



Regulamento da Liga Galega de Andainas 2025

Fed. Galega de Montañismo

(Aprobado pola Comisión Delegada o 7 de novembro de 2024)

1. Obxecto do Regulamento

- **Obxectivo:** Regular a **Liga Galega de Andainas**, promovida pola Federación Galega de Montañismo (FGM), fomentando o montañismo, a marcha por montaña, o sendeirismo e destacando as vantaxes da licenza federativa en Galicia.
- **Finalidade:** Valorar a constancia e resistencia dos deportistas participantes. As probas terán tempos mínimos e máximos de finalización, calculados en función da natureza de cada itinerario. Poderán ser compatibles con clasificacións e sistemas de cronometraxe e regularidade.

2. Estrutura da Liga

- **Número Máximo de Probas:** O calendario da Liga incluírá un máximo de 16 probas, cun intervalo mínimo de 5 días entre cada unha delas.
- **Organizadores:** Poderán organizar as probas os clubs de montañismo con licenza vixente e outras entidades que sexan autorizadas pola Federación. Os concellos ou outras entidades que desexen organizar unha nova proba no calendario deberán contar co respaldo dun club federado, ou coa autorización da Federación, e pasar un ano de aspirantes e a validación da organización previa dunha proba polo Comité da Liga Galega de Andainas.
- **Solicitud de Inclusión:** As solicitudes para incluír unha proba no calendario da liga deberán presentarse antes do 30 de setembro do ano anterior. As probas que formaron parte do calendario do ano anterior terán prioridade.
- **Criterios de Selección:** Se se reciben máis de 18 solicitudes, o Comité da Liga Galega de Andainas aplicará criterios de selección que valorarán o equilibrio entre probas de 25 km e 50 km, a localización xeográfica e a experiencia organizativa.



3. Categorías de Marchas (Andainas)

- **Andainas de 25 km (media distancia):**
 - **Data:** Realizaranse os domingos, evitando que coincidan con pontes festivas, salvo causas xustificadas e autorizadas polo Comité da Liga Galega de Andainas.
 - **Servizos:** Deberán contar con acceso a servizos hixiénicos e vestiarios tanto ao comezo como ao final da proba.
 - **Avituallamentos:** Deberán contar obrigatoriamente con avituallamentos durante a proba e no final da mesma.
 - **Percorrido:** O percorrido debe ser circular.
 - **Horario de Saída:** 9:00 am
 - **Tempo Mínimo:** 4 horas.
 - **Tempo Máximo:** 6 horas.

- **Andainas de 50 km (longa distancia):**
 - **Data:** Realizaranse os sábados, evitando que coincidan con pontes festivas, salvo causas xustificadas e autorizadas polo Comité da Liga Galega de Andainas.
 - **Servizos:** Deberán contar con acceso a servizos hixiénicos e vestiarios tanto ao comezo como ao final da proba.
 - **Avituallamentos:** Deberán contar obrigatoriamente con avituallamentos durante a proba e no final da mesma.
 - **Percorrido:** O percorrido debe ser circular.
 - **Horario de Saída:** 9:00 am
 - **Tempo Mínimo:** 7 horas.
 - **Tempo Máximo:** 12 horas. Opcional 11 horas, sempre por causas xustificadas e autorizadas polo Comité da Liga Galega de Andainas.

- **Marchas de 100 km (ultras):**
 - **Data:** Realizaranse en sábado e domingo, evitando que coincidan con pontes festivas, salvo causas xustificadas e autorizadas polo Comité da Liga Galega de Andainas.
 - **Servizos:** Deberán contar con acceso a servizos hixiénicos e vestiarios tanto ao comezo como ao final da proba.
 - **Avituallamentos:** Deberán contar obrigatoriamente con avituallamentos durante a proba e no final da mesma.
 - **Percorrido:** O percorrido debe ser circular.
 - **Tempo Mínimo:** 14 horas.
 - **Tempo Máximo:** 24 horas.



4. Clasificación e Premios

- **Premio Liga Galega de Andainas:** Outorgarase un diploma ou trofeo aos **participantes federados FGM e/ou FEDME que completen 12 ou máis das 16 probas do calendario 2024 na súa distancia máxima** (xa sexa 25 km, 50 km ou 100 km) dentro dos tempos estipulados. Unha vez aprobado o calendario será publicado na web o número de probas mínimas para obter o premio.

Os organizadores poderán indicar que persoas colaboradoras superaron a súa propia proba validando o percorrido como realizado en compensación do seu traballo voluntario.

- **Diploma de Andainas Galegas de Media Distancia:** Concederase un diploma ou trofeo aos **participantes federados que completen 7 das 8 probas de 25 km do calendario.**

Os organizadores poderán indicar que persoas colaboradoras superaron a súa propia proba validando o percorrido como realizado en compensación do seu traballo voluntario.

- **Reclamacións:** Tras cada proba os resultados provisionais serán publicados polo propio organizador na súa web (respectando a Lei de protección de datos) e pola Federación. As reclamacións de calquera incidencia por parte dos deportistas serán realizadas por escrito ante o organizador da proba ata 15 días despois da publicación dos resultados. En caso de non ser atendidas nese prazo o interesado poderá facer unha segunda reclamación por escrito ante a Federación antes de que pasen 10 días dende o vencemento anterior.

5. Información e Organización

- **Información da liga:** A Federación Galega de Montañismo publicará na súa web oficial o calendario da liga, a normativa, as clasificacións provisionais e os resultados definitivos.
- **Comunicación dos Organizadores:** Os responsables de cada evento deben informar cun mínimo de 45 días de antelación o percorrido mediante o seu Track en formato GPX, xunto coa copia da cartellaría e a información da súa páxina web. Trala proba, deberán remitir os datos dos participantes federados que finalizasen, antes de 10 días.
- **Obrigas dos Organizadores:** Deberán usar a imaxe oficial da Federación Galega de Montañismo en tódalas comunicacións de publicidade da proba.



- **Regulamentos e normas das probas:** Tódalas probas deberán publicar o seu Regulamento propio, que deberá ter este de referencia.
 - Os avituallamentos serán xenéricos a base de auga, bebidas isotónicas, refrescos, froitas, alimentos enerxéticos, bocadillos, etc. Se algunha persoa ten intolerancias, alerxias, ou algún outro tipo de necesidades alimenticias deberá levar o seu propio avituallamento.
 - Os menores poderán asistir, ou non, a cada proba segundo as normas que establezan os propios organizadores nos seus Regulamentos. Os organizadores son os únicos responsables de admitir a menores e de poñer os requisitos de participación, polo que a Federación queda exenta de responsabilidade neste aspecto.
 - En ningún caso serán devoltas as inscricións, salvo por cancelación da proba.
 - Nos casos de forza maior, alerta meteorolóxica ou esixencias sanitarias, a proba pode ser aprazada automaticamente polo organizador procedendo a avisar aos participantes e buscándose a data adecuada máis próxima.
- **Comité da Liga Galega de Andainas:**
 - **Composición:** O comité estará composto por 5 persoas; polo Vogal de Andainas e Sendeirismo como Presidente do Comité, e 4 vogais (un representante das marchas de 25 km, outro das de 50 km, outro das de 100 km, escollidos por sorteo unha vez elaborado o calendario e o Director Técnico da FGM).
 - **Funcións:** O comité encargárase de propoñer regulacións, velar polo cumprimento do regulamento e tomar decisións en situacións non contempladas. As decisións tomaranse por maioría simple, e en caso de empate, o Presidente terá un voto de calidade.

6. Lexislación, sustentabilidade e recomendacións

- **Lexislación aplicable:** Os organizadores deberán cumprir con toda a lexislación aplicable ás súas probas, prestando especial atención aos seguros de responsabilidade civil, seguros deportivos obrigatorios e outras autorizacións pertinentes. En particular, deberán axustarse ao indicado na Lei 3/2012, de 2 de abril, do deporte de Galicia e ter en conta o recolleito nos Estatutos Federativos da FGM.
- **Protocolos Ambientais:** As probas deben seguir os protocolos de sustentabilidade establecidos pola FGM, co obxectivo de minimizar o impacto ambiental e protexer a contorna natural. Se o Comité considera que pode existir algún incumprimento dos Regulamentos ambientais, pode designar un árbitro



FEDERACIÓN GALEGA
DE MONTAÑISMO
Rúa Fotógrafo Luis Ksado, 17
Oficina 10 - 36209 Vigo
Pontevedra



DEPORTE
GALEGO

medioambiental e en caso de confirmarse a infracción da normativa, os custes desta inspección serán a cargo do organizador da proba.

- **Consellos aos Participantes:** Recoméndase aos participantes seguir as normativas de seguridade, respectar o medio ambiente e manter as normas na súa participación, cumprindo cos tempos establecidos para cada proba.
- **Consellos de marcaxe:** Preferise a marcaxe con bandeirolas pequenas con aramios, con cintas personalizadas ou con cintas de tela, evitando no posible o uso de marcas de pintura, incluso a biodegradable. Os elementos de marcaxe deben retirarse inmediatamente tralo paso dos últimos participantes.
- **Restricións:** Non se permite a realización das marchas con ningún tipo de vehículo nin de animais, co fin de non invadir outros deportes recolleitos por outras federacións deportivas.
- **Compatibilidades:** A inclusión destas probas dentro da Liga Galega de Andainas non será incompatible coa súa inclusión noutras ligas ou competicións galegas, estatais ou internacionais. En caso de posibles conflitos de intereses será o Comité da Liga de Andainas ou a Federación Galega de Montañismo a que determinará a incompatibilidade.

Regulamento aprobado por Xunta Directiva e modificado e aprobado pola Comisión Delegada do 7 de novembro de 2024.