

REGLAMENTO

**XII CARRERA ENKI
2025**

SÁBADO 18 OCTUBRE DE 2025

A CORUÑA

ENKI *Inclusión en
movimiento*

LA CARRERA ENKI

La carrera ENKI es una cita única en Galicia. Nace en 2014 como una prueba lúdica, no competitiva, apta para todas las edades y condiciones que, a través del juego, promueve la inclusión y la visibilización de colectivos y personas con diversidad funcional, así como el respeto y la educación en la diversidad.

RESPONSABILIDAD

La participación en el evento está bajo la responsabilidad y propio riesgo de las participantes. Las participantes manifiestan al haberse inscrito en el evento que se encuentran en condiciones de hacerlo y que no existen riesgos graves que puedan interferir en su práctica.

PARTICIPANTES

La carrera está abierta a todos los públicos; niños/as sin edad mínima, familia, deportistas y no deportistas, hombres, mujeres, personas con movilidad reducida, atleta, etc. Cualquier persona que quiera disfrutar y participar de una carrera lúdica.

La organización establecerá un número máximo de participantes que publicará en la página web y redes sociales (RRSS).

PARTICIPACIÓN EN EQUIPOS

La inscripción se podrá realizar individualmente o en equipos formados como mínimo por 2 integrantes y sin número máximo. Los participantes al inscribirse pueden indicar a qué equipo pertenecen o, en caso de no tener equipo, dejar en blanco dicho apartado. Los miembros de un mismo equipo se agruparán en una misma salida. En el caso de no tener equipo la organización lo agrupará en un equipo general.

INSCRIPCIONES

Las inscripciones se abrirán el 12 de septiembre a las 12:00h hasta agotar el número de dorsales establecido. Se pueden hacer de dos maneras:
Se pueden hacer de dos maneras.

- 1) **Online:** a través de la web www.enkiproyecto.com/inscripcion
- 2) **De manera presencial:** a partir del día **15 de septiembre** en la planta de deportes de *El Corte Inglés (C/ Ramón y Cajal, 57, A Coruña)*.

COSTE DE DORSAL

El 100% del importe recaudado a través de las inscripciones se destina a proyectos de ocio y deporte inclusivo dirigido a entidades sociales. Se establecen dos tipos de dorsal:

- General: 8 euros
- Menores de 10 y personas con diversidad funcional: 6 euros

Todas aquellas personas que deseen participar en la carrera deben inscribirse de acuerdo con los procedimientos informados; incluidas menores. No se permitirá la participación sin dorsal.

ENTREGA DE DORSALES

Los dorsales se entregarán de manera presencial en El Corte Inglés (Planta de Deportes) – C/ Ramón y Cajal, 5 7A Coruña los días Jueves 16 y viernes 17 de Octubre en horario de 10 a 21 horas

SALIDA

Se harán salidas proporcionales al número de inscritos con franjas horarias de aproximadamente media hora entre cada una. Se comunicará en los días previos el horario de cada salida. Durante la entrega de dorsales, los participantes conocerán la hora de salida según color de dorsal. Cada salida se asociará a un color de dorsal y la organización comunicará el orden los días previos por redes sociales.

RECORRIDO

La XI Carrera por la inclusión es una prueba lúdica de obstáculos, no competitiva. Se trata de un recorrido urbano de aproximadamente 2,5km.

OBSTÁCULOS

Estarán distribuidos a lo largo de todo el recorrido, accesibles, no obligatorios en el caso de que no quieran traspasarse y libres de alergia (harina sin gluten). En los días previos al evento se difundirá información acerca de los obstáculos. En todos los obstáculos, además, habrá un equipo de voluntariado para apoyar, ayudar y dinamizar el obstáculo. Se supervisará el correcto desarrollo y velarán por la seguridad de las participantes durante de la prueba.

BOLSA DEL CORREDOR

Junto con el dorsal, todas las personas inscritas recibirán una bolsa del corredor con regalos facilitados por los colaboradores, además del dorsal autoadhesivo.

PREMIOS

Al tratarse de una carrera no competitiva, los premios simbólicos, se entregarán de acuerdo con las siguientes categorías para aquellas participantes que se inscriban como EQUIPO:

- Equipo más numeroso
- Equipo con disfraz más original
- Equipo más animado

Para ENTIDADES y CENTROS EDUCATIVOS se establecen premios específicos de acuerdo a las bases específicas publicadas para cada una.

AVITUALLAMIENTO

Todas las personas inscritas, una vez finalizada la carrera y a la presentación del dorsal, se les hará entrega del avituallamiento.

SERVICIOS DISPONIBLES

SERVICIO DE PRÉSTAMO CASCOS DE PROTECCIÓN DE RUIDO

ENKI pone a disposición de las personas que lo necesiten el servicio de préstamo de unos cascos preparados para la hipersensibilidad auditiva en la zona de meta, debidamente señalizado. Con ellos, las participantes podrán protegerse del ruido mientras participan en la carrera.

SERVICIO DE PROTECCIÓN Y LIMPIEZA DE SILLAS DE RUEDAS

ENKI pone a disposición de las personas que lo necesiten un servicio de protección de silla de ruedas en una zona, debidamente señalizada. Se comunicará a los participantes por medio de la web y en RRSS. Se cubrirá con film plástico la silla para protegerla durante el recorrido. Se ofrece un servicio de limpieza de las sillas de ruedas tras finalizar el recorrido.

SERVICIO DE INTÉRPRETE DE LENGUA DE SIGNOS ESPAÑOLA (LSE)

ENKI dispone de servicio de intérprete de LSE para garantizar la accesibilidad de la información facilitada durante el evento. Este servicio se encargará de interpretar durante todo el recorrido al speaker que

estará dinamizando la carrera.

CONSIGNA

Se habilitará servicio de consigna en una zona debidamente señalizada, para que las personas inscritas puedan dejar sus objetos personales y ropa de muda (la cual se recomienda llevar ya que en el desarrollo de la carrera es muy habitual terminar manchados y mojados). Se comunicará a los participantes por medio de la web y en RRSS.

SERVICIO DE ASEOS

La organización pondrá a disposición de todas las participantes aseos adaptados en la zona de meta.

SOSTENIBILIDAD EVENTO

Cada año, desde la organización de ENKI, nos comprometemos con hacer posible la sostenibilidad del evento y cuidar al máximo el medioambiente. Os iremos informando de las acciones que llevaremos a cabo y os pedimos que por favor colaboréis con este objetivo.

ENKI *Inclusión en
movimiento*