

REGLAMENTO

TRAVESÍA EuNadoPorEles e PorElas, A NADO SOLIDARIA NON-STOP 2026

La Travesía “EuNadoPorEles e PorElas” a nado solidaria non-stop, organizada por la **Asociación Deportiva-Cultural EuNadoPorEles e PorElas**, en colaboración con el **Hotel Balneario Laías Caldaria**, se celebrará el domingo 20 de septiembre de 2026, a partir de las 10:00 horas en el entorno del balneario, en el Concello de Cenlle (Ourense), en el cauce del Río Miño.

Este evento tiene un objetivo solidario: dar visibilidad y recaudar fondos para **mantener el servicio de asesoramiento en nutrición, a través de una nutricionista especialista en enfermedad renal** (considerando que la nutrición en esta enfermedad es casi tan importante como la atención crónica médica) **de ALCER OURENSE (Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades Renales, de Ourense).**

1. MODALIDADES Y CATEGORÍAS

Los participantes podrán elegir entre las siguientes modalidades en el momento de solicitar la inscripción:

- Nado de 4 horas NON-STOP (individual o por relevos de hasta 4 nadadores)
- Nado de 3 horas NON-STOP (individual o por relevos de hasta 4 nadadores)
- Nado de 2 horas NON-STOP (individual o por relevos de hasta 4 nadadores)
- Categoría de 500 metros: participación libre entre las 12:00 y las 14:00 h

En las modalidades por relevos, los participantes podrán organizar los turnos de nado a su criterio, nadando siempre una sola persona a la vez. Todos los miembros del equipo deberán nadar al menos una vuelta durante el tiempo total asignado y los equipos pueden ser mixtos.

2. HORARIOS

A las **09:00 h** comenzará la entrega de la bolsa del nadador a los participantes, marcaje de dorsal en el dorso de las manos y abrirá el guardarropa.

La entrega del material a los nadadores finalizará 15 minutos antes del inicio de la categoría en la que vayan a participar, momento en el cual deben estar preparados para nadar.

Se realizará una reunión técnica 15 minutos antes del inicio de cada categoría, en la entrada del pantalán y, a continuación, se entrará al agua para dar la salida.

09:00 h. – Entrega de bolsa del nadador y apertura de guardarropa.

09:45 h. – Reunión técnica prueba 4 horas NON-STOP.

10:00 h. – Inicio de la prueba de 4 horas NON-STOP.

10:45 h. – Reunión técnica prueba 3 horas NON-STOP.

11:00 h. – Inicio de la prueba de 3 horas NON-STOP.

11:45 h. – Reunión técnica prueba 2 horas NON-STOP y circuito 500 m.

12:00 h. – Inicio de la prueba de 2 horas NON-STOP.

12:00 a 14:00 h. – Participación en la categoría de 500 metros.

A las **14:00 h.** se dará por finalizada la travesía en todas sus modalidades. Los participantes que no hayan finalizado una vuelta podrán completarla pero **no se sumará**.

14:30 h – Entrega de diplomas a todos los participantes y premios a los vencedores, con presencia de las Autoridades. Fin de fiesta.

3. RECORRIDO

La prueba se desarrollará en el cauce del Río Miño a su paso por el Hotel Balneario Laías Caldaria (Cenlle, Ourense).

El circuito principal consistirá en un triángulo de aproximadamente 1.000 metros (A, B, D, A), delimitado y marcado con dos boyas (B y D) que estarán fondeadas. Dentro de este circuito habrá una boya a mayores (C) que marcará el giro del recorrido de 500 metros (A, C, D, A), también triangular, pero que será de paso para el recorrido de 1.000 metros. El sentido de nado será similar al de las agujas del reloj.

Ver ANEXO con los recorridos al final de este reglamento (estos recorridos podrían sufrir alguna modificación, que sería comunicada con suficiente antelación).

4. DESARROLLO DE LA PRUEBA

A las 10:00 h. dará inicio la primera prueba. Es obligatorio usar el gorro entregado por la organización donde figura el número de dorsal. Éste debe quedar visible en la parte izquierda de la cabeza. El número deberá marcarse, también, en el dorso de la mano, bien visible para su correcta identificación. En el caso de los equipos por relevos, cada componente llevará, además del número de dorsal asignado, una letra identificativa de su relevo (A, B, C o D).

La salida de cada modalidad se dará desde el agua, en una zona próxima al pantalán donde estará el punto de control de las vueltas, el avituallamiento y la meta.

Durante el tiempo que dure la prueba, **los nadadores intentarán realizar el mayor número de vueltas al circuito** pasando, al final de cada una de ellas, por el punto de control situado en el pantalán para que la organización pueda contabilizarlas. Será responsabilidad del nadador realizar el control correctamente diciendo su número de dorsal. En el caso de los relevos, el nadador que esté realizando la vuelta, si no va a continuar, deberá pasar por el control antes de que otro compañero lo sustituya, tocando cualquier parte de su cuerpo antes de comenzar su relevo (el relevo puede realizarse dentro del agua). Si continúa, hará el mismo control que los nadadores individuales.

Los nadadores podrán detenerse en el punto de control el tiempo que consideren oportuno para realizar su avituallamiento, intentando no entorpecer la participación de otros competidores. El avituallamiento consistirá en fruta, agua y bebida isotónica. El nadador podrá hacer uso de su propio avituallamiento, correctamente marcado.

Ganará aquel nadador, nadadora y equipo de relevos que consiga dar el mayor número de vueltas en las modalidades 4 horas, 3 horas y 2 horas NON-STOP.

Por razones de seguridad, el acceso al pantalán sólo estará permitido a los nadadores, al equipo de organización, a los miembros de seguridad de la prueba y a aquellas personas que la organización autorice.

El uso del neopreno es optativo aunque, por las características del lugar y la temperatura habitual del agua en esa zona y en esa época del año, no es recomendable.

Asimismo, **será obligatorio el uso de boya** de natación en todas las modalidades de la prueba, como medida básica de seguridad y visibilidad en el agua. La organización no suministrará las boyas, será por cuenta del nadador.

5. PREMIOS

Todos los nadadores que participen llevarán un diploma de recuerdo, donde figurará su nombre, la modalidad en la que participaron y el número de vueltas conseguidas.

Se entregarán los siguientes premios:

- Campeona (femenina) de la categoría 4 horas NON-STOP.
- Campeón (masculino) de la categoría 4 horas NON-STOP.
- Campeona (femenina) de la categoría 3 horas NON-STOP.
- Campeón (masculino) de la categoría 3 horas NON-STOP.
- Campeona (femenina) de la categoría 2 horas NON-STOP.
- Campeón (masculino) de la categoría 2 horas NON-STOP.
- Equipo de relevo campeón de la categoría 4 horas NON-STOP.
- Equipo de relevo campeón de la categoría 3 horas NON-STOP.
- Equipo de relevo campeón de la categoría 2 horas NON-STOP.

La categoría de 500 metros es participativa y no competitiva, por lo que no habrá premios.

6. INSCRIPCIÓN Y DONACIÓN ECONÓMICA POR INSCRIPCIÓN A LA PRUEBA

Esta prueba tiene carácter solidario y benéfico y los beneficios obtenidos serán destinados al **programa de nutrición de ALCER OURENSE**.

Plazo de inscripción: del 1 de agosto al 11 de septiembre de 2026 o hasta cubrir las **125 plazas**.

En el momento en que el nadador tenga el visto bueno para inscribirse, realizará la siguiente donación, para sufragar los costes de Seguro R.C., Seguro Accidentes, gorro de la prueba, gastos de seguridad, avituallamientos, bebida isotónica, agua, fruta, regalo conmemorativo de la travesía y otros gastos asociados:

PRIMER TRAMO: del 01/08/2026 al 31/08/2026:

INDIVIDUAL

50 € para la modalidad 4h.

40 € para la modalidad 3h.

30 € para la modalidad 2h

RELEVOS

90 € para la modalidad 4 h.

70 € para la modalidad 3 h.

50 € para la modalidad 2 h.

500 METROS

20 €.

SEGUNDO TRAMO: del 01/09/2026 al 11/09/2026:

INDIVIDUAL

60 € para la modalidad 4h.

50 € para la modalidad 3h.

40 € para la modalidad 2h

RELEVOS

100 € para la modalidad 4 h.

80 € para la modalidad 3 h.

60 € para la modalidad 2 h.

500 METROS

25 €.

En el caso de que no se realice esta donación, el nadador no podrá participar en la travesía.

BAJA VOLUNTARIA EN LA TRAVESÍA: una vez inscrito y donado el importe indicado, si se solicita la baja no se realizará devolución de la donación.

El número de participantes estará limitado a 125 nadadores (sumando inscripciones en todas las modalidades) .

Para realizar la inscripción, deberán seguirse los siguientes pasos:

1. Cubrir correctamente el formulario de preinscripción, para solicitar la participación en la Travesía, al que se puede acceder desde el botón correspondiente en la página de información sobre la travesía en la web <https://eunadoporeles.es/travesia> escogiendo si es individual o si es por relevos (formularios diferentes).
2. Esperar a recibir contestación por parte de la Asociación EuNadoPorEles e PorElas en la que se confirme que tiene plaza y que puede continuar la inscripción.
3. Una vez confirmada la plaza, realizar el ingreso bancario correspondiente al importe de la modalidad a nadar, como donativo para el Reto, en la cuenta bancaria de la ASOCIACIÓN EUNADOPORELES, del BBVA con IBAN: ES0601820616580201613040, indicando como concepto: DONATIVO TRAVESIA + Nombre del participante, con el importe adecuado a la modalidad en la que se inscriba y al plazo.
- 4. Enviar el justificante del ingreso al correo info@eunadoporeles.es**
5. Una vez que la organización reciba el justificante y compruebe que todo está correcto, se le comunicará la correcta inscripción.

Se habilita también una FILA CERO, para toda persona que quiera colaborar, haciendo su ingreso en la misma cuenta que para la inscripción de nadadores, pero indicando en el concepto: FILA ZERO. Este importe se destinará íntegramente a ALCER OURENSE.

7. SERVICIOS Y SEGURIDAD

Todos los participantes contarán con seguro de accidentes incluido en la inscripción.

Se dispondrá de equipo de seguridad, adaptado a la normativa, compuesto por: una ambulancia en tierra con personal sanitario, una embarcación de Protección Civil, socorristas y voluntarios en embarcaciones de remo.

8. AMBIENTE Y ANIMACIÓN

La organización pretende que sea una jornada festiva y de convivencia, en la que el deporte, la solidaridad y la visibilidad del programa de ALCER Ourense sean los protagonistas.

Al finalizar la prueba, los participantes tendrán a su disposición un avituallamiento.

9. CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

Podrán participar todas aquellas personas a partir de 14 años que se encuentren debidamente entrenadas para realizar esta prueba.

Los participantes menores de 18 años podrán participar en las modalidades NON-STOP, tanto de forma individual como por relevos, siempre que cuenten con autorización expresa y firmada de su padre, madre o tutor legal.

En la modalidad de 500 metros podrán participar también menores de 14 años, siempre que cuenten con autorización expresa y firmada de su padre, madre o tutor legal y realicen el recorrido acompañados por un adulto.

La organización podrá establecer limitaciones en cuanto al número de vueltas consecutivas o al tiempo de permanencia en el agua de los menores cuando las condiciones de la prueba, la temperatura del agua o cualquier otra circunstancia relacionada con la seguridad así lo aconsejen.

10. RESPONSABILIDAD DE LOS PARTICIPANTES

Mediante la inscripción, cada participante manifiesta haber leído y aceptado el presente reglamento y declara encontrarse en condiciones físicas y de salud adecuadas para afrontar la modalidad en la que participa, así como disponer de la preparación necesaria para nadar en aguas abiertas.

Cada participante asume los riesgos inherentes a la práctica de la natación en aguas abiertas y se compromete a cumplir las indicaciones de la organización, del personal de seguridad, de los socorristas y de las autoridades presentes durante el desarrollo de la prueba.

La organización adoptará las medidas de seguridad y prevención necesarias para el correcto desarrollo de la travesía, sin perjuicio de las responsabilidades que legalmente pudieran corresponderle.

La organización no se responsabilizará de la pérdida, sustracción o deterioro de objetos personales que no hayan sido expresamente entregados para su custodia en los servicios habilitados al efecto.

11. CANCELACIÓN DEL EVENTO

La organización se reserva el derecho de cancelar la prueba por causas de fuerza mayor, especialmente si las condiciones meteorológicas o del cauce del río así lo aconsejan, o por cualquier otro motivo que la seguridad de los participantes o la viabilidad del evento. En tal caso, la organización no asumirá responsabilidad alguna por los perjuicios que dicha cancelación pueda ocasionar. Al tratarse de una actividad solidaria, el importe de las inscripciones no será reembolsado, destinándose íntegramente al programa de la asociación escogida este año como receptora.

12. MODIFICACIÓN DEL REGLAMENTO Y RESOLUCIÓN DE CONTINGENCIAS

La organización se reserva el derecho a modificar el presente reglamento si así lo considera necesario por razones de seguridad, por indicaciones de las autoridades competentes, por cambios en las condiciones del entorno o por cualquier circunstancia que pueda afectar al correcto desarrollo de la prueba. Cualquier modificación será debidamente comunicada a los participantes a través de los canales oficiales.

Asimismo, todas aquellas situaciones, incidencias o contingencias que pudieran surgir durante la organización, desarrollo o finalización del evento y que no estén específicamente recogidas en este reglamento, serán resueltas por la organización a través de los responsables de la Dirección de la prueba. Las decisiones adoptadas por estos responsables serán inapelables y estarán orientadas a garantizar la seguridad, el buen funcionamiento del evento y el respeto a su carácter solidario.

13. ALOJAMIENTO Y RESTAURACIÓN EN HOTEL BALNEARIO LAIAS CALDARIA

Laías Caldaria Hotel Balneario ofrece condiciones especiales en sus servicios de alojamiento y restauración a todos los participantes y acompañantes, además de una amplia oferta de tratamientos termales en su balneario.

Consultar precios y condiciones directamente con el hotel balneario, indicando que es para la Travesía a nado.

LAIAS CALDARIA HOTEL BALNEARIO

Ctra. Nacional 120, Km. 585,8.

32459 Laías – Ourense

Teléfono +34 988 280 409 || Correo electrónico: laias@caldaria.es

GPS 42.32609, -8.02905

RECORRIDO 1.000 metros



RECORRIDO 500 metros

