



## Regulamento da **XX MARCHA BTT COSTA DA MORTE 2024**

A proba celebrárase o día 6 de OCTUBRE de 2024 con saída e chegada no Forum de Carballo, e rexirase polo presente regulamento e baixo as directrices da Normativa Técnica da Federación Española de Ciclismo, e da Federación Galega de Ciclismo para as probas de XCM, por ser esta unha proba K.5, e que forma parte do calendario da Liga nacional de XCM 2024, e pola normativa técnica da Real Federación de España, e da Federación Galega de Ciclismo, para probas GRAVEL, xa que forma parte do calendario nacional, como proba G.5, puntuable para a liga nacional. Sendo esta a primeira competición Gravel en celebrarse en Galicia.

O mesmo día celebrarse tamen unha marcha cicloturista btt con distancias menores, de 40km e 34km.

Podendo participar no XCM e GRAVEL con licencia cicloturista, pero sen afán competitivo.

-A PROBA DE XCM E GRAVEL, DISPUTARÁN O PRIMEIRO CAMPEONATO PROVINCIAL DA CORUÑA, DONDE SAIRÁN OS CAMPIÓN/AS CORUÑESES DA MODALIDAD MARATÓN E GRAVEL.

Facendo entrega da camisola de campeón/a o primeiro Coruñés na clasificación nas categorías descritas a continuación, farase entrega da camisola durante a cerimonia de entrega de trofeos.

- A. Categorias premiadas XCM:
- B. ELITE/SUB23 masc/fem
- C. MASTER 30 masc/fem
- D. MASTER 40 masc/fem
- E. MASTER 50 masc

- A. Categorias premiadas GRAVEL:
- B. ELITE/SUB23 masc/fem
- C. MASTER 30 masc/fem
- D. MASTER 40 masc/
- E. MASTER 50 masc

**\*O DÍA 15 DE SETEMBRO SE EXISTE INSCRIPCIÓN DE ALGUNHA CATEGORÍA NON PREMIADA EN ESTE LISTADO, SERÁ AÑADIDA PARA A DISPUTA DA CATEGORÍA E DO CAMPEONATO PROVINCIAL, UNHA VEZ PASADA ESA FECHA, XA NON ESTAREMOS EN TEMPO DE FABRICAR OS TROFEOS ARTESANAIS, POLO QUE NON PODRÁN AÑADIRSE NOVAS PREMIACIÓN.**

1. O epicentro da Maratón XX Marcha Costa da Morte, será no Forum Carballo, situado en Praza dos Bombeiros Voluntarios, s/n, 15100 Carballo, A Coruña

<https://goo.gl/maps/UD6GhGXFDbTTPTsQ9>

2. Horario: O inicio será ás 9:30 horas. e o pecho do evento as 15:30

Especificando os horarios das saídas por probas:

- XCM- 9.30
- GRAVEL- 9:45
- MARCHA BTT CORTA E LARGA-10:00

3. A proba xcm terá o seguinte percorrido: - 71 km e 1736 m+ aproximadamente. O itinerario transitará por os montes de Carballo, Malpica de Bergantiños e Coristanco.

Podendo descargar o track da MARATÓN [Clicando aquí abaixo](#)

- <https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/xx-marcha-costa-da-morte-2024-maraton-70km-174431887>

3.1 A proba GRAVEL terá o seguinte percorrido: - 54 km e 1736 m+ aproximadamente. O itinerario transitará por os montes de Carballo, Malpica de Bergantiños e Coristanco.

Podendo descargar o track da GRAVEL [Clicando aquí abaixo](#)

- <https://es.wikiloc.com/rutas-gravel-bike/gravel-costa-da-morte-2024-gravel-54km-174431414>

3.2 A Marcha terá o seguinte percorrido: - 40 km e 1736 m+ aproximadamente. O itinerario transitará por os montes de Carballo, Malpica de Bergantiños e Coristanco.

Podendo descargar o track [Clicando aquí abaixo](#)

- <https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/xx-marcha-costa-da-morte-btt-ruta-40km-174421058>

Marcha curta terá o seguinte percorrido: - 34 km e 1736 m+ aproximadamente. O itinerario transitará por os montes de Carballo, Malpica de Bergantiños e Coristanco.

Podendo descargar o track [Clicando aquí abaixo](#)

- <https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/xx-marcha-costa-da-morte-ruta-corta-34km-174432307>

4. Participantes: Está aberta a calquera participante federado ( Sub 23/Élite, Máster e cicloturista) ou non federado (licenzas de 1 día).

Os participantes deben ser maiores de 16 anos ata un máximo de 300 participantes entre a Maratón a Marcha Cicloturista, e a Gravel.

Cada participante fará uso obrigatoriamente do casco e do dorsal personalizado asignado pola organización. O participante deberá aceptar que o dorsal é intransferible e que non o poderá ceder para que o leve outra persoa.

Está prohibida a participación de bicicletas eléctricas en competicións, solo podrán participar en categorías cicloturistas.

Na categoría Gravel solo podrán participar bicicletas Gravel, conforme dicta a normativa UCI.

4.1. Orde de saída. Será por caixóns e organizarase da seguinte forma:

-9:30/9:45

-1. Líderes absoluto/a da Liga nacional

-2. Corredores/as con puntos no ranking individual UCI de XCM/XCO/GRAVEL, por orde de maior a menor.

-3. 15 corredores/as invitados/as como máximo por parte do organizador, ou que compren a plaza de saída en este box ([precio duas alpacas de herba seca](#)) (previa consulta á Organización)

-4. Corredores/as con puntos no ránking individual RFEC de XCM e GRAVEL.

-5. 50 primeiros corredores da clasificación absoluta do Ranking de Galicia, ou Campeonato de Galicia da modalidade

-6. 15 primeiras corredoras da clasificación absoluta do Ranking Galego ou Campeonato Galego da modalidade.

-7. Resto de corredores por orde de inscrición.

- 8. GrupoCicloturista.
- 9. E-BIKES.

#### 4.2 Saída conxunta as 10:00 da mañá

- 1. Marcha 51KM
- 2. Marcha 35km

5. Inscricións: Para poder participar no Evento, deberase estar previamente inscrito na plataforma DE WWW.MAGMASPORTS.ES

Non se lle permitirá a súa participación a ningunha persoa que non teña dorsal previamente entregado polos membros da organización e que non apareza nos listados facilitados pola Federación Galega de Ciclismo, e organización.

O prazo de inscricións remata o **MERCORES 02/10 ás 23:59 horas.**

6. Prezo: **O importe da inscrición é de 29 € para os participantes federados no XCM e GRAVEL e non federados. Os non federados deberán pagar ademais a licenza de un día da Federación Galega (10 €)**

**A marcha cicloturista de 40km e 34km terá un prezo de 16€ para federados. Os non federados deberán pagar ademais a licenza de un día da federación Galega (10 €).**

Dita inscrición da dereito a participar na proba, seguro de asistencia sanitaria e de responsabilidade civil, avituallamentos, comida final e cantos obsequios ou regalos poida conseguir a organización.

6.1 A recollida de dorsais realizarase nas instalacións do FORÚM CARBALLO situado na plaza dos bombeiros voluntarios S/N 15100 Carballo, A Coruña o día da proba entre as 07:30 e as 9:10 horas (para as marcha cicloturista repartiranse dorsais ata as 09:30 horas). Todo participante deberá levar, de forma obrigatoria e visible o dorsal na parte dianteira da bicicleta. Todo participante que non leve colocado de maneira visible o dorsal será excluído da marcha por membros da organización ou polas forzas do orden. Para recoller o dorsal é OBRIGATORIO presentar o DNI e a licenza da RFEC, no caso de que non se teña suscrito o seguro federativo por un día proposto pola organización.

7. Marcaxe: O recorrido estará sinalizado con bandeirolas de cor AMARELO e LARANXA, e cintas.

### **É obrigatorio o paso polos controis de tempo colocados no percorrido.**

8. Tempo de corte e hora de peche: Os/as participantes que sobrepasen as 11.40 horas no paso polo punto de paso de meta en **CARBALLO (Km 26.45 aprox)**, serán obrigados a quedar na meta situada no Forum. Así mesmo os voluntarios de peche de ruta, ou o responsable de cada control xunto ca autorización dos xuíces-árbitros terán potestade para retirar da proba a calquera ciclista si o seu tempo durante o transcurso da proba ou o seu estado de saúde así o aconsella. O/A ciclista que se retire durante o transcurso da proba, deberá avisar ao control máis próximo e facer entrega do dorsal.

O/A ciclista que faga caso omiso da orde de retirada dada polos xuíces- árbitros e a Organización, quedará automaticamente fora de competición, considerándose que actúa baixo a súa enteira responsabilidade e en contra do criterio dos organizadores da proba que, a partir dese momento, declina calquera responsabilidade sobre as posibles consecuencias dos seus actos.

A distancia de 35km, poderá ser neutralizada para garantir a seguridade dos participantes en zonas con tráfico aberto. Os ciclistas que vaian moi adiantados en esta distancia, serán desviados obrigatoriamente para a distancia mais larga, xa que ten carácter lúdico con dificultade moi accesible a todos os públicos, sen buscar dificultades e atrancos. Buscamos fomentar a practica do ciclismo a persoas que están menos habituadas.

9. Avituallamentos: Existirán 3 avituallamentos. Todos serán líquidos, a excepción de un, no que a organización pode colocar un avituallamiento liquido-solido se as condición meteorolóxicas o requiren, cumprindo este o protocolo COVID. Ao remate da proba haberá tamén un avituallamento. En cada punto de avituallamento haberá auga. Ademais haberá papeleiras para abandonar os restos de xeles e demais envoltorios, vasos, etc.. Todos/as os/as participantes, organizadores, colaboradores, ..., debemos ser responsables co medio no que estamos a desenvolver esta actividade.

10. Premios e clasificación. NON se darán premio en efectivo.

Para as categorías masculinas, sub23/élite e máster 30, 40, 50 haberá trofeo para os 3 primeiros clasificados, para as categorías femininas, sub23/elite e master, tamen habrá trofeos. Os trofeos serán entregados cumprindo a Normativa Técnica da RFEC de XCM e según a normativa técnica da RFEC de GRAVEL.

10.1. Clasificación por equipos. Haberá un único premio e será a correspondente á suma dos tempos dos/as 3 primeiros/as corredores de cada equipo que realizaran o recorrido completo do XCM e GRAVEL en menos tempo.

Os/As participantes cicloturistas e non federados/as terán unha relación co tempo empregado por cada deportista en completar o percorrido da Maratón e Gravel. As demais distancias ( 35km e 50km ) o non ser competitiva, non haberá clasificación, premios en efectivo, nin trofeos, so un recoñecemento o participante de maior idade, o clube mais numeroso e o clube mais lonxano.

11. A organización xunto cos xuíces-árbitros resérvase o dereito a realizar as modificacións que considere necesarias en función dos diferentes condicionantes, así como a suspensión da proba se as condicións meteorolóxicas ou a falta de permisos requiridos e necesarios o obrigan ou por forza maior. No caso de efectuar algunha modificación no recorrido, este será comunicado a todos/as os/as participantes por medio das redes sociais e a través da plataforma da Federación Galega de Ciclismo e Magmasports.

12. Os/as participantes están obrigados a auxiliar aos accidentados e a respetar as normas de circulación nos cruces de carretera, e cando se circula sobre asfalto. En todos os cruces teremos persoal de apoio.

13. Os únicos vehículos autorizados a seguir a proba serán os designados pola organización quedando totalmente prohibido, para evitar posibles accidentes, seguir aos ciclistas en moto, bicicleta, quad por todo o circuito.

14. A organización declina toda responsabilidade en caso de accidente, negligencia, así como dos obxectos perdidos de cada participante. Os participantes exoneran á organización de toda responsabilidade en caso de accidente, lesión ou rotura de material (bicicleta, casco, gafas, roupa, ...)

Cada participante manifesta explicitamente que libera aos organizadores, patrocinadores, colaboradores, etc. de calquera responsabilidade civil ou doutra índole que se puidera ocasionar durante a participación na PROBA: accidentes, lesións, danos propios ou a terceiros, asumindo cada un dos participantes as consecuencias e responsabilidades que se poidan ocasionar pola participación na mesma.

#### PROTECCIÓN DE DATOS

Todo participante, ao formalizar a súa inscrición, está autorizando a publicación dos seus datos persoais necesarios para o desenvolvemento da proba, xa sexa nos listados oficiais, en medios de comunicación e/ou internet, así como, o seu uso para o envío de información relativa ao evento, incluídas posteriores edicións. Igualmente autoriza a que as imaxes recabadas (fotografía ou vídeo) se poidan utilizar de forma atemporal en calquera publicación ou acción publicitaria, co único fin de promoción e difusión do evento.

Cada participante é responsable da veracidade dos datos proporcionados na súa inscrición, e consente que ditos datos se incorporen a un ficheiro automatizado, do que é responsable o C.C Monteneme con domicilio en Valle Inclán 24º Carballo - Coruña 15100. O titular dos datos terá

dereito de acceso, rectificación, cancelación e oposición nos termos previstos na Lei Orgánica 15/1999 do 13 de decembro, de Protección de

Datos de Carácter Persoal, adaptada á Normativa Europea (UE) 679/2016.

Ao mesmo tempo, informamos sobre a posibilidade de exercer os dereitos de acceso, rectificación e cancelación dos seus datos persoais que constan no ficheiro do C.C Monteneme Para exercer estes dereitos, poderán facelo a través da dirección de correo electrónico, [CCMONTE-NEME@GMAIL.COM](mailto:CCMONTE-NEME@GMAIL.COM)

15. O mero feito de inscribirse na proba supón a aceptación do presente regulamento e a renuncia a todos os dereitos contra a organización, renunciando a toda acción legal que pudiera derivarse da súa participación na proba.

1. **PROGRAMACION. RECOLLIDA DE DORSAIS**

2. Sábado 05 de OUTUBRO

3. - Poderase facer un pequeno Briefing da proba, ven directo ou través de medios telemáticos.

4. Domingo 06 de OUTUBRO

5. - Recollida de dorsales de 07:30 a 09:10h/(9:30hMARCHA) no HALL do Forum Carballo

6. - Formación de parrillas de saída: 9:10h/9:35h/9:50h

7. - Saída: 9:30h/9:45h/10:00h

8. - Chegada primer corredor de XCM: 12:20h

9. - Entrega de trofeos (Horario: 13:30 horas). Praza Do Forum Carballo

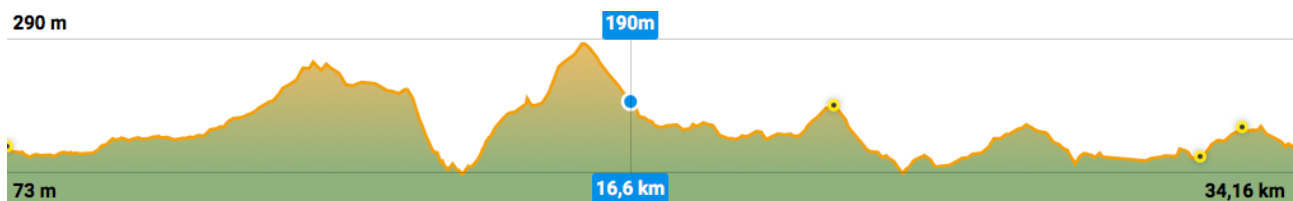
10. HABRÁ DUCHAS ,ZONA DE LAVADO DE BICIS E AVITUALLAMENTO FINAL

**PERFILES:**

RUTA CORTA

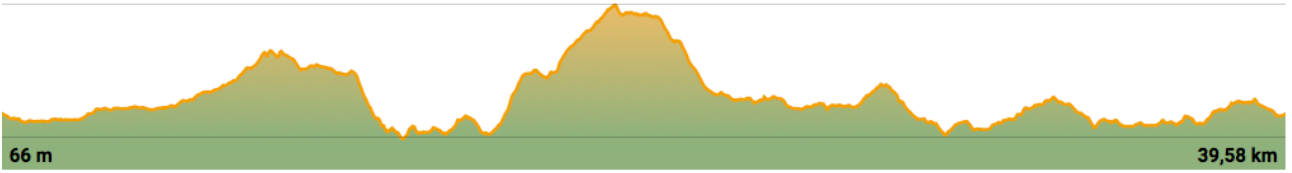


MARCHA



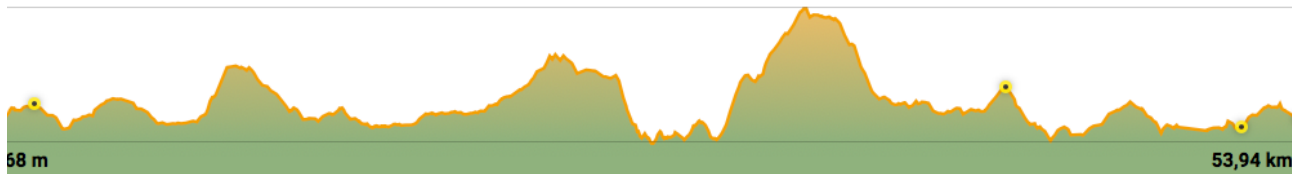
## GRAVEL

352 m



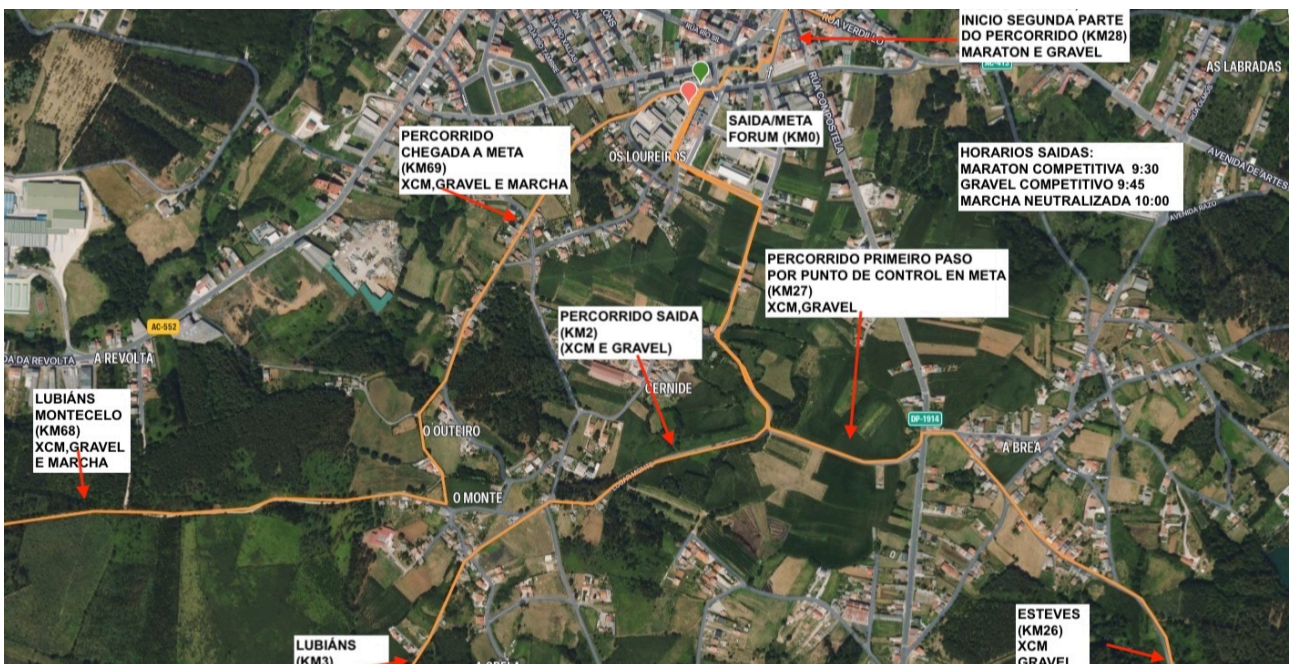
## XCM

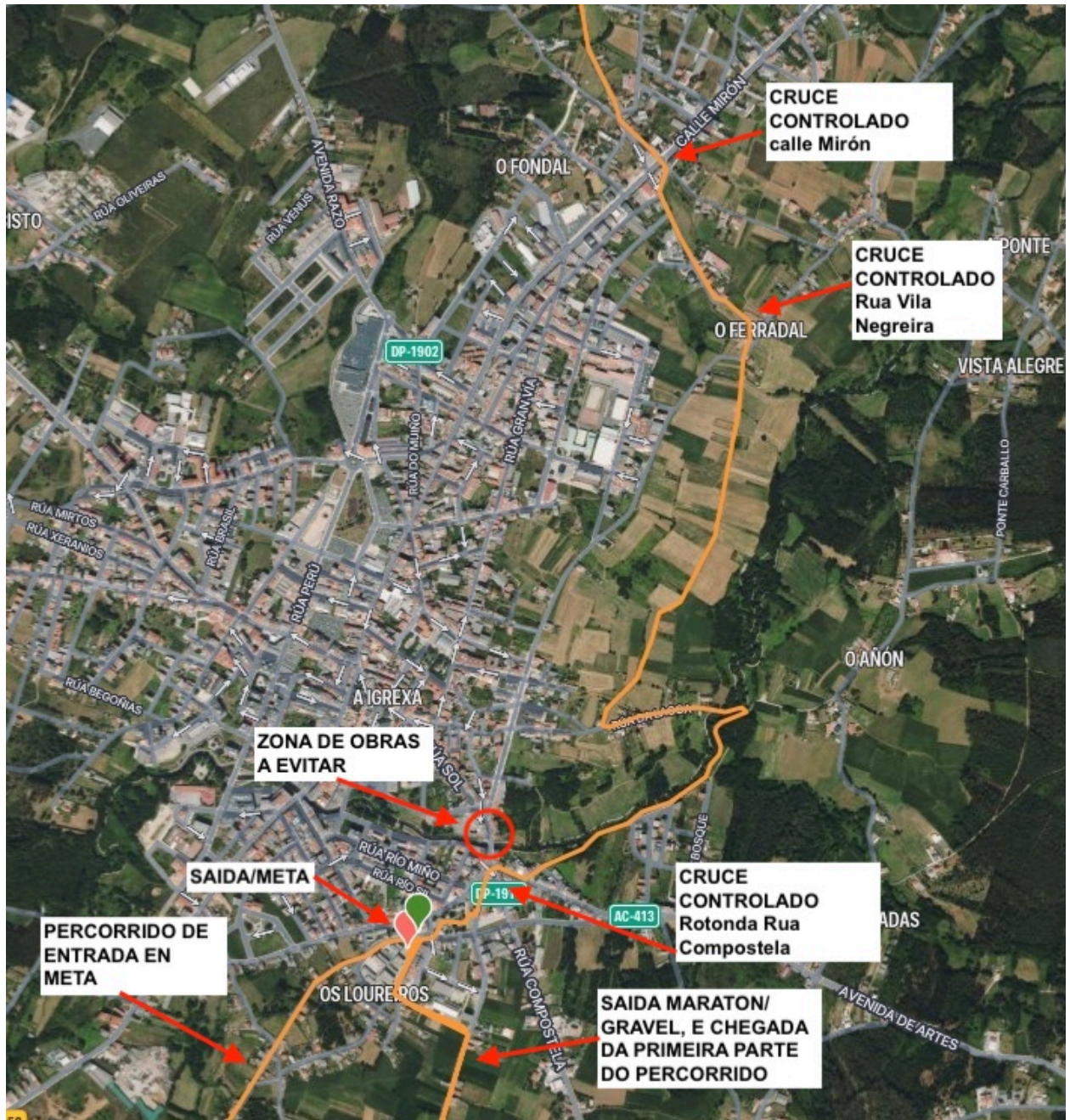
350 m



## PLANOS:

Saída/Meta FORUM CARBALLO





PLANO XCM:

70KM





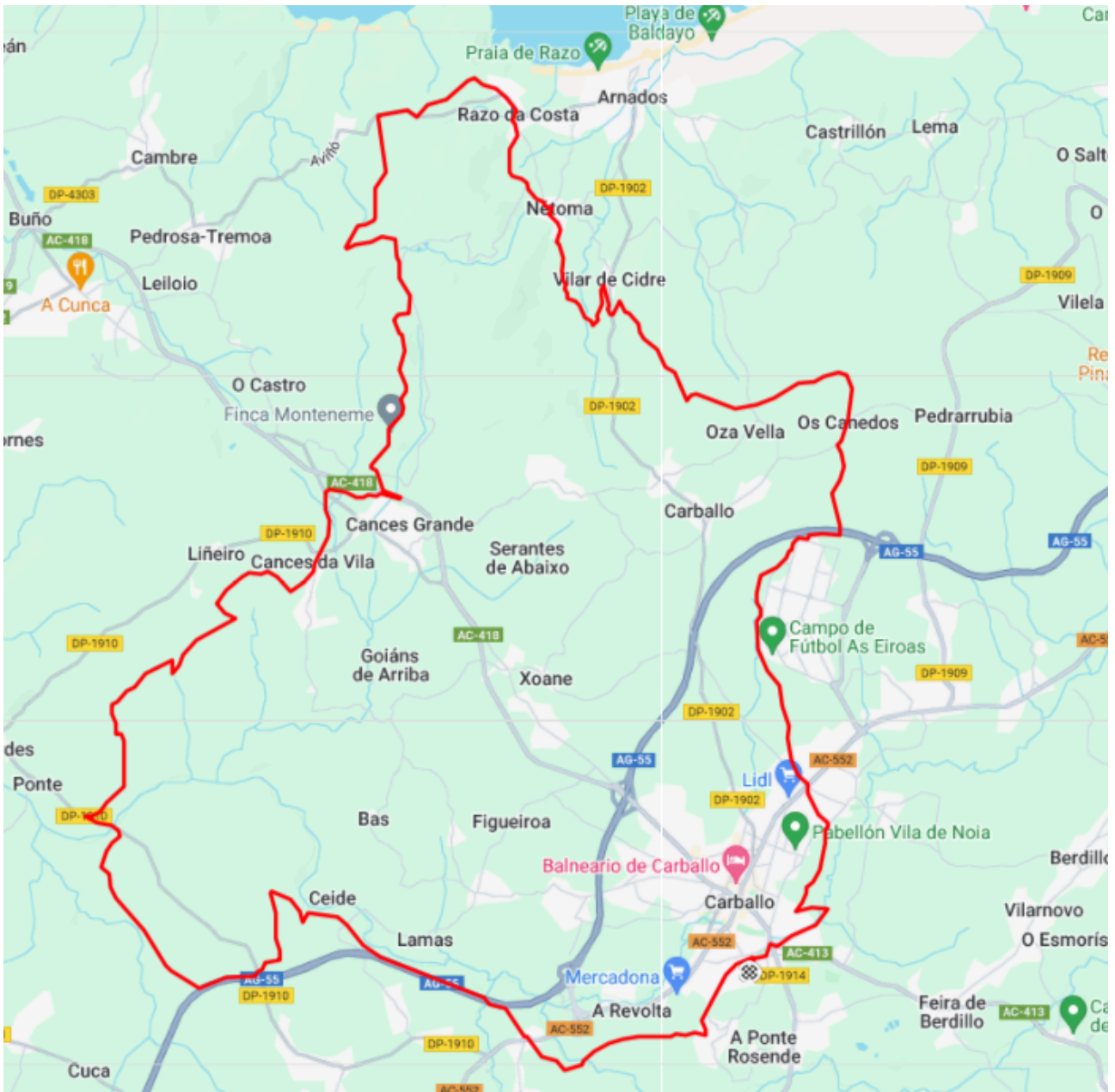
PLANO GRAVEL:

54KM



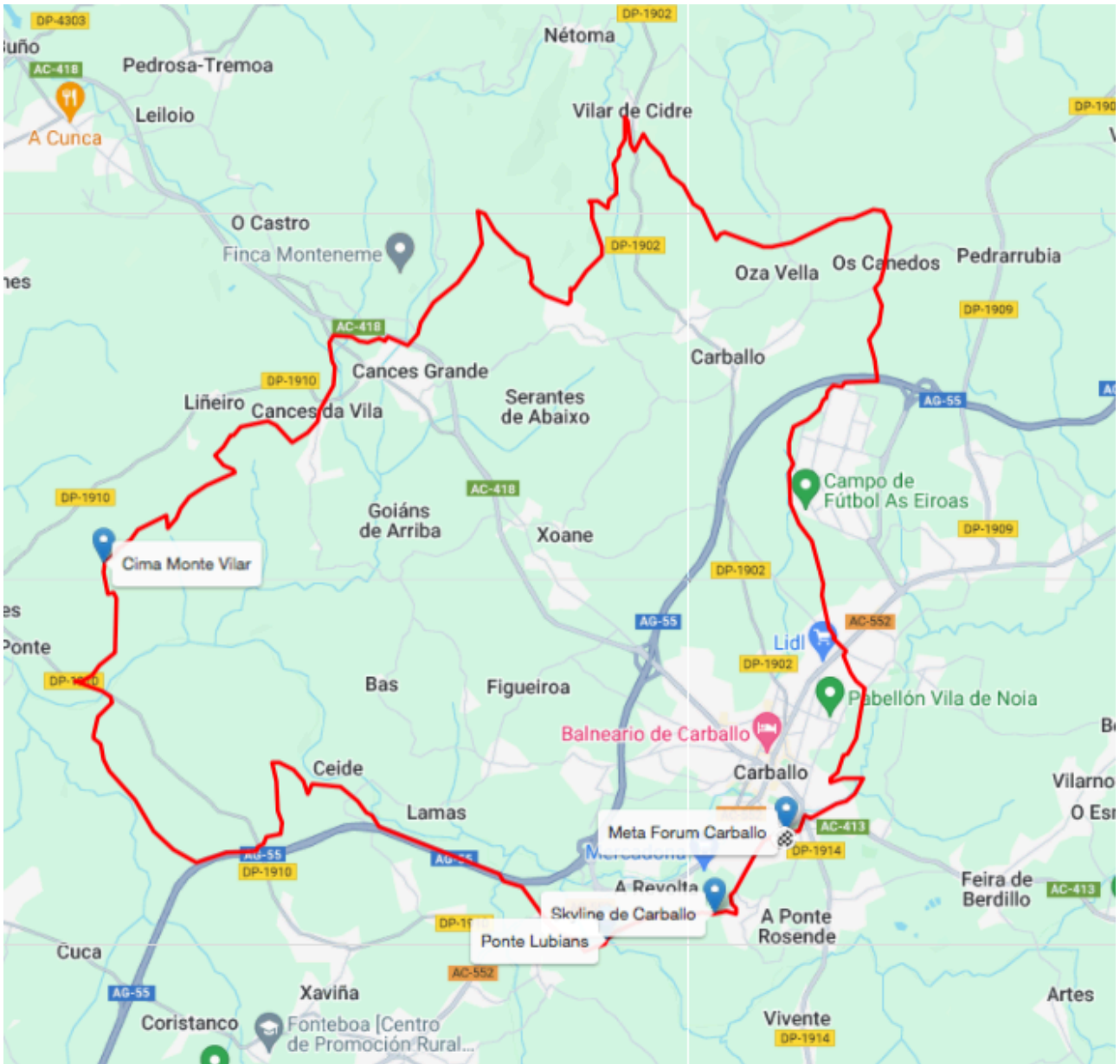
# PLANO MARCHA

40KM



PLANO MARCHA CORTA:

34KM



Rutometro XX Costa da Morte			
	15km/h	20 km/h	25 km/h
Salida	9:30	9:30	9:30
Cruce Noví km 6,9		9:48	
Cruce DP-1914 km 8,88		9:52	
Cruce Betrís		10:05	
Cruce Barbalde		10:12	
Cruce Arganosa		10:15	
Cruce La Base		10:26	
Cruce do Marqués		10:32	
Cruce Esteves		10:42	
Cruce DP-1914 km 25,55		10:49	
Paso por Meta	11:20	10:55	10:40
Circulación mínima DP-1906 km 26,90		10:55	
Cruce AC-552 km 29	11:25	11:00	10:45
Cruce puente sobre AG-55 Km 32,33		11:10	
Cruce DP-1902 km 37,40		11:12	
Cuce Vilar		11:16	
Cruce Canedos		11:17	
CRUCE OZA VELLA		11:18	
Cruce Pardiñas		11:20	
O Rodo		11:32	
Cruce Razo da Costa		11:56	
Cruce a Pedrosa		12:02	
Cruce Campo futbol Cances		12:28	
Cruce ponte sobre AC-418 km 53,50	13:20	12:30	11:35
Cruce AC-414 km 54,4		12:32	
Cruce DP-1910 km 55,00		12:33	
Circulacion DP-1908 km 55,10		12:34	
Cruce granxa Cances		12:35	
Cruce e circulacion DP-1910 km 59,7		12:46	
Circulación vial non pavimentado AG-55 km 62,1		12:52	
Cruce DP-1910 km 62,7	13:35	12:54	12:05
Cruce DP-2905 64,7		12:58	
Circulacion vial non pavimentado AG-55 km 66		13:04	
Cruce AC-552 km67,80		13:05	
Meta	14:20	13:13	12:20