



REGULAMENTO PARA A REALIZACIÓN DO TRAIL ENTRE CASTELOS RÍAS BAIXAS 2026

ARTIGO 1. DENOMINACIÓN, NATUREZA E FINALIDADE DO EVENTO

O Trail Entre Castelos Rías Baixas 2026 é un evento deportivo e recreativo de trail running que combina actividade física, natureza, patrimonio cultural e promoción turística. A proba enlaza dous enclaves patrimoniais de referencia na provincia de Pontevedra, o Castelo de Sobroso e o Castelo de Soutomaior, mediante percorridos que discorren por contornas naturais e rurais.

O evento desenvólvese no marco de colaboración coa Deputación de Pontevedra-Turismo Rías Baixas, coa finalidade de impulsar o turismo deportivo sostible, contribuír á dinamización do territorio e poñer en valor o patrimonio histórico e paisaxístico da zona a través dunha experiencia deportiva organizada, sinalizada e supervisada.

A organización disporá dun sistema de balizamento e control do percorrido, así como dun dispositivo operativo e sanitario consonte as necesidades do evento, co obxectivo de garantir o desenvolvemento seguro da actividade.

ARTIGO 2. ORGANIZACIÓN

A organización do evento corresponde a Sportmadness Eventos SL, en colaboración coa Deputación de Pontevedra. A proba ten carácter popular (non federado), sen prexuízo de que a organización poida adoptar criterios técnicos de seguridade e control propios das probas de montaña.

ARTIGO 3. DATA, LOCALIZACIÓN E META

O evento terá lugar o sábado 18 e o domingo 19 de abril de 2026. A meta de todas as modalidades sitúase na contorna do Castelo de Soutomaior.

Sábado 18 de abril

Localización: Castelo de Soutomaior

- 11:00-18:00: Entrega de dorsais.
- 15:30: Presentación da Carreira Infantil ENTRE CASTELOS RÍAS BAIXAS.
- 16:30: Saída da Carreira Infantil en Soutomaior.
- 17:30: Acción de promoción: conversa cun *influencer* deportivo.

Domingo 19 de abril

-



- 09:30: Presentación oficial do Trail Entre Castelos Rías Baixas por parte do moderador do evento.
- 10:00: Saída do Trail Entre Castelos Rías Baixas (no Castelo de Sobroso).
- 12:30: Saída da Andaina Entre Castelos Rías Baixas (no Castelo de Soutomaior).
- 15:00: Entrega de premios (no Castelo de Soutomaior).

ARTIGO 4. MODALIDADES E CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

O evento inclúe as modalidades que se indican a continuación. As distancias e os desniveis teñen carácter aproximado e poderán axustarse por necesidades técnicas, de seguridade ou por condicionantes do terreo, sen que isto xere dereito a reclamación.

4.1. Trail Entre Castelos Rías Baixas

Ligazón do percorrido: <https://www.strava.com/routes/3459158644654557190>

Distancia aproximada: 25,69 km

Desnivel positivo acumulado: +835 m

Altitude mínima: 39 m

Altitude máxima: 559 m

Saída: Castelo de Sobroso (<https://maps.app.goo.gl/vsn5f7M8QRxeCnpm9>)

Meta: Castelo de Soutomaior (<https://maps.app.goo.gl/oRWK65Tk6VjwvtJH7>)

A saída efectuarase ás 10:00 horas.

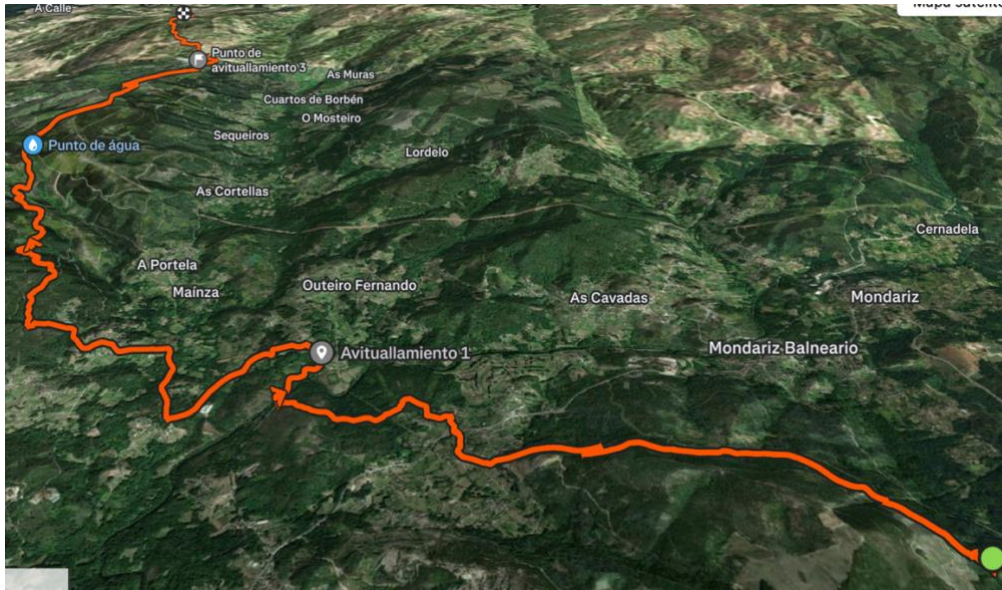
O Trail Entre Castelos é a modalidade principal do evento e conecta o Castelo de Sobroso co Castelo de Soutomaior mediante un percorrido completamente natural que atravesa zonas forestais, pistas rurais e sendeiros de montaña.

O trazado presenta un perfil progresivo con ascensos sostidos ata alcanzar a cota máxima aproximada de 559 metros, combinando tramos técnicos de sendeiro con sectores máis axeitados para correr en pista compactada. A segunda metade do percorrido incorpora descensos continuados que conducen cara ao entorno monumental do Castelo de Soutomaior.

O desnivel acumulado e a variedade do terreo configuran unha proba esixente pero equilibrada, adecuada para corredores habitados a distancias de media montaña.

O percorrido estará completamente sinalizado e supervisado pola organización durante toda a proba.

Nivel de dificultade: Media (trail de media distancia con desnivel moderado).



4.2. Andaina Entre Castelos Rías Baixas (8,77 km)

Ligazón do percorrido: <https://www.strava.com/routes/3459130700864371694>

Distancia aproximada: 8,77 km

Desnivel positivo acumulado: +356 m

Altitude mínima: 152 m

Altitude máxima: 420 m

Saída: Castelo de Soutomaior (<https://maps.app.goo.gl/oRWK65Tk6VjwvtJH7>)

Meta: Castelo de Soutomaior (<https://maps.app.goo.gl/oRWK65Tk6VjwvtJH7>)

A saída efectuarase ás 12:30 horas.

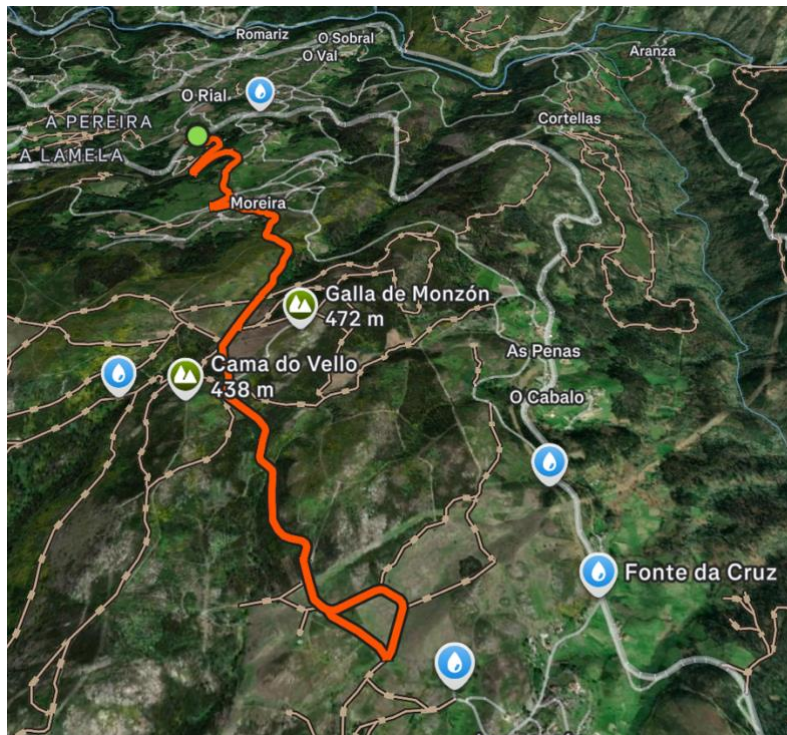
A Andaina Entre Castelos é unha modalidade non competitiva deseñada para fomentar a participación popular e o gozo da contorna natural do concello de Soutomaior.

O percorrido discorre por sendeiros forestais e pistas rurais, combinando treitos de subida progresiva con sectores máis cómodos de terreo para correr ou camiñar. Aínda que a distancia é moderada, o desnivel acumulado achega un compoñente físico relevante, especialmente nos treitos de ascenso continuado.

O trazado desenvólvese integramente na contorna natural, debidamente sinalizada e supervisada pola organización, garantindo a seguridade e o control operativo durante toda a actividade.

Esta modalidade está orientada a persoas acostumadas a camiñadas con desnivel moderado que desexen participar no evento sen carácter competitivo, priorizando a experiencia deportiva e o contacto coa contorna.

Nivel de dificultade: Media (sendeirismo activo con desnivel moderado).



4.3. Carreira Infantil

A Carreira Infantil estará dirixida a persoas menores de idade, comprendidas entre os 6 e os 12 anos cumpridos o día da proba, establecéndose as seguintes categorías:

- Categoría A: de 6 a 8 anos.
- Categoría B: de 9 a 12 anos.

A organización poderá adaptar a saída ou o desenvolvemento da proba en función da idade das persoas participantes, garantindo en todo momento a seguridade e a adecuación do percorrido ás capacidades propias de cada grupo de idade.

Ligazón do percorrido: <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ninos-carrera-0-95km-castelo-soutomaior-245300148>

Distancia aproximada: 0,95 km

Desnivel positivo acumulado: +51 m

Altitude mínima: 149 m

Altitude máxima: 184 m

Saída e meta: Castelo de Soutomaior (<https://maps.app.goo.gl/UeBigRRfXD8ajQ1D6>)

A saída efectuarase ás 16:00 horas.

A Carreira Infantil é unha actividade participativa dirixida ao público infantil, cun percorrido adaptado á distancia e á dificultade.

O trazado discorre na contorna inmediata do Castelo de Soutomaior por sendeiros e camiños controlados dentro dun espazo seguro e delimitado pola organización. Aínda que presenta un lixeiro desnivel acumulado, o percorrido está deseñado para ser accesible e axeitado ás idades participantes.

A proba contará coa supervisión directa da organización e do equipo de voluntariado durante todo o seu desenvolvemento, garantindo o control e a seguridade do circuito.

O obxectivo desta modalidade é fomentar a práctica deportiva en idades temperás, promover hábitos saudables e ofrecer unha experiencia lúdica nunha contorna patrimonial singular, sen carácter competitivo formal.

Nivel de dificultade: Baixa.



A participación na Carreira Infantil requirirá a presenza do pai, nai ou titor/a legal no recinto durante o desenvolvemento da proba. Así mesmo, a persoa menor de idade deberá ser recollida na zona de chegada polo seu titor/a legal ou por unha persoa expresamente autorizada por este/a, asumindo a responsabilidade correspondente durante toda a actividade.

ARTIGO 5. PARTICIPACIÓN E COTA

A participación está aberta a todas as persoas que formalicen correctamente a súa inscrición e declaren atoparse en condicións físicas axeitadas para completar a modalidade escollida. A organización poderá limitar a participación por motivos de seguridade ou operativos.

A cota máxima será de 500 persoas participantes na modalidade de Trail, 200 persoas participantes na Andaina e 300 persoas participantes na Carreira Infantil.

ARTIGO 6. INSCRICIÓN

O período de inscrición estará aberto desde o 26 de febreiro de 2026 ata o 9 de abril de 2026, ou ata o esgotamento da cota. A participación será gratuíta en todas as modalidades.

Non se admiten cambios de titularidade.

Dado o carácter gratuíto do evento, non procede a política de devolucións. As persoas inscritas que non tomen a saída o día do evento non poderán participar na seguinte edición da proba.

ARTIGO 7. DORSAIS E ACREDITACIÓN

A recollida de dorsais realizarase exclusivamente o sábado 18 de abril en horario de 11:00 a 18:00 horas no Castelo de Soutomaior.

Unha hora antes da saída, no Castelo de Sobroso, habilitarase unha mesa para a entrega dos últimos dorsais.

A organización solicitará un documento identificativo para a entrega do dorsal. O dorsal terá que estar visible durante a proba, conforme ás indicacións que se establezan.

ARTIGO 8. TEMPO MÁXIMO E CONTROIS

A hora límite de finalización do evento será ás 15:00 horas. Por motivos de seguridade, a organización poderá establecer controis de paso e puntos de peche intermedios.

As persoas participantes que excedan os tempos establecidos ou que sexan alcanzadas polo peche da carreira deberán abandonar o percorrido e seguir as instrucións do persoal organizativo.

ARTIGO 9. NORMAS DE PARTICIPACIÓN E CONTROL DE CARREIRA

Co fin de garantir a seguridade, a igualdade entre as persoas participantes e o correcto desenvolvemento do evento, todas as persoas corredoras deberán respectar as seguintes normas durante o desenvolvemento da proba:

O dorsal terá que levarse na parte frontal do corpo, nun lugar visible e sen manipulación ningunha durante todo o percorrido. Non está permitido dobralo, recortalo nin ocultalo.

Todas as persoas participantes deberán completar integramente o percorrido oficial, seguindo o trazado sinalizado pola organización e pasando polos puntos de control e avituallamento establecidos. O paso polos controis poderá ser verificado mediante o sistema de cronometraxe ou supervisión organizativa.

Queda prohibido abandonar o percorrido sinalizado, coller atallos ou alterar o trazado previsto.

As persoas participantes deberán ter en conta en todo momento as indicacións do persoal da organización, voluntariado e servizos de seguridade.

O incumprimento destas normas poderá supoñer a retirada da persoa participante do evento ou a súa exclusión da clasificación oficial no caso da modalidade competitiva.

ARTIGO 10. AVITUALLAMENTOS

A organización habilitará puntos de avituallamento ao longo do percorrido co fin de garantir a adecuada asistencia ás persoas participantes durante a proba.

Con carácter orientativo, establécense os seguintes puntos:

- Casa Cultural de Fozara (aprox. km 6,72):
<https://maps.app.goo.gl/i4k61GiequRirNYX8>
- O Galleiro (aprox. km 14,72-punto de auga):
<https://maps.app.goo.gl/nEc6miFo1RxmUbVs5>
- Amoedo Brunch & Lunch (aprox. km 20,12):
<https://maps.app.goo.gl/3hgTuDfTyW5ftTFo8>

A distancia total aproximada do percorrido é de 25,69 km, quedando os treitos distribuídos de forma equilibrada, sen superar en ningún caso os 8 km entre os puntos de asistencia.

O avituallamento situado no Galleiro terá carácter de punto de auga con aperitivo sólido simple, mentres que os restantes disporán de avituallamento sólido e líquido conforme aos estándares habituais en probas de trail desta distancia.

A organización poderá modificar a localización exacta dos puntos por motivos loxísticos, técnicos ou de seguridade, garantindo en todo caso unha cobertura adecuada durante o desenvolvemento da proba.

Recoméndase encarecidamente ás persoas participantes o uso de vaso reutilizable, co obxectivo de reducir a xeración de residuos e minimizar o impacto ambiental do evento.

ARTIGO 11. MATERIAL RECOMENDADO

Aínda que a proba é de carácter popular, recoméndase que as persoas participantes leven material axeitado para a actividade de montaña, incluíndo cortaventos, teléfono móbil con batería suficiente e vaso reutilizable. Tamén se recomenda o uso da camiseta oficial do evento.

En caso de previsión meteorolóxica adversa ou por motivos de seguridade, a organización poderá recomendar ou esixir material adicional, comunicándoo con antelación.

ARTIGO 12. PROTOCOLO DE SEGURIDADE E RESPONSABILIDADE INDIVIDUAL

Co fin de reforzar a seguridade do evento, a organización habilitará un teléfono de emerxencias operativo durante o desenvolvemento da proba, o cal figurará impreso no dorsal de cada persoa participante, e tamén será comunicado previamente por correo electrónico a todas as persoas inscritas.

O uso deste teléfono estará reservado exclusivamente para situacións de emerxencia real, especialmente aquelas relacionadas con incidencias médicas ou situacións que comprometan a integridade física da persoa participante ou de terceiras persoas.

En caso de abandono voluntario por motivos non relacionados cunha emerxencia médica, a persoa participante deberá comunicar obrigatoriamente a súa retirada ao punto de control ou avituallamento máis próximo, ou ben mediante chamada ao teléfono de emerxencia facilitado pola organización, indicando o seu número de dorsal e a localización aproximada.

Unha vez comunicado o abandono, a persoa participante será responsable de xestionar o seu propio desprazamento ata a meta ou ata un punto accesible indicado pola organización, seguindo en todo momento as instrucións do persoal de control. A organización non garante o transporte automático nos casos de retirada non médica.

Así mesmo, as persoas participantes que superen o tempo máximo establecido, fixado nas 15:00 horas, quedarán fóra de control da carreira e deberán retirarse do percorrido baixo a súa responsabilidade, desprazándose polos seus propios medios ata a meta ou seguindo as indicacións do persoal organizativo. A partir do momento en que unha persoa participante exceda o tempo límite, deixará de ser considerada corredora en proba activa, debendo respectar as normas de circulación e seguridade vixentes.

A participación no evento implica a aceptación expresa desta responsabilidade individual en caso de retirada ou fóra do control horario.

ARTIGO 13. SERVIZOS Á PERSOA PARTICIPANTE

A organización disporá de servizo de gardarroupa na zona de saída situada no Castelo de Sobroso. As bolsas serán trasladadas e entregadas posteriormente na zona de meta no Castelo de Soutomaioir.

Non se disporá de servizo de duchas.

ARTIGO 14. CONDUTA, MEDIO AMBIENTE E SANCIÓNS

O evento desenvólvese nunha contorna natural e patrimonial, polo que se esixe un comportamento responsable. Queda prohibido tirar residuos fóra dos espazos habilitados, abandonar o percorrido balizado ou realizar condutas que prexudiquen a contorna ou o resto das persoas participantes.



O incumprimento destas normas poderá implicar a descualificación, así como a adopción de medidas organizativas para preservar o bo desenvolvemento do evento.

ARTIGO 15. PREMIOS E RECOÑECIMENTOS

A modalidade Trail outorgará trofeos aos tres primeiros clasificados masculinos e ás tres primeiras clasificadas femininas. A Andaina non terá carácter competitiva e non contemplará premios. Na Carreira Infantil entregarase un trofeo á primeira persoa clasificada xeral de cada categoría establecida.

Todas as persoas participantes que completen a súa modalidade recibirán a medalla de «finisher».

ARTIGO 16. DEREITOS DE IMAXE

A participación no evento implica a autorización para que a organización poida captar e utilizar imaxes e material audiovisual obtidos durante o desenvolvemento da actividade, con fins informativos e promocionais do evento, sen dereito a compensación económica, respectando en todo caso a normativa aplicable.

ARTIGO 17. PROTECCIÓN DE DATOS

De conformidade co Regulamento (UE) 2016/679 (RXPD) e coa Lei orgánica 3/2018 (LOPDGDD), os datos persoais facilitados durante a inscrición serán tratados coa finalidade de xestionar a participación, a loxística do evento, o control de seguridade, a cronometraxe e a publicación dos resultados, así como para atender as obrigas legais vinculadas aos seguros e á organización da actividade.

O responsable do tratamento é Sportmadness Eventos SL. Os datos poderán comunicarse a provedores imprescindibles para a prestación do servizo (por exemplo, cronometraxe e seguros) e ás administracións públicas cando resulte necesario por obriga legal. Non se cederán datos para finalidades comerciais alleas ao evento.

As persoas participantes poderán exercer os seus dereitos de acceso, rectificación, supresión, oposición, limitación e portabilidade mediante solicitude dirixida á organización, acreditando a súa identidade.

Os datos conservaranse durante o tempo necesario para a xestión do evento e o cumprimento das obrigas legais aplicables.

ARTIGO 18. MODIFICACIÓNS, SUSPENSIÓN E FORZA MAIOR

A organización resérvase o dereito de modificar horarios, percorridos e servizos por razóns de seguridade, climatoloxía, ordes da autoridade competente ou causas de forza maior. En caso de suspensión total do evento, a organización comunicará as medidas adoptadas polos canais oficiais.



ARTIGO 19. ACEPTACIÓN DO REGULAMENTO

A inscrición e participación en calquera das modalidades implica a lectura, comprensión e aceptación íntegra do presente regulamento.

ARTIGO 20. LANZADEIRAS

A organización habilitará un servizo de lanzadeiras desde a zona de meta, situada no Castelo de Soutomaior, ata a zona de saída, situada no Castelo de Sobroso.

O servizo estará operativo en horario de 15:30 a 17:00 horas o día 19 de abril de 2026.

O uso da lanzadeira será gratuíto e estará destinado exclusivamente ás persoas participantes inscritas na proba, quedando excluídos/as acompañantes ou outras persoas non acreditadas.