# MILLA CIDADE DE VIGO 2026
# E 10K relevos (Mixtos)

A **Delegación en Vigo da Federación Galega de Atletismo**, co patrocinio do **Concello de Vigo** e a colaboración de **Máis que Auga e Atlántico Diario**, organizan a MILLA CIDADE DE VIGO 2026 . Esta proba está incluída no circuíto **Run RunVigo 2026**.

As probas estarán baixo o control técnico do Comité de Xuíces da Federación Galega de Atletismo e estarán suxeitas ao seguinte regulamento:

## REGULAMENTO

**1.- Data:**

A proba celebrarase o **sábado 21 de novembro** de 2026 a partir das 17:00 horas na rúa Lamelas fronte as instalación de Máis Que Auga (Navia).

**2.- Saída e Meta:**

A saída e meta das probas será dende a zona do Máis que Auga Navia (Rúa Lamelas).

**3.- Participantes:**

Nesta proba poderán participar todas aquelas persoas que o desexen, se atopen ou non federadas, habendo unha única clasificación conxunta de cada carreira programada. O control da carreira estará a cargo do comité galego de Xuíces da Federación Galega de Atletismo. Os/as participantes deben cumprir as condicións de participación e inscrición reflectidas no presente regulamento.

**4.- Inscricións, prazos e prezos:**

As inscrición realizaranse a través da páxina web **https://magmasports.es/es/eventos/run-run-vigo**.

Prezos de inscrición:

- Categorías Adult@s: **6 €.**
- Categorías peques ata sub 20: **Gratuita**
- **Categoría 10 k (Equipos)** **40€ (equipo)**

O **prazo de inscrición** rematará o día 18 de novembro ás 22:00 horas.

CONCELLO DE VIGO

Federación Galega de Atletismo

**5.- Horarios, distancias aproximadas e Categorías**:

| CATEGORÍA | ANOS NACEMENTO | DISTANCIAS (Aprox.) | HORARIO |
|---|---|---|---|
| | | | |
| SUB 16 e Sub 14 Masc. | Nados en 2011,2012,2013 e 2014 | 1.200 M | 17:00 horas |
| SUB 16 e Sub 14 Fem. | Nadas en 2011 ,2012,2013 e 2014 | 1.200 M | 17:15 horas |
| SUB 8-10-12 Masc. | Nados en 2015 e 2020 | 400 M | 17:30 horas |
| SUB 8- 10 -12 Fem. | Nadas en 2015 e 2020 | 400 M | 17:45 horas |
| | | | |
| | | | |
| PEQUES | Nad@s 2020 e posteriores | 50 M | 18:00 horas |
| | | | |
| F3,F4,F5 | Entre 1967 e anteriores | 1.609 M | 18:15 horas |
| M3,M4,M5 | Entre 1967 e anteriores | 1.609 M | 18:30 horas |
| F1 y F2 | Entre 1977 e 2006 (ambos incluidos) | 1.609 M | 18:45 horas |
| M1 y M2 | Entre 1977 e 2006 (ambos incluidos) | 1.609 M | 19:00 horas |
| | | | |
| | | | |
| 10 K equipos (Mixto) | Nad@s en 2010 e anteriores. | 10 K | 19:15 horas |
| | | | |
| | ENTREGA PREMIOS | | 20:00 horas |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

**Os horarios e grupos definitivos están suxeitos a modificación en función do número de inscritos para cada categoría e comunicarase con suficiente antelación.**

**NAS PROBAS DE ADULTOS APLICARANSE AS CATEGORÍAS DO CIRCUITO Run RunVigo 2026.**

**6.- Percorridos:**

Todas as carreiras desenvolveranse na rúa Lamelas , con saída e meta diante das instalación de MQA.

As probas da mila de adultos terán unha distancia de 1.609 metros (Milla) con 4 voltas completas ao percorrido. As demais probas variarán no número de voltas en función da distancia a percorrer.

Na proba de 10 k equipos mixto realizaranse 25 voltas o percorrido con remudas nas que participarán obrigatoriamente tódolos compoñentes do equipo. Haberá unha zona de cambio de atleta habilitada.

Os equipos estarán formados por 4 ou 5 atletas e polo menos con dúas mulleres.

**7.- Entrega de dorsais** :

Realizarase nas instalación de **Máis que Auga Navia** nos seguintes prazos:

- Sábado 21 de novembro na zona da saída a partir das 16:00 horas e ate media hora antes do Inicio de cada proba.

**8.- Premios:**

- Recibirán trofeo os/as tres primeiros/as clasificados/as, tanto masculinos como femininos das categorías pertences o Run RunVigo.
- Nas probas dende peques ata sub 20 recibirán medalla tódolos atletas participantes.
- Na categoría 10 K equipos recibirán trofeo os tres primeiros equipos.

**Os premios entregaranse na praza de entrada a Máis Que Auga no horario indicado 20:00 horas.**

**9.- Descualificacións.**

Será motivo de descualificación, entre outros, os seguintes aspectos: non realizar todo o percorrido da proba, non levar o dorsal ou manipulalo, falsificar datos persoais ou manter un comportamento antideportivo.

Todo o non contemplado no presente regulamento resolverase segundo os regulamentos da **FGA**, **RFEA** e **World Athletics** en vigor, por esta orde, para probas en ruta.

**10.- Servizo de duchas e gardarroupa.**

**SERVIZO DE DUCHAS E SPA:**

**Grazas a Máis Que Auga tódolos atletas participantes no evento poderán facer uso tanto das duchas como das taquillas e da zona de SPA no horario establecido na instalación. Para poder facer uso do mesmo será necesario o uso de gorro de baño e chanclas e levar candado ou 1€ no caso das taquillas.**

**11.- OUTRAS DISPOSICIÓNS REGULAMENTARIAS.**

Non está permitido o acompañamento na proba por ningún vehículo alleo á organización, nin bicicletas, patíns ou persoas **NON** inscritas que poidan acompañar, avituallar ou marcar ritmos aos participantes.

**SERVIZOS MÉDICOS**

A organización contará con servizos médicos obrigatorios, dotando de ambulancia na zona de SAÍDA/META. Os servizos médicos e o Xuíz Árbitro da competición están facultados para retirar da proba a calquera participante que manifeste un mal estado físico durante o desenvolvemento da mesma.

**SEGUROS**

Todos os participantes estarán amparados por unha póliza de Responsabilidade Civil e Accidentes Deportivos, que cubrirá os accidentes que se produzan como consecuencia directa do desenvolvemento da proba. Quedan excluídos os casos derivados dun padecemiento latente, imprudencia ou inobservancia das leis, da normativa da competición, etc. Tamén quedan excluídos os casos producidos polo desprazamento ao lugar da competición ou desde o mesmo. A inscrición implica ler, entender e adquirir o compromiso que a continuación se expón: Afirmo que estou en bo estado físico para a desputa da proba, eximindo de toda responsabilidade que da participación no evento puidese derivarse neste censo á organización, patrocinadores comerciais ou sponsors, empregados e demais membro da organización. Coa realización da inscrición, todo participante cede os seus dereitos de imaxe á

organización, que utilizará as imaxes de acordo coa Lei de Protección de Datos.




**ACEPTACIÓN DO REGULAMENTO**

Todos os participantes, polo feito de inscribirse e tomar a saída na carreira, aceptan o presente **REGULAMENTO**, e no caso de dúbida ou de xurdir alguna situación non prevista no mesmo, resolverase de acordo ao que dispoña o Comité Organizador e polas normas da FGA, RFEA e World Athletics, por esta orde, en vigor.

**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.

**NOTA:**

Esta proba pertence ao Calendario Oficial da FGA 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 licencia de día de ranking popular e probas de ruta. En todo caso e tal como establece a lei de Protección de Datos, o interesado pode exercer no futuro os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante escrito ou correo electrónico á Federación Galega de Atletismo, Complexo Deportivo de Elviña Praza Agustín Díaz, s/n – Salas 15 – 16 – 17, 15008 A Coruña.