

CIRCUITO TRAVESÍA COSTA DUACODE 2026

WWW.TRAVESIACOSTA.COM

LIBRO DE LA **TRAVESÍA COSTA OLEIROS** **26 DE JULIO** **3.000M - 1.000M**

Concello de  Oleiros

 Deputación
DA CORUÑA

 XUNTA
DE GALICIA

 Xacobeo
2027

CONTENIDO

1 OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

2 SALUDOS INSTITUCIONALES

3 CIRCUITO TRAVESÍA LARGA

4 CIRCUITO TRAVESÍA CORTA

5 PROGRAMA

6 INFORMACIÓN GENERAL

7 PRÁCTICAS SOSTENIBILIDAD

8 MATERIAL NADADOR

9 COLOCACIÓN DORSAL

10 SEGURO DE ACCIDENTES

11 CANAL INFORMATIVO

12 COLABORADORES

13 PROMOCIÓN SAILFISH



POLÍTICA DE SOSTENIBILIDAD

Circuito Travesía Costa

En el Circuito Travesía Costa nos comprometemos a continuar desarrollando una serie de medidas para la adopción de prácticas sostenibles que promuevan el cuidado del medio ambiente, favorezcan la inclusión social, impulsen el desarrollo local y fomenten valores deportivos y de vida saludable. Nuestra política de sostenibilidad está inspirada en los principios de la norma ISO 20121.

- Cuidado del Medio Ambiente
- Fomento de Valores y Espíritu Deportivo
- Deporte Limpio y Honestidad
- Inclusión social
- Impacto Económico Positivo y Desarrollo Local
- Atención a los Intereses de los Grupos de Interés
- Igualdad de Género
- Lucha contra el Cambio Climático
- Promoción de Hábitos de Vida Saludable
- Generación de Alianzas
- Comunicación y Promoción de la Sostenibilidad



Más información en
www.travesiacosta.com



TRAVESÍA
COSTA
duacode.



SAÚDO INSTITUCIONAL



ÁNGEL GARCÍA SEOANE
ALCALDE DE OLEIROS

HAI XA MOITOS ANOS QUE TOMAMOS UNHA DECISIÓN QUE MARCA A IDENTIDADE DE OLEIROS: FACER DO NOSO LITORAL UN ESPAZO PARA AS PERSOAS. RECUPERAMOS TERREOS PRIVATIZADOS, EVITAMOS NOVAS AGRESIÓNS URBANÍSTICAS, PROTEXEMOS A PAISAXE E INVESTIMOS NA CREACIÓN DE PASEOS, ZONAS VERDES E ESPAZOS PÚBLICOS QUE HOXE PODEN GOZAR VECIÑAS, VECIÑOS E VISITANTES.

ESE ESFORZO CONTINUADO PERMITIUNOS CONSERVAR UNHA COSTA VIVA, LIMPA E ACCESIBLE, NA QUE O MAR SEGUE SENDO PROTAGONISTA. CADA PRAIA, CADA CALA E CADA CANTIL FORMAN PARTE DUN PATRIMONIO COLECTIVO QUE PERTENCE A TODA A CIDADANÍA E QUE TEMOS A RESPONSABILIDADE DE TRANSMITIR NAS MELLORES CONDICIÓNS ÁS XERACIÓNS FUTURAS.

CELEBRAR UNHA TRAVESÍA DE NATACIÓN NESTE ESCENARIO TEN UN SIGNIFICADO ESPECIAL. NON SE TRATA SÓ DUNHA COMPETICIÓN DEPORTIVA, SENÓN DA OPORTUNIDADE DE EXPERIMENTAR O MAR DESDE DENTRO, DE DESCUBRIR A EXTRAORDINARIA CALIDADE DAS SÚAS AUGAS E DE COMPRENDER O VALOR DUN LITORAL QUE FOI PRESERVADO GRAZAS A DÉCADAS DE COMPROMISO COA DEFENSA DO TERRITORIO E DO MEDIO NATURAL.

OLEIROS DEMOSTROU QUE É POSIBLE COMPATIBILIZAR O USO PÚBLICO DA COSTA COA SÚA CONSERVACIÓN. HOXE CONTAMOS CUN DOS LITORAIS MELLOR COIDADOS DE GALICIA, ONDE NATUREZA, DEPORTE E LECER CONVIVEN EN EQUILIBRIO. ESE É UN PATRIMONIO QUE NON XURDIU POR CASUALIDADE, SENÓN COMO RESULTADO DUNHA FORMA DE ENTENDER A XESTIÓN PÚBLICA BASEADA NO RESPECTO AO MEDIO AMBIENTE E NO INTERESE XERAL.

QUERO AGRADECER A TODAS AS PERSOAS QUE PARTICIPAN NESTA TRAVESÍA QUE ESCOLLERAN OLEIROS PARA VIVIR ESTA EXPERIENCIA. DESÉXOVOS UNHA MAGNÍFICA XORNADA, QUE GOCEDES DO DEPORTE E QUE LEVEDES CONVOSCO O RECORDO DUN MAR E DUNHA COSTA QUE SEGUIREMOS PROTEXENDO CON TODA A DETERMINACIÓN.

SAÚDO DO PRESIDENTE DA DIPUTACIÓN DA CORUÑA



A PROVINCIA DA CORUÑA TEN NO MAR UNHA PARTE ESENCIAL DA SÚA IDENTIDADE. O NOSO LITORAL, CON MÁIS DE 900 QUILÓMETROS DE COSTA, É UNHA DAS NOSAS MELLORES CARTAS DE PRESENTACIÓN.

POR ISO É UNHA SATISFACCIÓN SAUDAR A DÉCIMA EDICIÓN DO CIRCUITO TRAVESÍA COSTA, UNHA CITA XA CONSOLIDADA COMO UNHA DAS GRANDES REFERENCIAS DA NATACIÓN EN AUGAS ABERTAS. ESTE ANO SERÁN SETE PROBAS EN ESCENARIOS ÚNICOS: A CORUÑA, PORTOSÍN, OLEIROS, SISARGAS, CEDEIRA, ÉZARO E FISTERRA. SETE LUGARES QUE PERMITEN GOZAR DO DEPORTE E DESCUBRIR A FORZA E A BELEZA DA NOSA COSTA.

ESTA EDICIÓN TEN, ADEMAIS, UN VALOR ESPECIAL: O ÉZARO VOLVERÁ ACOLLER UNHA PROBA PUNTUABLE PARA A COPA DE ESPAÑA DE AUGAS ABERTAS DA REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE NATACIÓN, UN RECOÑECIMENTO AO NIVEL ORGANIZATIVO DO CIRCUÍTO E Á SINGULARIDADE DUN ENCLAVE QUE UNE A DESEMBOCADURA DO XALLAS, O ATLÁNTICO E UNHA PAISAXE ÚNICA EN GALICIA.

A TRAVESÍA COSTA É UNHA PROBA DE REFERENCIA NO SEU ÁMBITO, PERO TAMÉN UNHA APOSTA POLA INCLUSIÓN, POLA PARTICIPACIÓN DA MOCIDADE, POLA IGUALDADE, POLO RESPECTO AMBIENTAL E POLA COLABORACIÓN CON ENTIDADES SOCIAIS. AS PROBAS DE MENORES, A INCORPORACIÓN DE DEPORTISTAS NOVOS, AS TRAVESÍAS ADAPTADAS E AS MEDIDAS DE SUSTENTABILIDADE SON CLARA MOSTRA DESE COMPROMISO.

DESDE A DEPUTACIÓN DA CORUÑA QUEREMOS FELICITAR Á ORGANIZACIÓN, AOS CONCELLOS, ENTIDADES COLABORADORAS, VOLUNTARIADO E PARTICIPANTES POR FACER POSIBLE ESTA DÉCIMA EDICIÓN. GRAZAS POR CONVERTER O MAR NUN ESPAZO DE ENCONTRO, CONVIVENCIA DEPORTIVA E PROMOCIÓN DO NOSO TERRITORIO.

BENVIDOS E BENVIDAS A ESTA NOVA EDICIÓN DA TRAVESÍA COSTA.



VALENTÍN GONZÁLEZ FORMOSO

PRESIDENTE DA DEPUTACIÓN DA CORUÑA

SAÚDO DO SECRETARIO XERAL DEPORTE XUNTA DE GALICIA



ESTIMADAS AMIGAS E AMIGOS:

EN NOME DA XUNTA DE GALICIA, DARVOS A BENVIDA A UNHA NOVA EDICIÓN DO CIRCUÍTO TRAVESÍA COSTA 2026, UNHA CITA XA CONSOLIDADA NO CALENDARIO DEPORTIVO GALEGO QUE, AO LONGO DOS MESES DE XULLO A SETEMBRO, VOLVERÁ REUNIR CENTOS DE DEPORTISTAS E AFECCIONADOS Á NATACIÓN EN AUGAS ABERTAS EN SETE PARAXES ESPECTACULARES DO NOSO LITORAL. UN PERCORRIDO QUE PON EN VALOR A RIQUEZA NATURAL DA NOSA COSTA E QUE CONVERTE GALICIA NUN REFERENTE PARA A PRÁCTICA DEPORTIVA EN CONTACTO CO MEDIO MARIÑO.

O NOSO LITORAL CONSTITÚE UN ESPAZO EXCEPCIONAL PARA A PRÁCTICA DA ACTIVIDADE FÍSICA E, AO MESMO TEMPO, UN RECURSO QUE DEBEMOS PRESERVAR CON RESPONSABILIDADE PARA AS XERACIÓNS FUTURAS.

CÓMPRE SALIENTAR, ADEMAIS, O FIRME COMPROMISO DESTA COMPETICIÓN COA IGUALDADE DE OPORTUNIDADES. A PRESENZA DE CATEGORÍAS FEMININAS EN IGUALDADE DE CONDICIÓNS, XUNTO COA ORGANIZACIÓN DE PROBAS ADAPTADAS E ACCESIBLES PARA PERSOAS CON DISCAPACIDADE, CONVERTEN ESTE CIRCUÍTO NUN EXEMPLO DE DEPORTE INCLUSIVO, ABERTO E INTEGRADOR, ONDE TODAS AS PERSOAS PODEN ATOPAR O SEU ESPAZO PARA PARTICIPAR E DESFRUTAR DA EXPERIENCIA.

AO MESMO TEMPO, INICIATIVAS COMO ESTA SUPOÑEN UN IMPORTANTE IMPULSO PARA OS CONCELLOS QUE ACOLLEN CADA UNHA DAS PROBAS, CONTRIBUÍNDOLLE Á DINAMIZACIÓN ECONÓMICA LOCAL, Á PROMOCIÓN DO TURISMO ACTIVO E SOSTIBLE E Á DIFUSIÓN DO INMENSO PATRIMONIO PAISAXÍSTICO, CULTURAL E MARIÑEIRO DA NOSA COMUNIDADE. CADA TRAVESÍA CONVÉRTESE NUN ESCAPARATE DA MELLOR GALICIA, UNHA TERRA ONDE DEPORTE, NATUREZA E HOSPITALIDADE CAMIÑAN DA MAN.

DESDE A XUNTA DE GALICIA QUEREMOS AGRADECER O TRABALLO DA ORGANIZACIÓN, DAS ADMINISTRACIÓNS COLABORADORAS, DO VOLUNTARIADO, DOS EQUIPOS DE SEGURIDADE, DOS CLUBS E DE TODAS AQUELAS PERSOAS QUE FAN POSIBLE A CELEBRACIÓN DUN EVENTO DESTAS CARACTERÍSTICAS, GARANTINDO QUE CADA EDICIÓN CONTINÚE MEDRANDO EN PARTICIPACIÓN, CALIDADE E PRESTIXIO.

A TODAS AS NADADORAS E NADADORES, DESEXÁMOSVOS QUE VIVADES ESTA EXPERIENCIA CON ILUSIÓN, RESPONSABILIDADE E RESPECTO POLO MAR, DESFRUTANDO DE CADA BRAZADA NUN ESCENARIO NATURAL ÚNICO.

MOITA SORTE A TODAS E TODOS, E QUE O CIRCUITO TRAVESÍA COSTA 2026 VOLVA SER UN ÉXITO DEPORTIVO E HUMANO DO QUE GALICIA POIDA SENTIRSE ORGULLOSA.

ROBERTO GARCÍA FERNÁNDEZ

SECRETARIO XERAL PARA O DEPORTE XUNTA DE GALICIA



duacode.

implicados con el deporte.

Desde nuestros inicios, en duacode nos hemos implicado con el mundo del deporte. Los valores que nos ofrece es algo que incorporamos y ponemos en práctica en nuestro día a día como empresa.

Además de convertirnos en patrocinadores principales de Travesía Costa, hemos querido aportar nuestro granito de arena para que el fútbol femenino siga creciendo con nuestro apoyo al Dépor Abanca y al 5 Fútbol Coruña. También ayudar a aquellos deportistas de los colectivos más vulnerables como es el caso del Dépor Genuine.

También nos hemos implicado en distintas iniciativas en Galicia, colaborando con el proyecto ENKI o con RUN FOZ RUN.



FICHA TÉCNICA TRAVESÍA 3000M

DOMINGO 26 DE JULIO de 2026

Salida: 11:00h

Lugar: Playa de Santa Cristina

Participantes: 100



La prueba de 3.000 m. saldrá desde la playa de Santa Cristina en dirección a la primera boya amarilla, donde se realizará un giro de 90°, dejándola a la derecha en el sentido del nado. A continuación, los nadadores se dirigirán hacia las siguientes boyas amarillas que forman un rectángulo paralelo a la costa. Todas las boyas amarillas deberán dejarse siempre a la derecha. Tras superar la última, se pondrá rumbo a la boya roja, que se dejará a la izquierda, para afrontar el último tramo en línea recta hasta la meta.

FICHA TÉCNICA TRAVESÍA 1000M

**DOMINGO 26 DE JULIO DE 2026****Salida: 12:00H****Lugar: Playa de Santa Cristina****Participantes: 100**

La prueba de 1.000m saldrá desde la Playa de Santa Cristina, en dirección a la boya rosa donde se realizará un giro de 90°, dejándola a la derecha en el sentido del nado. A continuación, los nadadores se dirigirán hacia la boya amarilla, donde efectuarán un nuevo giro, dejándola a la derecha y nadando en línea recta hacia la meta.

PROGRAMA DOMINGO 26 DE JULIO

9:30 - 10:30	ENTREGA DE DORSALES TRAVESÍA 3.000 M
10:30-11:30	ENTREGA DE DORSALES TRAVESÍA 1500 M
10:50	BRIEFING DE LA TRAVESÍA LARGA EN LA LÍNEA DE SALIDA
11:00	SALIDA DE LA TRAVESÍA LARGA 3000 M
11:40	LLEGADA DE PRIMER PARTICIPANTE 3000 M
11:50	BRIEFING DE LA TRAVESÍA CORTA 1500 M EN LA LÍNEA DE SALIDA
12:00	SALIDA DE LA TRAVESÍA CORTA 1500 M
12.25	LLEGADA PRIMER PARTICIPANTE 1500 M
11:45-13	AVITUALLAMIENTO FINAL DE CARRERA
13:30	ENTREGA DE TROFEOS TRAVESÍA COSTA OLEIROS 2026. SORTEO DE REGALOS.

INFORMACIÓN GENERAL

RECOGIDA DE DORSALES

PLAYA DE SANTA CRISTINA (OLEIROS)

Distancia 3.000m 9.30 a 10.30 horas

Distancia 1.000 m 10.30 a 11.30 horas

IMPRESINDIBLE DNI

BOLSA DEL NADADOR

- Gorro.
- Calcomanía con el dorsal
- Etiqueta ropero
- Información de patrocinadores

EN LÍNEA DE META

Habrà un avituallamiento final de la prueba.
Existe una ambulancia con personal sanitario que cubre la travesía en todo momento, y todo nuestro personal está instruido en primeros auxilios y D.E.S.A

LA ENTREGA DE DORSALES ES PRESENCIAL. NO SE ENTREGAN DORSALES DE OTRO PARTICIPANTE

ROPERO

El nadador dejarà sus pertenencias en una mochila/bolsa cerrada, identificada con su número de participante (se entregará una identificación en la bolsa del nadador). El guardarropa estará situado en la meta.

CONTROL DE DORSAL

Antes de la salida en cada una de las distancias. Se ruega presentarse con tiempo suficiente.



DISTANCIAS
LARGASDISTANCIAS
CORTAS

SOSTENIBILIDAD

Seguimos apostando por la sostenibilidad y el sistema de reciclaje de gorros iniciado en el 2023.

1.- Se entregará un gorro a cada participante en el circuito en cada una de las distancias que se naden. Todas las pruebas de las mismas distancias (largas y cortas) se nadarán con el mismo gorro, que habrá que conservar durante todo el circuito.

Si una misma persona participa en dos tipos de distancias, cortas y largas, se le entregarán dos gorros diferentes para todo el circuito.

2.- Es **OBLIGATORIO** acudir con el gorro de la travesía en cada una de las diferentes pruebas. En caso de olvido o extravío, se podrá adquirir un gorro en la carpa de dorsales (pagando 5 € que se destinarán a la fila cero a favor de FEGEREC).

AGRADECEMOS VUESTRA COLABORACIÓN CON ESTA INICIATIVA QUE CUIDA EL ENTORNO MARINO.

MATERIAL DEL NADADOR

GORRO DE NATACIÓN

Facilitado por la organización



BOYA DE NATACIÓN

Es **OBLIGATORIA** para todas las distancias y participantes.



NEOPRENO

El neopreno **NO** es obligatorio en ninguna de las distancias. Se efectuará un control de neoprenos según inscripción en la salida, a efectos de la clasificación general del circuito.



DORSAL TRAVESÍA COSTA

IDENTIFICACIÓN DE NADADORES

Cada nadador será responsable de su colocación, debiendo limpiar la zona antes de su aplicación y evitar el uso de cremas, pomadas, vaselina, etc. La calcomanía debe ser humedecida previamente a su aplicación, una vez retirada la película plástica, para garantizar su colocación eficaz.

Colocación en la mano derecha



SEGURO DE ACCIDENTES

Al participar en la Travesía Costa Duacode 2026 en cualquiera de las pruebas, dispones de un seguro de accidentes contratado con Allianz, Compañía de Seguros y Reaseguros, S.A., con número de póliza 058923356, con las siguientes características:



Cobertura

- Muerte por accidente 6.000,00 Euros
- Incapacidad permanente según baremo por accidente 12.000,00 Euros
- Asistencia sanitaria Ilimitada en Cuadro Medico Incluida
- Material de prótesis, gafas, aparatos acústicos, ortopedia 1.200,00 Euros
- Operaciones salvamento o búsqueda y transp. accidentado 1.200,00 Euros

Allianz 



NUEVO
DISEÑO

¿CONOCES NUESTRA TIENDA?

¿CONOCES NUESTRA LÍNEA DE BAÑADORES Y ACCESORIOS

Tendrás la posibilidad de ver esta línea de bañadores "Travesía Costa", así como otros artículos en el propio evento. Tendremos una carpa donde podrás adquirir éstos y otros artículos. También los puedes adquirir en la web





CANAL OFICIAL DE TRAVESÍA COSTA



INFORMACIÓN OFICIAL
Avisos, horarios y comunicaciones importantes.



ESTADO DEL MAR Y METEOROLOGÍA
Actualizaciones en tiempo real para tu seguridad.



NOVEDADES Y RESULTADOS
Inscripciones, resultados, clasificaciones y mucho más.



FOTOS Y VÍDEOS
Revive los mejores momentos de cada prueba.



SUSCRÍBETE Y NO TE PIERDAS NADA DEL CIRCUITO
¡ES RÁPIDO, FÁCIL Y GRATUITO!



NADA SUPERA
la sensación de llegar

Fontarel next H2.0

LA NUEVA ERA DE LA HIDRATACIÓN

con Magnesio

con Zinc

con pH9+

Zero Sodio



1 Agua mineral natural



2 Proceso innovador de filtrado



3 Con electrolitos añadidos para aportar funcionalidad

(*)



ALGUNOS DE NUESTROS COLABORADORES



PROMOCIÓN ESPECIAL



POR PARTICIPAR EN EL CIRCUITO TRAVESÍA
COSTA DUACODE 2026, DISPONES DE UN

10%

EN LA COMPRA DE CUALQUIER NEOPRENO
DE LA MARCA SAILFISH.

ENTRA EN WWW.TRAVESIACOSTA.COM Y DESDE LA
TIENDA UTILIZANDO EL CÓDIGO DE DESCUENTO
TRAVESIA TU NEOPRENO SAILFISH AL MEJOR PRECIO



ÉSTO ES POSIBLE GRACIAS A

PATROCINADORES

duacode.

ter^{o casa del agua}MARIA

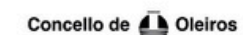


teamsignia

COLABORADORES



INSTITUCIONES



TRAVESÍA COSTA OLEIROS 2026

LIBRO DE LA TRAVESÍA

GRACIAS!

WWW.TRAVESIACOSTA.COM