

IV Descenso a nado do Río Tambre

8 de agosto de 2026

ORGANIZADO pola Escola de Piragüismo e Tríatlon de Outes e @s Fanequiñas, e coa colaboración do concello de Noia, concello de Outes, Protección Civil de Noia e Protección Civil de Outes.

A **PROBA** realizarase nas augas do río Tambre. Consistirá nun descenso a nado, sen apoio de ningún mecanismo de axuda á propulsión ou respiración, que percorrerá o último tramo do río Tambre, dándolle unha volta completa á coñecida como Illa da Meán. Tanto a saída como a chegada terán lugar desde as instalacións da Escola de Piragüismo e Tríatlon de Outes, en Ponte Nafonso. A distancia a percorrer é de **aproximadamente 3.800 m**. Haberá acompañamento de embarcacións de apoio.

A **SAÍDA** dende a **Escola de Piragüismo e Tríatlon de Outes** producirase **ás 12:00**, coa finalidade de optimizar o uso tanto da chea como das correntes do río.

A entrega dos **DORSAIS** terá lugar na Escola de Piragüismo e Tríatlon de Outes, Ponte Nafonso, o mesmo día da proba, entre as 11:00 e as 11:45 horas. Tódalas persoas participantes deberán presentar un documento de identificación válido para poder recoller o dorsal.

Poderá **PARTICIPAR** calquera persoa que cumpra 14 ou máis anos durante o ano 2026 e declare responsablemente ter capacidade e experiencia suficientes para realizar o percorrido en probas similares. O límite de idade para poder participar na proba establécese nos 75 anos cumpridos.

Será **OBRIGATORIO** o uso de boia, lentes de natación e gorro de baño (utilizarase o facilitado pola organización). O uso de neopreno **NON é obrigatorio**.

Haberá ademáis unha **PROBA INFANTIL**, para participantes con idades comprendidas entre os 8 e os 13 anos (nados entre o 2013 e o 2018). Esta **PROBA** consistirá nun descenso a nado, sen apoio de ningún mecanismo de axuda á propulsión ou respiración, que percorrerá o último tramo do río Tambre, dende a rampla situada xunto ao bar CARTUCHO, ata as instalacións da Escola de Piragüismo e Tríatlon de Outes, en Ponte Nafonso. A distancia a percorrer será de aproximadamente **400 metros**, e terá carácter **NON COMPETITIVO**.

Nesta proba **INFANTIL** @s participantes deberán contar cun permiso d@s tutor@s legais no que autorice a participación d@ menor na proba, e declare responsablemente que est@ ten capacidade e experiencia suficientes para realizar o percorrido.

Será tamén **OBRIGATORIO** o uso de lentes de natación e gorro de baño (utilizarase o facilitado pola organización). O uso de neopreno **NON é obrigatorio**.

A saída da **PROBA INFANTIL** realizarase desde a rampla do CARTUCHO ás 14:00 (hora aproximada, dependendo do desenvolvemento da proba absoluta). Esta proba infantil contará así mesmo con acompañamento de embarcacións de apoio.

As **INSCRICIÓN**S poderanse realizar entre o 15 de xuño e as 23:59 horas do 5 de agosto, na páxina web www.321go.es . O prezo da inscrición na **proba absoluta** é de **25 euros** e inclúe seguro de accidentes, gorro e avituallamento á chegada.

No caso da proba **INFANTIL**, o custe será de **8 euros**.

No momento da inscrición todas as persoas aceptarán que:

1. A inscrición é persoal e intransferible.
2. A súa imaxe e nome se poida utilizar nos medios de comunicación e redes sociais para difundir a celebración e os resultados da proba e para promocionar vindeiras edicións.
3. Coidarán o medio ambiente.
4. Coñecen e aceptan esta normativa.
5. Seguirán en todo momento as indicacións da organización.
6. Se cambie a hora, ruta, data ou cancele definitivamente a proba se concorren circunstancias que o requiran. En caso de cancelación definitiva, **NON se devolverá** a cota de inscrición .

PREMIOS: entregárase un agasallo conmemorativo do IV Descenso a nado do río Tambre ás tres primeiras nadadoras e aos tres primeiros nadadores. A entrega realizarase na zona de chegada, nunca antes de que todas as persoas participantes cheguen á meta.

Habrá ademáis agasallos para @s participantes de menor e de maior idade que participen na proba absoluta. Tod@s @s participantes na proba infantil recibirán un agasallo conmemorativo.

ABANDONAMENTO: Se unha persoa está mal e considera que non pode continuar o descenso, moverá un ou os dous brazos por riba da súa cabeza como sinal de socorro. En primeira instancia, recibirá o apoio da persoa da organización ou da embarcación máis próxima que lle acompañará ata que chegue o medio de evacuación adecuado. As persoas responsables da organización están autorizadas a promover a evacuación dunha persoa participante se, ao seu xuízo, non está en condicións de realizar a proba. En ningún caso será obrigada a retirada se se cumpren dúas condicións: 1) o desexo expreso da persoa participante de continuar, 2) que o tempo empregado non supere o **tríplo** do tempo empregado pola primeira persoa participante que pasou polo mesmo punto.