



REGULAMENTO

LIGA GALEGA DE SENDEIRISMO

Aprobado por Comisión Delegada o día 8 de febreiro de 2024
(Actualizado en Comisión Delegada o 21 de marzo de 2024)



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO

CIF: G36630259

Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado, n.º 17.

Oficina 10. 36209 Vigo. Teléfono 986 208 758

secretaria@fedgalmon.gal — www.fedgalmon.gal



DEPORTE
GALEGO

PREÁMBULO	2
Artigo 1. Obxecto do regulamento	3
Artigo 2. Filosofía da LIGA	3
Artigo 3. Obxectivos da LIGA	3
Artigo 4. Número máximo de probas que compoñen a LIGA	3
Artigo 5. Capacidade organizadora	3
Artigo 6. Solicitude para formar parte da LIGA	3
Artigo 7. Resolución da Xunta Directiva da FGM	4
Artigo 8. Organización compartida: club/concello e FGM	4
Artigo 9. Participantes federados e non federados	4
Artigo 10. Obrigas dos organizadores de probas incluídas na LIGA	4
Artigo 11. Obrigas da Federación Galega de Montañismo	6
Artigo 12. Motivos de perda do dereito de formar parte da LIGA	7
Artigo 13. Protección de datos	7
Artigo 14. Control de asistentes	7
Artigo 15. Plan de Seguridade	7
Artigo 17. Cambio de datas de actividades da LIGA	8
Artigo 18. Cambio nas condicións esenciais da actividade da LIGA	8
Artigo 19. Distancia mínima e máxima da LIGA.	8
Artigo 20. Número de distancias oficiais por proba da LIGA	8
Artigo 21. Seguro de accidentes deportivos	8
Artigo 22. Datas de cada unha das probas que forman parte da LIGA	9
Artigo 23. Cartel oficial de cada proba da LIGA	9
Artigo 24. Penalizacións dos participantes por incumprir as normas	9
Artigo 25. Consellos aos participantes	10
Artigo 26. Recomendacións no protocolo ambiental da LIGA	10
Artigo 27. Esforzos de sustentabilidade	11
Artigo 28. Recoñecementos e clasificación da LIGA	11
Artigo 29. Información ofrecida pola FGM	13



Artigo 30. Creación e funcións do Comité LIGA..... 13

Artigo 31. Funcións do Comité LIGA 14

PREÁMBULO

Os estatutos da Federación Galega de Montañismo contemplan as andainas como parte do sendeirismo e como unha das actividades importantes dos denominados deportes de montaña que se deben promocionar e divulgar. Paralelamente se debe traballar e colaborar na protección do medio natural co obxectivo prioritario de preservalo de accións que modifiquen o seu estado natural inicial, e intervir ante os entes públicos e/ou privados con responsabilidades e/ou relacionados con estas cuestións.

Os principais resultados obtidos da Enquisa de Hábitos Deportivos en España 2022, referidos ao conxunto da poboación española de 15 anos en diante, pertencente ao Plan Estatístico Nacional 2021-2024, efectuada polo Ministerio de Cultura e Deporte xunto ao Consello Superior de Deportes, en colaboración co Instituto Nacional de Estadística, sitúan ao sendeirismo como unha das actividades máis practicadas polo conxunto da poboación. En total son ao redor de sete millóns de españois os que o practican regularmente ao longo do ano.

Por outra banda, a comunidade científica constatou xa fai moitos anos os beneficios saudables que provoca á práctica cotiá da actividade física, máxime unha habilidade motriz como é o camiñar, polas enormes vantaxes que atesoura.

Esta circunstancia, unida ao feito de que alcanza á súa máxima expresión cando se practica no medio rural, permite non soamente coñecer mellor á natureza senón, en ocasións, contribuír á dinamización da economía local.

A Federación Galega de Montañismo, consciente desta realidade, canaliza a través da Liga Galega de Sendeirismo, no sucesivo LIGA, o esforzo feito non soamente polo tecido deportivo asociativo senón tamén polos concellos que, ano tras ano, ofrecen á sociedade á organización dunha enorme cantidade de andainas en moitos lugares de Galicia.

A efectos deste regulamento, considéranse andarín ou andarina, os e as deportistas federados nun club da FGM, que participen nas andainas da LIGA nas modalidades de resistencia ou regularidade.



Artigo 1. Obxecto do regulamento

O presente documento confeccionase coa finalidade de regulamentar a Liga Galega de Sendeirismo, impulsada pola Federación Galega de Montañismo, a desenvolver por toda a xeografía galega.

Artigo 2. Filosofía da LIGA

Apostarase por poñer en valor a constancia e a regularidade dos deportistas. Todas as probas que integran a LIGA terán un tempo mínimo e outro máximo para a conclusión de cada unha das mesmas, calculado polo organizador en funcións das características da andaina facéndoa camiñando. Fora do mesmo, a persoa participante non será incluída na clasificación xeral.

Artigo 3. Obxectivos da LIGA

1. Fomentar a práctica do sendeirismo por parte da poboación galega e persoas procedentes doutras comunidades.
2. Mellorar os hábitos saudables das persoas participantes.
3. Concienciar á poboación participante da necesidade de respectar e coidar o medio ambiente.
4. Establecer sinerxías cos clubs e concellos que organizan actividades de sendeirismo para difundir e promocionar esta modalidade.
5. Poñer en valor a capacidade organizativa dos clubs e concellos galegos
6. Aumentar o número de persoas federadas en montañismo.
7. Coñecer mellor a xeografía rural galega.
8. Dinamizar a economía local.

Artigo 4. Número máximo de probas que compoñen a LIGA

A LIGA estará integrada por un número máximo de 20 probas. Co obxecto de facilitar a recuperación e a participación na meirande parte das mesmas, non poderán celebrarse dúas probas con menos de seis días de separación entre as mesmas.

Artigo 5. Capacidade organizadora

Terán capacidade legal para solicitar á FGM a inclusión dunha proba na Liga de Sendeirismo calquera club galego de montañismo con licencia en vigor. No suposto de que a solicitude a fixera un concello porque nese municipio non houbera club, ou ben a petición viñera doutra entidade, como pode ser unha asociación veciñal ou similar, a solicitude deberá vir acompañada polo respaldo dun club de montañismo con licencia en vigor que avale dita solicitude.

Artigo 6. Solicitude para formar parte da LIGA

Os organizadores de actividades de sendeirismo interesados en formar parte da LIGA, deberán remitir cuberto o anexo I, antes do día 17 do ano anterior, responsabilizándose de cumprir os requisitos indicados no presente regulamento. Senón se achega ao número de propostas máximo, poderanse seguir admitindo solicitudes, cumprindo



sempre este regulamento.

Artigo 7. Resolución da Xunta Directiva da FGM

Una vez recibidas todas as solicitudes dos organizadores para incluír a proba na LIGA á Xunta Directiva da FGM reunírase para estudar as peticións e comunicará ás que foron aceptadas. Todas as probas que estiveron incluídas no calendario federativo do ano anterior terán prioridade sobre ás novas solicitudes, podendo elixir a data da celebración. Para seleccionar o resto das probas teranse en conta os seguintes criterios:

1. Lugar de celebración da proba, favorecendo a aquelas provincias que non teñen ningunha na actualidade na LIGA.
2. Terase en conta tamén o feito de que inclúan unha clasificación de regularidade na súa normativa.
3. Asemade, considerarase a experiencia organizativa de andainas do club, segundo o número de probas feitas nos últimos anos.

Artigo 8. Organización compartida: club/concello e FGM

Todas as probas que formen parte da LIGA contarán con dous organizacións coordinadas: á local e a propia da FGM

- A organización local será a responsable da organización e do desenvolvemento da proba.
- A FGM, que será a responsable de establecer o calendario federativo, encargarse de publicar normativas, elaborar as clasificacións provisionais, mantendo toda esta información actualizada na páxina web da FGM, así como das enquisas de satisfacción.

Artigo 9. Participantes federados e non federados

Poderán tomar parte na LIGA deportistas federados en clubs galegos de montañismo e persoas non federadas (estas persoas deberán estar cubertas tamén por un seguro de accidentes e polo seguro de responsabilidade civil do evento). Tamén se permite participantes doutros países (coas mesmas coberturas que as persoas non federadas). As persoas menores de 18 anos deberán ir acompañados en todo o traxecto polos seus titores, quen asumirán dita responsabilidade. Cada entidade organizadora terá liberdade para regular ou non o acompañamento de cans, agás os cadelos guía que poden ir acompañando a un deportista invidente. En caso positivo, deberán situarse ao final do grupo de deportistas, levando o can atado en todo momento.

Artigo 10. Obrigas dos organizadores de probas incluídas na LIGA

1. Publicar o regulamento e cartel da proba, cunha antelación mínima de 4 semanas á data da celebración da mesma.
2. Incluír no regulamento que a proba "*forma parte da Liga Galega de Sendeirismo da Federación Galega de Montañismo*".
3. Incluír no cartel oficial da proba o logo oficial da Liga Galega de Sendeirismo.
4. Respetar o tamaño do cartel indicado no presente regulamento.



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO

CIF: G36630259

Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado, n.º 17.

Oficina 10. 36209 Vigo. Teléfono 986 208 758

secretaria@fedgalmon.gal — www.fedgalmon.gal



DEPORTE
GALEGO

5. Remitir o track á FGM de cada unha das distancias ofrecidas aos participantes en cada proba.
6. Utilizar a plataforma de inscrición da FGM con acceso á base de datos de todos os federados galegos, sendo posible tamén inscribir a non federados. En caso contrario, o club/concello organizador terá liberdade para elixir a empresa de inscricións, pero deberá remitir 3 días antes á FGM a listaxe en formato Excel dos deportistas exclusivamente federados: apelidos (en maiúscula), nome, DNI, ano de nacemento e club.
7. Abrir, cun período mínimo de 4 semanas, antes da data da proba, as inscricións para os participantes, tanto coa plataforma da FGM como utilizando outra distinta.
8. Remitir á FGM ao correo comunicacion@fedgalmon.gal nas seguintes 72 horas á finalización da proba á listaxe de persoas que remataron a mesma, no seguinte formato de Excel e respectando a denominación oficial de cada club, sen diminutivos:

Apelidos	Nome	DNI	Data Nac.	Club	Distancia
APELIDO 1	NOME	00000000X	00//00/19XX	DENOMINACION PRECISA DO CLUB	X km

9. Garantir, en aplicación do artigo 21 da Lei 3/2012 do Deporte de Galicia e ao DECRETO 226/2022, de 22 de decembro:
 - As medidas necesarias para a seguridade do evento, da prevención da violencia dos participantes e das persoas espectadoras.
 - A asistencia sanitaria correspondente a todos os deportistas a través dos mecanismos que se establezan na legalidade vixente.
 - A responsabilidade civil derivada dos danos causados a participantes ou persoas espectadoras como consecuencia da organización e realización da actividade.
10. O circuito deberá discorrer por vías cun mínimo do 70% de terreos non asfaltados, cementados ou hormigonados, agás o tránsito polos núcleos de poboación para a saída e chegada á liña de meta.
11. Sinalizar correctamente o circuito, contando cun número suficiente de voluntarios que eviten que os participantes podan perderse.
12. Ofrecer avituallamentos aos participantes, tanto durante o transcurso da proba como ao rematar é mesma. Como referencia xeral: distancias hasta 50 km, cada 7 km e distancias superiores aos 50 km, cada traxecto de 10 km.
13. Ofrecer a posibilidade de contar cun percorrido para a participación no Sendeirismo Adaptado. Non supón unha obriga do organizador, senón unha posibilidade, no suposto de que as condicións do percorrido permitiran a participación de persoas con mobilidade reducida, inda que fora só nunha parte do traxecto ou distancias curtas.



14. Facilitar, tanto na saída como na meta a colocación de servizos, no suposto de non contar con acceso a un polideportivo ou similar. Asemade, ofrecer á posibilidade de utilizar as duchas nunha distancia non superior aos 1500 metros da chegada.
15. Asegurar un procedemento eficaz para controlar ás persoas que finalicen o percorrido para publicar a clasificación de cada proba.
16. Cumprir o protocolo ambiental indicado no presente regulamento.
17. Comprometerse a facer esforzos de sustentabilidade
18. Respetar á vixente lei de protección de datos dos participantes.
19. De ter incluída a regularidade na normativa, os organizadores deberán ofrecer un sistema fiable e obxectivo de control dos tempos de paso, cun un mínimo de 3 tramos de 5Km, contando nun dos tramos cun mínimo do 10% de desnivel negativo do total da distancia.
20. Dispor dun número suficiente de dorsais, para as persoas integrantes da organización, que estean presentes o día da proba traballando nas diferentes tarefas, e que puntuarán pola distancia máxima da proba.
21. En reciprocidade do esforzo doutros organizadores, adquirese o compromiso, agás por motivos de forza maior, de acudir ás celebracións doutras probas, coa maior presenza posible de deportistas.

Artigo 11. Obrigas da Federación Galega de Montañismo

1. Coordinar o desenvolvemento da LIGA entre as diferentes probas que a integran.
2. Intentar crear a APP LIGA, sempre que haxa recursos económicos.
3. Confeccionar o calendario da LIGA xestionando as propostas feitas das datas dos organizadores e tendo en conta que terán prioridade ás entidades que formaron parte da LIGA 2023.
4. Publicar na WEB fedgalmon.gal e a normativa da proba remitida polo organizador local.
 - Normativa da andaina
 - Sistema de pago
 - Sistema de inscrición
 - Tracks da proba/s
 - Responsable da organización: nome, correo e número de teléfono
 - Cartel oficial da proba
 - .../...
5. Introducir os resultados tras cada proba para ter actualizados a clasificación provisional ou final da LIGA a nivel de:
 - Deportistas
 - Clubs
 - Organizadores
6. Organizar a Gala do Montañismo Galego na que, entre outras distincións, outorgaranse ás indicadas no presente regulamento.



Artigo 12. Motivos de perda do dereito de formar parte da LIGA

O club ou concello organizador de cada proba forma parte da LIGA podería perder este dereito na seguinte tempada en caso de que:

1. O incumprimento de calquera artigo do presente regulamento.
2. Houbera problemas serios na organización da proba. Por exemplo: non ter asegurados como indica a lexislación actual aos participantes; non sinalizar correctamente o percorrido orixinando perdas masivas de deportistas ou ben non contar cos avituallamentos previstos ou foran moi deficientes.
3. Aquelas que teñan unha queixa significativa e relacionada con cuestións de seguridade. ~~que haberán que ser contrastadas pola área de Seguridade da FGM.~~
4. A suspensión, cambio de datas e cambios nas condicións esenciais da actividade, producida nos dous meses anteriores á data de realización e que non correspondan a cuestións legais, ambientais, climatolóxicas ou doutros elementos de seguridade xustificadas.

Artigo 13. Protección de datos

Todas as organizacións de cada unha das probas que conforman a LIGA deben incluír unha cláusula para informar aos participantes de maneira fidedigna, que o feito de inscribirse na andaina implica a aceptación de ceder os seus datos persoais e imaxes da súa participación, segundo a normativa dos estatutos da FGM, podendo ser utilizados para a promoción e divulgación das actividades por parte da Federación Galega de Montañismo ou ben por parte do club organizador.

Artigo 14. Control de asistentes

As actividades haberán de ter, como mínimo, un control de asistentes no momento inicial e no momento de chegada. O primeiro ten como obxectivo identificar cantos dos rexistrados van participar; e o segundo determinar os que culminaron á mesma. O ideal é contar cun sistema de transpondedores (chips) No caso de non poder contratar unha empresa de transpondedores, a organización deberá establecer un rigoroso control tanto de saída como de chegada de todos os participantes que cheguen á meta, dentro dos tempos mínimos e máximos previstos.

Artigo 15. Seguridade do evento

A entidade organizadora do evento será a responsable da organización e do desenvolvemento da proba e deberá establecer as medidas necesarias para a seguridade dos participantes e das persoas espectadoras, conforme ao indicado na Lei 3/2012 do deporte de Galicia e no DECRETO 226/2022, de 22 de decembro, ademais de ter solicitadas e concedidas todas as autorizacións necesarias para a organización do evento. Será obrigatorio contar cun Plan de Autoprotección e un Plan de Emerxencia cando así o esixa a normativa de aplicación. (Art. 4.1.f e 13.1 do DECRETO 226/2022, de 22 de decembro).



Artigo 16. Suspensión de actividades da LIGA

Como criterio xeral, pódese proceder a anular unha actividade polo organizador ata dous meses antes da celebración da mesma. A suspensión, nos dous meses anteriores haberá de estar motivada por cuestións legais, ambientais, climatolóxicas ou doutros elementos de seguridade e haberá de ser comunicada á FGM.

Artigo 17. Cambio de datas de actividades da LIGA

Como criterio xeral, pódese proceder a cambios de datas ata dous meses antes da celebración da actividade; conleva a modificación da información no sistema da LIGA. O cambio da mesma, nos dous meses anteriores, considerarase excepcional e só por motivos legais, ambientais, climatolóxicos ou doutros elementos de seguridade sobrevividos; estes haberanse de achegar á FGM que, de non aceptarse por non estar suficientemente motivada, provocará a eliminación da proba na LIGA e calendario da FGM.

Artigo 18. Cambio nas condicións esenciais da actividade da LIGA

Referido a cambios significativos de trazado e por tanto do punto de saída, punto de chegada, lonxitude e horario. Como criterio xeral, pódese proceder aos mesmos ata dous meses antes da celebración da actividade. Aqueles que se produzan dentro dos dous meses previos á celebración deberanse a motivos legais, ambientais, climatolóxicos ou doutros elementos de seguridade sobrevividos, que se haberán de documentar. Os cambios que teñan outras orixes sen suficiente carga xustificativa non serán aceptados e supoñerá a eliminación da actividade do calendario e LIGA.

Artigo 19. Distancia mínima e máxima da LIGA.

Cada organizador poderá ofrecer un máximo de tres percorridos (25, 50 ou 100 km). Estas probas poden ter distancias inferiores, pero o mínimo para puntuar na LIGA serán as probas de 10 km. As probas de regularidade para aqueles organizadores que desexen incluílas, serán sobre distancias entre 23 Km a 26 Km.

Artigo 20. Número de distancias oficiais por proba da LIGA

A organización de cada proba poderá ter desdobramentos de actividades. Pero, como criterio xeral, á FGM só aceptara o desdobramento dunha actividade única en dúas, ou en máis, antes de dous meses da data da mesma. Supoñerá a creación dunha nova actividade no sistema LIGA FGM. No caso de que o organizador decida un desdobramento nos dous últimos meses só computará, para todos os efectos, aquela actividade que corresponda coa rexistrada na LIGA FGM.

Artigo 21. Seguro de accidentes deportivos

Todas as persoas non federadas deberán contar cun seguro de accidentes deportivos, conforme aos mínimos establecidos nas disposicións legais en vigor. Terase en conta que as persoas non federadas non puntuarán na LIGA.

Tamén todas as persoas voluntarias disporán dun seguro deportivo.



Artigo 22. Datos de cada unha das probas que forman parte da LIGA

A FGM respectará as datas propostas por todas as probas que formaron parte da LIGA no ano anterior, que contarán con prioridade para a súa inclusión no Calendario do vindeiro ano. No caso de aumentar o número de organizacións interesadas en incluír a súa andaina na LIGAS, terase en conta, a efectos de elección da data:

1. Data da solicitude do interesado
2. Antigüidade da proba
3. Se incorpora no seu regulamento control de regularidade
4. Relevancia da andaina (numero de participantes na anterior edición).
5. Proposta de calendario feita

O calendario do 2024 é o seguinte:

DATA	DENOMINACIÓN	CONCELLO
25/02	V Andaina Noia 25 km	Noia
10/03	IX Andaina Montes e Praias de Marín	Marín
17/03	VIII Andaguláns	Guláns-Ponteareas
07/04	VII Andaina do Condado Marqués de Vizhoja	As Neves
13/04	XVII Andaina Bisbarra do Sar 50 km	Padrón
27/04	XIX Camiñada de Montaña de Entrimo 2024	Entrimo
11/05	IX Andaina Terras de Altamira Concello de Brión	Brión
26/05	II Andaina de 25 Km Porto do Son	Porto do Son
08/06	XIV Andaina de Ferrol. IX Andaina Costa Ártabra	Ferrol
22/23/06	IX Os 100 do Barbanza. Andaina Ultratrail	Varios
07/09	XX Andaina 50 km Concello de Ribeira	Ribeira
29/09	VI Andaina do Barbanza Concello de Rianxo	Rianxo
06/10	I Andaina Serra do Cereixido	A Rúa
02/11	IV Andaina Ruta dos Muiños e a Chaira	Pereiro de Aguiar
09/11	XVIII Andaina de Outono O Barco de Valdeorras	O Barco

Artigo 23. Cartel oficial de cada proba da LIGA

A organización de cada proba comprométese a incluír os logos oficiais da FGM e da LIGA no cartel oficial das mesma.

Asemade, e co obxecto de buscar unha uniformidade na difusión das probas a través das redes sociais federativas, prégame que se deseñen cun formato vertical similar ao indicado, cunha superficie libre.

Ao marxe do dito, a organización terá plena liberdade para o deseño do cartel, cartel, que terá que contar co preceptivo visto e prace da FGM.



Artigo 24. Penalizacións dos participantes por incumprir as normas

Os organizadores de cada proba poden establecer nos seus respectivos regulamentos,



aquelas indicacións sobre posibles accións ou penalizacións que puidesen sufrir as persoas participantes, debido ao incumprimento das normas ou un incorrecto comportamento ambiental. Por exemplo, perda de km puntuables.

Artigo 25. Consellos aos participantes

- Respetar o trazado e a sinalización indicada no percorrido programado pola entidade organizadora
- Levar na mochila todo o necesario
- Protexerse do sol e do frío
- Respetar a contorna natural
- Utilizar sempre calzado adecuado
- Manterse en boa condición física
- Beber regularmente para estar adecuadamente hidratado
- Alimentarse adecuadamente

Artigo 26. Recomendacións no protocolo ambiental da LIGA

1. A organización de cada proba cumprirá con toda a lexislación ambiental aplicable, debendo ter especial constancia se o trazado discorre por algunha figura de protección ambiental e se este conta con plans de xestión.
2. A organización deberá, antes do inicio da actividade, dar a coñecer entre os participantes os valores ambientais da contorna, se discorre dentro dos límites dun espazo protexido e si se vai a atravesar zonas de especial sensibilidade, así como aquelas recomendacións ou boas prácticas ambientais que a organización estime oportuna.
3. Recoméndase facer previamente un estudo de carga ou capacidade de acollida pola zona onde discorrerá a actividade, ao obxecto de minimizar na medida do posible os efectos negativos que puidesen derivarse. De igual maneira, tomaranse medidas preventivas e/o compensadoras que corrixan devanditos impactos.
4. A actividade desenvolverase na época do ano que teña menor afección ambiental, en especial os períodos de cría e reprodución. Igualmente como medida complementaria ou substitutiva ao parágrafo anterior, propiciarase trazados alternativos que eviten molestias á fauna cun risco elevado de vulnerabilidade.
5. En caso de empregarse sinalización, esta deberá retirarse no prazo máximo das 48 horas posteriores á realización do evento. Recoméndase a designación dun equipo específico para a devandita tarefa o mesmo día do evento, acompañando aos últimos participantes. Tamén aconsellase evitar a utilización da pintura.
6. Como premisa, os puntos de saída e chegada faranse en núcleos urbanos ou autorizados, evitando desta maneira a emisión de ruídos no medio natural, así como unha mellor xestión no aparcamento de vehículos
7. Recoméndase á organización que, contacte previamente coa poboación local da intención de facer un evento deportivo, co fin de analizar os impactos, tanto



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO

CIF: G36630259

Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado, n.º 17.

Oficina 10. 36209 Vigo. Teléfono 986 208 758

secretaria@fedgalmon.gal — www.fedgalmon.gal



DEPORTE
GALEGO

negativos como positivos que puidesen xerarse polo desenvolvemento da actividade, así como ter en conta as achegas e opinións dos mesmos.

8. Na difusión da actividade, a organización recomendará o emprego de transporte público ou colectivo.

Artigo 27. Esforzos de sustentabilidade

A organización de cada unha das probas que integran a LIGA terá suma sensibilidade con respecto á protección do medio ambiente. Para elo, procurará:

- Aplicar un plan para reducir ao máximo posible á xeración de residuos, así como a adecuada segregación dos mesmos.
- Empregar o mínimo posible os produtos de plástico.
- Aconsellar aos participantes a que adquiran conciencia desta situación e levar o seu propio recipiente para tomar líquidos, así como pratos e aveños, no caso de que a duración do evento así o requira.
- Reutilizar a sinalización do percorrido en edicións posteriores ou ben contar con produtos biodegradables.
- Establecer actividades que permitan compensar a pegada do carbono ou ben acadar o nivel neutro de emisións.
- Estimular, dentro do posible, o consumo de produtos, a adquisición de servizos e compras a nivel local.
- Utilizar o mínimo posible os vasos de plástico

Artigo 28. Recoñecementos e clasificación da LIGA

Ao rematar a Liga, haberá tres clasificacións: individual, por clubs e aos organizadores.

- 1) **Premio aos deportistas:** Sumaranse os quilómetros correspondentes ás distancias percorridas polos deportistas federados en clubs galegos en cada proba da LIGA nas que participen e finalicen, aplicándose como factor corrector a distancia existente entre a sede do seu club e o municipio no que se realiza a andaina, tal e como se indica na seguinte imaxe.



Todas as persoas que completen a distancia máxima, sumadas todas as probas, recibirán un recoñecemento na Gala do Montañismo Galego. Tamén haberá un premio especial á persoa federada, home e muller, con maior idade da LIGA, sempre e cando participe nun mínimo do 50% das probas. Asemade, premiarase á todas as persoas de sendeirismo Inclusivo e Adaptado que rematen calquera das distancias programadas para elas.

Co obxecto de facilitar a colaboración de deportistas con tarefas de voluntariado en organizacións dos seus clubs de probas da LIGA:

- Sumaranse os quilómetros a todos/as aqueles/as voluntarios/as cuxo organizador certifique que ese día non puideron facer a andaina por ter que colaborar en tarefas organizativas, admitíndose o número de probas nas que participe na organización.



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO

CIF: G36630259

Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado, n.º 17.

Oficina 10. 36209 Vigo. Teléfono 986 208 758

secretaria@fedgalmon.gal — www.fedgalmon.gal



DEPORTE
GALEGO

b) Independentemente á consideración anterior, eliminaranse da clasificación xeral, dun total máximo de 20 andainas no 2024, ás dúas ás que non asistiron. E dicir, en lugar de que sumen ás 20 andainas, só contabilizarían 18.

2) **Premio aos clubs:** Sumaranse os km correspondentes a todos/as os/as deportistas de cada club que puntuaron nas diferentes probas. A clasificación por clubs elaborárase exclusivamente na categoría absoluta, masculina, feminina e combinada. Asemade á listaxe irase actualizando e publicando despois de rematar cada proba. Os tres primeiros clubs recibirán un recoñecemento da FGM.

3) **Á calidade organizativa (club):** Terase en conta os seguintes criterios:

A) As puntuacións obtidas na valoración dos clubs. Cada presidente/a do club participantes emitirá unha puntuación, unha vez consensuado cos deportistas da súa entidade que estiveron na proba, conforme ás variables do seguinte cadro:

VARIABLES A PUNTUAR										
Cualificacións: →	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. O percorrido										
2. A sinalización										
3. Os avituallamentos durante o percorrido										
4. O avituallamento ao final da proba										
5. Varios: duchas, aparcamentos, servicios										
6. A bolsa do corredor										
7. A inscrición e a consulta dos resultados										
8. PUNTUACIÓN MEDIA										

B) Un/ha presidente/a non poderá emitir votacións aos seu propio club.

C) Os tres primeiros clubs con máis puntuación da LIGA recibirán un recoñecemento da FGM.

4) **Premio á regularidade:** Cada organizador será responsable de incluír ou non a regularidade, considerando que se precisan varios controis intermedios con sistemas de transpondedores.

Artigo 29. Información ofrecida pola FGM

Cada persoa participante na LIGA poderá utilizar acceder á seguinte información da LIGA: calendario, normativa, inscricións, resultados, clasificacións provisionais... na páxina web oficial da FGM.

Artigo 30. Creación e funcións do Comité LIGA

Crearase o Comité LIGA cun máximo de sete persoas composto por:

- Presidente: O vogal de Sendeirismo da Xunta Directiva da FGM.



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO

CIF: G36630259

Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado, n.º 17.

Oficina 10. 36209 Vigo. Teléfono 986 208 758

secretaria@fedgalmon.gal — www.fedgalmon.gal



DEPORTE
GALEGO

- Cinco vogais: Catro representantes das organizacións integradas na LIGA, elixidas entre todas elas e un representante das novas organizacións que se puideran integrar, se fora o caso, na edición do 2024, tamén elixido democraticamente.
- Unha persoa pertencente ao colectivo de deportistas participantes na Liga de Sendeirismo, elixido pola Xunta Directiva da FGM.

Artigo 31. Funcións do Comité LIGA

- Propoñer o regulamento da Liga de Sendeirismo á Xunta Directiva e Comisión Delegada da FGM.
- Velar polo cumprimento do regulamento que sexa aprobado polos órganos de goberno da FGM.
- Tomar decisións sobre casuísticas non contempladas no presente regulamento e que afecten ao desenvolvemento da LIGA.

Para desenvolver as súas funcións reunirse en convocatoria feita polo presidente cunha antelación mínima de sete días, a nivel presencial ou por vídeo conferencia, unha vez, polo menos, por semestre. En calquera caso, poderá convocarse o Comité LIGA con carácter urgente, cun mínimo de 24 horas, ante situacións excepcionais.



FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO

CIF: G36630259

Casa do Deporte. Rúa Fotógrafo Luis Ksado, n.º 17.

Oficina 10. 36209 Vigo. Teléfono 986 208 758

secretaria@fedgalmon.gal — www.fedgalmon.gal



DEPORTE
GALEGO

ANEXO I

SOLICITUDE PARA FORMAR PARTE NA LIGA GALEGA DE SENDEIRISMO (Ano que sexa)

Persoa responsable da organización: Nome completo, número de teléfono e correo electrónico:
Denominación da proba, co número da edición correspondente:
Entidade/ organizadora/s:
Concello/ s polo que transcorre a proba de sendeirismo:
Distancia/s ofertadas (km) aos participantes (ata un máximo de catro):
Data da actividade de sendeirismo e lugar da saída e chegada:
Número máximo de participantes admitidos:

CON ESTA SOLICITUDE á entidade (club ou concello) comprométese a respectar e cumprir o regulamento da LIGA (ANO QUE SEXA)

Lugar e data

Sinatura e selo do club e concello