonil do Camiño de Santiago, cruzando a estrada en escasas ocasións. A organización poñerá medios para controlar o paso dos participantes. Os participantes deberán atender as normas de circulación en caso de atoparse con camiñantes durante a proba.



20. O tempo máximo de realización da proba é de 3 horas dende a saída, polo tanto ata as 21:30 horas. A partir de aí retíranse os controis tanto persoais como electrónicos e o participante continuará pola súa conta sen ter garantida a atención por parte da organización.
21. A proba contará cos servizos médicos regulamentarios. En liña de meta haberá servizo de masaxe gratuíto.
22. Os dorsais recolleranse en Melide dende as 18:00 ata as 21:00 horas o día antes da proba e de 11:00 a 13.00 e de 15.00 ata as 18:00 horas o mesmo día da proba na praza de Palas. Deberase presentar o DNI, e para recoller o doutra persoa deberase acudir con fotocopia do DNI desta. Salvo causas de suspensión da proba, non se terá dereito a devolución do importe unha vez inscrito aínda que o corredor non poida participar.
23. Non serán admitidos corredores que non estean inscritos ou corran sen dorsal e chip, impedindo que teñan acceso á carreira en defensa dos dereitos dos que regulamentariamente están inscritos.

REGULAMENTO “OS 6 DO CAMIÑO”

24. Paralelamente, e aproveitando o percorrido final da media, organizamos a carreira corta de “Os 6 do camiño” –actividade paralela a “Os 21 do Camiño”- que se disputará o vindeiro **21/06/25 as 18:30 horas** no concello de Melide entre o lugar do Coto e Melide.
25. A carreira terá saída enfrente da casa dos Somoza, no Coto, Camiño de Santiago ata a localidade de Melide, para completar os 6 km.
26. Poderán participar todos aqueles corredores que o desexen que cumpran o requisito de ter cumpridos os **16 anos** o día de celebración do evento.
27. A competición estará cronometrada pola empresa 321go, e cada corredor deberá levar un chip electrónico que lle proporcionará a organización.
28. Os participantes terán punto de avituallamento líquido durante o percorrido, así como outro á chegada á meta
29. Os participantes recibirán unha bolsa de corredor con regalos, instrucións, dorsais e chip.
30. Estableceranse as seguintes categorías de competición, con trofeos para cada categoría, non sendo estes acumulables:
 - h) **SUB 18** De 16 a 18 anos cumpridos o día da proba
 - i) **XERAL** todas as categorías



31. A organización poñerá **servizo de autobuses** para os corredores que previamente o soliciten (requisito imprescindible). Saída de Melide do Cantón de San Roque dende as 16:00 horas e cada 15 minutos cara O Coto.
32. O evento está **limitado a 200 persoas**. Unha vez que se acade este límite, non se poderán inscribir máis.
33. A inscrición no evento é a través de www.321go.es, onde se solicitará o servizo de autobuses. O custo será de 8 €.
34. Tamén se disporá dun servizo de transporte de mochilas, servizo gardarroupa e duchas.
35. O tempo máximo de realización da proba é de 1 horas dende a saída, polo tanto ata as 19:30 horas.
36. A proba contará cos servizos médicos regulamentarios.
37. Os dorsais recolleranse o día da proba dende as 15.00 ata as 18:00 horas na Casa dos Somoza –O Coto-. Deberase presentar o DNI, e para recoller o doutra persoa deberase acudir con fotocopia do DNI desta. Salvo causas de suspensión da proba, non se terá dereito a devolución do importe unha vez inscrito aínda que o corredor non poida participar.
38. Non serán admitidos corredores que non estean inscritos ou corran sen dorsal e chip, impedindo que teñan acceso á carreira en defensa dos dereitos dos que regulamentariamente están inscritos.
39. Cada corredor acepta as normas da proba polo mero feito de inscribirse e tamén participa baixo a súa enteira responsabilidade, afirma ter un nivel de condición física suficiente para afrontar a proba e que pasou os pertinentes recoñecementos de saúde. A organización e empresas colaboradoras non se fan responsables de calquera lesión ou padecemento por imprudencia, negligencia ou falla de forma física do participante. O participante exime de toda responsabilidade a organización que puidera derivar da súa participación no evento (perda de obxectos persoais, roubo, lesión, atropelos, agresións...)
40. No referente á Lei Órgánica de Protección de Datos: Tódolos corredores inscritos no evento aceptan a publicación do seu nome e posibles imaxes nas clasificacións, medios de comunicación e internet (páxina web do evento, de empresas colaboradoras, foros deportivos, RRSS etc)

