

REGULAMENTO DA V EDICIÓN DA CARREIRA E ANDAINA SOLIDARIA 'POLO DANO CEREBRAL'

DATA DO EVENTO: DOMINGO, 10 DE MAIO DE 2026 – LUGO

1. PRESENTACIÓN

A Federación Galega de Dano Cerebral (Dano Cerebral Galicia), constituída polas cinco asociacións galegas de dano cerebral adquirido – **Dano Cerebral A Coruña ADACECO, Dano Cerebral Lugo, Alento Vigo, DCA Ourense e Dano Cerebral Santiago de Compostela** - organiza a 'V Carreira e Andaina Solidaria polo Dano Cerebral', en colaboración co Concello de Lugo.

Nesta ocasión a localización escollida é a cidade de Lugo, con motivo do 20º aniversario da nosa asociación local, Dano Cerebral Lugo, antiga ADACE-Lugo.

Todas as probas deportivas así como a andaina, celebraranse o próximo **10 de maio de 2026** a partir das 9:00 h nuns circuítos con saída e meta aos arredores da Praza Maior e Muralla.

2. PARTICIPANTES:

Nestas probas poderá participar calquera deportista estea ou non federado/a. Todas as persoas participantes tanto na carreira (absoluta e escolares) como na andaina, -independentemente da idade-, deberán estar inscritos/as no prazo preciso, e participarán cunha licenza de día que incluírá un seguro de accidentes deportivos e de responsabilidade civil a cargo da organización. Os/as deportistas federados/as polo deporte do atletismo estarán cubertos polo seguro da súa correspondente licenza.

- Participantes por modalidades:

CARREIRA ABSOLUTA (5 km).- poderán participar todas aquelas persoas que teñan 16 anos (o día da proba) ou maiores, federadas ou non federadas. Proba competitiva.

CARREIRA SUB 16 e SUB 14 (1.200 metros).- saída conxunta en función do número de participantes. Poderán participar todas



aquelas persoas nadas entre 2011 e 2012, para SUB16; e entre 2013 e 2014 para SUB14. Proba competitiva.

CARREIRA SUB 12 e SUB 10 (600m).- saída conxunta en función do número de participantes. Poderán participar todas aquelas persoas nadas entre 2015 e 2016, para SUB12; e entre 2017 e 2018 para SUB10. Proba competitiva.

PITUFOS (100 metros).- Poderán participar nesta categoría todas aquelas persoas nadas a partir de 2019 ata a actualidade. Proba non competitiva.

ANDAINA (2,5 Km).- Poderán participar todas aquelas persoas maiores de 16 anos (o día da proba) que o desexen, os/as menores de 16 anos sempre que vaian acompañados/as dun/ha adulto/a responsable, e que estean tamén inscritas nos prazos e formas establecidos a tal efecto, na páxina de inscrición.

3. INSCRICIÓN, PRAZOS E PREZOS:

- Plataforma de inscricións:
<https://polodanocerebral.org/gl/web/inscripcion/3239/?r=1>
- Peche de inscricións: 7 de maio ás 23:59h

MODALIDADE	PREZO REDUCIDO (Apertura inscricións ata 24 de abril)	PREZO XERAL (25 de abril ata peche inscricións)
Carreira Absoluta (5K) > 16 anos	10€	12€
Carreiras Sub 16-14-12-10	5€	5€
Carreira Pitufos	2€	2€
Andaina (2,5K) > 16anos	10€	12€
Andaina <16 anos	0€	0€

- Prezo Carreira Absoluta 5 Km: 10€ prezo reducido dende apertura inscricións ata 24 de abril de 2026; e 12€ prezo xeral dende o 25 de abril ata peche de inscricións.
- Prezo Carreiras Sub 16-14-12-10: 5 €
- Prezo Carreira Pitufos: 2 €
- Prezo Andaina (16 anos ou máis): 10€ prezo reducido dende apertura inscricións ata 24 de abril de 2026; e 12€ prezo xeral dende 25 de abril ata peche de inscricións.
- Prezo Andaina (menores de 16 anos): de balde.



- Dorsal Cero: doazón voluntaria.

A recadación da inscrición (descontados os gastos de seguro do participante e cronometraxe nas probas competitivas) será destinada a Danocerebral Galicia para o desenvolvemento da súa acción e misión, orientada a mellorar a calidade de vida das persoas con dano cerebral adquirido (máis información en www.danocerebralgalicia.org).

4. HORARIOS, PERCORRIDOS, SAÍDAS E METAS:

O evento comezará ás **09:00 h** coa **apertura das mesas de entrega de dorsais**, xunto coa posta en marcha do servizo de animación e sonorización do evento que comezará ás 09:30 h cos seguintes horarios aproximados:

- 4.1. **CARREIRA ABSOLUTA (5 km).**- Inicio ás **09:45 h** con saída e meta no mesmo punto, isto é, na Praza Maior da cidade de Lugo. A cronometraxe realizarase mediante chip no dorsal. A entrega do trofeos/premios levarase a cabo no podio que estará situado na zona de saída-meta, aproximadamente ás 11:30 h, xusto antes da saída da Andaina.

O percorrido será con saída na Praza Maior, dúas voltas pola Muralla de Lugo e meta de volta na Praza Maior.

4.2. **CARREIRAS ESCOLARES:**

As carreiras de modalidades escolares sairán **a partir das 11:00** horas, unha vez rematada a carreira absoluta, na seguinte orde:

1. **Atletas Sub16 e Sub14 (anos de nacemento 2011-2014):** Saída conxunta ás 11:00 h en función do número de participantes. Correrán unha distancia de 1.200 metros aproximadamente na contorna da Praza Maior.
2. **Atletas Sub12 e Sub10 (anos de nacemento 2015-2018):** Saída conxunta ás 11:15 h en función do número de participantes. Correrán unha distancia de 600m aproximadamente ao longo da Praza Maior no casco antigo da cidade.
3. **Atletas Pitufos (anos de nacemento a partir de 2019):** Saída conxunta ás 11:25 h. Correrán unha distancia de 100m aproximadamente partindo das bandeirolas ata o arco truss da



meta/saída. Proba non competitiva. Todos os nenos e nenas levarán medalla conmemorativa.

- 4.3. **ANDAINA:** Inicio aproximadamente ás **12:00 h** (inmediatamente despois do acto de entrega de trofeos e sorteos) con saída e meta na Praza Maior, dando unha volta pola Muralla e volvendo de novo á Praza ata arco de meta.

IMPORTANTE: Os percorridos poderán verse modificados ata o día antes do evento por causas alleas á organización. Nese caso, irase actualizando na web de inscrición calquera tipo de modificación, de ser o caso, para coñecemento de todas as persoas participantes.

5. PREMIOS E AGASALLOS

Entregarase, xunto co dorsal, unha camiseta conmemorativa para todas as persoas participantes de calquera proba e/ou modalidade. Ditas camisetas, co seu correspondente dorsal, poderán recollerse de maneira anticipada na tenda **Ndorfina Sports sita na Praza do Campo Castelo, 57, 27001 Lugo en horario de 10:00 a 13:45 – 17:00 a 20:30**. Ademais, farase un sorteo durante a entrega de premios, onde o número de dorsal servirá de rifa, a cal haberá que mostrar no momento de recoller o agasallo que será comunicado por megafonía unha vez finalice a cerimonia de entrega de premios. Por iso é importante manter o dorsal en todo momento. Algúns dos agasallos son:

- Camiseta do Club Baloncesto Breogán de Lugo, asinada polos xogadores.
- Camiseta do Club Deportivo Lugo de Fútbol, asinada polos xogadores.
- Lote de produtos de Café Candelas.

E algúns máis pendentos de confirmar.

- **Podio Carreira Absoluta (5k):**

Categoría Absoluta: Trofeos para o 1º, 2º e 3º clasificado e clasificada.

Categoría Senior (nado entre 2010 e 1991): Trofeo para o 1º clasificado e 1ª clasificada, medallas para 2º e 3º clasificado e clasificada.

Categoría Máster 1 (+35 anos): Trofeo para o 1º clasificado e 1ª clasificada, medallas para 2º e 3º clasificado e clasificada.

Categoría Máster 2 (+45 anos): Trofeo para o 1º clasificado e 1ª clasificada, medallas para 2º e 3º clasificado e clasificada.



Categoría Máster 3 (+55 anos): Trofeo para o 1º clasificado e 1ª clasificada, medallas para 2º e 3º clasificado e clasificada.

Categoría Máster 4 (+65 anos): Trofeo para o 1º clasificado e 1ª clasificada, medallas para 2º e 3º clasificado e clasificada.

Nota: podio non acumulativo.

- Podio Carreiras Escolares:

Categoría Sub16 (1.200m): Trofeo para o 1º clasificado e 1ª clasificada, medallas para 2º e 3º clasificado e clasificada.

Categoría Sub 14 (1.200m): Trofeo para o 1º clasificado e 1ª clasificada, medallas para 2º e 3º clasificado e clasificada.

Categoría Sub 12 (600m): Trofeo para o 1º clasificado e 1ª clasificada, medallas para 2º e 3º clasificado e clasificada.

Categoría Sub 10 (600m): Trofeo para o 1º clasificado e 1ª clasificada, medallas para 2º e 3º clasificado e clasificada.

Categoría Pitufos (100m): medallas par todas as persoas participantes.

6. AVITUALLAMENTO E SEGURIDADE

Haberá avituallamento líquido e sólido para todos/as os/as participantes (tanto das carreiras como da andaina), na zona da saída e meta.

O evento contará cun seguro de responsabilidade civil así como seguro de accidentes para dar cobertura a todas as persoas participantes. Ademais, ao tratarse dunha proba cun número de participación aproximado de 400 persoas, contarase cunha ambulancia, outorgada pola Concellería de Deportes de Lugo.

A organización non se fará responsable dos danos que puidesen causar ou causarse as persoas participantes por imprudencias ou negligencias propias. Igualmente, a persoa participante declara, baixo a súa responsabilidade, ter realizado o oportuno recoñecemento médico que lle permite estar en condicións óptimas para realizar a proba, eximindo á organización da devandita responsabilidade.

7. INFORMACIÓN BÁSICA DE PROTECCIÓN DE DATOS

Responsable: Federación Galega de Dano Cerebral como entidade organizadora e MULTISPORTS GALICIA, S.L como empresa contratada para a posta en marcha do evento e xestión das inscricións.

Finalidade: Xestionar os datos das persoas participantes na Carreira e Andaina Solidaria polo Dano Cerebral. Os datos dos e das participantes serán incluídos nunha base de datos de participantes e gañadores/as que poderá facerse pública



Lexitimación: O envío da súa solicitude e o seu consentimento.

Prazo de conservación: O tempo necesario para cumprir coas obrigacións legais e de promoción do evento.

Dereitos: Para exercer os seus dereitos envíe un e-mail a info@danocerebralgalicia.org.

8. INFORMACIÓN E RESULTADOS

Os resultados da carreira estarán dispoñibles na páxina web oficial da proba <https://polodanocerebral.org/gl/web/resultado/>

A organización resérvase o dereito de modificación do presente regulamento ata o día de peche de inscricións.

En todo caso e tal e como establece a lei de Protección de Datos, a persoa interesada pode exercer no futuro os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante escrito ou correo electrónico á Dano Cerebral Galicia (polodanocerebral@danocerebralgalicia.org) ou por comunicación postal ao seguinte enderezo: Rúa das Galeras, 17 – 2º Andar, oficina 5 (15705) en Santiago de Compostela (A Coruña).

Toda persoa participante, polo xeito de inscribirse, permite que as imaxes, vídeos e entrevistas realizadas pola organización poidan publicarse nas RRSS e páxinas webs oficiais.

Os dorsais son persoais e intransferibles e han de ir colocados na parte anterior do corpo de forma totalmente visible, sen dobreces, e así deberán levarse durante toda a proba. O incumprimento deste artigo poderá ser motivo de descualificación.

En Santiago de Compostela, a 31 de marzo de 2026