



BRIEFING ONLINE 2025



Xacobeo



Deportes



Excma. Concello Viveiro



XUNTA DE GALICIA

galicia



DEPORTE GALEGO



COMENTARIOS 2025

IMPORTANTE LEER LA GUÍA DEL CORREDOR

PODRÉIS REPASAR DATOS DE LAS DISTANCIAS, HORARIOS DE LOS BUSES, PROTOCOLOS DE SALIDA, REGLAMENTOS,...

EN CASOS DE INFORMACIÓN DIFERENTE, PREVALECE SIEMPRE LA DEL BRIEFING SOBRE CUALQUIER OTRA INFO ANTERIOR.





MAPA



APARCAMIENTO

ESTACION
AUTOBUSES

OFICINA TÉCNICA

PIC
PUNTO
INFORMACIÓN
CAMOVI

TEATRO
PASTOR DÍAZ

ZONA DE
SALIDA C42K
Y META



PROGRAMA

ABRIL 25 VIERNES

18:00 Apertura oficina técnica
21:00 Cierre oficina técnica
Biblioteca en la Plaza Mayor

ABRIL 26 SÁBADO

08:00 Apertura oficina técnica
09:00 Cierre oficina técnica
Biblioteca en la Plaza Mayor

09:15 Salida buses lanzadera
para ANDAINA
Estación de autobuses

11:00 Apertura oficina técnica
Biblioteca en la Plaza Mayor

12:30 Llegada ANDAINA

14:00 Cierre oficina técnica
Biblioteca en la Plaza Mayor

16:00 Apertura oficina técnica
Biblioteca en la Plaza Mayor

17:00 Salida CAMOVikids®
Plaza Mayor

17:30 Presentación corredores Élite
Plaza Mayor

18:00 Entrega medallas CAMOVikids®
Plaza Mayor

18:30 Charla coloquio CxM
Plaza Mayor

19:30 Briefing
Plaza Mayor

21:00 Cierre oficina técnica
Biblioteca en la Plaza Mayor

ABRIL 27 DOMINGO

06:45 Apertura oficina técnica
Entrega de dorsales
Biblioteca en la Plaza Mayor

07:45 Control C42K
Dorsales y material.
Plaza Mayor

08:00 Salida C42K
Plaza Mayor

10:15 Salidas buses lanzadera
para la C21K, C18K y C42Krelevos
Estación de autobuses

11:00 Salidas buses lanzadera
para la C10K
Estación de autobuses

11:00 Control C21K y C18K
Dorsales y material.
Naseiro

11:15 Salida C21K y C18K
Naseiro

11:30 Control C10K
Dorsales y material.
Monte San Roque

11:45 Salida C10K
Monte San Roque

15:00 Entrega de trofeos
Plaza Mayor

15:30 Cierre meta
C42K, C42Krelevos
C21K, C18K y C10K.
Plaza Mayor



CATEGORÍAS

C42K		
CAMPEONATO GALEGO CXM	Absoluto Masc/Fem	A partir de los 24 años cumplidos en 2025
	Veteranos A	40 a 49 años (no cumplir 50 en 2025)
	Veteranos B	50 a 59 años (no cumplir 60 en 2025)
	Veteranos C	A partir de los 60 años cumplidos en 2025
OPEN	Mismas categorías que los federados *	Absoluto Masc/fem a partir de los 18 años cumplidos en 2025
C21K		
OPEN	Absoluto Masc/Fem	A partir de los 18 años en 2025
	Veteranos A	40 a 49 años (no cumplir 50 en 2025)
	Veteranos B	50 a 59 años (no cumplir 60 en 2025)
	Veteranos C	A partir de los 60 años cumplidos en 2025
CAMPEONATO GALEGO CXM	Promesas Masc/Fem	21, 22 o 23 años (no cumplir 24 en 2025)
C18K		
CAMPEONATO GALEGO CXM	JUNIOR	19 y 20 años (no cumplir 21 en 2025)
C10K		
OPEN	Absoluto Masc/Fem	A partir de los 18 años cumplidos en 2025
	Veteranos Masc/Fem	45 años o más cumplidos en 2025
CAMPEONATO GALEGO CXM	Juveniles	17 y 18 años (no cumplir 19 en 2025)
	Cadetes	15 y 16 años (no cumplir 17 en 2025)
C42K RELEVOS		
OPEN	Absoluto Masc	2 chicos
	Absoluto Fem	2 chicas
	Absoluto Mixto	1 chico + 1 chica



PREVISIÓN

METEOREOLOGÍA PREVISTA

Amanecerá a las 07:26










La temperatura en la salida de la C42K será de 11°

La temperatura en la salida de la C10K será de 13°

La temperatura en la salida de la C21K será de 13°

Cielos parcialmente cubiertos, con nubes y claros durante toda la mañana.

Viento moderado del este.

07:00	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00
 11°	 11°	 11°	 12°	 13°	 14°	 15°	 15°	 15°
0 mm 20%	0 mm 20%	0 mm 10%	0 mm 10%	0 mm 10%	0 mm 10%	0 mm 20%	0 mm 30%	0 mm 20%
←	←	←	←	←	←	←	←	←
12 km/h	13 km/h	15 km/h	19 km/h	20 km/h	20 km/h	21 km/h	21 km/h	20 km/h



COMENTARIOS

MATERIAL OBLIGATORIO

CAMPEONATO XUNTA DE GALICIA CXM

(Sólo federados y participantes del campeonato)

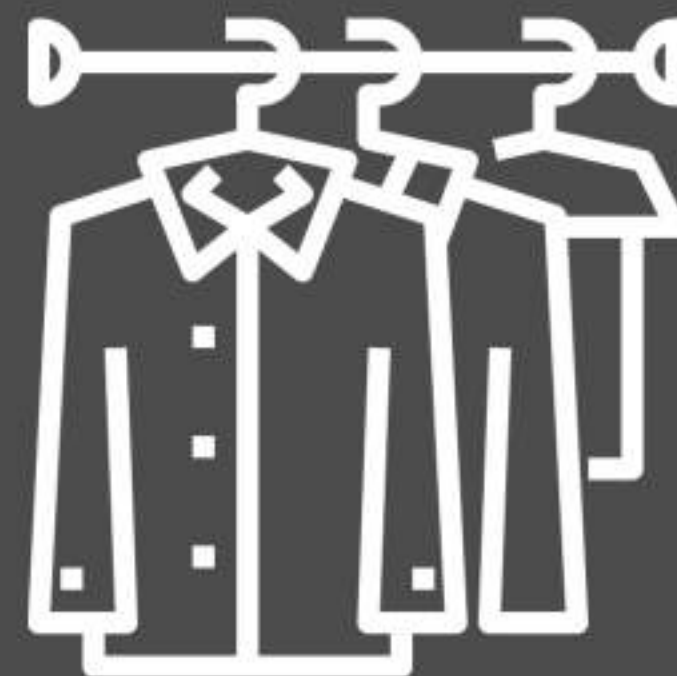
Aplicación del **REGLAMENTO** de la Federación Galega Montañismo

- Dorsal con el chip en el frente.
- Teléfono móvil.
- Manta térmica.
- Softflask 1l.
- Silvato.
- Chubasquero o cortavientos (Dependiendo de la predicción)

OPEN CAMOVI

- Dorsal con el chip en el frente.
- Teléfono móvil.
- Softflask 1l.

Resto del material recomendado



GUARDARROPA
EN LAS SALIDAS DE:

C42K

C21K

C18K

C10K



COMENTARIOS



USO DE BASTONES

Si se sale con bastones, deben llevarse durante toda la carrera.



**PROHIBIDO
EL USO DE AURICULARES**

POR SEGURIDAD



TIEMPOS DE CORTE

CORREDOR ESCOBA

Nuestro corredor escoba va cerrando todas las carreras, para que nadie se quede atrás.

Se conoce facilmente.

TIEMPOS DE CORTE

KM 11 Feira de Galdo 10:00

KM 24 Naseiro 12:15

KM 30 Aralde 13:15

KM 30 Aralde C21K 13:30

KM 33 Bifurcación 14:15

KM 33 Bifurcación C21K 14:15

KM 42 Cierre de meta 15:30





PERSONAL Y VEHÍCULOS

PERSONAL Y VEHÍCULOS EN ZONA

- Quads y motos de asistencia a corredores.
- Vehículos de Protección Civil.
- Ambulancia de la organización.
- Punto móvil de emergencias.
- Vehículos todoterreno de prensa y fotógrafos.
- Furgonetas y turismos de voluntarios.
- Medios de comunicación.
- Aeronaves no tripuladas.
- ...





COMENTARIOS

SERVICIO DE DUCHAS

HABRÁ SERVICIO DE DUCHAS EN EL PABELLÓN ANTONIO TARRÍO DESDE LAS 10:00



10:00



**BAÑOS
EN NASEIRO
Y SAN ROQUE**

**POR SI APARECEN LOS
NERVIOS ANTES DE LA
SALIDA.**



AVTUJALLAMIENTOS

NO HABRÁ VASOS DE PLÁSTICO

10.000 vasos menos para el medio ambiente.

Cada corredor deberá llevar su propio sistema de hidratación en el que rellenar líquido.





AVITUALLAMIENTOS

AVITUALLAMIENTOS

7 avituallamientos en total:

- Km 6 - Silvarosa (líquido)
- Km 11 - Feira de Galdo (líquido+sólido+fruta)
- Km 17 - Monte Castelo (líquido)
- Km 24 - Naseiro (líquido+sólido+fruta)
- Km 30 - Aralde (líquido)
- Km 33 - Bifurcación (líquido+sólido+fruta)
- Km 38 - Penedo (líquido)





AVITUALLAMIENTOS

AVITUALLAMIENTOS

AVITUALLAMIENTO LÍQUIDO

Isotónico, agua y refrescos.

AVITUALLAMIENTOS SÓLIDO

Naranjas, plátanos, melón, sandía, frutos secos variados y barritas.



AYUDANOS A CUIDAR NUESTRO MONTE

Hay bidones de basura en cada avituallamiento.





SEÑALIZACIÓN

SEÑALIZACIÓN DE LA CARRERA

- BANDERAS A LO LARGO DEL RECORRIDO
- Cintas atadas a arbustos y árboles.
- IMPORTANTE: **LAS CINTAS SON DE COLOR NARANJA**
- CINTA NARANJA BLOQUEANDO CAMINOS





SEÑALIZACIÓN

SEÑALIZACIÓN DE LA CARRERA

- FLECHAS EN LOS CRUCES MÁS COMPLICADOS.
- CARTELES CON DISTANCIAS CADA 5 KMS

CRUCES CON CARRETERA DE ASFALTO

Señalizados por personal de Protección Civil y la organización, pero no os olvidadéis de tener precaución.





SEÑALIZACIÓN

OJO, VARIOS PASOS DE ALAMBRADAS





COMENTARIOS 2025

NUEVAS ZONAS PEDREGOSAS

Con motivo de las riadas de los últimos inviernos, muchos caminos se han quedado sin apenas tierra y se han convertido en pedregales.





COMENTARIOS 2025

RAMAS EN EL SUELO DE TALAS

Pasaréis por varias zonas en las que se ha realizado trabajos forestales.

Se han abierto senderos a través del escombro de ramas y hojas.

Además algunos tramos tendrán excedos de barro.

EXTREMAD LA PRECAUCIÓN



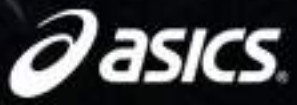


SNEAKERS & ACCESORIOS PARA TRAIL

15% OFF

CÓDIGO CAMOV125

VÁLIDO HASTA EL 8 DE MAYO DE 2025
EN TIENDAS FÍSICAS Y ONLINE



WWW.ALBOZAPATERIAS.COM

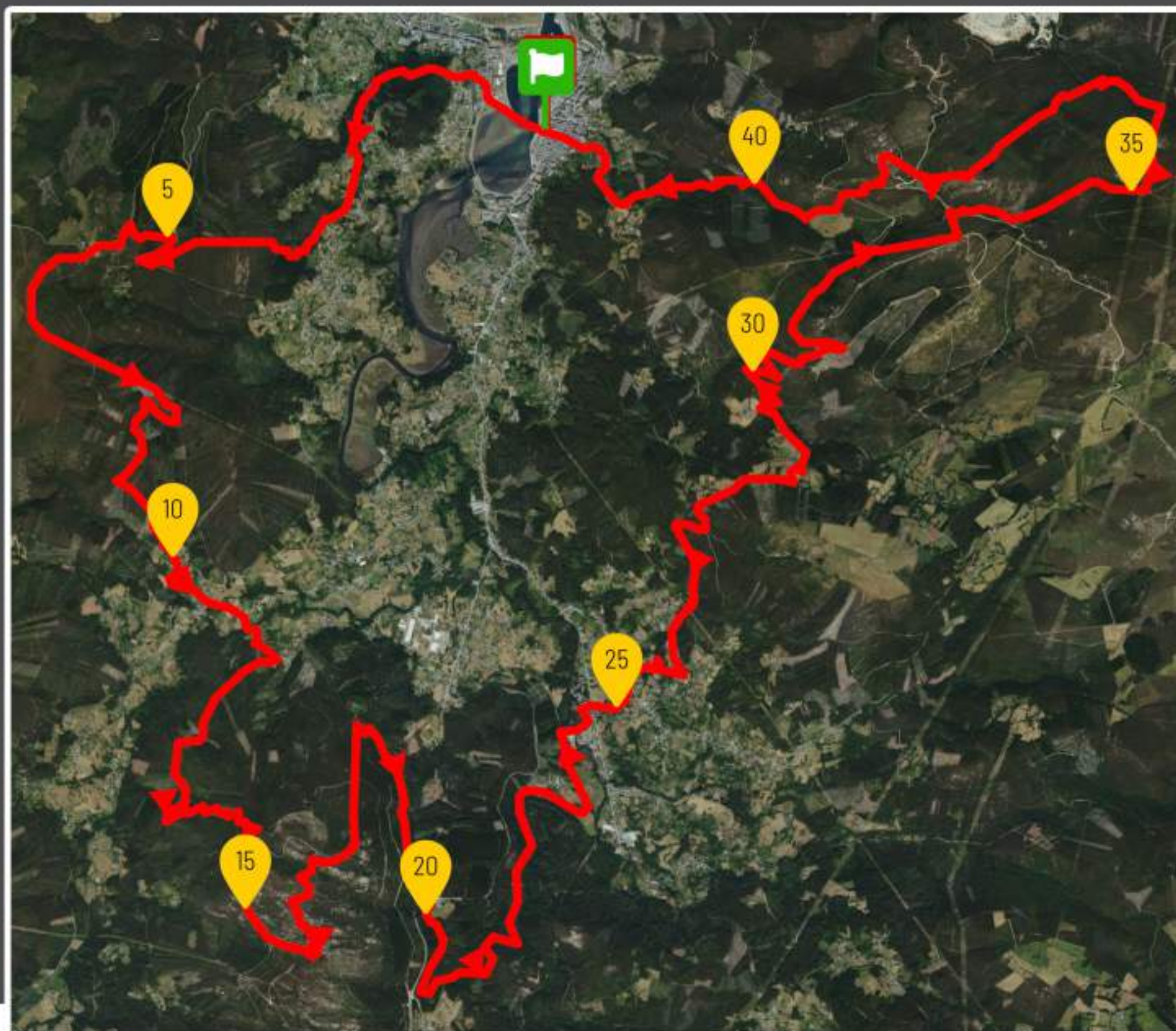


RECORRIDO VIRTUAL

¿PRIMERIZO EN LA CAMOVI?

Te contaremos la carrera en cinco minutos.

Los puntos kilométricos son referidos a la C42K.

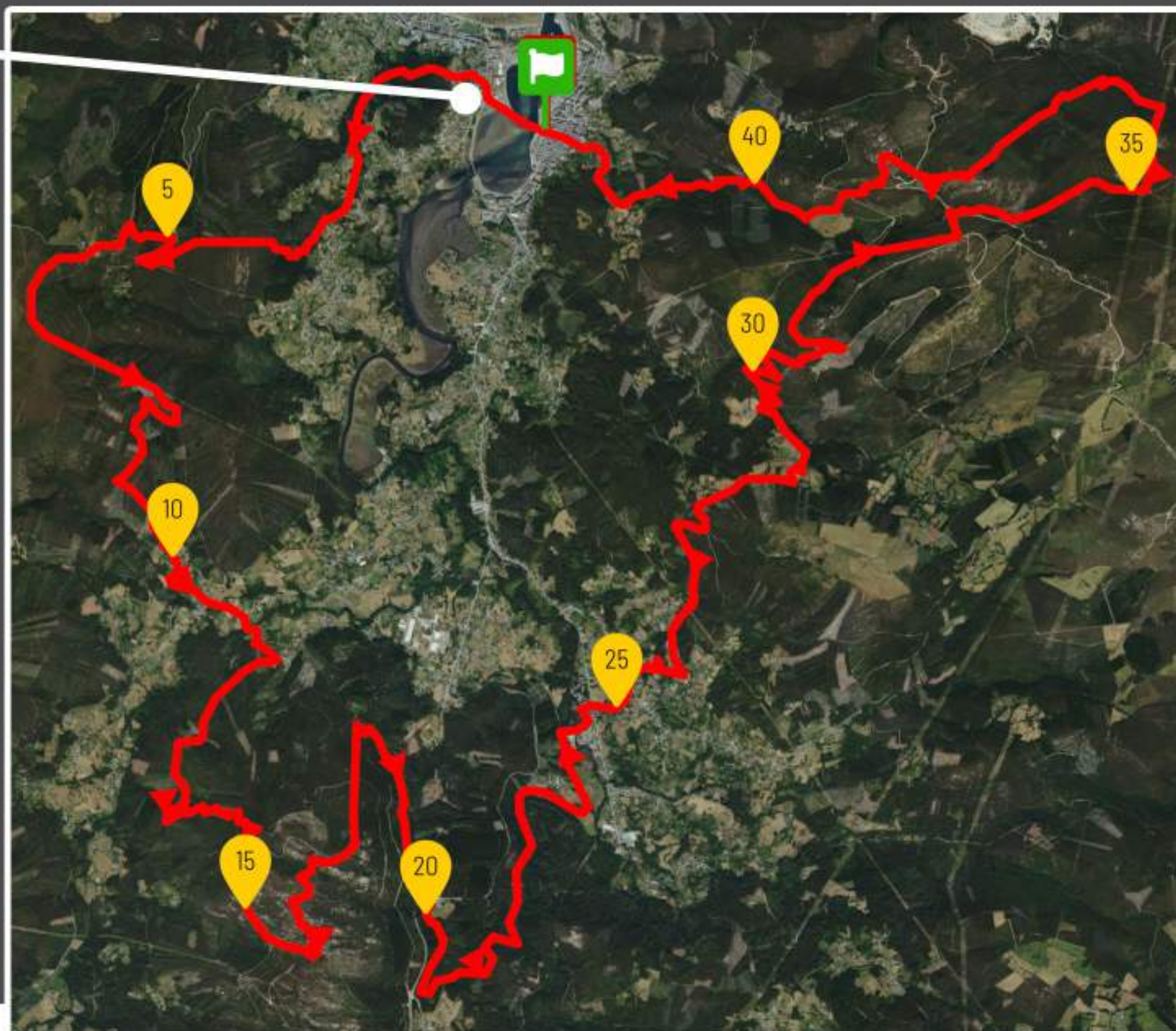




RECORRIDO VIRTUAL

KM0.7 CUELLO DE BOTELLA

Camino estrecho antes de llegar al puente por encima de la vía del tren.

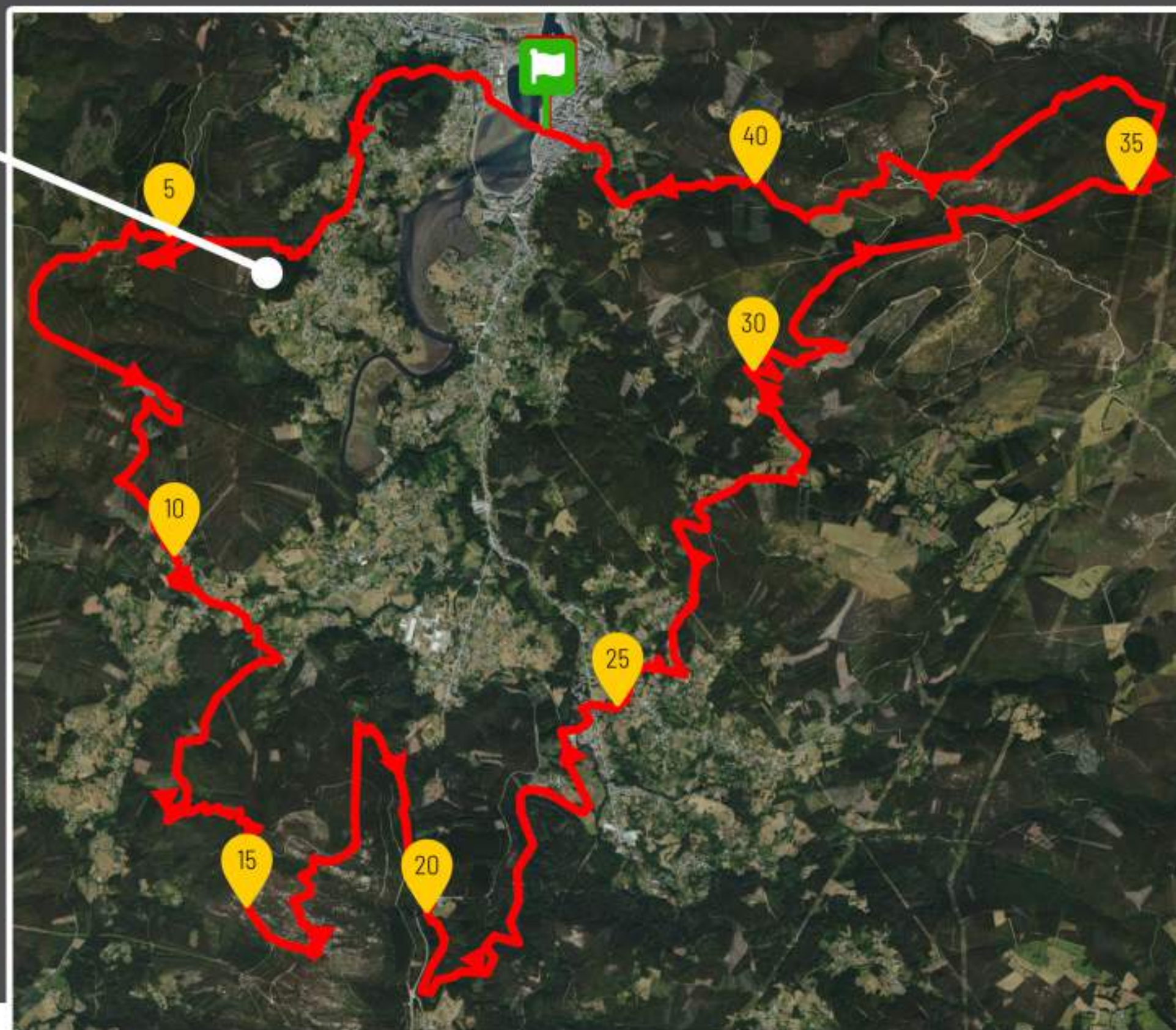




RECORRIDO VIRTUAL

KM 3.5 CORTAFUEGOS

Un "clásico" de la carrera.



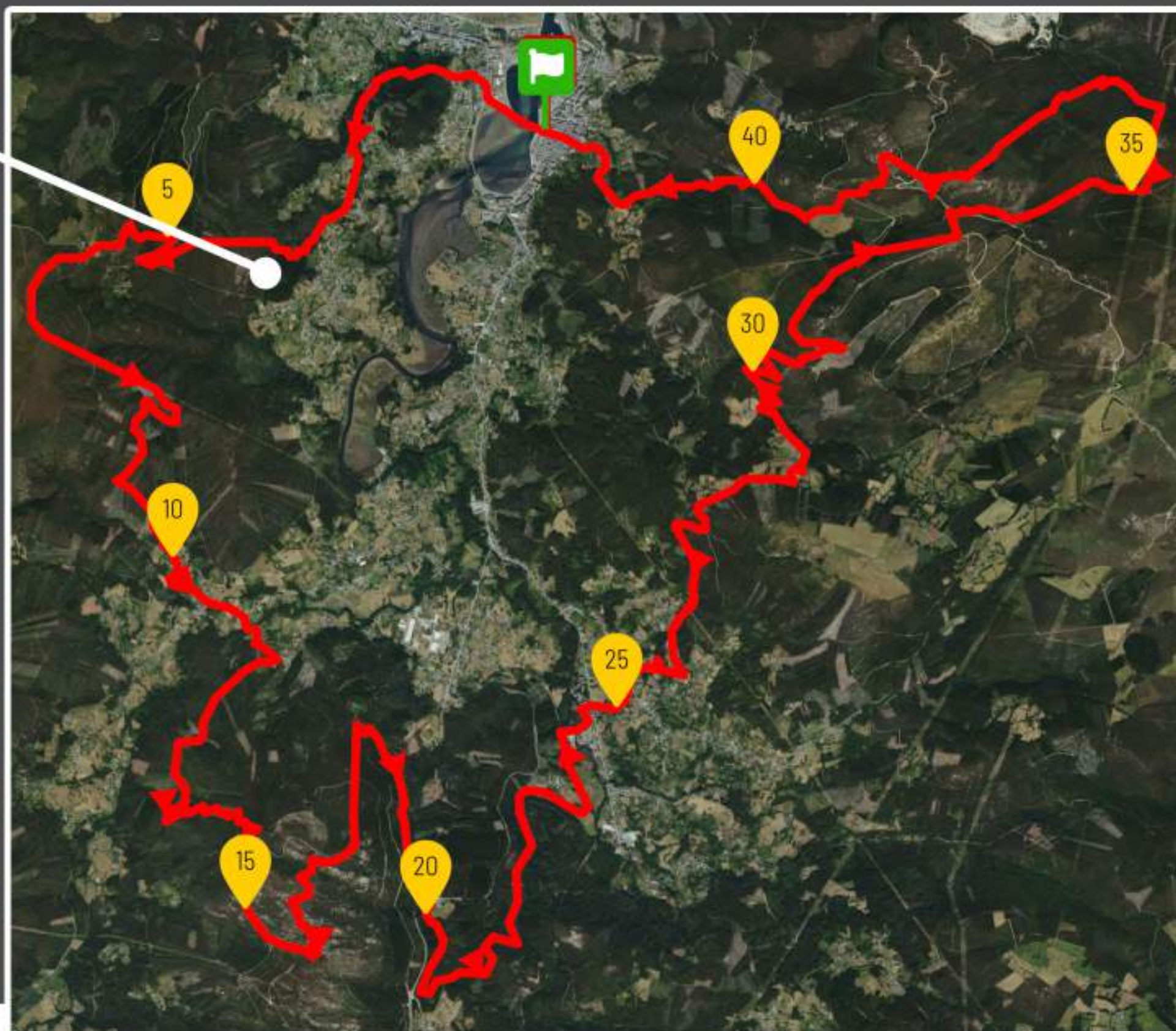


RECORRIDO VIRTUAL

KM 3.5 CORTAFUEGOS

Este año se disputarán en ellos el PUERTO DE CELEIRO Segment Challenge.

Segmento cronometrado de subida.

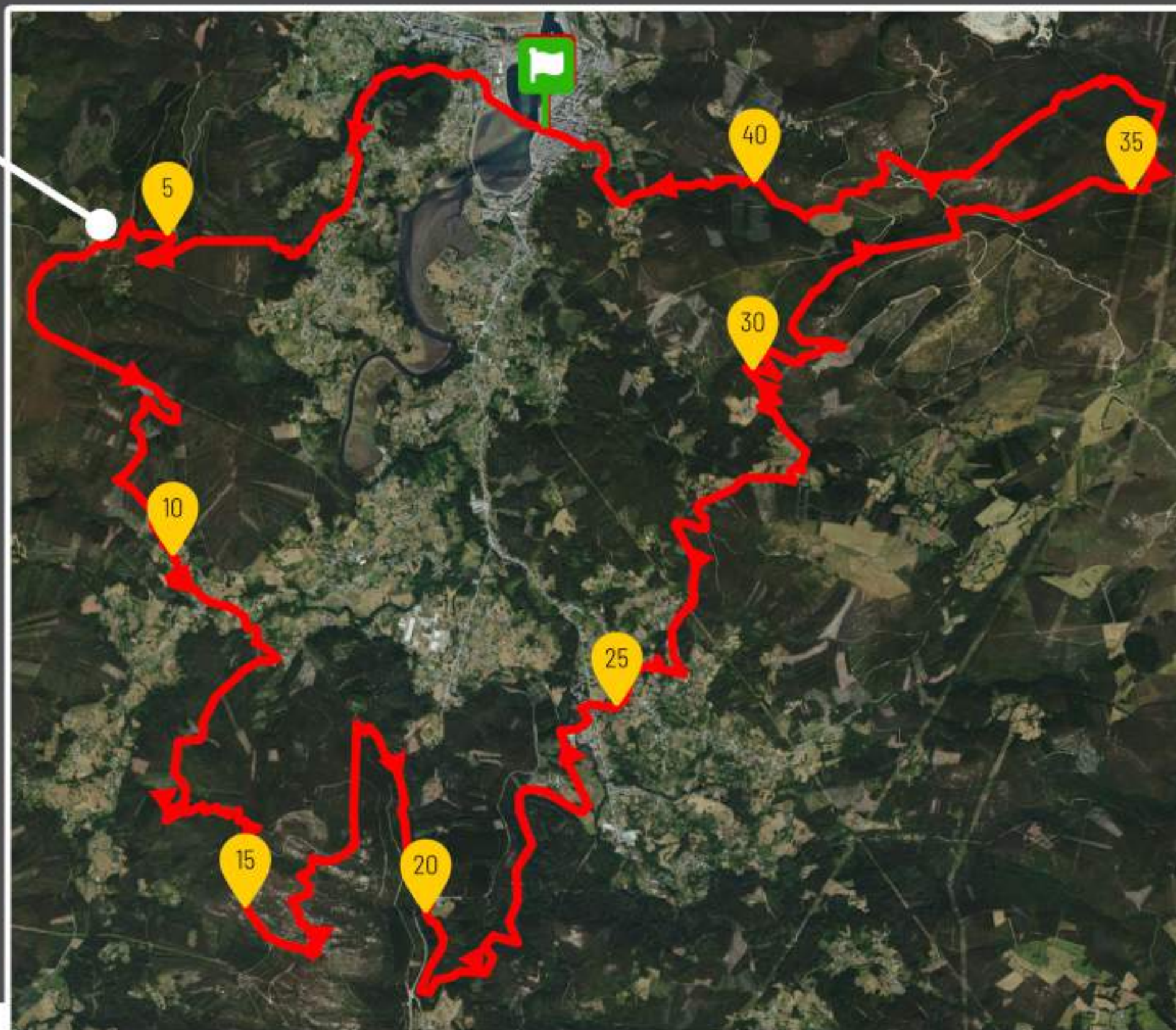




RECORRIDO VIRTUAL

KM 6 AVTUALLAMIENTO 1

Avituallamiento líquido situado en A Silvarosa.



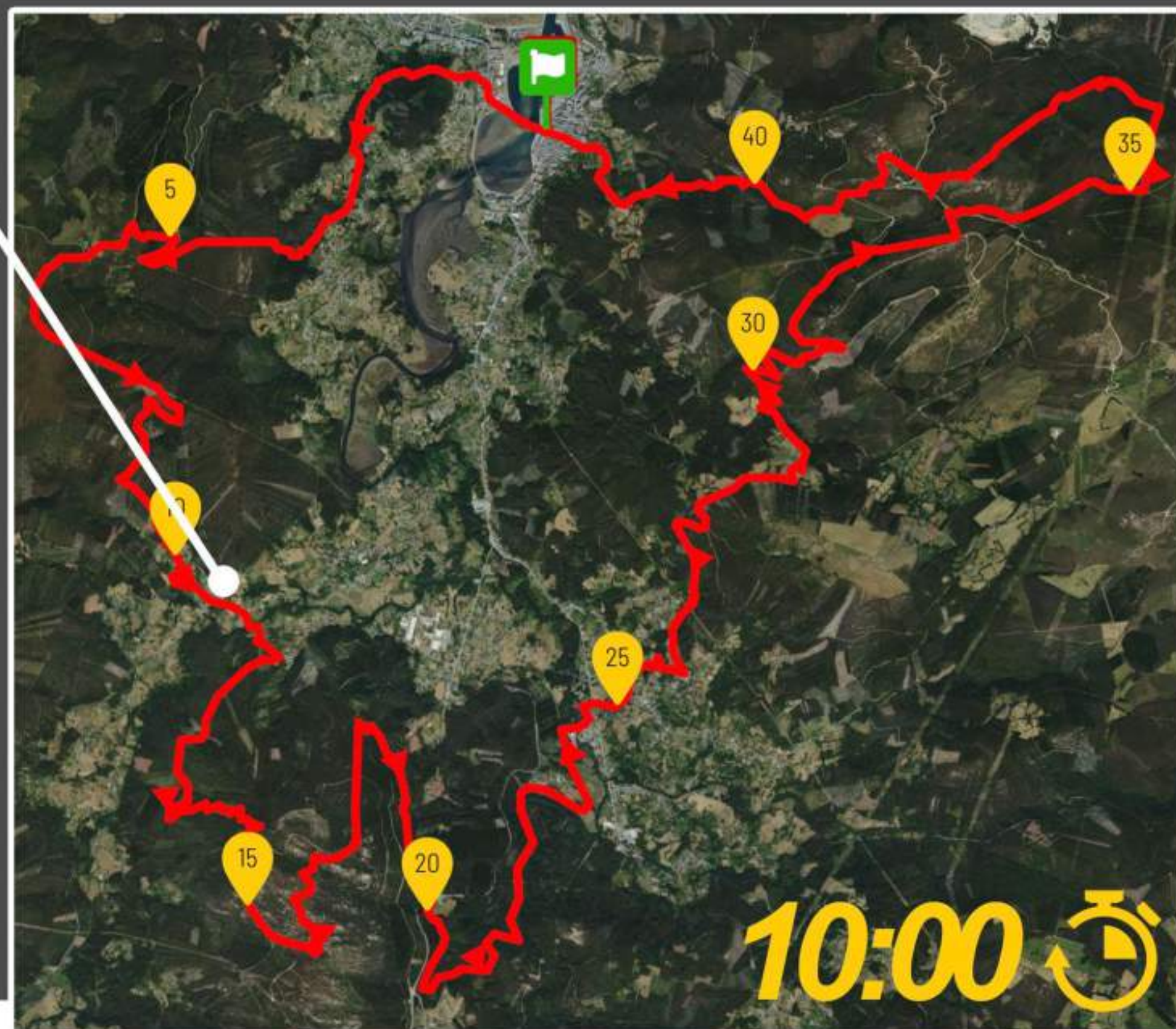


RECORRIDO VIRTUAL

KM 11 AVTUALLAMIENTO 2

Avituallamiento sólido y líquido situado en "A Feira de Galdo".

TIEMPO DE CORTE 10:00

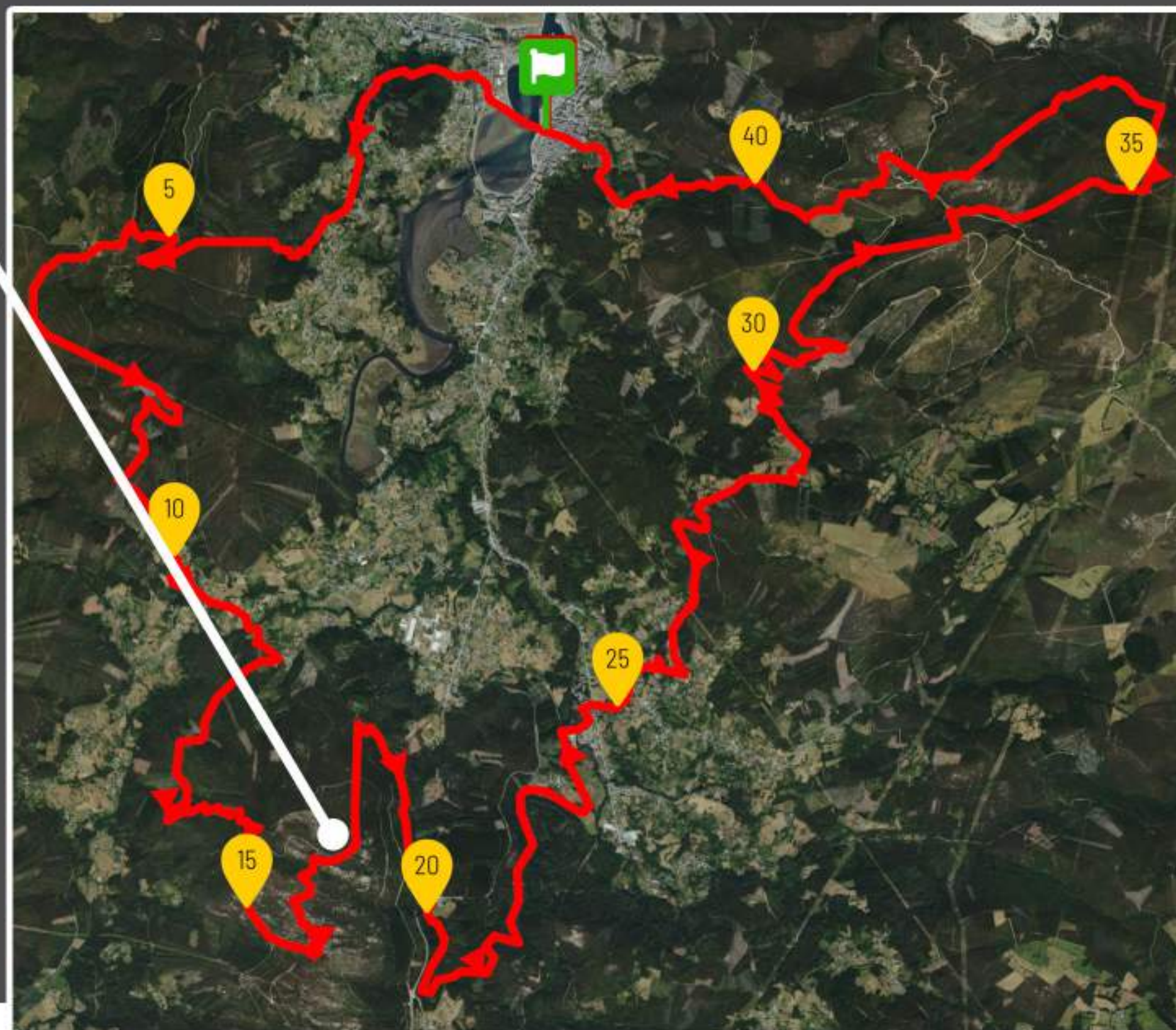




RECORRIDO VIRTUAL

KM 17 AVTUALLAMIENTO 3

Avituallamiento líquido situado en la "Ermita de San Martín" Monte Castelo.





RECORRIDO VIRTUAL

KM 17

Aquí inicia el NORVOZ segment challenge. EL segmento de descenso a lo largo de un Vía Crucis de 1km de longitud.

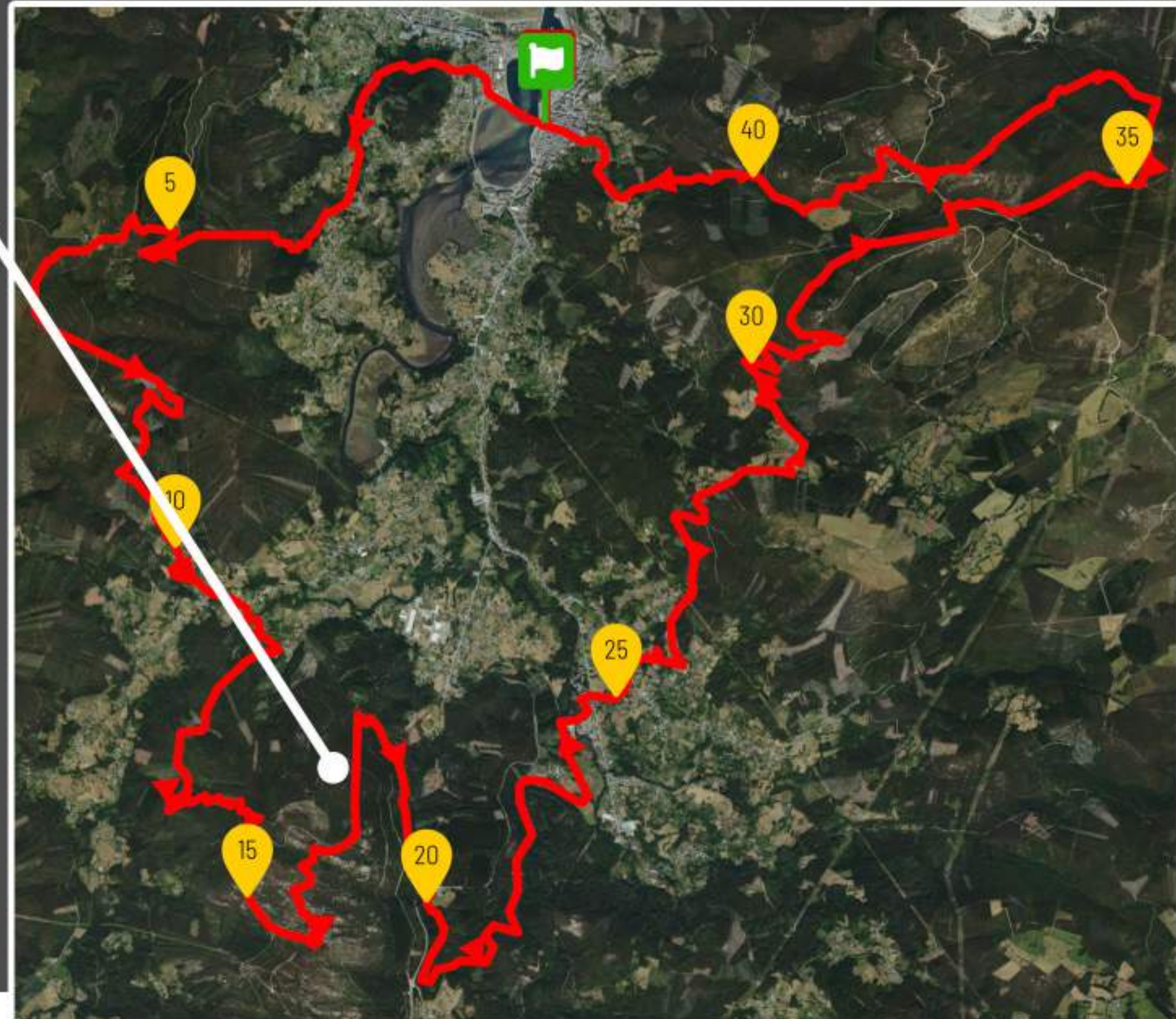




RECORRIDO VIRTUAL

KM 18 VÍA CRUCIS DO CASTELO

OJO!!! Tramo de escaleras al pasar unas piedras.



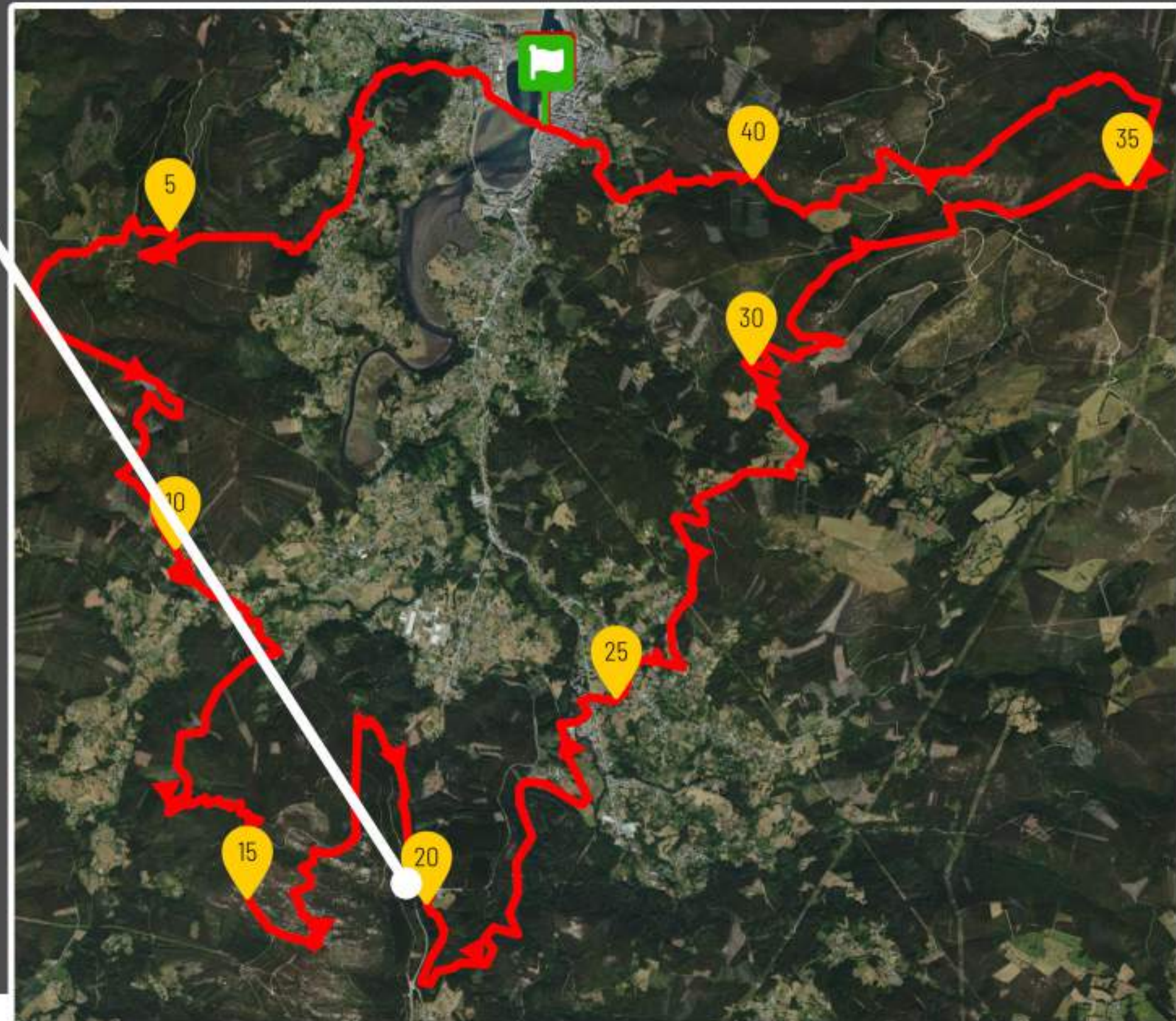


RECORRIDO VIRTUAL

CRUCE PELIGROSO

OJO!!!

Cruce carretera, estará Protección Civil y Guardia Civil de tráfico pero hay que extremar precaución.





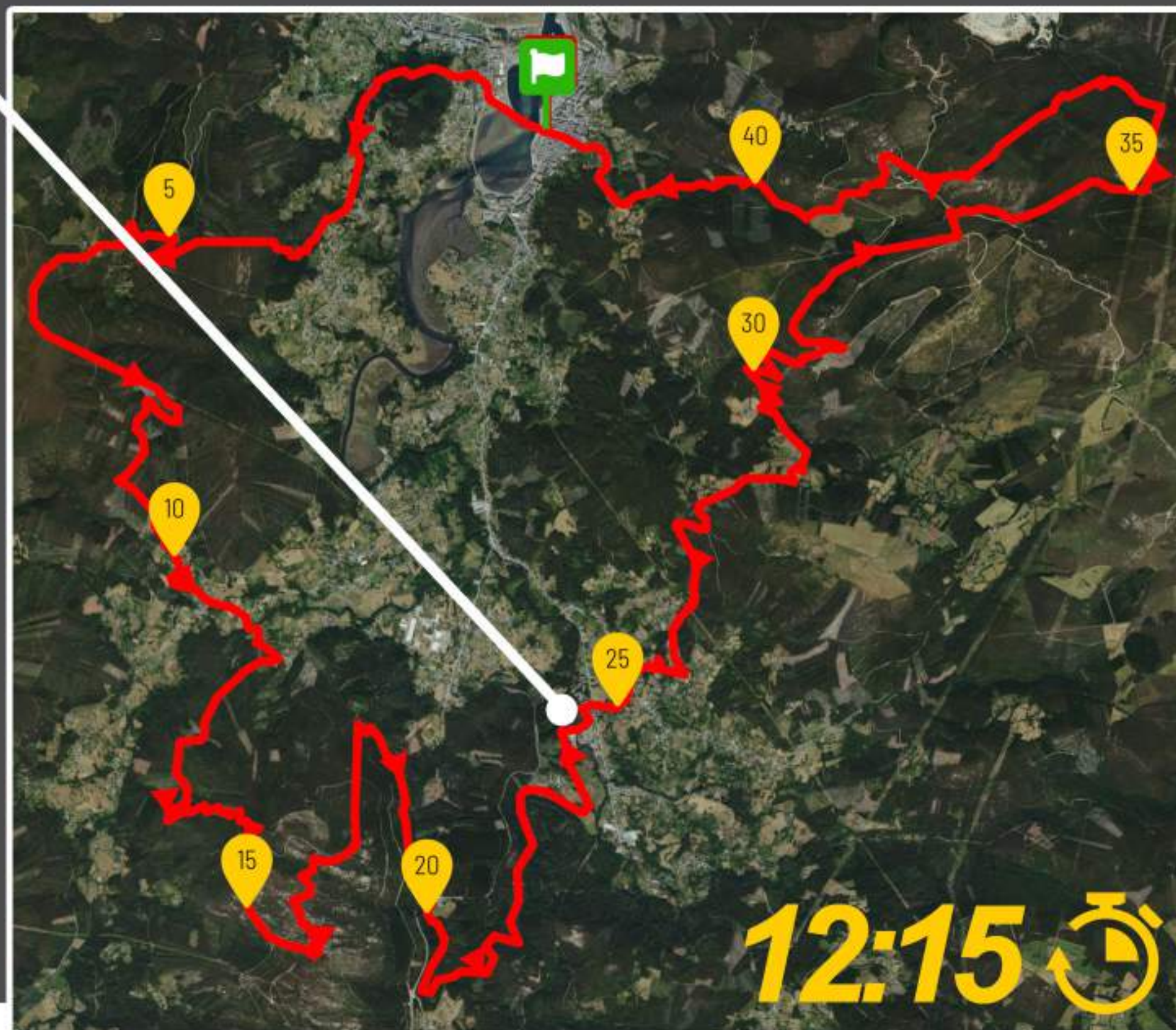
RECORRIDO VIRTUAL

KM 24 AVTUALLAMIENTO 4

Avituallamiento sólido y líquido del "Horreo de Naseiro"

TIEMPO DE CORTE 12:15

SALIDA DE C18K C21K 11:15





RECORRIDO VIRTUAL

SÓLO CORREDORES DE LA C21K

Salida de la C21K

Rodeo de 3 kms por las riberas del río Landro.

RECORRIDO SÓLO DE LA C21K

Se sale al otro lado del río y después de tres kilómetros de carrera se enlaza con el recorrido de la C42K

C18K no realiza este bucle

SALIDA DE C18K C21K - 11:15





PROCESO RELEVO

ZONA DE RELEVOS

- El 2º relevista debe esperar a su compañero en esta zona.
- Cuando llegue el 1er relevista, le entrega la muñequera testigo a su compañero para que pueda salir.
- El 1er corredor debe quitarse y guardar el dorsal para estar en la zona de meta.

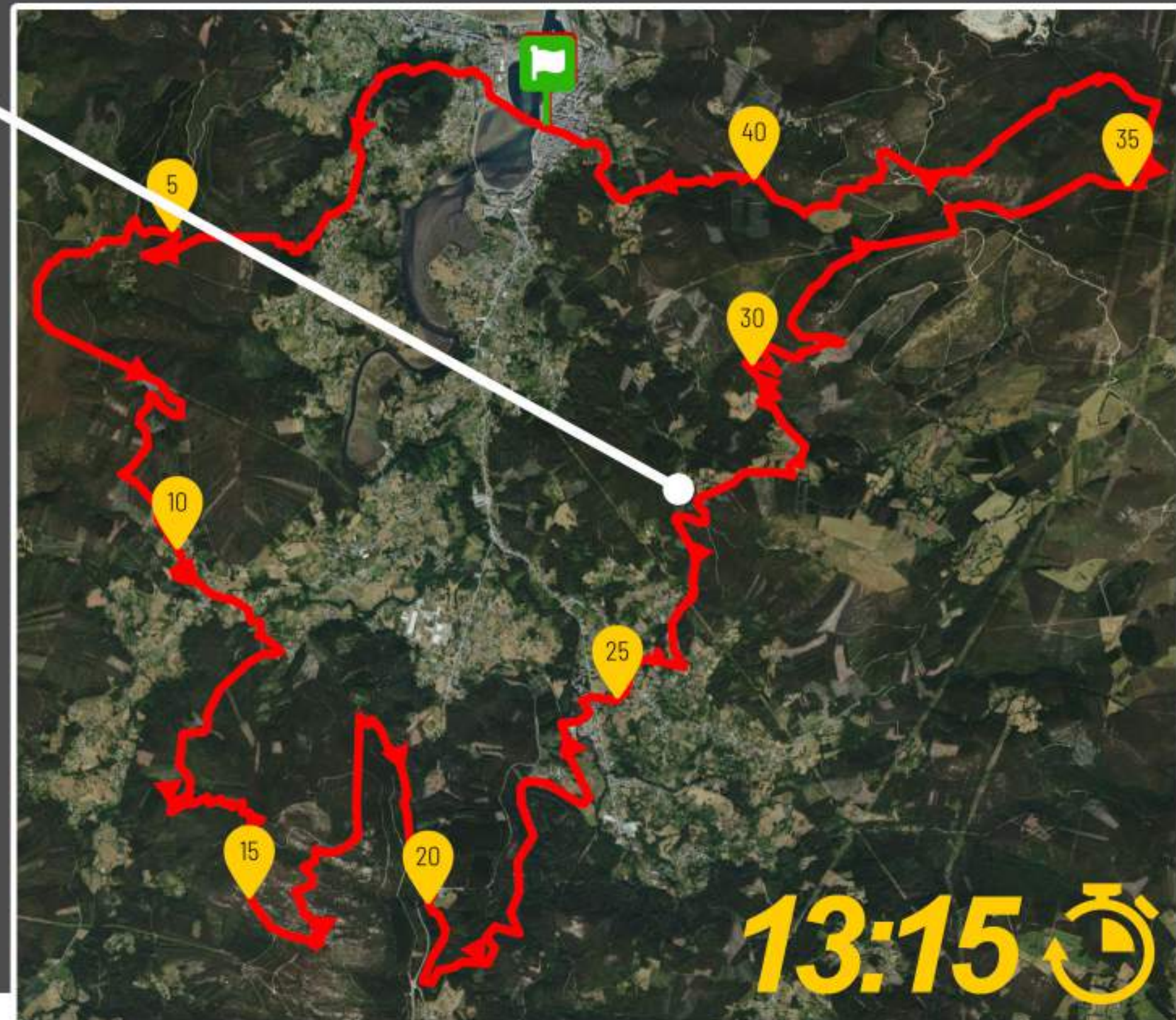




RECORRIDO VIRTUAL

KM 30 AVTUALLAMIENTO 5
Avituallamiento líquido de Aralde.

TIEMPO DE CORTE 13:15
TIEMPO DE CORTE C21K 13:30



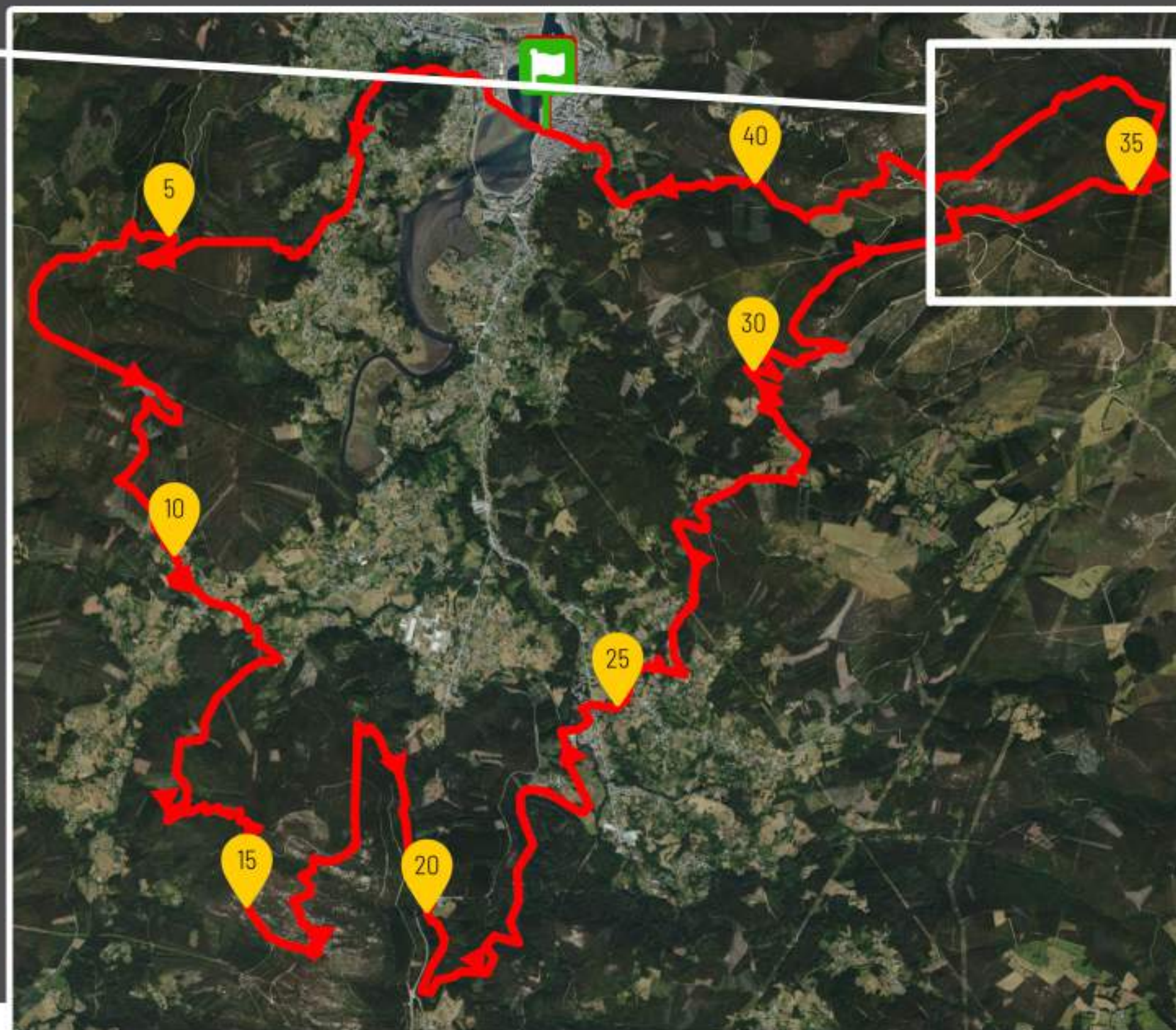


RECORRIDO VIRTUAL

KM 33 AL 38 "EL BUCLE"

Zona final de monte bajo y maleza.

C10K se incorpora en el medio de EL BUCLE al trazado principal.







**TU AVENTURA
COMIENZA
AQUÍ**

*El mejor parque de aventuras
de Galicia*



INSCRIPCIONES E INFORMACIÓN

 info@roqsport.com

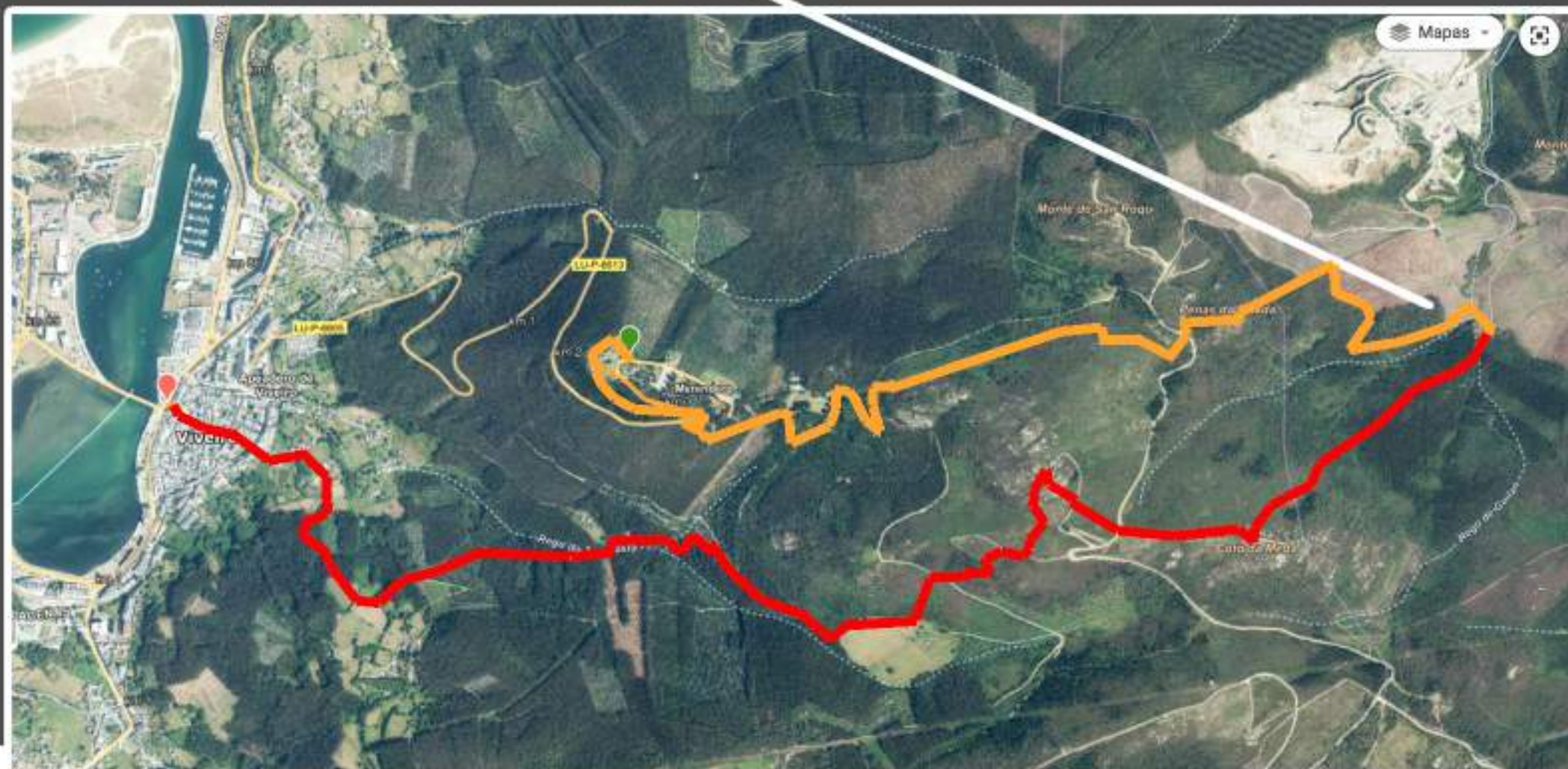
 646514602



RECORRIDO VIRTUAL

SÓLO LOS CORREDORES DE LA C10K

Saldrán de la capilla del monte San Roque y tendrán un recorrido nuevo y exclusivo para esta carrera durante 4km, después se incorporan al trazado principal en la zona de EL BUCLE.



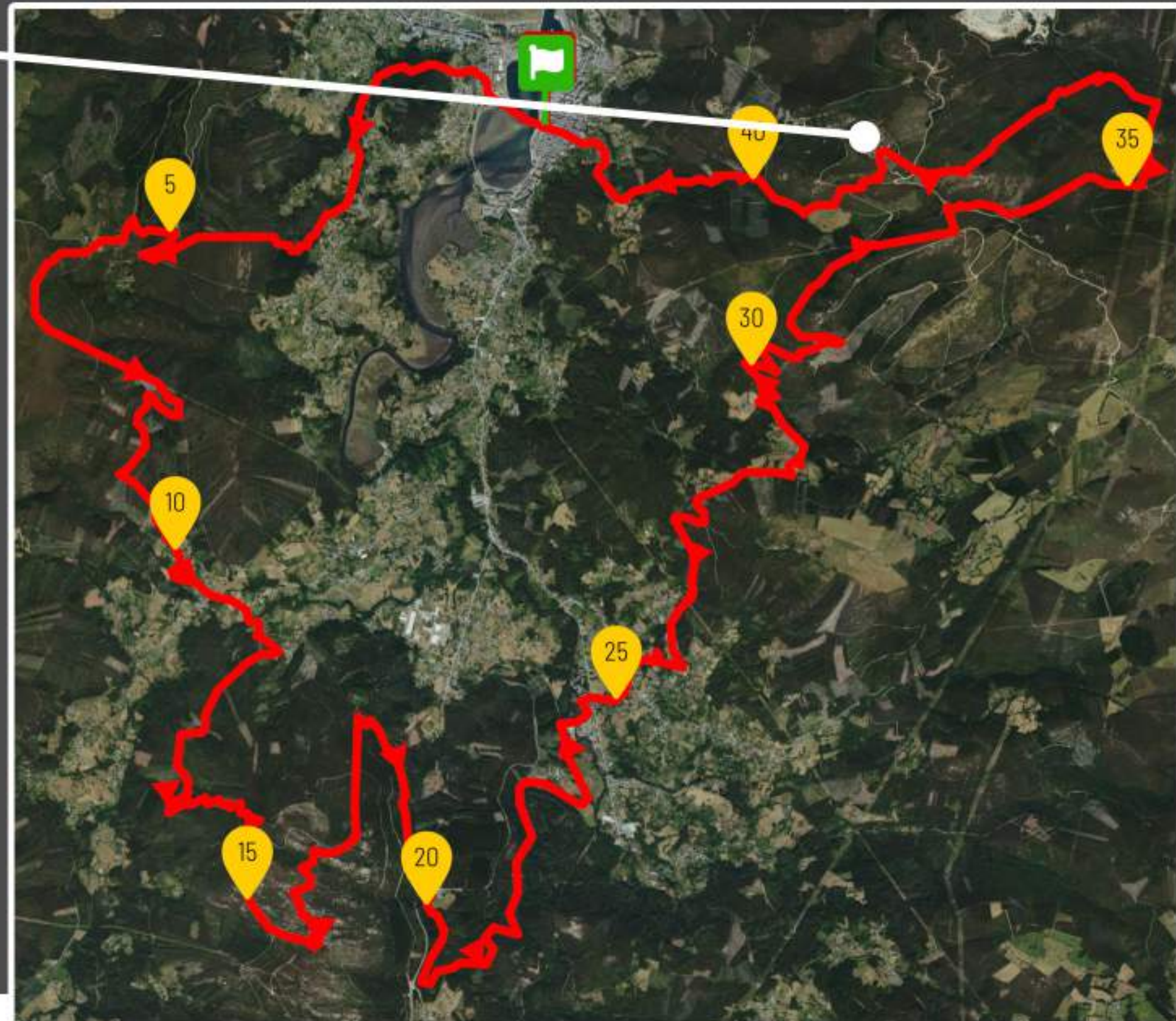


RECORRIDO VIRTUAL

KM 38 AVITUALLAMIENTO 7

Avituallamiento líquido de "O Penedo do Galo".

Pequeño tramo de rocas antes de la cima.



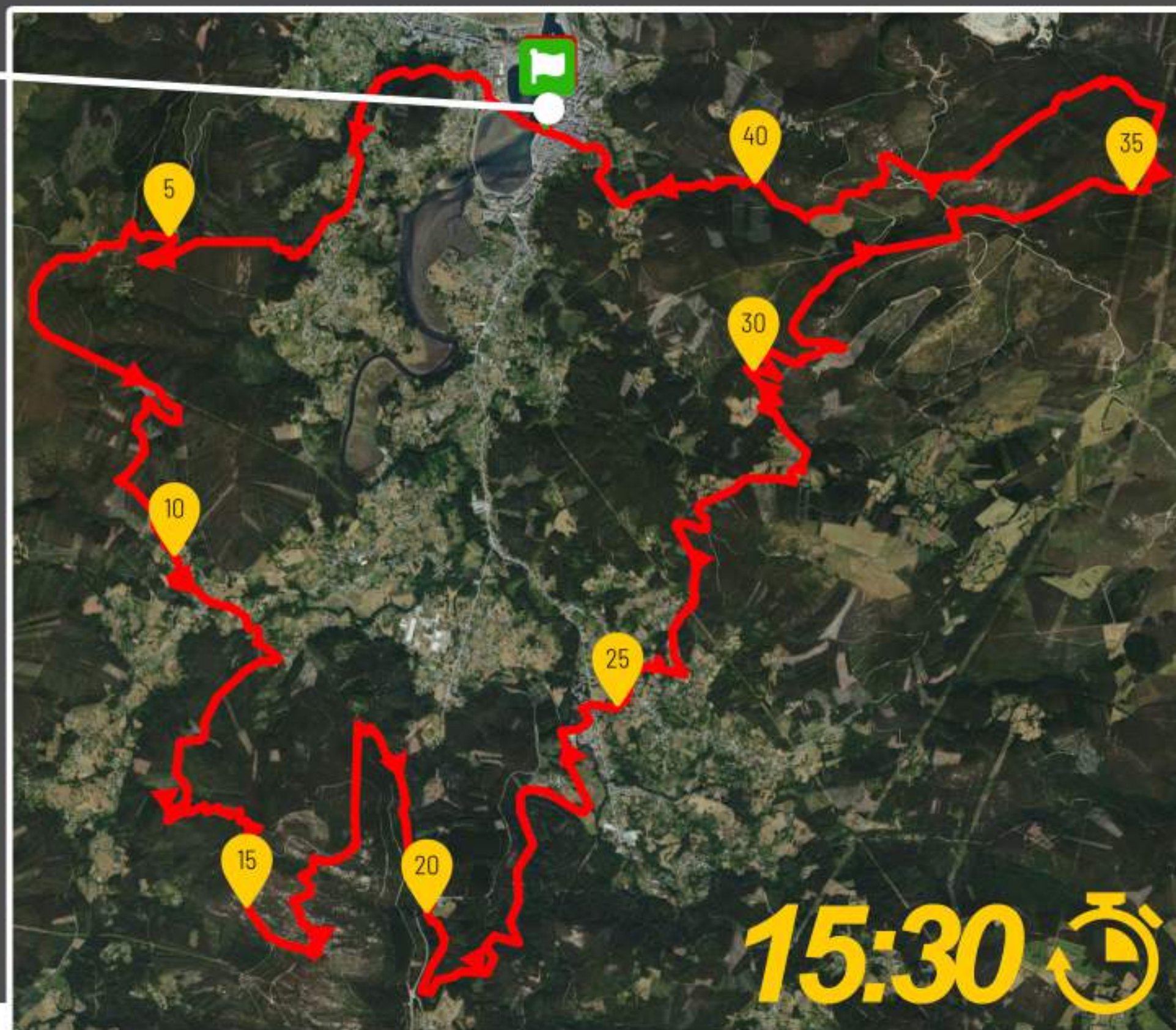


RECORRIDO VIRTUAL

KM 42 META

Habr  avituallamiento al llegar a meta.

CIERRE META 15:30





RECORRIDO VIRTUAL

KM 42 META





CIERRE META

CIERRE CRONO

C42K C21K C10K

C42K relevos

PLAZA MAYOR DE
VIVEIRO

15:30

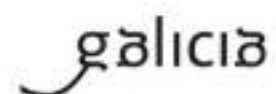




PATROCINADOR PRINCIPAL



PATROCINADORES GOLD



PATROCINADORES SILVER



PATROCINADORES BRONZE



PATROCINADORES

