



CON LA COLABORACIÓN DE:



REGLAMENTO

“IVCARRERA COSTA ÁRTABRA 2026” (OLEIROS – A CORUÑA)

➤ ARTÍCULO 1 - PRESENTACIÓN

CASCO, Asociación sin ánimo de lucro, organiza la “IVCARRERA COSTA ÁRTABRA” carrera popular 10K a pie y en línea, entre los ayuntamientos de Oleiros y A Coruña, el día **19 de abril de 2026 a las 9:30 de la mañana**, y en el que podrán participar todas las personas nacidas en 2010 y años anteriores, permitiéndose la participación conjunta de otras disciplinas como marcha nórdica o sillas de atletismo, pero fuera de concurso y teniendo en cuenta que el tiempo máximo permitido para terminar es de 90 minutos. No se permiten handbikes.

➤ ARTÍCULO 2 - RECORRIDO

La distancia no está homologada y el circuito medirá 10 km aproximadamente. Este recorrido se desarrolla bajo el reglamento de la FGA y está integrado en el calendario oficial de la Federación Gallega de Atletismo de carreras en ruta y supervisado por jueces de la Federación Gallega de Atletismo.

El recorrido estará marcado y señalizado cada km verticalmente. La organización se reserva el derecho de poder modificar el trazado del recorrido.

SALIDA: Rúa Carlos M. de Céspedes (Oleiros).

Rúa Romadeiro, MeixónFrio, CamiñoBastiagueiro Pequeño (Parque As Galeras), CamiñoBastiagueiro Pequeño (Parque de As Trece Rosas), Rúa Fieitos, Rúa Bastiagueiro Praia, Rotonda Bastiagueiro(AC-173), Avda. Ernesto Che Guevara(AC-173), Rotonda de Santa Cristina, Avda. das Mariñas (AC-173), Puente Pasaje (AC-12, NVI), Avda. del Pasaje (AC-211), Avda. del Pasaje (AC-12), Túnel Avda. del Pasaje (AC-12), Avda. del Ejército (AC-12), Rotonda Casa del Mar, Praza da Palloza, Primo





CON LA COLABORACIÓN DE:



de Rivera, Avda. Linares Rivas, Praza de Ourense, Sánchez Bregua, Cantón Pequeño, Cantón Grande, Avda. de la Marina, Avda. de Montoto.

META: Paseo peatonal del Parrote (A Coruña).

➤ ARTÍCULO 3 - HORARIO

La **salida** se dará a las 9:30 de la mañana y el tiempo máximo para completarla será de **1 hora y 30 minutos** (90 minutos), por lo que la carrera **se cerrará a las 11:00 horas de la mañana** y los corredores deberán abandonar el circuito.

Serán consideradas "**fuera de la carrera**" y "**no figurarán en las clasificaciones**". Si deciden continuar, lo estarán haciendo exclusivamente bajo su responsabilidad, y deberán cumplir en todo momento con la normativa de tráfico y seguridad viaria.

➤ ARTÍCULO 4 –APARATOS Y ARTILUGIOS RODADOS

No está permitida la utilización de ningún aparato o artilugio rodado durante la carrera (incluido las handbike), excepto las sillas de los atletas en situación de discapacidad que compitan en silla de ruedas, homologadas por la Federación y oficialmente admitidos por la Organización, siendo en este caso obligatorio el uso de casco.

➤ ARTÍCULO 5 - INSCRIPCIÓN

PERÍODO DE INSCRIPCIÓN

Desde la apertura de las inscripciones y hasta el **MIÉRCOLES 15 de abril del 2026 a las 23:59 (ONLINE)**, o hasta agotar los **2.000 dorsales disponibles**. Esta cifra podría modificarse siguiendo las instrucciones de la organización o las autoridades y organismos competentes.





CON LA COLABORACIÓN DE:



PRECIOS Y PLAZOS DE INSCRIPCIÓN

- Desde la apertura de las inscripciones hasta el 8 de abril de 2026: 17,00 €
- Desde el 9 de abril de 2026 y hasta el 15 de abril de 2026: 20,00 €
- Se ofrece la **posibilidad de adquirir** el pack de cuatro imanes para los dorsales por un precio de 5€. En caso de querer adquirirlos, se debe marcar en la inscripción y abonar junto con la inscripción.
- **DORSAL SOLIDARIO:** Toda vez que el evento es solidario, se establece este dorsal o “fila cero” para aquellos que, participen o no en la carrera, quieran realizar una contribución económica para colaborar con las actividades de deporte inclusivo de personas vulnerables y/o enfermas de VIH que realiza CASCO.

FORMA DE REALIZAR LA INSCRIPCIÓN

Por internet en “CARREIRAS GALEGAS” (<https://carreirasgalegas.com>)

La inscripción es personal e intransferible y supone la aceptación total de la Normativa Técnica de la prueba.

Bajo ningún concepto, una vez formalizada la inscripción, se podrá transferir la participación a otra persona por motivo de no poder participar en la prueba o cualquier otro motivo.

Una vez inscrito, solamente se devolverá la cuota de inscripción en el caso de lesión y/o enfermedad, siempre y cuando se presente **un justificante en el que no aparezcan datos de salud, con por lo menos 10 días de antelación a la celebración de la prueba**, enviando un correo electrónico a comicasco@gmail.com. No se realizarán devoluciones por imposibilidad de asistir a la carrera.

El límite de inscripciones para la “IV CARRERA COSTA ÁRTABRA” será de 2000 plazas.





CON LA COLABORACIÓN DE:



➤ ARTÍCULO 6 –CATEGORÍAS Y CLASIFICACIONES

▪ CATEGORÍAS

Se establecen las siguientes categorías en la carrera:

- Sub 18 M/F: nacidos en 2009 y 2010.
- Sub 20: nacidas/os en 2007 y 2008.
- Sub 23: nacidas/os en 2004, 2005 y 2006.
- Sénior: nacidas/os desde 2003 hasta la categoría Máster.
- Máster 1: de 35 a 39 años cumplidos no día da proba.
- Máster 2: de 40 a 44 años cumplidos no día da proba.
- Máster 3: de 45 a 49 años cumplidos no día da proba.
- Máster 4: de 50 a 54 años cumplidos no día da proba.
- Máster 5: de 55 a 59 años cumplidos no día da proba.
- Máster 6: de 60 a 64 años cumplidos no día da proba.
- Máster 7: a partir de 65 años cumplidos no día da proba.
- Atletas con discapacidad*: nacidas/os en 2008 y años anteriores.

*En el momento de la inscripción deben comunicar esta circunstancia a la organización, así como si desean entrar en la clasificación de atletas con discapacidad. En el caso de no indicarlo figurarán en la tabla general de tiempos.

Para acreditar la pertenencia a alguna de estas categorías hay que enviarle una copia de la tarjeta acreditativa de discapacidad a la organización, de forma que quede acreditado el envío, al correo electrónico info@carreirasgalegas.com

Las personas participantes con discapacidad visual o intelectual harán constar los apoyos que necesitan para participar en la carrera en las mejores condiciones posibles.





CON LA COLABORACIÓN DE:



Se permitirá un máximo de 2 guías para los y las atletas con discapacidad visual.

El uso de guías o, en el caso de participantes con discapacidad intelectual de atletas de apoyo, debe comunicársele con antelación a la Federación Gallega de Atletismo, así como el punto kilométrico exacto donde se van a situar los guías de las personas corredoras con discapacidad visual para hacer el relevo.

La participación de las personas guías y de las personas de apoyo, que irán sin chip, será gratuito, para lo cual deberán contactar con la organización a través del correo electrónico info@carreirasgalegas.com Para optar a trofeo en la categoría de atletas con discapacidad es necesario inscribirse en esa categoría.

■ CLASIFICACIONES

Se establecen las siguientes clasificaciones:

- Clasificación general absoluta masculina y femenina.
- Clasificación por categorías tanto masculina como femenina.

➤ ARTÍCULO 7 - PREMIOS

Habrà trofeo para el primer clasificado de cada categoría, tanto masculino como femenino, por participación en carrera a pie.

➤ ARTÍCULO 8 – RECLAMACIONES

El control de la carrera estará dirigido por el Comité Gallego de Jueces. Todas las reclamaciones se le deberán hacer verbalmente a la jueza o juez árbitro de la prueba hasta 30 minutos después de la publicación de los resultados. El cronometraje se realizará mediante el sistema de chips. Habrá varios puntos de control de chips a lo largo de todo el recorrido. Las personas participantes que no cumplan con el paso por todos los puntos podrán ser descalificadas y como consecuencia no aparecerán en los





CON LA COLABORACIÓN DE:



resultados finales.

➤ ARTÍCULO 9 - DORSALES, CAMISETAS, TRANSPORTE Y BONIFICACIONES

Los dorsales se recogerán en EL CORTE INGLÉS, en A Coruña, el viernes 17 de abril en horario de 17:00 a 21:00 y el sábado 18 de abril de 10:00 a 14:00 horas y de 17:00 a 21:00 horas.

Excepcionalmente también podrán retirarse el mismo día de la carrera en la secretaría técnica de la prueba, hasta una hora antes de dar comienzo la prueba.

Los dorsales deberán llevarse en la parte delantera del tronco de manera visible, no pudiendo ser retirado en todo el trayecto hasta entrar en línea de meta.

Los dorsales llevarán un chip desechable, por lo que no deberán ser doblados o manipularse.

Todo corredor/corredora, por el hecho de haber formalizado su inscripción en la misma, tiene derecho a la **CAMISETA CONMEMORATIVA** de la “IV CARRERA COSTA ÁRTABRA 2026”, que será entregada al retirar su dorsal.

Para elegir la **TALLA** de la camiseta, es necesario marcar la **PREFERENCIA EN LA HOJA DE INSCRIPCIÓN**, siendo las diferentes tallas: XS/S/M/L/XL/XXL. Se adjudicarán por orden de inscripción, en caso de no estar disponible la talla solicitada, se proporcionará la más cercana. (La organización se reserva el derecho de modificar por necesidad la fabricación de la camiseta).

Habrà servicio de **autobuses** que saldrán en horario a especificar desde Entrejardines y que transportarán a los corredores hasta la salida en Oleiros. Será necesario elegir la opción de transporte en la inscripción para poder usarlo el día de la prueba. (En todo caso se concretará lugar y hora de salida unos días antes).

Asimismo, se oferta un servicio de **guardería** gratuito, que se realizará en las





CON LA COLABORACIÓN DE:



instalaciones del Sporting Club Casino de La Coruña en la C/ Real. Será necesario elegir la opción de guardería en la inscripción para poder usarlo el día de la prueba. (En todo caso se concretará lugar y hora del servicio unos días antes).

Se realizarán bonificaciones de 50% del precio de inscripción a familias numerosas y personas con al menos un 33% de discapacidad. A fin de aplicar la bonificación deberá realizarse la inscripción señalando esa circunstancia. Enviando la documentación acreditativa de la circunstancia marcada por mail y número de cuenta a comicasco@gmail.com se procederá a la devolución del importe bonificado.

➤ ARTÍCULO 10 - DESCALIFICACIONES

Será motivo de descalificación:

- Proporcionar datos falsos en la inscripción (edad, residencia, etc.).
- No realizar el recorrido completo.
- No pasar por los controles de paso situados en el circuito.
- No llevar el dorsal o que no se sitúe bien visible en el pecho, o alterar u ocultar la publicidad del mismo.
- Correr con dorsal y/o chip adjudicado a otro corredor.
- No atender las instrucciones de los jueces y/o personal de Organización.
- Haber cedido su dorsal para fotocopiarlo y ser usado por otro corredor.
- Tener un comportamiento antideportivo.

➤ ARTÍCULO 11 –AVITUALLAMIENTO

Se entregará avituallamiento líquido a todos los corredores que así lo deseen, en el km 5 del recorrido y en post meta, en zona habilitada a tal efecto.

➤ ARTÍCULO 12 - ATENCIÓN MÉDICA





CON LA COLABORACIÓN DE:



La “IVCARRERA COSTA ARTABRA 2026” dispondrá de los Servicios Médicos necesarios para atender al corredor durante el desarrollo de la misma. La Organización recomienda a todos los participantes que se sometan a un Reconocimiento Médico previo a la prueba, aceptando todo participante el riesgo derivado de la actividad deportiva.

Igualmente, el atleta declara estar en condiciones físicas óptimas para realizar esta prueba y lo hace bajo su responsabilidad.

Cualquier atleta con problemas de salud está obligado a notificárselo previamente por escrito a la Organización, marcar su dorsal con una cruz roja y hacer constar en el mismo su nombre, dirección, teléfono y problema de salud que padece. Estará obligado (por su seguridad) a comunicarlo previamente a la celebración de la prueba, por escrito (indicando su número de dorsal).

Los Servicios Médicos estarán facultados para retirar al corredor que manifieste un mal estado físico.

➤ **ARTÍCULO 13 - GUARDARROPA**

La Organización dispondrá de un servicio de guardarropa para los corredores/as, donde podrán depositar sus pertenencias, no responsabilizándose de los objetos entregados en él.

Serán entregadas bolsas plásticas y pegatinas con el número de dorsal para introducir pertenencias personales y depositadas en las zonas habilitadas para tal fin en la zona de salida, siendo recuperadas en zona de post meta con la presentación del dorsal de corredor, una vez finalizado el circuito.

➤ **ARTÍCULO 14 - UTILIZACIÓN DE MEDIOS FÍSICOS NATURALES**

Los únicos vehículos que podrán seguir la prueba serán los acreditados por la Organización.

Queda totalmente prohibido seguir a los corredores en cualquier tipo de vehículo a motor o sobre ruedas (patines, bicicletas, patinetes, etc....), teniendo orden





CON LA COLABORACIÓN DE:



expresa la Policía Local de retirarlos del circuito. Se dispondrá de un vehículo escoba en la cola de la carrera para recoger a los corredores que por alguna razón no deseen o no puedan seguir la carrera, debiendo montarse en él o proceder al abandono de la prueba aquellos corredores que no se encuentren en condiciones de mantener el horario previsto de cierre de control de la actividad, tras las instrucciones de cualquier miembro de la organización.

Las personas participantes tendrán que competir con sus propios medios físicos naturales sin ayudas materiales de ningún tipo, con la única excepción de las personas corredoras en sillas de ruedas reglamentarias debidamente inscritas y que cumplan las normas del World Para Athletics.

Cualquier duda a al respecto deberá consultarse con la organización antes de hacer la inscripción a través del correo electrónico secretaria@atletismo.gal. No está permitido el acompañamiento en ningún momento de la prueba por personas no registradas en la prueba que puedan acompañar, avituallar o marcarles ritmos a las personas participantes.

Al mismo tiempo, no se permite la participación con carritos o sillas de bebés, ni correr acompañados de estos en ningún momento, con la única excepción de los carros de running*. Tampoco está permitida la participación con animales, ni correr acompañados de estos en ningún momento.

*La participación con carro de running deberá estar justificada únicamente para llevar una persona con discapacidad motora grave (que no le permita a la persona con discapacidad trasladarse por sus propios medios físicos), entendiendo en estos casos como participante siempre la persona que empuja el carro (dentro de la categoría que le corresponda), y no la persona que va en el carro.

Igualmente, será obligatorio acreditar la discapacidad de la persona que va en el carro, enviando copia de la tarjeta acreditativa de la discapacidad a la organización, de manera que quede acreditado el envío, al correo electrónico secretaria@atletismo.gal.

La inscripción de esta persona, que irá con dorsal sin chip, será gratuita. Para eso deberán contactar con la organización a través del correo electrónico secretaria@atletismo.gal. Cualquier infracción de estas características podrá suponer





CON LA COLABORACIÓN DE:



la descalificación de la persona participante.

➤ **ARTÍCULO 15 – INFORMACIÓN Y SUGERENCIAS**

La organización habilitará una OFICINA DE INFORMACIÓN al CORREDOR donde recabar información relacionada con la carrera y su inscripción, así como las sugerencias que el público en general quiera hacer llegar a la organización de la “IV CARRERA COSTA ÁRTABRA 2026”.

Este servicio será atendido por el personal de la ONG CASCO y sus ong's afines. Este servicio será atendido vía WhatsApp o por correo electrónico.

WHATSAPP: (CASCO) 617996722

CORREO ELECTRÓNICO: comicasco@gmail.com

➤ **Art. 16 - RESPONSABILIDAD**

La organización no se hace responsable de los daños que pudieran causar o causarse a las personas participantes por imprudencias o descuidos de las mismas.

La persona participante declara, bajo su responsabilidad, que realiza el oportuno reconocimiento médico que le permite estar en condiciones óptimas para realizar la prueba, y exime a la organización de dicha responsabilidad.

➤ **ARTÍCULO 17-SEGUROS**

La “IV CARRERA COSTA ÁRTABRA 2026”, dispone de un SEGURO de ACCIDENTES y RESPONSABILIDAD CIVIL para cubrir todos los incidentes inherentes a la prueba.





CON LA COLABORACIÓN DE:



➤ ARTÍCULO 18 -ACEPTACION PÚBLICA (POLÍTICA DE PROTECCIÓN DE DATOS)

En cumplimiento de lo dispuesto en el artículo 5 de la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de protección de datos personales y garantía de los derechos digitales, le informamos que sus datos personales serán tratados y quedarán incorporados en ficheros de responsabilidad de LA EMPRESA DE CRONOMETRAJE, CARREIRAS GALEGAS S.L., así como registrados en la Agencia Española de Protección de Datos.

La recogida y tratamiento de los datos personales, incorporados a los ficheros, tiene como finalidad la inscripción de los participantes, así como la información a los mismos de todas las cuestiones relacionadas con la “IV CARRERA COSTA ÁRTABRA 2026”.

CARREIRAS GALEGAS S.L. se comprometen al cumplimiento de las obligaciones sobre medidas de índole técnica, organizativas y de seguridad recogidas en el Reglamento de desarrollo de la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de protección de datos personales y garantía de los derechos digitales.

Que los datos personales facilitados, así como las posibles imágenes que se capten durante la celebración del evento, serán utilizados para la finalidad propia del acontecimiento, así como para la difusión de éste y de la clasificación final de la prueba en la que aparecerán nombre, apellidos, categoría y nacionalidad.

Asimismo, dado que la prueba pertenece al Calendario Oficial de la Federación Gallega de Atletismo y que en el contrato suscrito entre la encargada del tratamiento se prevé la explotación comercial de la actividad por parte de ésta, se prevén las siguientes cesiones que se autorizan expresamente: la de sus datos a la Federación Gallega de Atletismo para el cumplimiento de sus fines propios; y el uso de las imágenes obtenidas en el desarrollo del evento para que sean utilizadas en cualquier tipo de formato y/o medio de difusión (papel, web, comunicaciones, video, etc. ...) de acuerdo con los fines propios por la presente aquí explícitamente consentida.

Al realizar la inscripción, usted declara que ha sido informado/a de los términos contenidos en el mismo y consiente expresamente que sus datos personales sean tratados para las finalidades citadas.





CON LA COLABORACIÓN DE:



En todo caso, puede ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición dirigiéndose por escrito a la Federación Gallega de Atletismo (avda. Glasgow s/n. Complejo Deportivo de Elviña), en los términos establecidos en los artículos 15, 16 e 17 da LOPD.

➤ Art. 19 - COMPROMISO

La inscripción en la carrera implica la plena aceptación del presente reglamento.

CONSIDERACIÓN FINAL

La organización se reserva el derecho de realizar algún cambio en el presente reglamento si así lo considerase, y deberá comunicarlo en la web y en la información a las personas participantes.

En todo caso, y por interés deportivo, la organización se reserva el derecho de invitar a atletas concretos/as, mujeres u hombres con marcas o trayectoria deportiva que puedan aumentar la calidad de la carrera.

Todo lo no recogido en el presente reglamento se regirá por las normas de la FGA, RFEA, WA e ICP.

La inscripción para participar en la prueba presupone la aceptación de este reglamento y la expresa renuncia a cualquier reclamación futura por mor de las modificaciones reglamentarias que puedan producirse.