

**3º NADA + CORRE**  
**CONCELLO DE ORTIGUEIRA**  
**19 OUTUBRO 2024**  
**(Zona 1- Provincia de Lugo- Narón- Ferrol -Cedeira)**

**REGULAMENTO**

**Organiza:**

Club Natación Cedeira Muebles García  
Email: cncatacioncedeira@gmail.com  
Persoa de contacto: Xan Xosé Suárez Vilela  
Teléfono:652 214 833  
Federación Galega de Tríatlon e P.M.  
Concello de Ortigueira

**Patrocina:**

Federación Galega de Tríatlon e P.M.

**Colaboran:**

Concello de Ortigueira  
Muebles y Carpintería García  
Cedeira Sport  
A Frutería de Alberto  
Aneiros  
Decobaño Decoración  
A Taberna de Jojó  
Eurored  
Talleres Luciano  
Talleres O Cruce  
Bar O Mástil  
Policía Local  
Protección Civil  
Secretaría Xeral para o Deporte  
Deputación de A Coruña

**Datos da proba:**

Nada + Corre dirixido a deportistas con licenza vixente FEGATRI de categorías prebenxamín, benxamín, alevín, infantil e cadete.

A proba rexerase polas normativas e regulamentos vixentes da Federación Galega de Tríatlon e P.M. e da Federación Española de Tríatlon:

[REGULAMENTOS DEPORTIVOS – Fegatri](#)

**Saída, transición e meta:**

Piscina Municipal Ortigueira

**Acceso á piscina soamente para os deportistas e adestradores acreditados.****Recollida de dorsais:**

Na entrada da piscina dende 60´ antes do comezo da proba.

**Datas e horarios das carreiras:**

Sábado 19 outubro de 2024

	NATACIÓN	HORA	CARREIRA A PE	HORA
<b>PREBENXAMÍN (2017-2018)</b>	25m	16:40	250m (1v)	18:30
<b>BENXAMÍN (2015-2016)</b>	50m	16:50	500m (1v)	18:40
<b>ALEVÍN (2013-2014)</b>	100m	17:05	500m (1v)	18:50
<b>INFANTIL (2011-2012)</b>	200m	17:30	1000m (1v)	19:00
<b>CADETE (2009-2010)</b>	300m	18:05	1500 m (1v)	19:10

***OS HORARIOS PODERÁN SUFRIR VARIACIÓNS EN FUNCIÓN DA INSCRICIÓN NA PROBA*****INSCRICIONS:**

Inscripción gratuíta.

**Ata as 23:59h do MARTES 15 de outubro de 2024**

Para poder validar a inscrición na proba, será obrigatoria a introducción dos tempos de natación, na distancia correspondente, para a elaboración das series (formato 0000 – minutos e segundos seguidos)

- Deportistas con licenza FEGATRI en vigor Formalizarase a través da páxina web [www.fegatri.org](http://www.fegatri.org), dentro do apartado <https://fegatri.org/inscricions/>, accedendo á proba de referencia e cubrindo os datos solicitados en cada caso.
- Deportistas sen licenza en vigor (licenza temporal de 1 día) A inscrición realizarase en liña, a través da páxina web [www.fegatri.org](http://www.fegatri.org), dentro do apartado <https://fegatri.org/inscricions/>, accedendo á proba de referencia e cubrindo os datos solicitados.

Para validar a inscrición é imprescindible o envío da copia do DNI en vigor e o formulario de autorización de protección de datos a través da plataforma co DNI de quen autorice a mesma. Custe da licenza de 1 día de 6 euros.

As inscricións e xestión das baixas rexeranse polas normativas vixentes da Federación Galega de Triatlón e Péntatlon Moderno.

**CRONOMETRAXE**

Será manual tanto na natación como na carreira a pe

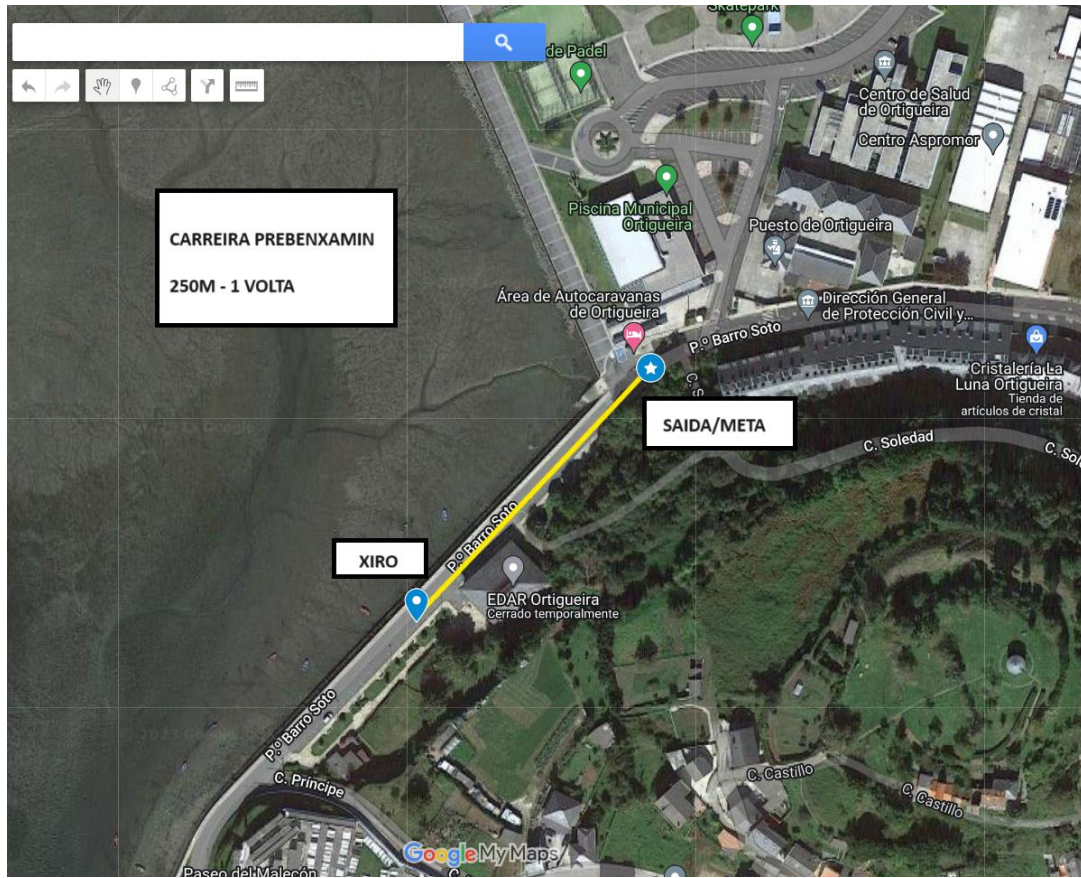
**O TRIATLÓN É UN DEPORTE DIFERENTE**  
**TOD@S SON DEPORTISTAS: DO PRIMEIRO AO ÚLTIMO**  
**OS APLAUSOS SON PARA TOD@S**  
**O PÚBLICO ESTÁ PARA DISFRUTAR E ANIMAR A TOD@S**  
**QUEREMOS QUE ESTE DEPORTE SIGA ASÍ E SEXA UN**  
**EXEMPLO**

**BENVID@S AO**  
**TRIA TLÓN!!**

Club Natación Cedeira Muebles García



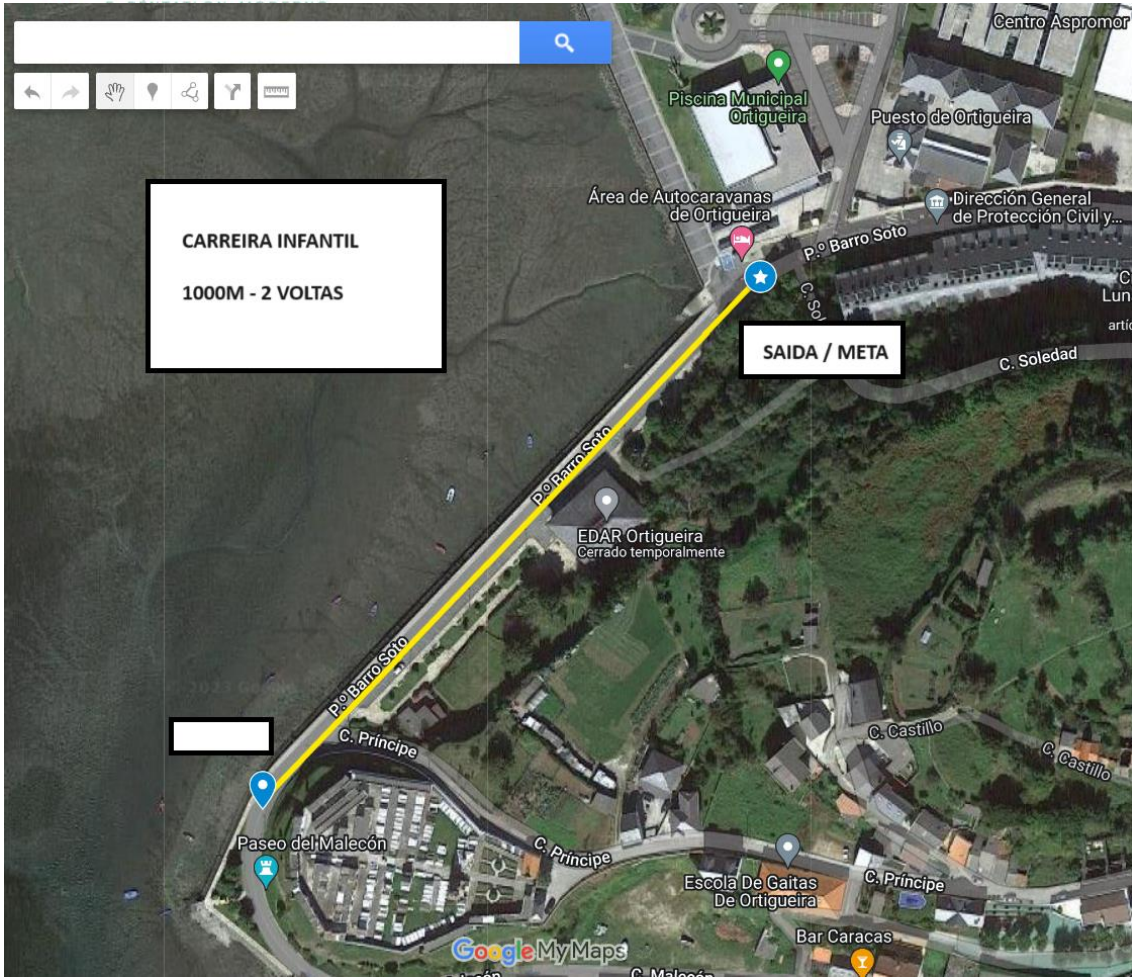
**MAPAS DE PERCORRIDOS CARREIRA**











Gracias aos nosos colaboradores:



Concello de Cedeira



CEDEIRA SPORT  
MATERIAL DEPORTIVO



Deputación DA CORUÑA

aneiros



GRUPO EURORED



Concello de Ortigueira