



XI CASTRO TRAIL 2026

O Club Castro Trail, en colaboración co Concello de Barbadás, organiza a XI edición do Castro Trail Extrem e XI Campionato Xunta de Galicia de Trailrunning Individual Absoluto, Sub 23 e Masters (Classic) o sábado 14 de febreiro de 2026, a partir das 9:30 horas, constando de dúas pobas de carreira oficiais.

A proba entra dentro da especialidade atlética do **Trail Running** e estará baixo o control técnico do Comité Galego de Xuices da Federación Galega de Atletismo. En adultos disputarase sobre 2 distancias Trail, estando aberta a proba curta de 11 km a categorías inferiores a partir do ano de nacemento 2012. A proba rexirase polo seguinte:



REGULAMENTO

Artigo 1. Lugar de SAIDA de todas as probas:

As probas sairán desde o parque da Liberdade da Valenzá, no concello de Barbadás:

<https://maps.app.goo.gl/aVoP6sy8qKfLjkcP6>

Artigo 2. Horarios e distancias.

O Castro Trail Extrem 2025 terá os seguintes horarios e distancias:

HORA	PROBA	DISTANCIA	DESNIVEL	ANOS	CATEGORÍA	PRAZAS
09:45 h	Trail Longo	23,2 km aprox	1350 m + aprox	2008 e anteriores	ABSOLUTA	450
10:15 h	Trail Curto	11 km aprox	560 m + aprox.	2012 e anteriores	ABSOLUTA e PROMOCIÓN	450

Tódolos deportistas das modalidades classic e preclassic deberán pasar por cámara de chamadas ata 10 minutos antes da saída. Os participantes do Campionato de Galicia deberán de identificarse con DNI.

Dispoñeranse de caixóns de saída para cada proba sendo obrigatorio respectar os mesmos.

O Campionato Absoluto e de Masters realizarase sobre o Trail longo, mentres que o Campionato Sub23 terá como escenario a distancia curta.

Artigo 3. Límite de prazas.

Establecerase, tal e como indica o cadro de horarios presente neste regulamento, un límite de prazas en cada modalidade de Trail.

Unha vez se chegue a esas cifras na inscrición, percharase á mesma en cada carreira programada.

Artigo 4. Categorías de competición.

CATEGORÍAS INDIVIDUAIS PARA AS DISTANCIAS DE TRAIL LONGO

CATEGORIA	ANOS DE NACEMENTO
SENIOR MASC / FMNO	Nados entre 2008 e 1986
MASTER 1 MASC / FMNO	Nados entre 1985 e 1972
MASTER 2 MASC / FMNO	Nados entre 1971 e anteriores
ABSOLUTA MASC / FMNO	Calquera das categorías anteriores

CATEGORÍAS INDIVIDUAIS PARA AS DISTANCIAS DE TRAIL CURTO

CATEGORIA	ANOS DE NACEMENTO
PROMESAS	2009 – 2012
SENIOR	2008 – 1986
MASTERS	1985 e anteriores
ABSOLUTA	Calquera das categorías anteriores

Artigo 4.1 – RANKING GALEGO DE TRAIL RUNNING e CAMPIONATOS:

Proba Longa: CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO E MÁSTERS:

Ranking Classic Absoluto e Másters

Proba Curta: CAMPIONATO DE GALICIA SUB 23

Ranking Sub 23, Sub 20, Sub18 e Sub16

BONIFICACIÓN X10 RANKING GALEGO

Absolutos e masters na distancia Longa (x10)

Sub 23 na distancia curta (x10)

A proba curta será puntuable como serie prata para as categorías sub20, sub18 e sub16

Artigo 5. PARTICIPACIÓN E SEGURO / LICENZA DE DÍA

As probas estarán federadas no deporte de atletismo na especialidade de **TRAIL RUNNING**, polo cal os deportistas federados polo deporte do atletismo estarán cubertos polo seguro da súa correspondente licenza. Para o resto de participantes suscribírase un seguro (licenza de día).

Artigo 6. DISTANCIAS, DESNIVEIS e TEMPOS MÁXIMOS DE REALIZACIÓN DA PROBA NOS TRAILS E ANDAINA:

A partir do 20 de decembro a organización fará públicos tódolos tracks oficiais de

competición:

PROBA	DISTANCIA	DESNIVEL POSITIVO	HORA SAÍDA	TEMPO MÁXIMO
Trail Longo	23,2k	1350 m.	09:45 h	4h
Trail Curto	11 k	510 m.	10:15 h	2,5 h

6.1 A proba longa e curta realízanse en semi-autosuficiencia debendo portar o participante o material necesario e soamente abastecerse nos puntos de axuda (abastecementos) que a organización dispón. O material auxiliar que se empregue deberá portarse durante toda a proba (exemplo bastóns).

Os bastóns deberán estar pregados ou gardados durante os primeiros 2 minutos de carreira tras disparo por seguridade de tódolos participantes.

Artigo 7. INSCRICIÓNS. PREZOS E PRAZOS

As inscricións realizaranse a través das páxinas web www.carreirasgalegas.com. As inscricións a **campionato** realizaranse desde a intranet federativa nos prazos que recolla a circular da competición. **Para ter dereito á bolsa do corredor e servizos post-carreira é requisito estar inscrito/a no evento popular.**

-  **APERTURA DE INSCRICIONS:** luns 24 de novembro de 2025
-  **PECHE DE INSCRICIONS:** martes 10 de febreiro de 2026 ás 23:59 h.
-  **PREZOS DA INSCRICION:**

	Ata o 30 de Xaneiro	Do 1 ó 10 de Febreiro
LONGO	20€	26€
CURTO	15€	18€

***Só se garantiza a dispoñibilidade de agasallo no primeiro tramo de inscricións**

Artigo 8. RECOLLIDA DE DORSAIS

Os dorsais poderán recollerse nos seguintes puntos:

- **Sábado 14 de febreiro:** a partir das 08:00 horas e ate 15 minutos antes do comenzo de cada proba na secretaría da proba ubicada na saída/meta do evento.

Artigo 9. PREMIOS E AGASALLOS

Estableceranse os seguintes premios e agasallos:

- Premios aos/as 3 primeiros/as clasificados de cada categoría establecida no presente regulamento.

- Premios **ESPECIAL** Lurbel ós vencedores das probas sempre que rebaixen os tempos do seguinte cadro

CURTA		LONGA	
MULLERES	HOMES	MULLERES	HOMES
58'50''	49'20''	2H2'15''	1H49'30''

- AGASALLO técnico especial para tódolos inscritos
- A entrega de premios realizarase a partir das 13:00 horas aproximadamente na praza de disposición de meta, no parque da Liberdade.
- Premios NON acumulativos.

Artigo 10. SERVIZO DE DUCHAS e VESTIARIOS

Porase a disposición dos participantes un servizo de duchas e vestiarios nas instalacións deportivas habilitadas polo Concello de Barbadás no polideportivo municipal

<https://maps.app.goo.gl/kCiRNxV68W1LDqte9>

Artigo 11. ABASTECEMENTOS

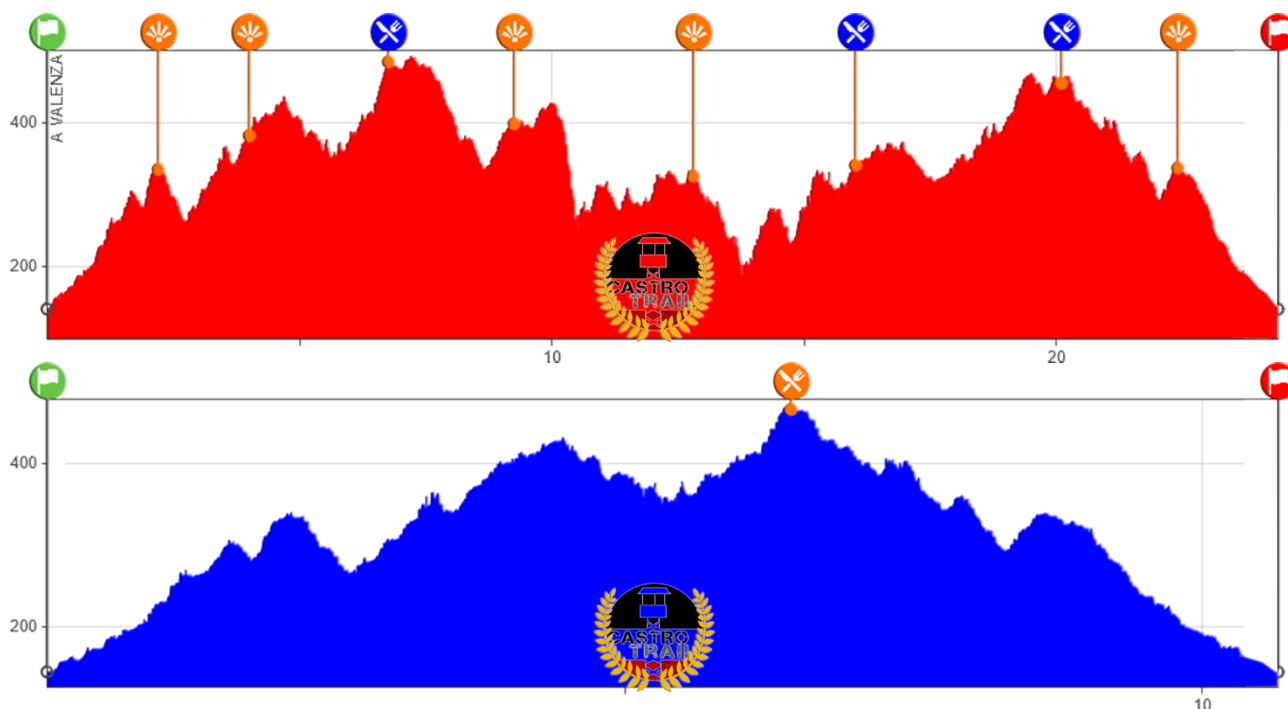
Puntos de abastecemento no Trails Longo, medio e andaina; e na meta das tres modalidades. Será responsabilidade do deportista portar sistema de hidratación para facer uso dos mesmos.

Tódolos abastecementos serán completos, con líquido e sólido.

UBICACIÓNS:

	AV1 - COMPLETO	AV2 - COMPLETO	AV3 - COMPLETO
LONGO	KM 6,5	KM 16	KM 20,1
CURTO	KM 6,5		

A asistencia externa a calquera deportista durante a competición non estará permitida. As zonas de abastecemento estarán acotadas en inicio e fin. Non estará permitido abandonar o abastecemento con ningún tipo de residuo do mesmo, incluídas as posibles 'codias' de froita como poden ser mondas de plátano ou laranxa.



ARTIGO 12.- MATERIAL OBRIGATORIO

O material estará revisado polo comité galego de xuíces, podendo facerse total ou parcialmente en saída, meta ou durante o percorrido na cámara de chamadas.

Na distancia de Campionato Galego farase control obrigatorio en saída e meta, sendo responsabilidade do atleta chegar con suficiente antelación ó mesmo.

O uso de auriculares ou elementos de igual índole non está permitido.

As penalizacións e descalificacións sobre o material obrigatorio serán as oficiais do regulamento que regula o Ranking Galego de Trailrunning. O seguinte material afectará a tódolos participantes por igual.

***LISTAXE DE MATERIAL OBRIGATORIO:**

Dorsal visible na parte frontal

Manta térmica

Teléfono móbil (operativo)

Sistema de hidratación (500ml Trail longo e 200ml Trail curto)

***LISTAXE DE MATERIAL RECOMENDADO:**

Curtaventos ou chaqueta impermeable

Tubular ou gorra.

***IMPORTANTE:** A organización publicará ata un máximo de 5 días antes o material obrigatorio definitivo, podendo pasar o recomendado a ser obrigatorio en función da meteoroloxía prevista.

Artigo 13. INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

O Concello de Barbadás e o Club Castro Trail publicarán a información de accesos para tódolos participantes facilitando os accesos a recollida de dorsais, saída, meta e zonas de paso intermedias. Tamén se facilitará a información de transporte público.

A proba contará con retransmisión en video, accesible desde as distintas plataformas habilitadas ó seu efecto.

O evento conta con proxecto de percorrido alternativo e plan de evacuación ante calquera imprevisto, sendo obrigatorio cumprir as indicacións correspondentes por parte dos participantes.

O plan de xestión de residuos e protección ambiental do Castro Trail garantiza un uso responsable do medio natural e a preservación do mesmo así como a correcta distribución de calquera residuo ou material empregado para a realización do evento.

Artigo 14. CONSIDERACIÓN FINAL

Esta proba pertence ao calendario oficial de probas da Federación Galega 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.