1º NADA + CORRE
CONCELLO DE CARIÑO
14 NOVEMBRO 2026

REGULAMENTO

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

Patrocina:
Federación Galega de Tríatlon e P.M.

Colaboran:
Concello de Cariño
Delikia
Good Life S.L.
Muebles y Carpintería García
Merluza do Norte
Digalco
Cedeira Sport
Talleres A Xunqueira
A Frutería de Alberto
Aneiros
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 ou que tramiten licenza temporal para a proba, das 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 Cariño

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 14 novembro 2026

	NATACIÓN	HORA	CARREIRA A PE	HORA
PREBENXAMÍN (2019-2020)	**25m**	**10:40**	**200m (1v)**	**12:30**
BENXAMÍN (2017-2018)	**50m**	**10:50**	**400m (1v)**	**12:40**
ALEVÍN (2015-2016)	**100m**	**11:05**	**800m (1v)**	**12:50**
INFANTIL (2013-2014)	**200m**	**11:30**	**1200m (2v)**	**13:00**
CADETE (2011-2012)	**300m**	**12:05**	**1600 m (2v)**	**13:10**

- Categoría inclusiva de acordo a regulamento con certificado de discapacidade superior ao 33%

OS HORARIOS PODERÁN SUFRIR VARIACIÓNS EN FUNCIÓN DA INSCRICIÓN NA PROBA

INSCRICIONS:
Inscrición gratuíta.
Ata as 23:59 h do MARTES 10 de novembro de 2026

Para poder validar a inscrición na proba, será obrigatoria a introdución 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, 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, 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 Tríatlon 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 TRIATLÓN!!
Club Natación Cedeira Muebles García

MAPAS DE PERCORRIDOS CARREIRA






CLUB NATACIÓN CEDEIRA DELIKIA
1º NADA + CORRE CARIÑO 2026
14 de novembro de 2026 · Circuitos de carreira a pé
SAÍDA / META
CARREIRA A PÉ
ALEVÍN 800 m · 1 volta
0
100 m


CLUB NATACIÓN CEDEIRA DELIKIA
1º NADA + CORRE CARIÑO 2026
14 de novembro de 2026 · Circuitos de carreira a pé
SAÍDA / META
CARREIRA A PÉ
INFANTIL 1200 m · 2 voltas
0
100 m


CLUB NATACIÓN CEDEIRA DELIKIA
1º NADA + CORRE CARIÑO 2026
14 de novembro de 2026 · Circuitos de carreira a pé
SAÍDA / META
CARREIRA A PÉ
CADETE 1600 m · 2 voltas
0
100 m