



Departamento Municipal de Deportes de Santiago

San



É un pracer presentarvos o “**III Circuito de carreiras saudables *CorreSAN***”, un programa de probas de carreiras a pé organizadas pola Federación Galega de Atletismo e patrocinadas polo Concello de Santiago de Compostela a través do seu departamento de deportes. Este circuito entra dentro do labor de concienciación sobre os beneficios que a actividade física regular provoca na mellora da calidade de vida dos nosos cidadáns.

Unha iniciativa pioneira en Santiago de Compostela dende o ano 2012. O elevado número de participantes e a expectación xerada na cidade e na comarca, provocou que se conserven as 5 do ano pasado e se repita de novo a exitosa San Silvestre do 31 de decembro.

O circuito estará aberto á participación de calquera deportista habitual ou eventual que desexe acceder á práctica libre do exercicio físico nos contornos da cidade nos que normalmente xa se practican diferentes deportes, en especial o atletismo.

Nas probas terán cabida atletas de case todas as idades con distancias adaptadas a cada categoría que participen nas carreiras das que consta este circuito, o cal integrará un aliciente de motivación como é a competición.

A continuación exporemos o regulamento xeral do circuito, pero antes de rematar gustaríame animarvos a que tomades parte deste proxecto que nace do noso interese por promover a práctica libre do deporte na cidade de Compostela.

REGULAMENTO XERAL

A terceira edición do circuÍto de carreiras **CorreSAN** constará de 5 probas que se disputarán nos meses de maio, xuño, xullo, setembro e outubro de 2014.

En cada proba haberá un percorrido para escolares das categorías benxamín e alevín, un percorrido para infantil e cadete e outro para adultos a partir da categoría xuvenil. As probas comezarán de xeito habitual polas probas de escolares e rematarán coa disputa da proba de adultos. Os horarios das carreiras serán comunicados na semana anterior á disputa das mesmas.

Todas as probas estarán baixo o control técnico do Comité de Xuíces da Federación Galega de Atletismo e empregarán o sistema de chip-dorsal que deberá conservarse durante o transcurso do circuíto para os atletas que se inscriban nas 5 probas na modalidade de circuíto.

CATEGORIAS DE PARTICIPACION INDIVIDUAIS

As categorías de participación individuais serán as seguintes:

BENXAMIN	anos 2005 e 2006
ALEVIN	anos 2003 e 2004
INFANTIL	anos 2001 e 2002
CADETE	anos 1999 e 2000
XUVENIL	anos 1997 e 1998
JUNIOR	anos 1995 e 1996
PROMESA	anos 1992, 1993 e 1994
SENIOR	entre 1991 e 1980
VETERANOS/AS A	entre 1979 e 1969
VETERANOS/AS B	entre 1968 e 1959
VETERANOS/AS C	en 1958 e anteriores

E= Escolares (benxamín, alevín, infantil, e cadete)

A= Adultos (dende xuvenil a veteranos)

MODALIDADES DE PARTICIPACION POR CLUBES

As categorías de participación por clubes serán as seguintes (NON SE PODE DUPLICAR A PARTICIPACION NUN CLUBE E EQUIPO POPULAR OU NUN CENTRO ESCOLAR E CLUBE):

CLUBES FEDERADOS ADULTOS	Atletas con licencia federativa
EQUIPOS POPULARES ADULTOS	Corredores con ou sen licencia federativa
CENTROS ESCOLARES	Corredores pertencentes a centros escolares
CLUBES ESCOLARES	Corredores Escolares pertencetes a Clubes Federados

CLASIFICACIONES

En cada proba establecerase unha clasificación individual por orde de chegada. Os participantes no circuito levarán un número de puntos inverso ao posto obtido en cada carreira, de xeito que o primeiro clasificado terá un número de puntos igual ao posto do último clasificado e así sucesivamente.

Tamén se poderá participar inscribíndose soamente a calquera das cinco probas do circuito sen participar como "inscrito en circuito" e na súa clasificación.

Haberá unha clasificación de cada carreira e unha xeral do circuíto en cada categoría, que será modificada despois de cada xornada.

COMO NOVIDADE NESTA III EDICIÓN NA CLASIFICACION FINAL INDIVIDUAL DO CIRCUITO ELIMINARASE O PEOR RESULTADO OBTIDO NAS 5 PROBAS DO CIRCUITO. PARA A CLASIFICACIÓN FINAL DE CLUBES E EQUIPOS POPULARES APLICARASE A SUMA DOS 4 MELLORES RESULTADOS DOS ATLETAS QUE OS COMPOÑAN.

Tamén estableceranse dous tipos de clasificacións:

- Clubes federados, sumando os puntos obtidos polos compoñentes do clube en cada xornada (deberán realizarse previamente a inscrición); estes equipos poderán ser mixtos.
- Equipos populares, nos cales poderán entrar atletas federados e non federados formando equipos. Imprescindible realizar a inscrición reflexando o nome do equipo no formulario habilitado. Os equipos tamén poderán ser mixtos.

PARA A PUNTUACION DOS CLUBES E EQUIPOS POPULARES TOMARASE COMO REFERENCIA OS 6 PRIMEIROS ATLETAS DE CADA PROBA DO CLUBE OU EQUIPO POPULAR EN CUESTIÓN.

CALENDARIO DE PROBAS E CIRCUÍTOS

As probas celebraranse nas datas que se expoñen a continuación. Os circuitos serán expostos nos días previos á celebración da carreira nas páxinas web www.carreirasgalegas.com, www.fgatletismo.es/santiago e www.atletismogalego.org.

DATA	PROBA	DISTANCIAS APROX.
<i>24 de maio</i>	CORRESAN CAMPUS SUR	1105 m (E1) 2110 m (E2) 5745 m (A)
<i>21 de xuño</i>	CORRESAN RUTA DA PRATA- ANGROIS	1300 m (E1) 1965 m (E2) 6050 m (A)
<i>12 de xullo</i>	CORRESAN NOCTURNA CIDADE VELLA	910 m (E1) 2300 m (E2) 4500 m (A)
<i>14 de setembro</i>	CORRESAN GRANXA DO XESTO - CRONOESCALADA AO PEDROSO	1145 m (E1) 2165 m (E2) 3330 m (A)
<i>11 de outubro</i>	CORRESAN CIDADE DA CULTURA	1645 m (E1) 2520 m (E2) 5900 m (A)

E1= ESCOLARES Ben-Alev
E2= ESCOLARES Inf-Cad

A= ADULTOS

INSCRICIONS

INSCRICION INDIVIDUAL: A inscrición nas 5 probas do circuíto (**opción recomendable**), tanto para escolares como para adultos, poderán realizala a través das seguintes vías:

- PRESENCIAIS

Deberán rellenar o formulario de inscrición no lugar e presentar a copia do xustificante de ingreso da cota de inscrición na conta da Federación Galega de Atletismo de **La Caixa nº 2100 1453 21 0200219859** indicando no concepto o nome e apelidos do atleta participante.

A inscrición presencial poderase realizar nos seguintes lugares:

- ✓ Departamento de Deportes do **Centro Comercial Compostela (El Corte Inglés-Hiperacor)** de luns a sábados de 10 a 22 horas.
- ✓ **Multiusos Fontes do Sar** de luns a sábados de 09:00 a 20.00 horas.
- ✓ **Complexo Deportivo de Santa Isabel** e luns a sábados de 09:00 a 20.00 horas.

- ONLINE:

A través das páxinas web www.carreirasgalegas.com, www.fgatletismo.es/santiago e www.atletismoqalego.org.

INSCRICION POR CLUBES FEDERADOS, EQUIPOS POPULARES E CENTROS ESCOLARES

Todos os **clubes federados**, tanto de adultos (de xuvenil en adiante) como de **atletas escolares, equipos populares de adultos e centros escolares** (categorías benxamín, alevín, infantil e cadete) **que desexen entrar nos premios outorgados a eles deberán remitir un correo electrónico á dirección FGAsantiago@gmail.com** indicando a súa intención de tomar parte nestas clasificacións e adxuntando o listado dos atletas que comporarán o clube federado, equipo popular ou centro escolar. Ditos atletas deberán ser tido inscritos individualmente e de xeito previo o inicio das probas indicando claramente o nome do clube, equipo ou centro escolar. É moi importante que os atletas poñan correctamente o nome do clube, equipo ou centro escolar.

PREZOS DE INSCRICION

- | | |
|---|----------|
| - ESCOLARES (de benxamín a cadete) | GRATUITA |
| - ADULTOS (de xuvenil a veteráns): | |
| ▪ Xeral nas 5 probas do circuíto+San Silvestre: | 20 € |
| ▪ Inscrición individual por proba: | 5 € |

Coa inscrición xeral no circuíto recibirán unha camiseta técnica coa que poderán participar nas 5 probas e que poderán recoller no Departamento de Deportes do Centro Comercial Compostela (El Corte Inglés-Hiperacor). **Tamén quedará aboada a inscrición da San Silvestre de Santiago de Compostela, proba a celebrar o 31 de decembro de 2014.**

Os atletas que se inscriban individualmente en cada proba **NON PERCIBIRAN CAMISETA POLA SUA PARTICIPACION.**

A camiseta do circuíto e o dorsal dos participantes no circuíto poderán recollelos os días **23 e 24 de maio ata as 17 horas** (antes do comenzo da 1ª proba) no Departamento de Deportes do Centro Comercial Compostela-Hiperacor. O dorsal empregárase para as 5 probas e deberá conservarse axeitadamente no interior do recipiente entregado.

Os participantes de cada proba individual que non se inscriban no circuíto só recollerán o dorsal na zona de saída de cada proba.

CALENDARIO DE INSCRICIONS

A inscrición xeral no circuíto CorreSan (5 probas+San Silvestre) abrirá o xoves 8 de maio e pechará o mércores 21 de maio ás 22 horas.

A inscrición individual en cada proba do circuito terá o seguinte calendario de inscricións:

CorreSan Campus Sur -	Inscrición do 8 ao 21 de maio
CorreSan Ruta da Prata-Angrois -	Inscrición do 09 ao 18 de xuño
CorreSan Cidade Vella -	Inscrición do 01 ao 09 de xullo
CorreSan Granxa do Xesto. Crono. ao Pedroso -	Inscrición do 01 ao 10 de setembro
CorreSan Cidade da Cultura -	Inscrición do 29 de setembro ao 09 de outubro

PREMIOS

Os premios ó circuíto serán entregados nos días posteriores á conclusión da derradeira proba no Centro Comercial Compostela (El Corte Inglés-HiperCor).

Outorgaranse premio aos 3 primeiros clasificados de cada categoría establecida no presente regulamento.

Tamén se entregará premio especial aos 3 primeiros clasificados das clasificacións xerais de escolares e de adultos.

Os 3 centros escolares e clubs federados que acheguen máis participantes á categoría de escolares percibirán premio especial.

Os 3 clubs federados e 3 equipos populares que obteñan máis puntos na clasificación das probas do circuíto (sumando os puntos dos seus compoñentes)

Para poder tomar parte nestas clasificación é imprescindible inscribirse indicando o nome do clube ou equipo ou centro escolar no formulario e remitir ao correo FGAsantiago@gmail.com o listado cos compoñentes dos mesmos.

ORGANIZAN



COA COLABORACION



La Voz de Galicia



Multiúsos Fontes do Sar
Complejo Deportivo Santa Isabel

