



REGLAMENTO 5 + 5 da Rosquilla

Enerxetea SI, con la colaboración del Concello de Pontearreas, organiza la I Carrera Popular 5+5 da rosquilla en la que podrán tomar parte todas aquellas personas interesadas.

Artículo 1. Denominación.

El día 03 de octubre de 2026, a las 19:00h, se celebrará la 5+5 da Rosquilla, que se disputa sobre un circuito urbano íntegramente en el núcleo urbano de la localidad de Pontearreas. El límite de participación es de 1.000 corredores.

Artículo 2. Participación.

Podrán tomar parte en esta prueba de 10k y 5k todas aquellas personas mayores de **14 años** que lo deseen.

Artículo 3. Responsabilidad.

La participación en el evento está bajo la responsabilidad y propio riesgo de los participantes. Los corredores en dicha prueba manifiestan, al haberse inscrito en la misma, que se encuentran en plenas facultades físicas y mentales, que no padece ninguna enfermedad que le incapacite para la práctica deportiva, realizándose el oportuno reconocimiento médico. Eximen de responsabilidad a la Organización por cualquier percance sufrido en los posibles entrenamientos previos o durante la carrera.

La Organización no se hace responsable de los daños morales o materiales que a sí mismo o a otras personas ocasionen los participantes de esta carrera, así como de las negligencias o imprudencias que puedan cometer durante su transcurso.

Artículo 4. Recorrido.

Las pruebas se disputarán sobre un recorrido de diez y cinco kilómetros aprox. totalmente urbanos y sobre superficie de asfalto. La salida será:



Recorrido 10K (2 VUELTAS) y 5K (1 VUELTA)

Salida Plaza de bugallal (19h para todos los participantes)

Meta Plaza de Bugallal

CONTROL DE LLEGADA: El cronometraje de la carrera 10k y 5k correrá a cargo de la empresa (MagmaSports) El control de llegada se cerrará 80 minutos después del inicio de la carrera.

Artículo 5. Inscripciones.

El plazo de inscripción estará abierto **hasta las 22:00 horas del día 30 de septiembre de 2026** o hasta que se agoten los 1.000 dorsales disponibles. El coste de la inscripción será de 15€ (10k y 5k).

Se deberá guardar el correo de inscripción como justificante.

No se admitirá la participación de ningún corredor que no se haya inscrito reglamentariamente o que no figure en el listado oficial de la prueba. La Organización se reserva el derecho a tomar las medidas legales oportunas ante casos de falsificación de datos, dorsales o suplantación de identidad.

El canon de inscripción a la carrera da derecho a:

- Participación en las diferentes carreras 10k y 5k.
- Camiseta sublimada.
- Dorsal personalizado.
- Chip (desechable) de cronometraje (sólo la 10k y 5k)
- Seguro de accidentes y RC.
- Hidratación en el kilómetro 5 y en Zona de meta.
- Rosquillas y fruta a todos los participantes.
- Servicios médicos en carrera (salida, recorrido y meta)
- Aparición en las clasificaciones de Carrera (10k y 5k).
- Duchas (Pabellón Álvaro Pino)

****No se devolverá el importe de la inscripción una vez realizada.***

****En caso de querer realizar algún tipo de modificación tendrá un sobrecoste de 2€ por gastos de gestión.***

Artículo 6. Retirada de dorsales, chips y camisetas (en caso de solicitarla).

El dorsal-chip para las carreras (imprescindible) es personal, intransferible y contiene la información de la póliza del seguro de accidentes.

La recogida del dorsal y camiseta tendrá lugar el 2 y 3 de octubre:

- **Día 2 en las instalaciones del Decathlon Vigo de 10h a 18h**
- **Día 3 en la Plaza Bugallal, Pontearreas en Horario de 13.30h a 18.30h.**

Sólo se podrán recoger los dorsales los días indicados y en la franja horaria establecida.

Para ello, tendrán que presentar el comprobante de inscripción/e-mail de confirmación. Se puede recoger la inscripción de otras personas presentando los datos de identidad de las mismas. Las tallas de las camisetas se entregarán por estricto orden de recogida del dorsal-chip. La Organización no se responsabiliza de las variaciones o cambios en las medidas/ tallas de las camisetas. La Organización se reserva el derecho de solicitar el Documento de Identidad original si lo considera oportuno. Si un participante presentase un documento falsificado será descalificado

y no se le reembolsará el importe de la inscripción.

La inscripción es personal e intransferible. La Organización no asumirá ninguna responsabilidad si el evento se suspende o aplaza por razones de fuerza mayor. Sólo en caso de lesión grave y tras presentar justificante médico, se podrá cambiar la titularidad del dorsal por el de otra persona que nos indique el corredor lesionado. En ningún caso se devolverá el dinero de la inscripción.

El participante deberá llevar correctamente puesto, visible en su totalidad y sin manipular ni cortar, el dorsal-chip que provee la Organización durante todo el recorrido comprendido entre la salida y hasta el avituallamiento después de sobrepasar el arco de llegada. En caso de no ser así será descalificado.

Artículo 7. Documentación.

La Organización puede solicitar la documentación a los participantes desde el momento de la inscripción hasta la entrega de premios.

Artículo 8. Asistencia médica.

La Organización contará con un servicio médico adecuado, UVI medicalizada y ambulancia de evacuación en salida, meta y a lo largo del recorrido de la prueba. El participante autoriza a los servicios sanitarios de la prueba a que le practiquen cualquier cura que pudiera necesitar estando o no en condiciones de solicitarla; ante sus requerimientos se compromete a abandonar la prueba en la que participa si ellos lo estiman necesario para su salud.

Artículo 9. Clasificaciones.

Las reclamaciones relativas a la clasificación deberán hacerse al juez de cronometraje o director de Carrera hasta 30' después de la aparición de los resultados.

Los resultados oficiales se publicarán en la web de la página www.magmasports.es, no estando autorizado ningún medio a la difusión de los mismos sin la previa y expresa autorización del organizador.

Artículo 10. Premios y trofeos (carrera 10k)

Se establecen medallas para los tres primeros de cada categoría en la 10k.

Se establecen medallas para los tres primeros de la categoría en la 5k.

Se podrá exigir el DNI o documento identificativo oficial para la recogida de trofeos.

Se hará entrega de los mismos al finalizar la prueba.

Los ganadores de los trofeos deberán estar presentes en la entrega de los trofeos y regalos.

Pasada una hora, una vez hechos públicos los resultados oficiales de la prueba, no se admitirán reclamaciones relativas a la clasificación ni a la entrega de los trofeos y regalos.

CATEGORÍAS:

Absoluta		10 km / 5km
F-0 / M-0	Entre 2011 – 2009 (ambos inclusive)	sólo 5 km
F-1 / M-1	Entre 1987 – 2008 (ambos inclusive)	10 km
F-2 / M-2	Entre 1977 – 1986 (ambos inclusive)	10 km
F-3 / M-3	Entre 1967 – 1976 (ambos inclusive)	10 km
F-4 / M-4	Entre 1962 – 1966 (ambos inclusive)	10 km
F-5 / M-5	Entre 1961 o anteriores	10 km

Artículo 11. Aceptación.

Al inscribirse los participantes dan su consentimiento para que la Organización y los patrocinadores principales de la 5+5 da rosquilla, por sí mismos o mediante terceras entidades, traten automáticamente y con finalidad exclusivamente deportiva, promocional o comercial, sus datos de carácter personal. De acuerdo con lo que se establece en la Ley Orgánica 15/1999, del 13 de diciembre, de la Protección de Datos de Carácter Personal, el

participante tiene el derecho de acceder a estos ficheros con el objeto de rectificar o cancelar de forma total o parcial su contenido. Para hacerlo, se deberá solicitar mediante un correo electrónico a la dirección 5+5darosquilla@gmail.com. Así mismo y de acuerdo a los intereses deportivos, de promoción y distribución y explotación de la 5+5 da rosquilla los inscritos autorizan de manera expresa y sin límite temporal a la Organización al uso publicitario de fotos, vídeos y cualquier otro tipo de material fotográfico o audiovisual en el que pueda figurar, aceptando la publicación de mi nombre en la clasificación de la prueba, en los medios de comunicación, cine y/o Internet, sin esperar retribución alguna por este concepto.

La organización se reserva el derecho de modificar este reglamento si las circunstancias así lo aconsejaren, avisando en la medida de lo posible. Lo no recogido en el mismo se resolverá según el criterio de la misma, siendo sus decisiones inapelables.

Artículo 12. Confirmación.

Todos los participantes, por el hecho de inscribirse, confirman que han leído, entienden y aceptan el presente reglamento.

NOTA: Esta prueba pertenece al Calendario Oficial de la Federación Gallega de Atletismo y, mediante su inscripción, el corredor consiente expresamente que sus datos básicos sean cedidos a esta entidad para la tramitación, ante la compañía de seguros, de los seguros obligatorios de accidentes y Responsabilidad Civil, así como para la gestión de la licencia de día de ránking popular y pruebas de ruta.

En todo caso, y tal y como establece la Ley de Protección de Datos, el interesado podrá ejercer en el futuro sus derechos de acceso, rectificación y oposición mediante escrito o correo electrónico dirigido a la Federación Gallega de Atletismo. Praza Agustín Díaz, s/n. 15008. A Coruña.