



REGLAMENTO “MEDIA MARATÓN ENTRE RÍAS” 2027

1. Los ayuntamientos de O Grove y Sanxenxo, en colaboración con NOKAO, organizan la Media Maratón “Entre Rías” el domingo 16 de mayo de 2027. Paralelamente se celebrará una prueba de 10 km. El sábado 15 de mayo se celebrarán, además, pruebas infantiles de carácter gratuito para menores de 0 a 13 años, a partir de las 11:00 horas.

2. Las salidas de las pruebas serán las siguientes:

- **Media Maratón:** salida desde el puerto de O Grove, domingo 16 de mayo a las 10:00 horas.
- **10K:** domingo 16 de mayo a las 11:30 horas.
- **Pruebas infantiles:** sábado 15 de mayo a partir de las 11:00 horas, con diferentes distancias, desde el puerto de O Grove.

3. Podrán participar en la Media Maratón todos aquellos deportistas mayores de 16 años. En la prueba de 10K podrán participar aquellas personas con 14 años cumplidos el día de la prueba. Para las pruebas infantiles, de carácter gratuito, las edades estarán comprendidas entre los 0 y 13 años.

4. El evento estará cronometrado mediante dorsal con sistema de chip. Será obligatorio llevar el dorsal de la prueba en la parte delantera y de forma visible durante todo el recorrido.

5. El recorrido de la Media Maratón estará homologado por la RFEA.

6. Avituallamientos:

- **Media Maratón:** km 6, 11, 16 y al finalizar.
- **10K:** km 5 y al finalizar.

La ubicación definitiva de los avituallamientos se compartirá los días previos al evento.

7. Liebres, tiempos y cajones de salida:

Habrà liebres para los siguientes ritmos aproximados:

- 4:00 min/km
- 4:30 min/km
- 5:00 min/km
- 5:30 min/km

Durante el proceso de inscripción se solicitará a cada participante su tiempo previsto para la prueba, del mismo modo que en la edición anterior. Esta información se utilizará para ordenar los cajones de salida. En la Media Maratón habrá cuatro cajones:

- MAREA VIVA — SUB 1:20 h

- MAREA ALTA — 1:20–1:35 h
- MAREA MEDIA — 1:35–1:50 h
- MAREA SERENA — 1:50 h+

8. Los participantes recibirán una bolsa del corredor con el regalo de la prueba y el dorsal. **La bolsa del corredor y los premios del evento únicamente se entregarán en los días y horarios habilitados, no pudiéndose realizar envíos ni entregas posteriores.**

9. Todos los deportistas que finalicen la carrera recibirán una medalla FINISHER. La grabación de la medalla será gratuita para los participantes que soliciten este servicio conforme al procedimiento establecido por la organización.

10. Los cinco primeros clasificados masculinos y femeninos de la clasificación general de la MEDIA MARATÓN recibirán los siguientes premios económicos:

Puesto	Categoría masculina	Categoría femenina
1º	500 €	500 €
2º	300 €	300 €
3º	200 €	200 €
4º	150 €	150 €
5º	100 €	100 €

11. Se establecen las siguientes categorías, tanto para Media Maratón como para 10K:

- PROMESA/SENIOR: de 14 a 34 años.
- VETERAN@ A: de 35 a 44 años.
- VETERAN@ B: de 45 a 54 años.
- VETERAN@ C: de 55 años en adelante.

Carreras infantiles:

- MINIBENJAMÍN: de 0 a 4 años (200 metros aprox.).
- PREBENJAMÍN: de 5 a 7 años (500 metros aprox.).
- BENJAMÍN: de 8 a 10 años (900 metros aprox.).
- ALEVÍN: de 11 a 13 años (1.200 metros aprox.).

Categorías de diversidad funcional:

Con el objetivo de fomentar la inclusión, la organización incorpora categorías específicas para participantes con discapacidad o necesidades funcionales diversas, en modalidad masculina y femenina:

- Atletas en silla de ruedas: deportistas que utilicen silla de ruedas deportiva sin sistemas mecánicos de asistencia, impulsadas únicamente mediante la acción de los brazos sobre el aro de propulsión.

- Corredores/as a pie con diversidad funcional: participantes con discapacidad física, parálisis cerebral o lesión cerebral adquirida; discapacidad sensorial, incluyendo personas con ceguera o sordera; o limitación en el funcionamiento intelectual.

Normativa específica:

- Los atletas que compitan en silla de ruedas, handbike o dispositivos similares no podrán adelantar en ningún momento al vehículo que encabeza la prueba. El incumplimiento de esta norma supondrá la descalificación.
- En caso de continuar circulando por delante del vehículo oficial pese a las indicaciones de la organización, el deportista lo hará bajo su propia responsabilidad, quedando fuera de la cobertura de las pólizas de seguro del evento.

Clasificaciones: se establecerán exclusivamente con la información declarada por cada participante en su ficha de inscripción. **Los premios únicamente se entregarán durante la entrega de premios, no siendo posible su envío posterior ni su entrega en otros lugares.**

12. La organización pondrá a disposición de los corredores un **servicio de autobuses** antes y después de la prueba, **exclusivamente para quienes lo hayan contratado previamente durante el proceso de inscripción**. El precio será de 3 € por trayecto. Por tanto, la contratación de ida y vuelta tendrá un coste total de 6 €.

Las salidas previas a la prueba se realizarán desde la esquina de Av. Luis Rocafort y Rúa Castelao (frente a Cafetería Castelao), en los siguientes horarios:

- MEDIA MARATÓN: salidas cada 10 minutos. Primer autobús a las 8:00 h y último a las 9:00 h.
- 10K: salidas cada 10 minutos. Primer autobús a las 10:00 h y último a las 10:50 h.

Los autobuses posteriores a la prueba saldrán a las 13:00, 13:20, 13:40 y 14:00 horas.

13. Plazos de inscripción, límites de participación y servicios adicionales:

MEDIA MARATÓN — límite: 2.500 participantes

- Hasta el 31 de octubre de 2026: 22 €
- Del 1 de noviembre de 2026 al 6 de enero de 2027: 25 €
- Del 7 de enero al 31 de marzo de 2027: 28 €
- Del 1 al 30 de abril de 2027: 32 €
- Del 1 al 10 de mayo de 2027: 36 €

10K — límite: 1.000 participantes

- Hasta el 31 de octubre de 2026: 17 €
- Del 1 de noviembre de 2026 al 6 de enero de 2027: 19 €
- Del 7 de enero al 31 de marzo de 2027: 22 €
- Del 1 al 30 de abril de 2027: 25 €
- Del 1 al 10 de mayo de 2027: 28 €

Las inscripciones podrán cerrarse antes de la fecha límite si se alcanza el cupo máximo de cualquiera de las dos pruebas.

Servicios adicionales:

- Servicio de autobús: 3 € por trayecto.
- Servicio de grabación de medalla: gratuito.

- Concierto gratuito el domingo 16 de mayo, después del evento, para todos los participantes.

14. Será posible realizar **cambios de titular hasta el 30 de abril de 2027** enviando un correo electrónico a eventos@nokao.es. **No se admiten devoluciones de las inscripciones realizadas.**

15. Habrá servicio de guardarropa en ambas salidas y recogida en meta, además de servicio de duchas en la zona de finalización de ambas pruebas. El guardarropa se cerrará 15 minutos antes de la salida de cada prueba.

16. El tiempo máximo para completar la MEDIA MARATÓN será de 3 horas. Superado ese tiempo se retirarán los diferentes controles de tiempos y seguridad, por lo que el participante deberá llegar a meta por sus propios medios y bajo su responsabilidad.

17. Entrega de dorsales:

Viernes 14 de mayo

- De 16:30 a 20:30 horas en Sala Nauta (Puerto de Sanxenxo).

Sábado 15 de mayo

- Dorsales de adultos: de 10:00 a 14:00 y de 16:30 a 20:30 horas en Sala Nauta (Puerto de Sanxenxo).
- Dorsales de carreras infantiles: de 10:00 a 11:00 horas en el Puerto de O Grove.

IMPORTANTE: el domingo 16 de mayo no se entregarán dorsales.

18. Queda totalmente prohibido participar o correr sin dorsal.

19. Todos los participantes, por el hecho de inscribirse y tomar la salida, aceptan el presente reglamento, siendo su incumplimiento motivo de descalificación. Asimismo, cada participante lo hace bajo su entera responsabilidad y declara tener la condición física suficiente para afrontar la prueba, así como haber realizado los pertinentes reconocimientos de salud. El participante exime a la organización de toda responsabilidad que pudiera derivarse de su participación en el evento por pérdida de objetos personales, robo, lesión, atropello, agresión o circunstancias similares.

20. Al inscribirse en la MEDIA MARATÓN ENTRE RÍAS, los participantes dan su consentimiento al tratamiento de sus datos de acuerdo con el Reglamento General de Protección de Datos (RGPD), aprobado en 2016 y aplicable desde el 25 de mayo de 2018, para que NOKAO (NOKO 360 SPORTS CONSULTING S.L.), por sí misma o mediante terceras entidades, trate sus datos de carácter personal con finalidad deportiva, promocional o comercial. El participante podrá ejercer los derechos previstos en la normativa de protección de datos y solicitar, cuando proceda, la supresión de sus datos mediante comunicación escrita a eventos@nokao.es. Asimismo, en relación con los intereses deportivos, promocionales, de distribución y explotación de la Media Maratón Entre Rías, los inscritos ceden expresamente a la organización el derecho a reproducir y difundir su nombre y apellidos, posición en la clasificación general y por categorías, marca deportiva e imagen, mediante cualquier soporte o medio, sin limitación territorial y en los términos legalmente aplicables.