

BOLETÍN INFORMATIVO DA III PROBA DE COPA XUNTA DE GALICIA 2026 DE MARCHA NÓRDICA E II OPEN DE MARCHA NÓRDICA CONCELLO DE A CORUÑA 2026

Rev.17/10/2026



INSCRIPCIÓNS

1. ORGANIZACIÓN.

Sociedad de Montaña Ártabros
Federación Galega de Montañismo

2. COLABORADORES.

Concello de A Coruña
Xunta de Galicia
Cume Norte

3. REGULAMENTO DA COMPETICIÓN.

*Todas as probas estarán baixo o Regulamento vixente de [Competicións e Eventos Deportivos da Área de Marcha Nórdica da FGM.](#)

4. INSCRICIÓNS.

A partires do 15 de Setembro ata o 27 outubro, a través da seguinte [ligazón](#).

5. LUGAR, DATA E HORARIOS DAS PROBAS.

- Lugar: Parque da Torre de Hércules. (O percorrido do circuito estará aberto de forma permanente á circulación de persoas.)
- Data: Sábado 31 de outubro de 2026.
- Horarios:
 - 9:00h a 10:30h ENTREGA DE DORSAIS.
 - 10:30h. BREAFIG.
 - 10:45h. ENTRADA NOS CAIXÓNS DE SAÍDA.
 - 11:00h, saída.
 - 13:30h, entrega de premios.

6. INFORMACIÓN.

- email: artabros@artabros.org
- Teléfono: 676 97 85 85

7. PARTICIPANTES E LÍMITES.

*Poderá participar calquera persoa inscrita na forma e prazo que estableza a organización e que cumpra os seguintes requisitos:

7.1. I Proba da Copa Galega Xunta de Galicia de Marcha Nórdica 2026.

- Todas as persoas participantes deberán estar en posesión da licenza federativa FGM ou FEDME válida para o ano 2026.
- Soamente puntuarán as persoas maiores de 16 anos ou as que os cumpran no ano 2026.
- O límite de participantes será de 120 participantes.

7.2. III Open de Marcha Nórdica Concello de A Coruña 2026.

- Poderán participar persoas federadas e non federadas.
- O límite de participantes será 150 persoas.

NOTA: Por motivos de seguridade e responsabilidade civil, queda restrinxido o uso de dorsais EXCLUSIVAMENTE AO TITULAR OFICIAL INSCRITO NO MESMO. A persoa participante que sexa detectada facendo un uso fraudulento do dorsal será expulsada da proba quedando reservado ademais por parte da organización outro tipo de accións o denuncias legais.

8. PREZOS DAS INSCRICIÓNS:

8.1. III Proba de Copa Xunta de Galicia de Marcha Nórdica 2026:

- Federados: 15 euros.

8.2. II Open de Marcha Nórdica Concello de A Coruña 2026:

- 16 anos ou mais: 10 euros
- Ata 15 anos: 5 euros

*Os/as menores de idade deberán presentar autorización orixinal da nai, pai ou tutor legal para a súa participación na proba, así como para a retirada do dorsal. O impreso pódese descargar dende os anexos do boletín da proba.

9. CATEGORÍAS.

9.1. III Proba de Copa Xunta de Galicia de Marcha Nórdica 2026:

- Categoría Absoluta: Tódolos participantes maiores de 16 anos.
- Alevín: de 10 a 11 anos.
- Infantil: de 12 a 13 anos.
- Cadete: de 14 a 15 anos.
- Junior: de 16 a 17 anos.
- Promesa: de 18 a 23 anos.
- Senior: de 24 a 39 anos.
- Veterana A: de 40 a 49 anos.
- Veterana B: de 50 A 59 anos.
- Veterana C: de 60 a 69 anos.
- Veterana D: de 70 anos en diante.

9.2. II Open de Marcha Nórdica Concello de A Coruña 2026:

- Categoría infantil: ata 15 anos.
- Categoría absoluta: 16 ou mais anos.
- Categoría inclusiva: Todas as idades.

*Para persoas con diversidade funcional. Obrigatorio 1 monitor por cada dous participantes como mínimo.

***Importante:**

A idade a ter en consideración para toda a tempada será a que o participante teña o día 31 de decembro do ano da competición.

A premiación no Open sin dar lugar a podium, serán medallas diseñadas especialmente para conmemorar que o participante finalizou a proba e faranse entrega a tódolos deportistas o seu paso por línea de meta unha vez rematen o percorrido exigido independentemente da súa posición, expoñéndose a título informativo a lista cos tempos e clasificación da proba por categorías.

10. PERCORRIDO.

10.1. III Proba de Copa Xunta de Galicia de Marcha Nórdica 2026.

- Alevín, e infantil: 2,5 km (1 volta)
- Cadete: 5 Km (2 voltas de 2,5 Km)
- Resto de categorías: 12,5 Km (5 voltas de 2,5 Km).

10.2. II Open de Marcha Nórdica Concello de A Coruña 2026.

- Categoría absoluta: 7,5 Km (3 voltas de 2,5 Km).
- Categoría infantil e categoría inclusiva: 2,5 Km (1 volta de 2,5 Km).

11. ENTREGA DE DORSAIS:

*Para a retirada dos dorsais, tódalas persoas participantes que formalizaran a súa inscrición deberán presentar:

- DNI/Permiso de conducir/Pasaporte.
- Tarxeta federativa do ano en curso 2026. (*solo para inscritos a III Proba de Copa Xunta de Galicia de Marcha Nórdica 2026).

Anexo I:

Autorización de retirada de dorsal por terceiros debidamente cumprimentada e asinada pola persoa inscrita xunto a fotocopia do seu DNI.

Anexo II:

Autorización paterna/materna debidamente cumprimentada (participantes menores de idade con titores legais).

***Nota:**

Non se permite a retirada do dorsal do deportista por parte dunha persoa distinta a inscrita, salvo que aporte autorización asinada pola persoa inscrita xunto coa fotocopia do seu DNI.

Os menores de idade deberán presentar autorización orixinal, da nai, pai ou tutor legal para retirar o dorsal e participar na proba.

12. MATERIAL OBRIGATORIO.

Tódalas persoas deportistas deberán levar consigo o material deportivo necesario para a realización da proba e requerido pola organización.

- Será obrigatorio o uso de dous bastóns específicos de marcha nórdica que permitan aplicar correctamente a técnica.
- Será obrigatorio o uso de calzado adecuado ao itinerario.
- Non será obrigatorio o uso de Pads (tacos de goma).
- Utilizarase roupa deportiva axeitada para a competición e as condicións metereolóxicas reinantes o día da proba.
- Non está permitido o uso de auriculares.

13. UBICACIÓN DO CIRCUITO.

- A recepción e saída estarán situadas no [Paseo dos Menhires](#).
- O aparcadoiro está situado ó longo do [Paseo dos Menhires](#) entrando dende Adormideras.



circuito xeral: <https://loc.wiki/t/289817278?wa=share&og=JzFsGY63NQ8>



14. OUTRA INFORMACIÓN DE INTERESE.

- Na recepción habrá consigna de mochilas para os participantes.
- Duchas disponibles no pabellón da Cidade deportiva da Torre:
<https://maps.app.goo.gl/LC5PbF9SWRimSK2E6>

O remate da proba habrá unha comida de confraternización tanto para os participantes como para acompañantes e colaboradores.

- Lugar: Cafetería do rectorado da UDC. Rúa Maestranza n.9 - A Coruña.
- Hora: 15:00h
- MENÚ:
1º Potaxe
2º Bacallao ó forno.
coulant de chocolate con xeados de cítricos.
Bebidas e café.
- PREZO: 30 EUROS

***Para apuntarse na comida facelo a través do mesmo formulario de inscrición das probas.**

SAÚDO E INVITACIÓN.

Animamos e invitamos a todas e todos os deportistas de marcha Nórdica tanto de Galicia como do resto de Territorios, a que se acerquen a nosa cidade e poidan disfrutar de competir e disfrutar nun entorno privilexiado como é a contorna da Torre de Hércules, declarada dende o 2009 [Patrimonio da Humanidade](#) pola [Unesco](#).

Benvidas e benvidos!!.



ANEXO I AUTORIZACIÓN RECOLLIDA DE DORSAL

Eu, D/Dona. _____ con

DNI: _____ declaro estar inscrito no (marcar o que corresponda). A III Proba da Copa Xunta de Galicia de Marcha Nórdica 2026 ou o II Open Marcha Nórdica Concello de A Coruña, a celebrar en A Coruña o 31 de outubro de 2026, co dorsal nº: _____ AUTORIZO A:

D/Dona. _____ con

DNI: _____ a que recolla o meu dorsal, a documentación e o material que a organización teña disposto, entendendo que se trata de material persoal e intransferible, que no poderá ser utilizado durante a proba por outra persoa diferente de min.

En, _____ a _____ de _____ de 2026 Sinatura da persoa autorizada



ANEXO II AUTORIZACIÓN MENORES, TUTELAS...

D./Dna. _____, con
DNI/pasaporte _____, na miña condición de pai/nai/ tor/ tora
de D./ Dn _____ con; DNI/
pasaporte: _____ e con dorsal asignado na proba
número _____, pola presente AUTORIZO a o meu fillo/filla/tutorizado menor de idade
a participar nas seguintes probas deportivas: A III Proba da Copa Xunta de Galicia de
Marcha Nórdica 2026 ou o II Open Marcha Nórdica Concello de A Coruña, a celebrar en A
Coruña o 31 de outubro de 2026, baixo a miña responsabilidade. Así como declaro ter lido o
regulamento de dita proba e aceptar tódalas condicións que nela se establecen.

En, _____ a _____ de _____ de 2025 Asdo: