

III TRAIL LAXE DOS BOLOS

El Concello de Caldas de Reis, desde la Concellería de Deportes, organiza la III Edición del Trail Laxe dos Bolos, que en 2026 albergará en su distancia larga el Campeonato de España de Trailrunning, en la modalidad 'Short Trail' con los títulos individuales y de clubs. Las fechas de realización del evento serán el sábado 14 y domingo 15 de marzo de 2026. El sábado se realizarán las pruebas escolares y ceremonias de apertura mientras en la jornada de domingo se disputarán el resto de carreras de trailrunning de 43, 20 y 8 km. de distancia cada una, habiendo también una "Camiñata" no competitiva de 12 km.

La prueba entra dentro de la especialidad de Trail Running formando parte del calendario nacional y del calendario territorial, bajo el control del Comité Nacional de Jueces de la RFEA y del Comité Galego de Xuíces de la FGA.

La ceremonia de apertura se realizará a las 19:30 horas el sábado 14 de marzo de 2026 en las inmediaciones de la Praza do Camiño Portugués.



En el presente reglamento se encuentra la normativa de las pruebas del domingo. Pueden ampliar información en la web oficial del evento www.laxedosbolos.es

REGLAMENTO

Art 1. Lugar de SALIDA/META de todas las pruebas:

Las salidas y llegadas se realizarán en la Praza do Camiño Portugués:

<https://maps.app.goo.gl/AgaXJFKmoZG3rGVS9>

Art 2. Horarios & distancias.

El **Trail Laxe dos Bolos** tendrá los siguientes horarios y distancias:

HORA	PROBA	DISTANCIA	DESNIVEL	ANOS	CATEGORÍA	PRAZAS
08:30 h	MARATÓN	43,2 km aprox	2350 m + aprox	2006 e anteriores	ADULTOS	600
10:00 h	TRAIL MEDIO	19,7 km aprox	1050 m + aprox.	2008 e anteriores	ADULTOS	500
10:15 h	TRAIL CORTO	8,4 km aprox.	410 m + aprox	2012 e anteriores	PROMOCIÓN + ADULTOS	400
10:30 h	Camiñata de Segade	12 km aprox	400 m + aprox.	2016 e anteriores	ABSOLUTA	250

Todos los deportistas deberán de pasar por la cámara de llamadas hasta 10 minutos antes de la salida con el material listo para revisión.

Será necesario respetar los cajones de salida.

En la distancia larga cajón Nº1 para los medallistas en los pasados campeonatos de España así como atletas internacionales y medallistas en las pasadas ediciones del Trail Laxe dos Bolos.

En la distancia corta cajón Nº1 para los deportistas de las categorías promoción.

Art 3. Límite de plazas.

Se establece el límite de plazas del cuadro anterior por distancia. Siendo el máximo establecido para la jornada del domingo de 1500 participantes, no admitiéndose inscripciones fuera de plazo.

Art 4. Categorías de competición.

CATEGORÍAS INDIVIDUALES PARA MARATÓN

CATEGORIA	AÑOS DE NACIMIENTO
SENIOR MASC / FMNO	De 2006 a 1987
MASTER 1 MASC / FMNO	Entre 1986 y 1972
MASTER 2 MASC / FMNO	1971 y anteriores
ABSOLUTA MASC / FMNO	Todas las anteriores

CATEGORÍAS INDIVIDUALES PARA TRAIL MEDIO

CATEGORIA	AÑOS DE NACIMIENTO
SENIOR MASC / FMNO	De 2009 a 1987
MASTER 1 MASC / FMNO	Entre 1986 y 1972
MASTER 2 MASC / FMNO	1971 y anteriores
ABSOLUTA MASC / FMNO	Todas las anteriores

CATEGORÍAS INDIVIDUALES PARA TRAIL CORTO

CATEGORIA	ANOS DE NACIMIENTO
SUB 20	2007 – 2008
SUB 18	2009 – 2010
SUB 16	2011 – 2012
ADULTOS*	2006 y anteriores
ABSOLUTA	Todas las anteriores

*La categoría adultos es solo a efectos de edad de inscripción, para optar a premio tendrá que hacerlo en calidad de absoluto/a

CAMIÑATA (NO COMPETITIVA): 2016 y anteriores.

Art. 4.1 – CAMPEONATO DE EUROPA:

Los inscritos/as en el Campeonato de España optarán como mínimo a una plaza de preselección directa para el Cto. De Europa.

Art.4.2 – RANKING GALEGO

Los deportistas federados bonificarán x12 su puntuación en la distancia Maratón.

Los deportistas federados puntuarán x1 en las distancias **classic (20k) y preclassic (8k)** en sus respectivas categorías.

Art 5. PARTICIPACIÓN Y SEGURO / LICENZA DE DÍA

Todas las pruebas estarán federadas en el deporte del atletismo en la especialidad de TRAIL RUNNING, por lo cual los deportistas federados estará cubiertos por su respectiva licencia. Para el resto de participantes se suscribirá un seguro como licencia de día.

La distancia larga estará bajo la normativa de las licencias nacionales de la RFEA mientras que el resto de pruebas pertenecerán al calendario propio de la FGA y su normativa

Art 6. DISTANCIAS, DESNIVELES Y TEMPOS DE CORTE EN TRAILS Y CAMIÑATA:

PROBA	DISTANCIA	DESNIVEL POSITIVO	HORA SAÍDA	TEMPO MÁXIMO
MARATÓN	43,2 K	2350 m.	08:30 h	8 h
TRAIL MEDIO	19,6	1050 m.	10:00 h	4 h
TRAIL CORTO	8,3 k	410 m.	10:15h	2h
CAMIÑATA	12 K	390 m.	10:30 h	3,5h

6.1 Todas las guías de cada uno de los recorridos, consejos, zonas técnicas, público, accesos, avituallamientos, consejos de entrenamiento o revisión, etc. estarán alojados en la web oficial del evento www.laxedosbolos.es

Art 7. INSCRIPCIÓN. PRECIOS & PLAZOS

Las inscripciones PARA TODAS LAS MODALIDADES, federados o no federados, se realizarán en línea a través de la web www.carreirasgalegas.com teniendo que realizar los participantes en el Campeonato de España su inscripción también en la intranet de la RFEA una vez se abran las inscripciones en la misma.

Todas las inscripciones tendrán derecho a la bolsa del corredor y a todos los beneficios que la organización publicará en la web oficial.

La confirmación de equipos se realizará en la web de la RFEA según la normativa en vigor.

Todos los inscritos en tiempo y forma tendrán derecho al premio económico en todas las distancias de carrera.

Los/as 100 primeros inscritos llevarán incluidos también los calcetines de trailrunning oficiales del evento.

La bolsa del corredor incluye los obsequios de la organización y descuentos que estarán publicados en la web así como 1 gel Fanté, mochila de cuerda, camiseta técnica oficial Joma, entre otros.

La prenda finisher será de formato exclusivo del evento, creada por Joma para la distancia maratón.

La carrera otorga puntuación ITRA y UTMB index.

Se recuerda que para optar a la inscripción del campeonato de España de trailrunning 2026 los deportistas deberán de tener en ese año la licencia nacional. El deportista se puede beneficiar de los plazos reducidos de inscripción descritos a continuación en este reglamento.

-  **APERTURA DE INSCRIPCIONES:** miércoles 1 de octubre de 2025
-  **CIERRE DE INSCRIPCIONES:** martes 10 de marzo de 2026 ás 23:59h
-  **PRECIOS DE INSCRICION:**

- **TRAMO 1 – HASTA EL 15 DE NOVIEMBRE:**

- ✓ **MARATÓN:** **40 €**
- ✓ **TRAIL MEDIO:** **18 €**
- ✓ **TRAIL CORTO:** **10 €**
- ✓ **CAMIÑATA:** **8 €**

- **TRAMO 2 – DEL 16/11 HASTA EL 15/01/2026**

- ✓ **MARATÓN:** **45 €**
- ✓ **TRAIL MEDIO:** **20 €**
- ✓ **TRAIL CORTO:** **12 €**
- ✓ **CAMIÑATA:** **9 €**

- **TRAMO 3 – DO 11 DE FEBREIRO Ó 10 DE MARZO:**

- ✓ **MARATÓN:** **50 €**
- ✓ **TRAIL MEDIO:** **25 €**
- ✓ **TRAIL CORTO:** **15 €**
- ✓ **CAMIÑATA:** **10 €**

Art 8. RECOGIDA DE DORSALES Y BOLSA DEL CORREDOR:

La recogida se realizará de forma exclusiva en el edificio administrativo de la Rúa Carlos García Bayón

- **Sábado 14 de marzo:** de 17:00 a 21:00 horas en el edificio situado junto al PARKING <https://maps.app.goo.gl/5e24pszFh5KStaL87>
- **Domingo 15 de marzo:** a partir das 07:00 horas hasta 15 minutos antes del inicio de cada salida.

Art 9. PREMIOS Y REGALOS

La lista completa de todos los premios, tanto directos como especiales, estarán en la web de la competición www.laxedosbolos.es

- Premio en metálico + trofeo para los 5 primeros/as de la distancia maratón:

PUESTO	PREMIO
1	800€ + TROFEO
2	650€ + TROFEO
3	500€ + TROFEO
4	350€ + TROFEO
5	200€ + TROFEO

- Premios especiales por tramos cronometrados en las distancias maratón y media.
- Trofeo especial para el 1º/1ª empadronado en Caldas de Reis en cada una de las distancias.
- Premio en metálico + trofeo para los 3 primeros/as de las distancias media y corta:

PUESTO	PREMIO
1	100 € + TROFEO
2	50 € + TROFEO
3	25 € + TROFEO

- **Bolsa del corredor con material técnico especial del evento para todos los inscritos/as**
- **Prenda finisher especial para la distancia maratón**
- Premios especiales acumulativos
- Guía nutricional para todas las distancias
- Premios por categorías NO ACUMULATIVOS (excepto categorías oficiales del cto. España)
- Todo premio queda sujeto a la normativa específica de los controles antidopaje, que deberán de arrojar un resultado negativo para acceder al mismo.
- La ceremonia de premiación se realizará a partir de las 13:30 horas en las inmediaciones de la meta para las distancias corta y media. La premiación de la distancia maratón se realizará a partir de las 15 horas. Ubicación: <https://maps.app.goo.gl/PSQRGnAsjsosiY5o6>
- Será obligatoria la recogida física del premio, de no hacerse éste quedará vacío.

Art 10. SERVICIOS, DUCHAS, VESTUARIOS Y PARKING

Vestuarios y duchas en el polideportivo municipal, a 400 metros de la salida/meta: <https://maps.app.goo.gl/aaeyk94q5kwhwtMP8>

Servicios de prensa en el edificio administrativo de recogida de dorsales

DEGUSTACIÓN de productos típicos de Caldas de Reis en meta

Feria del corredor en la Praza do Camiño portugués con descuentos especiales

Bonos de compra y descuentos desde la web de organización.

Información de transporte y logística en la web del evento

Información de parking, accesos y distribución en la web del evento

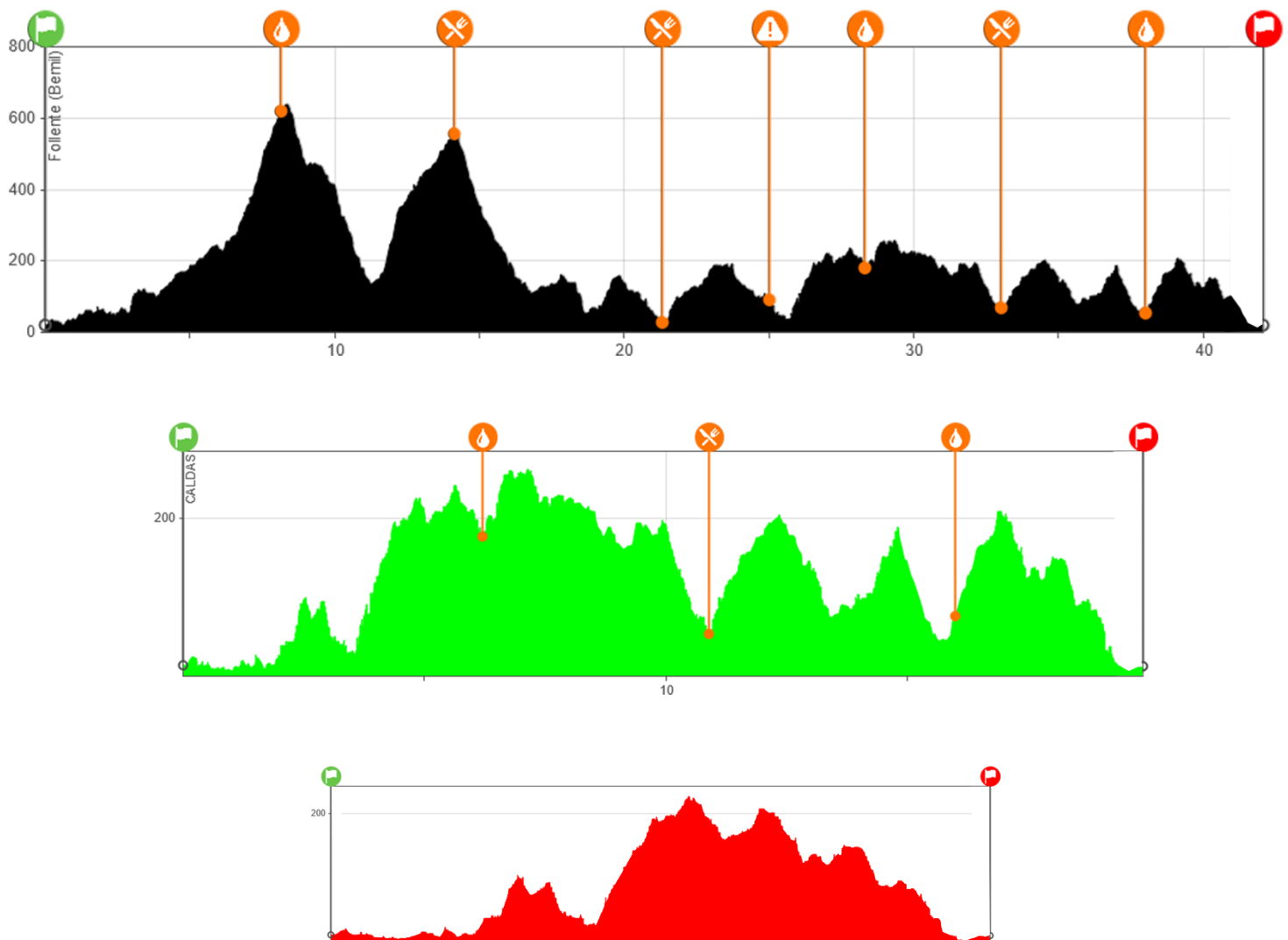
Art 11. AVITUALLAMIENTOS

Toda la información de avituallamientos y gestión nutricional estará colgada en la web de la carrera con la información concreta de la disposición en cada uno de ellos así como también alérgenos.

El único avituallamiento de asistencia personalizada será el ubicado en el punto central de la distancia maratón. El personal deberá estar acreditado y en la zona acotada pudiendo disponer de transporte de la organización si lo necesitan.

Los avituallamientos contarán con plan de gestión de residuos con la finalidad de cuidar y proteger nuestro entorno.

En la siguiente gráfica disponen de la ubicación de los mismos



ART 12.- MATERIAL OBLIGATORIO

Estará revisado por los jueces de competición, de forma total o parcial en la salida, en meta y/o durante el recorrido.

Será necesario llegar a cámara de llamadas con el material dispuesto

El uso de auriculares o elementos similares no estará permitido.

Las penalizaciones y descalificaciones se harán sobre la circular 105/2023 o siguientes de la FGA así como atendiendo a la normativa RFEA y World Athletics para trailrunning.

***LISTA DE MATERIAL OBLIGATORIO:**

Dorsal visible en la parte frontal

Dorsal visible en la parte trasera (solo maratón)

Manta térmica

Teléfono móvil (operativo)

Sistema de hidratación mínimo 500 ml para maratón

Sistema de hidratación mínimo 250 ml para classic 20k

***LISTAXE DE MATERIAL RECOMENDADO:**

Cortavientos o chaqueta impermeable

Tubular o gorra.

Guantes

***IMPORTANTE:** La organización publicará ata un máximo de 5 días antes el material obligatorio definitivo, pudiendo pasar a ser obligatorio cualquier elemento de la lista “recomendada” o viceversa, atendiendo a la meteorología y la seguridad de todos los participantes.

Art 13. INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

El Concello de Caldas y la comisión de organización publicarán la información de accesos para todos los participantes en la web www.laxedosbolos.es facilitando también el acceso a las acreditaciones, transporte, etc.

La prueba contará con retransmisión en video, accesible desde las distintas plataformas.

Está prohibida la distribución profesional de material del evento sin acreditación de medios.

El evento contará con recorridos alternativos y plan de evacuación ante cualquier imprevisto, siendo obligatorio cumplir las indicaciones ofrecidas a los participantes.

El plan de gestión de residuos y protección ambiental garantiza un uso RESPONSABLE del medio natural y la preservación del mismo así como la correcta distribución de cualquier residuo o material utilizados durante el mismo.

Art 14. CONSIDERACIÓN FINAL

Esta proba pertence ao calendario oficial de probas da Federación Galega de Atletismo e a Real Federación Española de Atletismo. As reclamación aos resultados oficiais realizaranse ao Xuiz Árbitro da Competición non máis tarde de 30' despois da publicación dos mesmos.

Todo o non recollido no presente reglamento rexirase polas normas da FGA, RFEA e WORLD ATHLETICS para probas de Trail Running.

RESPONSABILIDADE

A organización non se fará responsable dos danos que puidesen causar ou causarse os participantes por imprudencias ou negligencias destes. Igualmente, o participante declara, baixo a súa responsabilidade, terse realizado o oportuno recoñecemento médico que lle permite estar en condicións óptimas para realizar a proba, eximindo á organización da devandita responsabilidade. A organización dispón dun Seguro de Accidentes e Responsabilidade Civil que cubrirá as incidencias inherentes á proba.

LOPD

Todos os corredores/as ó realizar a inscrición aceptan a publicación do seu nome e imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e/ou internet oficiais.

NOTA: Esta proba pertence ao Calendario Oficial da Federación Galega de Atletismo e mediante a súa inscrición o corredor consente expresamente que os seus datos básicos sexan cedidos a esta entidade para a tramitación, ante a compañía de seguros, dos seguros obrigatorios de accidentes e Responsabilidade Civil así como a xestión da licenza de día e ranking popular de probas de Trail running. En todo caso e tal como establece a lei de Protección de Datos, o interesado pode exercerno futuro os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante escrito ou correo electrónico á Federación Galega de Atletismo. Avenida A Coruña.