REGULAMENTO OS 21

1. A Asociación Deportiva Cerne organiza a media maratón “Os 21 do Camiño”, que se disputará o vindeiro **18/06/22 as 18:30 horas** entre as localidades de Palas de Rei e Melide.

2. A carreira terá saída da praza de Palas de Rei dando unhas voltas polo pobo, 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 más 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 championchipnorte, 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 a chegada a 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 arroxar 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 feminino**
2º clasificado masculino	300 euros	2º clasificada feminino
3º clasificado masculino	200 euros	3º clasificada feminino
4º clasificado masculino	100 euros	4º clasificada feminino
5º clasificado masculino	50 euros	5º clasificada feminino

10. **Premio Especial Récord da Proba** (acumulable) o 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. Estableceranse as seguintes categorías de competición, habendo trofeos para cada categoría, non sendo estes acumulables:

    a) **PROMESA/SENIOR** De 18 a 34 anos cumpridos o dia da proba
    b) **VETERAN@ A** De 35 a 40 anos cumpridos o dia da proba.

c) **VETERAN@ B** De 41 a 50 anos cumpridos o dia da proba.
d) **VETERAN@ C** De 51 a 60 anos cumpridos o dia da proba.
e) **VETERAN@ D** Mais de 61 anos cumpridos o dia da proba.
f) **CORREDOR LOCAL** Empadroado en Terra de Melide ou na comarca da Ulloa
g) **XERAL** todas as categorías

12. 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.

13. 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. O finalizar o evento tamén se disporá de transporte de regreso a Palas. Imprescindible apuntarse antes..

14. O evento esta **limitado a 850 persoas**. Unha vez que se acade este límite non se poderán inscribir mais.

15. Poderase facer **cambio de titular de dorsal**, o cambio debe facelo o propietario, enviando un mail a adcerne@gmail.com pasandonos os seus datos e os datos da persoa ca que cambia a titularidade a data limite para cambios de dorsal será o 10/06/22.

16. Tamén se disporá dun servizo de transporte de mochilas, servizo gardarroupa e duchas en ambos concellos.

17. 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.

18. 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.

19. A proba contará cos servizos médicos regulamentarios En liña de meta haberá servizo de masaxe gratuíto.

20. Os dorsais recolleranse o día da proba dende as 11:00 a 13.00 e de 15.00 ata as 18:00 horas na praza de Palas. Deberase presentar o DNI, e para recoller o de outra persoa deberase acudir con fotocopia do DNI de esta. Salvo causas de suspensión da proba non se terá dereito a devolución do importe unha vez inscrito aínda que o corredor non poida participar.

21. Non serán admitidos corredores que non estean inscritos ou corran sen dorsal e chip, impedindo que teñan aceso a carreira en defensa dos dereitos dos que regulamentariamente están inscritos.

REGULAMENTO "OS 6 DO CAMIÑO"

22. Paralelamente, e aproveitando o percorrido final final da media, organizamos a carreira corta de "Os 6 do camiño" –actividade paralela a "Os21 do camiño"- que se disputará o vindeiro **18/06/22 as 18:30 horas** no concello de Melide entre o lugar de O Coto e Melide.

23. A carreira terá saída enfrente da casa dos Somoza, no Coto, camiño de Santiago ata a localidade de Melide, para completar os 6 km.

24. Poderán participar todos aqueles corredores que o desexen que cumpran o requisito de ter cumpridos os **16 anos** o día de celebración do evento.

25. A competición estará cronometrada pola empresa championchipnorte, e cada corredor deberá levar un chip electrónico que lle proporcionará a organización.

26. Os participantes terán punto de avituallamento líquido durante o percorrido , así como outro a chegada a meta

27. Os participantes recibirán unha bolsa de corredor con regalos, instrucións, dorsais e chip.

28. Estableceranse as seguintes categorías de competición, habendo trofeos para cada categoría, non sendo estes acumulables:

    h) **SUB 18** De 16 a 18 anos cumpridos o dia da proba
    i) **XERAL** todas as categorías

    .

29. 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.

30. O evento esta **limitado a 200 persoas**. Unha vez que se acade este límite non se poderán inscribir mais.

31. A inscrición no evento é a través de www.championchipnorte.com, onde se solicitará o servizo de autobuses. O custo será de 6 €.

32. Tamén se disporá dun servizo de transporte de mochilas, servizo gardarroupa e duchas.

33. O tempo máximo de realización da proba é de 1 horas dende a saída, polo tanto ata as 19:30 horas

34. A proba contará cos servizos médicos regulamentarios En liña de meta haberá servizo de masaxe gratuíto.

35. 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 de outra persoa deberase acudir con fotocopia do DNI de esta. Salvo causas de suspensión da proba non se terá dereito a devolución do importe unha vez inscrito aínda que o corredor non poida participar.

36. Non serán admitidos corredores que non estean inscritos ou corran sen dorsal e chip, impedindo que teñan aceso a carreira en defensa dos dereitos dos que regulamentariamente están inscritos.

37. 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, neglixencia ou falla de forma física do participante.
O participante exime de toda responsabilidade a organización que puidera derivar da súa participación no evento (pérdida de obxectos persoais, roubo, lesión, atropelos, agresións...)

38. No referente á Lei Órganica 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, etc)