



## ANEXO I

### XXXVII CARREIRA POPULAR SAN XIAO

A **XXXVII CARREIRA POPULAR SAN XIAO**, organizada pola Concellería de Deportes do Concello de Ferrol co control técnico da Delegación en Ferrol da Federación Galega de Atletismo, terá lugar o domingo **19 de xaneiro de 2020** a partir das 11.00 h da mañá. A proba está suxeita ás seguintes normas:

1. A saída e a chegada situaranse nas proximidades do Pavillón Municipal de Esteiro.
2. A proba discorrerá por un circuito de acordo co plano deseñado anexo a este regulamento.
3. A organización contará coa axuda da Policía Local, Protección Civil, persoal do Servizo de Deportes e voluntarios, que regularan o tránsito o longo do percorrido.
4. Prohíbese o acompañamento dos participantes e o uso de coches de apoio. O incumprimento desta norma implicará a inmediata descualificación dos corredores que a infrinxisen. Os únicos vehículos autorizados que poderán seguir a proba serán os das forzas de seguridade e os de apoio a organización, que irán debidamente identificados.
5. A proba estará controlada polo Comité Galego de Xuíces, que establecerá os correspondentes controis ao longo do circuito
6. O percorrido estará sinalizado como mínimo cada quilómetro.
7. No percorrido estableceranse controis, así como un posto de avituallamento.
8. O control de chegada pecharase **unha hora despois** de que entre en meta o primeiro clasificado. Cando un participante exceda o tempo previsto de peche de control (unha hora dende que entre o primeiro clasificado), será avisado pola organización e deberá subir ao coche oficial que pecha a carreira e abandonar a proba coa fin de non entorpecer o tráfico automobilístico e o desenvolvemento da propia actividade. No caso de continuar, farao baixo a súa responsabilidade, debendo cumprir as normas e sinais, e considerarse un usuario máis da vía, e quedará eximida a organización de toda responsabilidade do que puidese acontecer (Regulamento xeral de circulación R.D. 1428/2003).
9. A Organización ten subscrito un seguro colectivo de accidentes e responsabilidade civil. De todos os xeitos, a **Organización recoméndalles aos participantes que, con anterioridade á proba, efectúen un recoñecemento médico específico e que realicen un adestramento axeitado para as características desta competición.**



## 10. CATEGORÍAS:

### 10.1.- CATEGORIAS ABSOLUTAS:

Establécense as seguintes categorías masculinas e femininas:

- Sub 20: Nacidos/as no 2001 e 2002
- Sub 23: Nacidos/as no 1998, 1999 e 2000
- Sénior: Nacidos/as en 1997 ata 1985
- Máster A: Nacidos/as en 1984 ata 1979
- Máster B: Nacidos/as en 1978 ata 1970
- Máster C: Nacidos/as en 1969 ata 1960
- Máster D: Nacidos/as en 1959 e anteriores
- Cadeira de rodas\*
- Handbike\*
- Invidentes\*



\* Consideranse categorías non oficiais da F.G.A.

O percorrido será de 10.000 metros aproximadamente, e discorrerá polo Concello de Ferrol.

**Inscricións.** As inscricións poderán efectuarse **a partir do día 8 de xaneiro ata as 22.00 h do día 16 de xaneiro** a través da páxina web [www.ranckr.com](http://www.ranckr.com) ou ata o fin de dorsais. Poráñse a disposición das persoas interesadas un máximo de 1.000 dorsais par as categorías absolutas) e 500 dorsais para categorías de menores.

Non se admitirá outra vía de inscrición que a sinalada anteriormente.

A retirada de *chips* e dorsais poderase efectuar ao longo do venres 17 ( de 16:30 a 20:30) tarde sábado 18 (de 9.30 a 13.30 e de 16:30 as 20:30 horas ) no Pavillón polideportivo da Malata así como o domingo 19 de xaneiro, dende as 8.00 ata as 10:30 horas no pavillón de Esteiro.

O acto de recollida de dorsal e *chips* entenderase como confirmación da participación.

A organización non se fai responsable das consecuencias derivadas dunha inscrición defectuosa ou errónea por parte dos corredores ou a persoa na que deleguen.

No caso dos atletas discapacitados, deberán facer constar a circunstancia no momento da inscrición así como entregar copia da licenza coa valoración da discapacidade recoñecida.



i

## CADEIRAS DE RODAS E HANDBIKE

As cadeiras deberán ter un mínimo de 2 rodas grandes e 1 pequena.

**Non se permitirá a participación en cadeiras de rodas de paseo, que non foran deseñadas para a actividade de atletismo.**

Os atletas aseguraranse que ningunha parte dos seus membros inferiores toquen o chan durante a carreira.

Será responsabilidade do competidor que a cadeira de rodas estea conforme ás regras enriba indicadas e de non demorar a carreira mentres fai os axustes á cadeira.

Todos os atletas en cadeiras de rodas levarán obrigatoriamente casco durante toda a carreira.

**O desprazamento mediante algún método, excepto o empuxe do corredor sobre as rodas ou aros de impulsión suporía a descalificación.**

## DISCAPACIDADE VISUAL

Todos os atletas deberán obrigatoriamente participar cun guía. Este guía identificarase cun peto de cor brillante facilitado pola organización. Se algún atleta con discapacidade visual non ten guía, a organización non permitirá participar na proba, por motivos de seguridade.

Cando o corredor con discapacidade visual cruce a liña de chegada o guía deberá estar por detrás del.

O método de guía poderá ser elixido polo atleta. Poderá escoller entre ser dirixido por un guía que lle suxeite o cóbado, ou por medio de atadura ou ben correr sen suxeición. Non se permitirá soste o atleta, suxeitarase da súa roupa ou atar as mans do atleta coas do guía. A atadura deberá deixar un espazo de polo menos 5 cm entre as mans do atleta e as do guía. Ademais o corredor poderá recibir instrucións verbais do guía.

Os guías non poderán usar bicicleta ou outros medios mecánicos de transporte.



i

O guía non poderá en ningún momento tirar do atleta ou empurralo para darlle impulso. A infracción suporá a descualificación.

Independentemente de que se empregue atadura ou non, entre o atleta e o guía non poderá haber en ningún momento unha distancia maior de 0,50 m

## 10. 2.- CATEGORÍAS ESCOLARES

Establécense as seguintes categorías masculinas e femininas:

- Sub 18: Nados/as no 2003 / 2004
- Sub 16: Nados/as no 2005 / 2006
- Sub 14: Nados/as no 2007 / 2008
- Sub 12: Nados/as no 2009 / 2010
- Sub 10: Nados/as no 2011 / 2012
- Sub 8: Nados/as no 2013 / 2014

As distancias para percorrer por categoría serán as seguintes:

Horario	Categorías	Distancia
10:10	Sub 14 e – Sub 12	<b>1000 mts</b>
10:25	Sub 10	<b>800 mts</b>
10:40	Sub 8	<b>200 mts</b>



i

11:10

Sub 18 e – Sub 16

2000 mts

11.- **Premios.** A organización premiará aos tres primeiros clasificados masculinos e femininos de cada unha das categorías absolutas e de menores. A entrega de trofeos realizarase ao finalizar a carreira. Estimase sobre ás 12:30 h.

12.- Dado o espírito estritamente deportivo e popular desta proba, non se admitirán reclamacións.

13.- O Concello de Ferrol e a Federación Galega de Atletismo non se fan responsables dos danos morais ou materiais sufridos polas persoas participantes nesta proba ou que estas ocasionen a outras persoas.

14.- A organización poderá modificar este regulamento ou o circuíto polo que discorrerá a carreira sen aviso previo. Así mesmo, resérvase a facultade de decidir sobre calquera circunstancia ou aspecto que non se considere neste regulamento.

15.- Ao se inscribiren, todos os corredores aceptan a publicación do seu nome e a súa imaxe nas clasificacións, medios de comunicación ou en internet. De igual maneira, mediante a inscrición o/a corredor/a consente expresamente que os seus datos sexan empregados pola organización para comunicacións respecto da súa actividade.

En calquera caso, tal e como establece a Lei de protección de datos de carácter persoal, as persoas interesadas poden exercer os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición a través dun escrito ou correo electrónico dirixido ao Servizo de Deportes do Concello de Ferrol, praza de Armas s/n, 15402 Ferrol, <deportes@ferrol.es>.

16.- Coa inscrición na proba enténdense aceptadas todas as normas e demais consideracións reflectidas neste regulamento.

17.- Disporase de servizo de duchas e gardarroupa no Pavillón Municipal de Esteiro.

**NOTA:** Esta proba pertence ao Calendario Oficial da Federación Galega de Atletismo e mediante a súa inscrición o corredor consente expresamente que os seus datos básicos sexan cedidos a esta entidade para a tramitación, ante a compañía de seguros, dos seguros obrigatorios de accidentes e Responsabilidade Civil, así como a xestión da licenza de día e ranking popular de probas de ruta. En todo caso e tal como establece a lei de Protección de Datos, o interesado pode exercer no futuro os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante escrito ou correo electrónico á Federación Galega de Atletismo. Avenida de Glasgow 13 – 15008 A Coruña.