



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO

Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado n.º17
Oficina 10 - 36209 – VIGO
secretaria@fedgalmon.gal- 986 208 758 - fedgalmon.gal



REGULAMENTO DA LIGA XUNTA DE GALICIA DE SENDEIRISMO DA FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO 2023

FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO

Aprobado pola Comisión Delegada de data 23/02/2023



ÍNDICE

1. Finalidade.....	2
2. Obxectivos.....	2
3. Tipo de vial.....	3
4. Inscripcións	3
5. Equipamento das persoas participantes.....	4
6. Procedemento da participación.....	4
7. Categorias de participación	5
8. Premios	6
9. Probas da Liga Xunta de Galicia de Sendeirismo da FGM.....	8
10. Organización	8
11. Autorización da FGM para inscribir andainas na Liga Ibérica de Senderismo.....	10
12. Penalizacións.....	10



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO
Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado n.º17
Oficina 10 - 36209 – VIGO
secretaria@fedgalmon.gal- 986 208 758 - fedgalmon.gal



1. Finalidade

O sendeirismo é unha modalidade deportiva propia da Federación Galega de Montañismo (FGM) ao alcance dunha gran porcentaxe da poboación. É unha actividade transversal a todo o colectivo de federados e federadas na FGM.

O deporte do sendeirismo non precisa de grandes investimentos en material deportivo, nin dunha condición física excepcional, sendo moi facilmente adaptable ás condicións da persoa practicante.

Unha das finalidades da FGM é a de fomentar esta modalidade deportiva polo que se crea a I Liga Xunta de Galicia de Sendeirismo da FGM, que consta de probas de sendeirismo realizadas ao longo da nosa xeografía galega e zonas limítrofes coa nosa comunidade (provincias de Castela León, Asturias e Portugal) durante un ano natural.

2. Obxectivos

Obxectivo xeral

Regular unha Liga Galega de Sendeirismo de percorridos para unha práctica segura, coa co-organización dos clubs federados galegos, concellos ou outras entidades, durante os doce meses do ano.

Obxectivos específicos

1. Aumentar a masa de practicantes de sendeirismo, de forma segura, favorecendo a incorporación das mulleres, dos máis novos, dos máis maiores e das persoas con diversidade funcional.
2. Achegar a práctica do sendeirismo aos e as federadas galegas como actividade física beneficiosa para a saúde física e mental.
3. Estimular a práctica deportiva do sendeirismo, intentando que se converta nunha práctica habitual.
4. Promocionar o seguro da tarxeta federativa entre o colectivo de practicantes do sendeirismo en Galicia.
5. Incentivar que os clubs galegos inclúan estas probas de sendeirismo nesta liga, promovendo a colaboración e compañeirismo a través de experiencias e retos reais.
6. Divulgar a creación da liga galega a través das redes sociais, web e medios de comunicación tradicionais, como actividade deportiva e social.
7. Difundir o coñecemento da rede de sendeiros homologados de Galicia apoiándose na actividade da liga.



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO
Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado n.º17
Oficina 10 - 36209 – VIGO
secretaria@fedgalmon.gal- 986 208 758 - fedgalmon.gal



8. Visualizar a práctica desta modalidade deportiva da FGM.
9. Achegar as e aos participantes a lugares galegos de especial interese natural, social e cultural, aumentando así o coñecemento e respecto pola entorna e zonas naturais.
10. Fomentar o contacto e a relación co medio ambiente.

3. Tipo de vial

Condiciónase a inclusión de actividades nesta Liga de Sendeirismo, as que discorran por viais cun mínimo do 70% por terreos non asfaltados ou cementados. Do cómputo de viais con superficie selada (asfaltada, cementada...), exclúese como máximo o tránsito de 2 quilómetros de saída-chegada, en caso de que a proba comece nunha zona urbana.

4. Inscricións

A continuación expóñense os requisitos para a participación:

1. Ter a licenza deportiva do ano en curso autonómica galega ou FEDME, ou en calquera outra Federación Autonómica sempre coa licenza FEDME.
2. Poderán participar nas andainas persoas con seguro de día específico da andaina, pero estas persoas non acadarán puntuación nesta liga. Os deportistas vidos doutras FFAA, ou países da CE, deberán ter licenza deportiva ou seguro de día que cubra as incidencias deportivas e o seguro de RC segundo o Real Decreto 849/1993 do 4 de xuño.
3. Inscribirse a través do club ou na páxina web da FGM (onde se indique no regulamento da proba). Non se admitirán inscricións fora dos canles e pasadas as datas establecidas. De non ser así non puntuará para a Liga.
4. A participación (como norma xeral) será individualizada, na que se indicará o club a través do cal foi federado/a.
5. Cada persoa inscrita terá que levar un dorsal identificativo durante a realización da proba, o cal será intransferible, e se recollerá antes de realizar a proba, onde determine o regulamento da proba.
6. A participación como club contará cun máximo de 8 persoas. Os clubs poderán inscribir a máis dun grupo (nome do club e grupo A, B, C...). As persoas só poderán participar a través do club co que tramitaron a licenza federativa. Os participantes dese club non poderán cambiar de grupo ou de club ao longo do ano, nin se poden incorporar novas persoas aos grupos. Explicarase no formulario/plataforma de inscrición, como se realizará a inscrición por equipos en cada proba.
7. Nas probas poderá establecerse un mínimo e máximo de participantes, que se recollerá no regulamento da mesma.



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO
Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado n.º17
Oficina 10 - 36209 – VIGO
secretaria@fedgalmon.gal- 986 208 758 - fedgalmon.gal



8. As persoas non federadas que se inscriban en cada andaina, terán un incremento na cota de inscrición, sobre as cotas das persoas federadas.
9. En caso de que a andaina teña un número máximo de persoas inscritas, a organización abrirá un prazo prioritario de 5 días para a inscrición só de persoas federadas. Unha vez rematado ese prazo, abrírase a inscrición de persoas non federadas e tamén federadas, ata o remate do prazo oficial de inscrición final.
10. Todas as persoas inscritas teñen a obriga de pasar polo control de chegada, para verificar a entrada e que se completou o percorrido; non pasar polo control de chegada supón a descualificación.
11. Os e as deportistas están obrigados a seguir as indicacións da organización, o incumprimento das indicacións da organización supón a descualificación da proba.
12. Non se tomarán tempos individualizados, non obstante, cada proba terá un tempo máximo de realización por seguridade. Os e as deportistas teñen a obriga de entrar dentro do marxe de tempo dado pola organización, e non entrar no tempo facilitado pola organización supón a descualificación desa proba, e a perda de puntos da Liga. O tempo para rematar a marcha estará calculado pensando nunha camiñada sen correr e sen apurar.
13. Cada participante (ou a persoa titora no caso de persoas menores de idade) á hora de inscribirse, comprende e acepta as condicións particulares de cada Andaina individual e da propia Liga.
14. As persoas que se inscriban nas probas recollidas nesta liga declararán ter unha condición física, técnica e dispoñer do de material necesario para acadar o obxectivo de rematar a andaina con seguridade, e deberán asinar un consentimento informado no momento da inscrición da proba.

5. Equipamento das persoas participantes

No Regulamento oficial da andaina a organización poderá obrigar a levar roupa e calzado deportivo ou material imprescindible que considere axeitado, sempre de xeito motivado.

En caso de non portar o material obrigatorio, poderá ser descualificado incluso antes de comezar a andaina.

6. Procedemento da participación

Saída

A organización de cada proba establecerá o método de saída, que se establecerá en función do espazo dispoñible e outros elementos ambientais. Os e as deportistas sairán cando se de o sinal de saída.



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO
Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado n.º17
Oficina 10 - 36209 – VIGO
secretaria@fedgalmon.gal- 986 208 758 - fedgalmon.gal



Marcha

O tempo para rematar a marcha estará calculado pensando nunha camiñada sen correr e sen apurar. O tempo máximo de cada proba o establecerá o organizador desta.

Os participantes poderán camiñar en grupos ou en solitario.

Os e as participantes deberán pasar polos controis de paso, se os houbese. Caso de non pasar por algún dos controis de paso postos pola organización, serán descualificados desta andaina.

7. Categorías de participación

Todas as persoas federadas inscribíranse nalgunha das seguintes categorías para participar en calquera das andainas desta Liga, e manterán a categoría durante toda a tempada.

A efectos desta Liga, as persoas que participen estarán divididas nas seguintes categorías durante toda a tempada (a idade a ter en consideración para toda a tempada será a que cada participante teña o día 31 de nadal do ano da Liga):

Prebenxamín. Sub 8. Deportistas que non teñan cumpridos 8 anos entre o 1 de xaneiro e o 31 de decembro do ano no que se celebra a proba.

Benxamín. Sub 10. Deportistas que non teñan cumpridos 10 anos entre o 1 de xaneiro e o 31 de decembro do ano no que se celebra a proba.

Alevíns. Sub 12. Deportistas que non teñan cumpridos 12 anos entre o 1 de xaneiro e o 31 de decembro do ano no que se celebra a proba.

Infantil. Sub 14. Deportistas que non teñan cumpridos 14 anos entre o 1 de xaneiro e o 31 de decembro do ano no que se celebra a proba.

Cadete. Sub 16. Deportistas que non teñan cumpridos 16 anos entre o 1 de xaneiro e o 31 de decembro do ano no que se celebra a proba.

Categoría xuvenil: masculina e feminina 17 e 18 anos, é dicir que non cumbran os 19 anos o ano de referencia.

Categoría júnior: masculina e feminina 19 e 20 anos, é dicir que non cumbran os 21 anos o ano de referencia.



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO
Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado n.º17
Oficina 10 - 36209 – VIGO
secretaria@fedgalmon.gal- 986 208 758 - fedgalmon.gal



Categoría sénior: masculina e feminina de 21 a 39 anos, é dicir que non cumbran os 40 o ano de referencia.

Categoría veterana A: masculina e feminina de 40 a 49 anos, é dicir que non cumbran os 50 o ano de referencia.

Categoría veterana B: masculina e feminina de 50 a 59 anos, é dicir que non cumbran os 60 o ano de referencia.

Categoría Veterana C: masculina e feminina de 60 a 69 anos, é dicir que non cumbran os 70 o ano de referencia.

Categoría Veterana D: masculina e feminina a partir dos 70 anos.

Senderismo inclusivo y adaptado: masculino y feminino (Certificado de Discapacidade 33% o superior o licenza B_IS)

8. Premios

Esta non será competitiva, pero premiarase a participación, sempre que as andainas se rematen no mínimo de tempo establecido. Non entrar no tempo facilitado pola organización supón a descualificación nesta proba.

Para acadar o premio, non se valorarán os tempos de realización en cada andaina, senón rematar estas no tempo establecido, e rematar o maior número de andainas. A puntuación será de 1 punto por quilómetro andado. Ao remate da tempada sumaranse todos os puntos (quilómetros) de cada persoa federada, e de cada grupo de clubs. A FGM entregará premios ás persoas individuais federadas, e a os Clubs, ao remate da Liga.

Para a clasificación desta liga soamente computarán os galegos con licenza federativa nun club galego (non computan as persoas que teñan o seguro ou licenza de día).

Premios Individuais

A nivel individual haberá en cada categoría os títulos oficiais de campión e campioa, subcampión e subcampioa, terceiro clasificado e terceira clasificada, da Liga Xunta de Galicia de Sendeirismo da FGM do ano de disputa.



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO
Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado n.º17
Oficina 10 - 36209 – VIGO
secretaria@fedgalmon.gal- 986 208 758 - fedgalmon.gal



O sistema de puntuación será no caso de cada deportista federado/a FGM en caso de terse inscrito e rematar en tempo e forma unha andaina, sumará os puntos dispostos pola federación para cada andaina (por exemplo unha andaina oficial de 25 quilómetros sumará 25 puntos, unha andaina oficial de 50 quilómetros sumará 50 puntos,...), gañando as persoas que máis puntos acaden ao final oficial da Liga.

En caso de manterse o empate, gañará:

- A persoa que faga un maior número de probas.
- Participar na última proba do campionato.
- A suma dos valores dos IBP Index das probas realizadas (<https://www.ibpindex.com>). O valor do IBP Index de cada proba deberá ser comunicado polo club organizador.

Aínda así, existe unha probabilidade de que ao final da Liga poidan chegar a empatar algunhas persoas en cada título oficial, sendo este un valor da Liga Galega de Sendeirismo (por exemplo máis dunha persoa Subcampioa de Galicia de Sendeirismo Veterana A,...).

Premios de Club

A nivel de club haberá os títulos oficiais de campión, subcampión e terceiro clasificado da Liga do ano de disputa.

O sistema de puntuación de clubs será sumando todos os puntos individuais de cada persoa federada, cun máximo de 8 persoas por cada club ou grupo de club (desde o inicio da súa primeira andaina). O club que máis puntos sume ao final da Liga serán os clubs gañadores desa tempada. En caso de empate gañará o club que máis puntos reciba por categorías inferiores (para incentivar a participación da xente nova). As persoas que participen como club, tamén puntuarán a nivel individual

Recoñecemento á participación nesta liga

Todos os deportistas que completen o 75 % dos quilómetros (nas xornadas nas que se celebre máis dunha andaina da mesma proba, computarase a de maior quilometraxe) terán un agasallo da Liga do ano en curso.

Para fomentar a participación das persoas participantes de menor idade e as persoas con diversidade, en caso de categorías inferiores aos 16 anos e na categoría **de sendeirismo inclusivo e adaptado**: masculino e feminino (Certificado de Discapacidade 33% o superior o licencia B_IS), os quilómetros para o recoñecemento á participación nesta Liga serán o 50 % dos quilómetros, podendo ser un menor número de quilómetros a proposta da comisión de sendeirismo.



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO
Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado n.º17
Oficina 10 - 36209 – VIGO
secretaria@fedgalmon.gal- 986 208 758 - fedgalmon.gal



9. Probas da Liga Xunta de Galicia de Sendeirismo da FGM

O calendario oficial de probas da Liga será aprobado polos órganos correspondentes da FGM.

A Vogalía de sendeirismo da FGM convocará aos organizadores de cada andaina, para avaliar o transcurso da Liga a unha reunión que terá lugar no mes de outubro ou novembro. Tamén se ofrecerá entrar no novo calendario a todos os clubs galegos por se queren propoñer algunha andaina no seguinte ano.

As andainas de anos anteriores terán prioridade á hora de escoller a data, ante as novas andainas que se incorporen ao calendario oficial.

A Vogalía de Sendeirismo é a responsable de recibir e dar resposta ás solicitudes dos clubs e outras institucións para organizar algunha proba desta Liga galega. As solicitudes de participación nesta liga deberán ser comunicadas á FGM ao longo do mes de setembro do ano anterior (exemplo para a liga de 2024, terá que tramitarse a solicitude en setembro de 2023).

Poderá abrirse un prazo extraordinario no primeiro trimestre do ano, para as probas de nova incorporación, que terán que adaptarse ao calendario existente.

No caso de suspenderse temporalmente algunha andaina por causas motivadas e alleas á vontade dos organizadores, poderase buscar unha nova data de acordo entre a FGM e o organizador local, e non poderá coincidir coas datas das demais andainas.

No caso de que exista discrepancia entre se a causa é imputada ao organizador ou non, será esta comisión a que decida. Resolución que pode rematar en causa de penalización (ver artigo 12).

Todas as andainas que estean nesta Liga, organizaranse segundo a aplicación do presente Regulamento.

10. Organización

A Vogalía de Sendeirismo da FGM é a responsable de organizar todos aqueles aspectos relacionados coa Liga Xunta de Galicia de Sendeirismo.

O Club seleccionado será o responsable de organizar a súa propia andaina, coa supervisión da FGM.



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO
Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado n.º17
Oficina 10 - 36209 – VIGO
secretaria@fedgalmon.gal- 986 208 758 - fedgalmon.gal



As probas incluídas nesta liga oficial, non poderán participar noutro calendario, salvo autorización previa e motivada da comisión desta liga.

O club organizador (CORG) contará co seguinte organigrama mínimo:

- Delegado/a da FGM: a persoa designada por parte da FGM, que será a responsable de apoiar e colaborar co persoal da andaina.
- Director/a da andaina: será o/a máximo/a responsable de todo o que suceda na planificación, execución e avaliación desta.
- Subdirector/a da andaina, que será a persoa que substitúa ao Director/a da andaina en caso de que falte, e dependerá do CORG.
- Coordinador/a de seguridade da andaina, que será a persoa que coordinará e velará en primeira instancia pola seguridade de todas as persoas implicadas na andaina, co seu equipo de apoio, e dependerá do CORG.
- Coordinador/a de medio ambiente, que será a persoa que velará por manter, e incluso mellorar, o medio ambiente polo que percorre a andaina sen deixar rastros do paso, e dependerá do CORG.
- Voluntariado: persoal de apoio ao desenvolvemento da proba. Todos eles e elas deberán estar asegurados dentro das pólizas de Accidentes e RC contratados pola organización. As súas funcións serán designadas polo director/a da proba. Estarán debidamente identificados con roupa (camiseta ou chaleco) que os diferencie dos/as participantes.

O CORG comprometerase a realizar as seguintes funcións, sempre en coordinación directa coa Vogalía de Sendeirismo da FGM:

1. Verificar que o percorrido se atopa transitable e correctamente sinalizado o día da proba.
2. Elaborar o regulamento específico da andaina que será enviado a todos os clubs galegos a través da plataforma de comunicación da FGM.
3. Realizar as xestións pertinentes, perante as administracións e/ou propietarios competentes por onde discorre a andaina, para informar da actividade e obter aqueles permisos necesarios para a súa realización.
4. Invitar á FGM a asistir ás roldas de prensa (se as houberse) que se realicen nas presentacións oficiais das probas.
5. Remitir o cartel e o regulamento da proba á Vogalía de Sendeirismo, antes de lanzar a publicidade da andaina. O cartel deberá incorporar o SIDIF das rutas que se vaian a realizar. No ano 2023 será unha recomendación para as probas que se organicen no primeiro cuadrimestre. Si se terá que cumprir este apartado nas probas que se organicen no resto do ano 2023.
6. En caso de interese, o CORG poderá poñer unha cota de participación (incluso organizada en prazos) sempre tendo en conta que as persoas non federadas, terán un incremento no prezo da inscrición.
7. Preparar as zonas de inicio e final do percorrido coa debida sinalización.
8. Velar pola seguridade durante todo o percorrido.



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO
Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado n.º17
Oficina 10 - 36209 – VIGO
secretaria@fedgalmon.gal- 986 208 758 - fedgalmon.gal



9. Ofrecer servizos para a prensa e medios de comunicación.
10. Organizar as cerimonia de apertura e clausura.
11. Coidar todos os aspectos medioambientais.
12. Ao remate da proba darase un prazo dunha semana para remitir as listaxes das persoas federadas que remataron as probas.

Na Vogalía de sendeirismo crearase unha comisión co apoio das seguintes Áreas da FGM:

- A presidencia da FGM, que estará presente en todas as reunións técnicas para a selección das probas da Liga, sempre que o considere axeitado.
- Dirección Técnica
- Asesora de Medioambiente
- Vogalía de Seguridade
- Poderán estar presentes un ou varios representantes dos clubs comprometidos coa organización de probas de Liga.

11. Autorización da FGM para inscribir andainas na Liga Ibérica de Senderismo.

Para autorizar unha proba de sendeirismo/andaina pola FGM é requisito imprescindible estar incluída na Liga Xunta de Galicia de Sendeirismo dese mesmo ano. Neste caso o organizador deberá solicitar esta inclusión á Vogalía de Sendeirismo con antelación suficiente (establecido pola FEDME).

12. Penalizacións

O incumprimento dos compromisos adquiridos como organizador, unha vez que a proba está incluída no calendario oficial, suporá a eliminación desta proba do calendario federativo a non inclusión desa proba no calendario federativo ó ano seguinte, e en caso de ser reincidente, durante dous anos consecutivos.

No caso de que os incumprimentos sexan previos á celebración da proba, poderá producir a eliminación desta proba do calendario federativo ese mesmo ano e a eliminación da imaxe oficial da FGM de todo o contido publicitado, así como ser eliminada toda a información da colgada na Liga Ibérica de Sendeirismo, se está incluída nesta liga.