

DOMINGO, 8 DE JUNIO DE 2025



 **MARÍN**
Un xeito de ser.

Un xeito de ser.

 **MARÍN**

IV EDICIÓN. **CARMIÑA** Carreira.

DATA: Domingo, 8 de XUÑO de 2025.

HORA: CARMIÑA 10:00 horas - MINICARMIÑA 10:30.

LUGAR DA SAÍDA:

- PRAIA DE LAPAMÁN: Carmiña.

- NAÚTICO DE AGUETE: MiniCarmiña

LUGAR DA META: PASEO ALCALDE ANTONIO BLANCO.

DISTANCIA: Carmiña 10.600m aprox. / Mini-Carmiña 5,4km.

ORGANIZA: Concello de Marín.

INSCRICIÓN: ata o domingo, 1 de xuño ás 23:59 horas ou ata fin de inscrición:

www.emesports.es

INSCRICIÓN MÁXIMA DE PARTICIPACIÓN:

450 absolutos - 350 escolares



**MARÍN
CARREIRAS**

IV Edición 2025

REGULAMENTO XERAL

CARMIÑA Carreira, organizada pola Concellería de Deportes do Ilmo. Concello de Marín, celebrarase o vindeiro domingo, 8 de XUÑO dende a 10:00 horas, con saída NA PRAIA DE LAPAMÁN e chegada no PASEO ALCALDE ANTONIO BLANCO. Terá un percorrido total de 10,6km.

Ademais este ano realizarase tamén a III Mini-Carmiña que constará duns 5,4km aprox, que terá saída no PORTO DEPORTIVO DE AGUETE.

1.- CATEGORÍAS E DISTANCIAS.

1.a) CATEGORÍAS CARMIÑA:

HOMES / MULLERES

0.- CATEGORÍA ABSOLUTA.

- 1.- Categoría A: 18-22 anos
- 2.- Categoría B: 23-34 anos
- 3.- Categoría C: 35-44 anos
- 4.- Categoría D: 45-54 anos
- 5.- Categoría E: 55-64 anos
- 6.- Categoría F: 65-74 anos
- 7.- Categoría G: 75 anos EN DIANTE

1.b) CATEGORÍAS MINI-CARMIÑA (5,4km):

8.- CATEGORÍA ABSOLUTA. HOMES / MULLERES

1.c) CATEGORÍA MENORES.

- Haberá diferentes saídas adaptadas a distancias e idades.
- Non será unha proba competitiva, e non haberá premios pero si terán medalla para todos os participantes que estean inscritos, unha camiseta de regalo e a bolsa do corredor.
- Servizos categoría escolar:
 - Medalla, Camiseta, Bolsa de corredor.
 - Sorteo de regalos o vales deportivos.

SAÍDA/META:

- No paseo Alcalde Antonio Blanco.

HORARIOS, DISTANCIAS E IDADES:

- **11:50**, SUB 16-SUB 18 (2011 - ata os 17 anos); 1200m aprox.
- **12:00**, SUB 14 (2012 – 2013); 1200m aprox.
- **12:10**, SUB 12 (2014 – 2015); 600m aprox.
- **12:20**, SUB 10 (2016 – 2017); 300m aprox
- **12:30**, SUB 8 (2018 – 2019); 150m aprox
- **12:40**, SUB 6 (2020 – posteriores); 80m aprox.

***Os atletas nados no 2009 e ata os 17 anos, poderán participar por invitación da organización na carreira Mini – Carmiña (5.4 Km). Baixo a denominación de categoría absoluta coma o resto de participantes**

Solicitud: milerunningclub@gmail.com.

2.- SERVICIOS O DEPORTISTA

- A organización contará coa colaboración dos organismos municipais competentes, que regularán o tráfico e controlarán os cruces ó longo do percorrido.
- Contarase cun servizo de ambulancia, cun médico e cos seguros obrigatorios de responsabilidade civil e de accidentes.
- Avituallamento líquido (durante o percorrido), e líquido e sólido ó rematala proba.
- Camiseta técnica conmemorativa para todos os corredores inscritos.
- Música ao longo do percorrido.
- Concerto/DJ o finalizar a proba.
- Cervexa o finalizar a proba.
- Medalla finisher para os corredores que entren na liña de meta.
- Bolsa do corredor.
- Fotos, durante e o final da proba.
- Servizo de autobuses.
- Servizo de duchas no polideportivo da CAÑOTA.
- Servizo de gardarroupa.
- Premios os 3 primeiros de cada categoría.

3.- INSCRICIÓN E PRAZOS.

3a) Proba absoluta:

1º Prazo: - Ten un custe de **13 €** no caso da CARMIÑA e de **10€** no caso da MINI-CARMIÑA, a través de www.emesports.es ata o 25 de maio, ás 23:59h ou ata chegar o cupo de inscitos da proba (tarifa reducida). Recollida de dorsais tenda MILER (recomendable) ou o propio día da carreira.

2º prazo: - Ten un custe de **18 €** no caso da CARMIÑA e de **16€** no caso da MINI-CARMIÑA, a través de www.emesports.es ata o 1 de xuño ás 23:59h ou ata chegar o cupo de inscitos da proba. Recollida de dorsais o propio día da carreira.

3b) Menores:

A inscrición é GRATUÍTA. A INSCRICIÓN da proba de menores pode realizarse ata o mércores 4 de xuño en www.emesports.es

- Poderán participar atletas federados e non federados.

OFERTA ESPECIAL PACK CARMIÑA-10K MARÍN

Haberá unha oferta especial para todo atleta que desexe inscribirse nas dúas probas Carmiña/MiniCarmiña e 10K Marín Manuel Rosales e a fecha límite sería ata o 25 de maio as 23:59 horas.

- Carmiña/10Km Marín o prezo sería de **19€**.
- MiniCarmiña/10Km Marín o prezo sería de **17€**.

Por 4€ máis os 150 primeiros inscitos do PACK CARMIÑA-10K MARÍN terán a opción de adquirir un cortaventos técnico como agasallo xunto coa bolsa do corredor.

***Nota (quedan exentos deste agasallo os atletas inscitos con praza reservada).**

CLUBS DE ATLETISMO DO CONCELLO DE MARÍN

Haberá unha serie de prazas reservadas para os clubs de atletismo de Marín *sempre e cando os corredores estean empadroados no municipio, tendo en vigor a ficha federativa*. Ademais haberá prazas para os empadroados en Marín con licencia en vigor aínda que pertencen a clubs de fora do municipio.

O realizar a inscrición todo corredor aboará directamente a cantidade de **1€** en www.emesports.es tendo que facer a inscrición antes do 25 de maio as 23.59 h, a partir do 26 de maio estarán sometido a inscrición normal como calquera outro deportista.

PUNTOS DE RECOLLIDA.

- Si estás interesado en recoller o teu dorsal nun punto de recollida habilitados para o evento, deberás marcalo no momento de realizar a inscrición.
- Este servizo estará habilitado so para os inscritos do primeiro prazo, ata o 25 de maio.
- Os corredores que decidan esta opción, NON TERÁN OPCIÓN DE RECOLLELO O PROPIO DÍA DA PROBA.
- O CUSTE DE ESTE SERVICIO SERÁ DE **1€**.

- | | |
|--------------------|-------------------------|
| - VIGO: | - Bikila Vigo. |
| - OURENSE: | - Runmaniak. |
| - LUGO: | - Ndorfina Sports. |
| - A CORUÑA: | - Marathon Running Shop |
| | - Decathlon Santiago. |

4.- RECOLLIDA DE DORSAIS.

4.1.- Inscricións anteriores a o 25 de maio.

· **TENDA MILER (horario comercial), rúa peregrina 6, soto. Pontevedra, o martes 3 de xuño de 17:00 a 20:00, mércores 4 de xuño ata o venres 6 de xuño, de 10:30 a 13:30 e de 17:00 a 20:00 e sábado 7 de xuño de 11:00 a 14:00 e de 17:00 a 20:00.**

• Ou o domingo, 8 de xuño, a partir das 8:30 horas ata 45' antes do inicio da proba. **NO PUNTO DE META. (NUNCA NA SAÍDA).**

4.2.- Resto de inscritos.

NA ZONA DE META. Domingo, 8 de xuño, a partir das 8:30 horas ata 45' antes do inicio da proba. **NO PUNTO DE META. (NUNCA NA SAÍDA).**

4.3.- PUNTOS DE RECOLLIDA: Os corredores que decidan esta opción non terán opción de recollelo o propio día da proba.

Recollida: martes 3 de xuño ata o sábado 7 de xuño en horario comercial.

5.-PERCORRIDO.

O percorrido será aproximadamente de 10,6km e transcorrerá por zonas de terra, praia e asfalto. En todo momento bordeando a costa do municipio de Marín, con saída dende a última praia, praia de Lapamán (ou praia do Couso), pasando polas diferentes praias, entrando na Escola Naval Militar ata chegar o reformado paseo Alcalde Antonio Blanco.

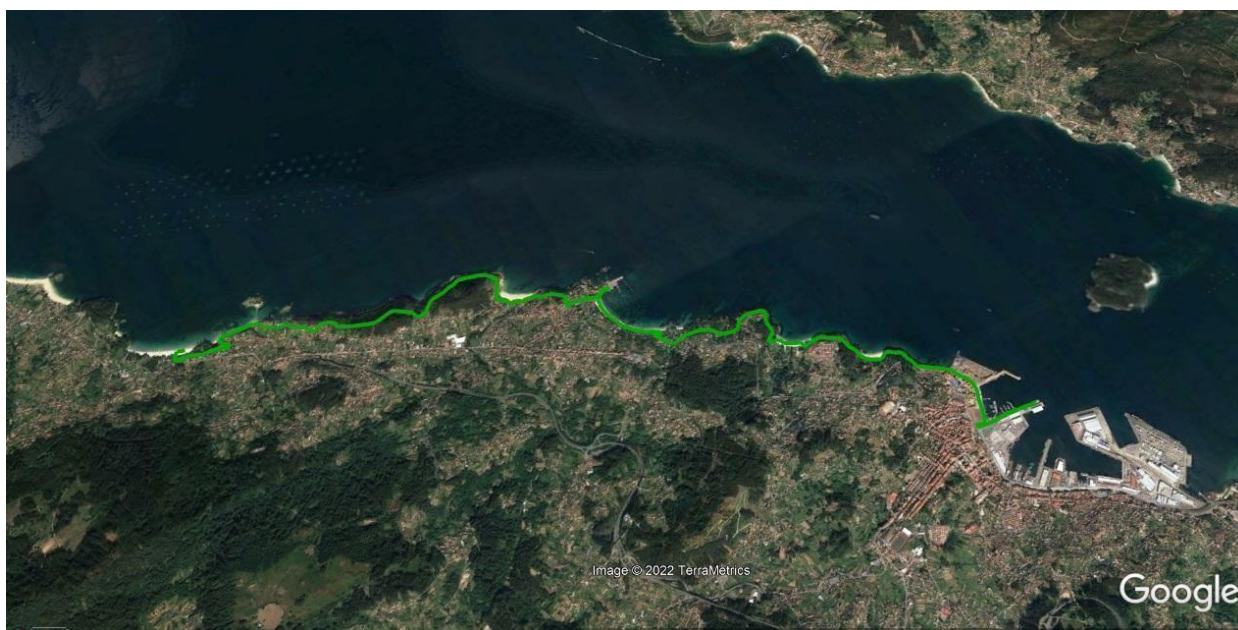
- Praia de Lapamán (Praia do Couso).
- Praia da Coviña.
- Praia do Santo – Illa do Santo – Ermida de San Clemenzo.
- Praia da Ribeira – Illote Pinela.
- Miradoiro da Teoirá.
- Praia da Cova.
- Praia de Loira.
- Porto de Aguete.
- Praia de Aguete.
- Praia dos Enamorados.
- Praia de Mogor.
- Petróglifos de Mogor
- Miradoiro do Monte de Mogor.
- Miradoiro de Portocelo.
- Praia de Portocelo.
- Escola Naval Militar.
- A Farola.



- Paseo Alcalde Antonio Blanco



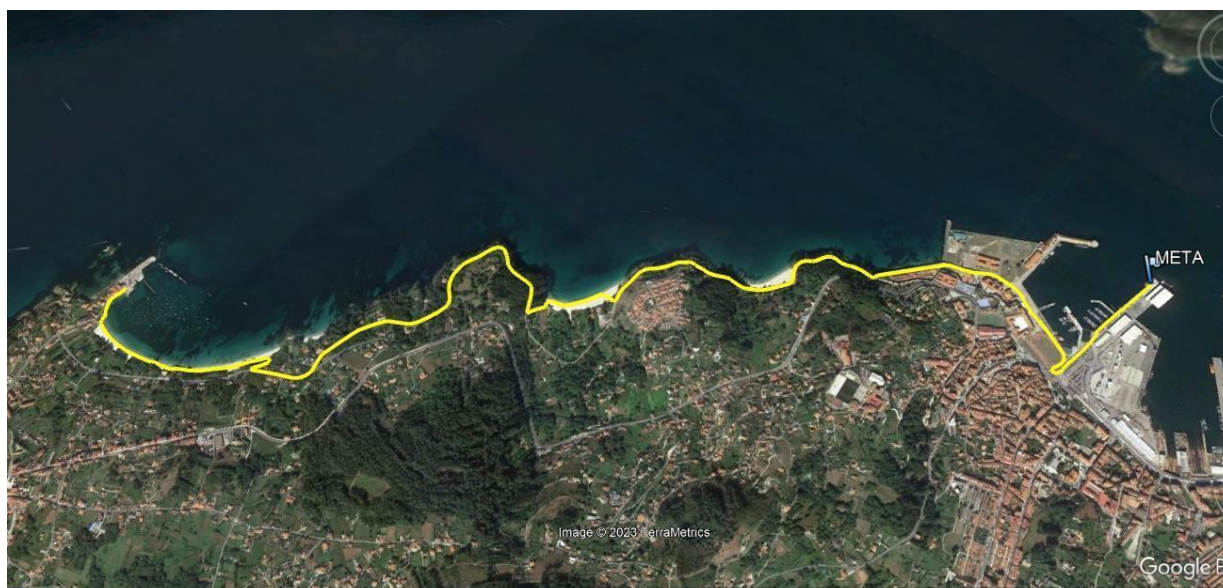
CARMIÑA - 10,6km.



Desnivel.



MINI-CARMIÑA: 5,4km. Saída Porto deportivo de AGUETE e meta no paseo ANTONIO BLANCO.



Desnivel.



6.- SERVICIO DE AUTOBUSES.

Haberá un servizo de autobuses para desprazar os corredores a liña de saída (antes da carreira). Cada corredor terá que solicitar este servizo no momento que realice a inscrición. Este servizo terá un custo de **1€** a maiores da inscrición.

IMPORTANTE: A entrega de dorsais darase no punto de meta, antes do desprazamento a saída.

7.- SERVICIO DE GARDARROUPA.

Haberá servizo de gardarroupa no punto recollida de dorsais (na meta – recomendable) e punto de saída, na praia de Lapamán e para os que fagan a MiniCarmiña no cruce que baixa entre o vial das parias e o porto deportivo.



de
no

8.- SERVICIO DE PARKING.

Debido as obras do novo auditorio, este ano non haberá servizo de parking (na Meta).

9.- ENTREGA DE PREMIOS.

A entrega de premios será no PASEO ALCALDE ANTONIO BLANCO e comenzará sobre as 13:00 horas (aprox.).

Tódolos premiados deberán de estar presentes na entrega de premios. De non ser así, entenderase que renuncian ós premios acadados.

Poderase esixir o DNI, si a organización o solicitase ó recolle-lo premio.

TROFEOS E PREMIOS.

- Medallas ós/ás tres primeiros/as clasificados/as de cada categoría
- Medalla ós/ás tres primeiros/as marinenses.
- Medalla o corredor/a de maior idade.

PREMIOS MINI CARMIÑA:

- Medallas ós/ás tres primeiros/as clasificados/as absolutos.

10.- CANCELACIONES

A inscrición da carreira é persoal e intransferible, e non se devolvera o importe da inscrición en ningún caso salvo baixa médica acreditada, presentada antes do 25 de maio (incluído) e enviada a milerunningclub@gmail.com En caso contrario, non se fará o reembolso. A devolución do importe será do 50% do importe pago.

11.- NORMAS XERAIS.

- A proba estará controlada e sinalizada en todo momento. Os corredores deberán respectar as seguintes indicacións:
 - Todo corredor/a que non entre en liña de meta co dorsal ben visible na zona do PEITO para a súa identificación ou que cometa algunha irregularidade ou non respecte as indicacións dadas pola organización, será automaticamente descualificado/a.
 - Toda a proba estará controlada ó longo do percorrido a través dun Chip que se entregará a cada corredor.
 - Os membros da organización resérvanse a facultade de retirar da proba o/a atleta que manifeste un mal estado físico, que non lle facilite á organización a documentación que se lle requira ou os/as corredores/as que non respecten as indicacións da Policía Local, Protección Civil, xurado, servizos médicos ou membros da organización debidamente identificados.
- A organización contará coa colaboración dos organismos municipais competentes, que regularán o tráfico ó longo do percorrido.
- A organización non se fai responsable dos danos morais que a si mesmos ou a outras persoas ocasionen os participantes desta carreira, así coma das negligencias ou imprudencias que poidan cometer durante o seu transcurso.

12.- UTILIZACIÓN DE MEDIOS FÍSICOS NATURAIS

- As persoas participantes terán que competir cos seus propios medios físicos naturais, sen axudas externas.
- Non está permitido o acompañamento en carreira por parte de ningún vehículo alleo á organización, nin bicicleta, patíns ou persoas non inscritas na carreira que poidan acompañar, avituallar ou marcar ritmos ás persoas participantes. Así mesmo non se permite a participación con coches ou cadeiras de nenos, animais, nin correr acompañados destes en ningún momento-

13.- RESPONSABILIDADE

- A persoa participante declara, baixo a súa responsabilidade, realizarse o oportuno recoñecemento médico que lle permite estar en condicións óptimas para realizar a proba, e exime a organización da devandita responsabilidade.
- A organización dispón dun Seguro de Accidentes e Responsabilidade Civil que cubrirá as incidencias inherentes á proba.

14.- RECLAMACIÓNS

- As reclamacións aos resultados oficiais deberán ser feitas verbalmente ao xuíz árbitro, situado na zona de meta, non máis tarde de 30 minutos despois de publicados os resultados oficiais.

15.- LOPD

- Cada participante rexistrado declara o seguinte: “Estou en saúde óptima para participar na Carreira Carmiña. Durante o desenvolvemento da competición contribuirei o máximo posible coa Organización. Ademais, exento de toda responsabilidade a Organización, patrocinadores ou outras institucións participantes por calquera accidente ou lesión que poida sufrir antes, durante e / ou despois do evento deportivo, xa renunciando a calquera acción legal contra calquera das devanditas entidades.

- Tamén autorizo á Organización a facer uso publicitario de fotos, vídeos e calquera outro tipo de material audiovisual no que poida aparecer, aceptando a publicación do meu nome na clasificación de probas, nos medios de comunicación e / ou en Internet, sen esperar ningún pago, compensación ou remuneración por este concepto”. Segundo o L.O. 15/1999, informámosche de que os seus datos persoais pasarán a formar parte dun ficheiro, cuxo xerente é MILER RUNNING CLUB con domicilio social na Avenida Jaime Janer 61-bajo 36900 Marín

(Pontevedra). O obxectivo deste ficheiro é levar a cabo a xestión de datos dos atletas ligados ao club. Se desexa exercer os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición, pode facelo escribindo ao enderezo indicado, achegando unha fotocopia do seu ID.

16.- COMPROMISO.

A inscrición na carreira implica a plena aceptación do presente regulamento.

17.- CAMBIOS NO REGULAMENTO

A organización resérvase o dereito de realizar algún cambio no presente regulamento se así o considerase, e deberá comunicalo na web e na información ás persoas participantes.

18.- CONSIDERACIÓN FINAL.

Todo o non previsto no presente regulamento resolverase de acordo co regulamento da WA en vigor e por esta orde para probas en ruta.

19.- PARA MAIS INFORMACIÓN.

Máis información a través do teléfono: 986843562 ou no correo-e: milerunningclub@gmail.com

ORGANIZA:

