

## II CARREIRA POPULAR A POBRA DE SAN XIAO



### REGULAMENTO

#### Artigo 1: Organización:

A Asociación Esmorga Galega organiza a II Carreira Popular A Pobra de San Xiao. A proba organizárase o vindeiro sábado 18 de agosto, con saída e meta na rúa Valdriz do núcleo de A Pobra de San Xiao.

#### Artigo 2: Participación:

A proba estará aberta a todo os atletas, federados ou non, sen distinción de sexo ou nacionalidade. Cada atleta participa baixo a súa responsabilidade e dispón de unha condición física suficiente para rematar a proba.

#### Artigo 3: Percorrido, categorías, distancias e horarios:

O circuito será sobre asfalto e estará pechado a todos os vehículos agás os autorizados pola organización. O percorrido estará controlado por vehículos da organización e estará sinalizado en cada punto quilométrico e discorrerá polas rúas:

SAÍDA: Rúa Valdriz – Benigno Quiroga – San Julián – Benigno Quiroga – Estrada San Juan – Campo da Feira – Castelao – Concepción Arenal – Rosalía de Castro – Alfonso Cela e META: Rúa Valdriz

Os atletas das categorías máster pertencerán á categoría segundo o día que cumpran anos

CATEGORÍA	ANO NACEMENTO	HORARIO	DISTANCIA
PITUFOS	(2012 e posteriores)	19.30 h	100m
PROMOCIÓN	(2009-2011)	19.35 h	400m
SUB-12	(2007-2008)	19.15 h	1000m
SUB-14	(2005-2006)	19.15 h	1000m
SUB-16/18	(2001-2004)	19.45 h	5000m
SUB-20/23	(1996-2000)	19.45 h	5000m
SENIOR	(1995 e anteriores ata Máster)	19.45 h	5000m
MÁSTER A	35-39 anos	19.45 h	5000m
MÁSTER B	40-44 anos	19.45 h	5000m
MÁSTER C	45-54 anos	19.45 h	5000m
MÁSTER D	55-64 anos	19.45 h	5000m
MÁSTER E	65 anos en adiante	19.45 h	5000m

#### Artigo 4: Peche de control:

- O control de chegada na proba absoluta pecharase 50' despois da saída da mesma.

#### Artigo 4: Condicións de Participación:

- As inscricións faranse a través da paxina web da Federación Galega de Atletismo: [www.carreirasgalegas.com](http://www.carreirasgalegas.com)
- **A inscrición pecharase o MÉRCORES día 15 de AGOSTO ás 23:59 horas.**
- A inscrición na proba é persoal e intransferible
- A inscrición implica ler, entender e adquirir o compromiso que a continuación se expón:  
Certifico que estou en bo estado físico. Eximo de toda responsabilidade que da participación no evento puidese derivarse, á organización, patrocinadores

comerciais ou sponsors, empregados e demais organizadores. Coa realización da inscrición, todo participante cede os seus dereitos de imaxe á organización, que utilizará as imaxes de acordo coa Lei de Protección de Datos.

- No caso de que xurda algunha dúbida ou discrepancia acerca do reglamento, a decisión quedará en man da organización.
- A proba estará controlada pola Federación Galega de Atletismo, e estarán capacitados para descalificar a calquera atleta que incumpla o regulamento. Serán motivo de descalificación, entre outros, os seguintes aspectos:
  - Non respectar as indicacións dadas pola organización.
  - Non realizar todo o circuíto da carreira.
  - Non levar o dorsal ou a manipulación do mesmo.
  - Falsificar datos persoais.
- Todo o non disposto neste regulamento rexirase polas normas de Competición da FGA, RFEA e IAAF para a presente tempada, así como todo o regulamentado por instancias superiores.

#### **Artigo 5: Inscrición:**

A **inscrición** farase exclusivamente a través da páxina da Federación Galega de atletismo: [www.carreirasgalegas.com](http://www.carreirasgalegas.com)

**Os dereitos de inscrición tanto na carreira de menores coma na de adultos serán GRATUÍTOS.**

Os datos necesarios para a inscrición son: nome e apelidos, NIF, sexo, data de nacemento, enderezo, concello de empadramento, teléfono móbil, correo electrónico e club. Tamén deberán sinalar se corre como popular ou federado, e neste caso facilitarase o número de licenza e o club.

#### **Artigo 6: Retirada de Dorsais:**

Os dorsais retiraranse o día da proba na zona habilitada pola organización na zona da saída ata 45' antes do comezo de cada proba.

#### **Artigo 7: Premios:**

- Trofeo aos tres primeiros clasificados masculinos e femininos da carreira absoluta.
- Trofeo aos tres primeiros clasificados de cada categoría tanto masculinos como femininos.
- **Na categoría de PITUFOS darase medalla a todos os participantes. Non haberá trofeos para esta categoría nin se farán clasificacións.**
- Na categoría de PROMOCIÓN darase medalla a todos os participantes, así como trofeo aos tres primeiros clasificados tanto masculinos como femininos.
- A entrega de premios será na zona demeta, ás 20.40h aproximadamente
- A organización da proba ofrece ao acabar a proba deportiva un ágape a todos os participantes na mesma.

#### **Artigo 8: Servizos para os participantes:**

Os participantes gozarán dos seguintes servizos antes, durante e despois da carreira.

1. Aparcadoiro gratuito (ata ocupación das prazas existentes).
2. Recollida de dorsais, imperdibles e chips.
3. Vestiarios, baños e duchas no pavillón municipal sito na rúa Concepción Arenal.
4. Avituallamento ao final de cada carreira para todos os participantes.
5. Avituallamento líquido nos km 2.5, para a carreira de adultos.
6. Ambulancia con médico (todos os accidentes acontecidos deberán ser previamente informados ao organizador da proba e o traslado do ferido, se fose necesario, será para os centros sanitarios que teñan convenio ca compañía de seguros que corresponda).

#### **Artigo 9: Seguro:**

Todos os participantes estarán amparados por unha póliza de Responsabilidade Civil e accidentes deportivos, que cubrirá os accidentes que se produzan como consecuencia directa do desenvolvemento da proba.

Quedan excluídos os casos derivados dun padecimento latente, imprudencia ou inobservancia das leis, da normativa da competición, etc. Tamén quedan excluídos os casos producidos polo desprazamento ao lugar da competición ou desde o mesmo.

**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 Glasgow13- 15008 A Coruña.

**Organiza:** Concello de Láncara

**Colaboran:** Deputación de Lugo, Protección Civil, Federación Galega de Atletismo (Delegación de Lugo).

