CONCELLO DE PONTECESO
Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL. : 01150682
RELG.: MU 2000/15

REGULAMENTO

3ª POPULAR "FARO RONCUDO. Corre por Turquía e Siria"

1-Organización

A **3ª Popular Faro Roncudo**, baixo o lema "Corre por Turquía e Siria" está organizada polo Concello de Ponteceso. A inscrición é de balde, sen embargo, o alcalde, promove a que cada participante de "xeito voluntario" colabore a través de Cruz Vermella cun donativo para paliar os efectos do terremoto de Turquía e Siria.(Información para tal fin en último anexo)

A proba contará co control técnico da Delegación da Coruña da Federación Galega de Atletismo.

Esta proba deportiva ten un carácter aberto e popular, na que poderán participar calquera atleta, federados ou non, tendo en conta as categorías establecidas.

O responsable executivo e o responsable de seguridade Vial é Xosé Lois García Carballido, alcalde do Concello de Ponteceso.

2-Data e lugar

Data: Sábado, 29 de abril a partir das 18:00 h.

Lugar: Praza da Ribeira en Corme Porto (Ponteceso)

3-Horarios e categorías establecidas.

Establécense as seguintes categorías:

MENORES				
HORARIO	**CATEGORÍA**	**SUBCATEGORÍA**	**ANO NACEMENTO**	**DISTANCIAS**
18:00 h	Sub 18	Masculino e feminino	2006 e 2007	2.000 m
	Sub 16	Masculino e feminino	2008 e 2009	
18:20 h	Sub 14	Masculino e feminino	2010 e 2011	1.000 m
	Sub 12	Masculino e feminino	2012 e 2013	
18:30 h	Sub 10	Masculino e feminino	2014 e 2015	500 m
18:40 h	Sub 8	Masculino e feminino	2016 e 2017	200 m

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL. : 01150682
RELG.: MU 2000/15

ABSOLUTA				
HORARIO	**CATEGORÍA**	**SUBCATEGORÍA**	**ANO NACEMENTO**	**DISTANCIAS**
19:00 h	Sub 20	Masculino e feminino	2004 e 2005	6,2 km aprox.
	Sub 23	Masculino e feminino	2001, 2002 e 2003	
	Sénior	Masculino e feminino	1989 - 2000	
	Master 1	Masculino e feminino	1983 - 1988	
	Master 2	Masculino e feminino	1973 - 1982	
	Master 3	Masculino e feminino	1963 - 1972	
	Master 4	Masculino e feminino	No 1962 e anteriores	

4-Itinerario, imaxe do percorrido e perfil (anexos)

ITINERARIO PROBA ABSOLUTA

A proba absoluta terá un percorrido aproximado de 6 km 200 metros, ida e volta pola estrada de asfalto que vai dende a Praza da Ribeira (Corme Porto) ata o Cabo Faro Roncudo. Non hai que coller ningún desvío, nin cruce. A saída e chegada estará pegada a praza da Ribeira.

- A hora de saída será ás 19:00 h.
- Peche da meta ás 20:00 h

ITINERARIO PROBA MENORES

O percorrido d@s menores será polo mesmo espazo ca d@s maiores, adaptando as distancias a cada categoría e no caso dos sub 8 o traxecto será dirección á praza.

A imaxe do percorrido e o perfil da carreira van non anexos finais

5-Lugar e prazo de inscrición

As inscricións formalizaranse a través da páxina web **www.carreirasgalegas.com** ata o mércores, 26 de abril ás 23:59 h.

Inscribirse supón, por parte do/a participante a declaración de que:

- Está en bo estado físico para participar na carreira.
- Autoriza e acepta a publicación dos seus datos e fotografías nos medios de comunicación, internet, etc., para a promoción desta actividade. Calquera persoa inscrita poderá prohibir o uso da súa imaxe, previa solicitude expresa por escrito.

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL. : 01150682
RELG.: MU 2000/15

6-Retirada de dorsais.

As/os atletas participantes levarán un chip que controle o tempo invertido na carreira. A retirada destes chips e dos dorsais farase ese mesmo día na secretaría que estará situada na praza da Ribeira (Corme Porto). Será a partir das 16:30 h e permanecerá aberta ata 30 minutos antes do inicio de cada carreira.

Calquera atleta con circunstancias médicas a ter en conta (alerxia, atencións especiais…) deberá facelo constar no momento de recollelo dorsal e levarao anotado no reverso do dorsal durante a proba.

7- Clasificación e trofeos.

- A entrega de medallas-trofeos farase ao remata das carreiras, sobre ás 20:00 h. Serán premiados os tres primeiros clasificados en cada categoría diferenciados por xénero, os máis pequenos levarán tamén medallas de participación.
- Levará un agasallo especial o gañador e gañadora absoluta.
- Haberá trofeo especial ao atleta local de maior idade masculino e feminino

As reclamacións que haxa ao respecto deberán facerse verbalmente ao xuíz árbitro, non máis tarde de 15 minutos despois de comunicarse oficialmente os resultados.

8-Condicións xerais

- Cada atleta participa baixo a súa responsabilidade entendendo que dispón dunha condición física suficiente para soportar a proba.
- Persoa que non está inscrita na carreira non pode participar, se aínda así o fai, farao baixo a súa responsabilidade e non estará cuberta polos seguros correspondentes nin terá dereito aos premios.
- Esta é unha proba oficial da FGA con distancia non homologada.
- A organización contará con Policía Local, Protección Civil e voluntarios que regularán o tránsito o longo do percorrido.
- Só se permite aos membros da organización a utilización de vehículos para o seguimento e control da proba, estando prohibido o acompañamento dos participantes mediante o uso de vehículos de axuda, sendo motivo de descualificación.
- O evento contará con servizo de ambulancia e médico.
- Na carreira absoluta, na metade do percorrido se o tempo o permite, proporcionarase a cada corredor/a auga e ao final da proba auga e froita para tódolos participantes.
- Os participantes poderán facer uso do pavillón municipal de Corme, para ducharse ao finalizar as carreiras con previo aviso á organización para coordinar o servizo.

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL. : 01150682
RELG.: MU 2000/15

- A organización resérvase o dereito de decidir sobre calquera aspecto ou circunstancia non contemplada neste regulamento e o dereito de "modificar ou suspender o que sexa necesario" por razóns de seguridade.
- Os participantes que tomen saída na 3ª Popular "Faro Roncudo", aceptan este regulamento, e no caso de dúbida ou de xurdir algunha situación non reflectida, no mesmo, estarase ao que dispoña o comité organizador. Todo o aquí non recollido rexerase polas normas da FGA.

DESCALIFACIÓNS

- O servizo médico da competición está facultado para retirar durante a proba a calquera atleta que manifeste un mal estado físico.
- Quen corra por fóra do percorrido ou non o realice completo
- Quen non pase polos controis da carreira establecidos
- Quen non leve o dorsal perfectamente colocado en toda a súa extensión (no peito durante o percorrido) ata a súa entrada na meta.
- Quen chegue á meta sen dorsal ou chip.
- Quen participe cun dorsal que corresponda a outro corredor.
- Quen pretenda participar na carreira popular sen terse inscrito previamente.
- Quen entre fóra da hora prevista pola organización como tempo máximo da duración da proba.
- Facer a inscrición alterando os datos de forma maliciosa.
- O atleta que manifeste un comportamento non deportivo ou se reitere en protestas ante a organización.
- O atleta que manteña unha actitude groseira, violenta ou que en xeral atente en contra do esperito deportivo.
- Non atender as indicacións dos membros da organización ou xuíce/zas.
- Calquera outra actuación de análoga natureza, que a xuízo do comité poidan ser consideradas como conduta antideportiva merecedora de sanción disciplinaria

9º. Seguros de responsabilidade civil e de accidentes.

Os/as participantes inscritos/as estarán cubertos por unha póliza de seguro de accidentes da Federación Galega de Atletismo e a organización por unha póliza de responsabilidade civil do concello.

Estarán excluídos os derivados dun padecemento latente, imprudencia, neglixencia inobservancia das leis, etc., tamén estarán excluídos os producidos por desprazamentos a ou dende o lugar no que se desenvolva a proba.

CONCELLO DE PONTECESO
Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL. : 01150682

RELG.: MU 2000/15

10. Medidas de seguridade.

Ás 17:30 horas Policía Local cortará:

1. Acceso da estrada que vai ao Faro Roncudo á altura da praza da Ribeira (CORME PORTO). Na imaxe punto A, Policía Local
2. Saída do Porto, na imaxe punto B, con persoal de Protección civil
3. Acceso a Rúa Atalaia, na imaxe punto C, con persoal Protección civil

Unha vez cortados os accesos ao percorrido por onde van pasar as probas, un membro da Policía Local, fará un recoñecemento onde constate que non hai vehículos no percorrido.

CATEGORÍAS MENORES. É polo mesmo espazo co da proba absoluta pero coa distancia adaptada a cada categoría. Permanecerá pechado ao tráfico.

18.00 h	Sub 16 e Sub 18	2000 metros
18.20 h	Sub 12 e Sub 14	1000 metros
18.30 h	Sub 10	500 metros
18.40 h	Sub 8	200 metros

CATEGORÍA ABSOLUTA.

A proba absoluta será ás 19:00 h e continuará o tráfico pechado, igual que nas categorías inferiores.

A meta pecharase ás 20:00h

CONCELLO DE PONTECESO
Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

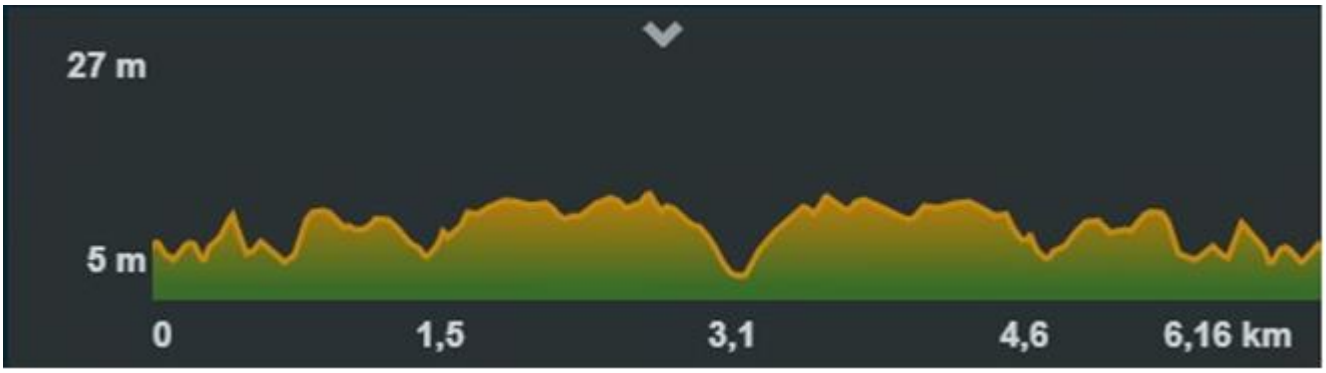
Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL. : 01150682

RELG.: MU 2000/15

ANEXOS

1. Imaxe do percorrido da categoría absoluta. Ida e volta, dende a praza da Ribeira ao Faro Roncudo.

PERFIL



Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL. : 01150682

RELG.: MU 2000/15

CONCELLO DE PONTECESO
Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

2. Imaxe do percorrido da categoría sub 16 e sub 18 (2000m)

3. Imaxe do percorrido da categoría sub 12 e sub 14 (1000 m)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL. : 01150682

RELG.: MU 2000/15

CONCELLO DE PONTECESO
Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

4. Imaxe do percorrido da categoría sub 10 (500m)

5. Imaxe do percorrido da categoría sub 8 (200m)

CONCELLO DE PONTECESO
Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL. : 01150682
RELG.: MU 2000/15

6. INFORMACIÓN PARA COLABORACIÓN VOLUNTARIA A TRAVÉS DE CRUZ VERMELLA

CUENTAS BANCARIAS		BIZUM
SANTANDER	ES44 0049 0001 5321 1002 2225	33512
BBVA	ES92 0182 2370 4600 1002 2227	33467
CAIXABANK	ES28 2100 0600 8502 0196 0066	04057
SABADELL	ES31 0081 5232 2800 0108 4716	04048
BANKINTER	ES75 0128 0010 9701 0012 1395	00087
B. COOPERATIVO	ES86 0198 0500 8020 2205 3421	02727