

VIII CROSS AMBIENTAL CONCELLO DE ORDES

Memorial Esteban José

Data: Domingo, 18 de Decembro de 2016

Hora: a partir das 16:30 h

Lugar: saída do Campo da Feira de Ordes

Distancia: de 150 a 5.000 m

Organiza: Club Atletismo Ordes

Inscrición: A través da Federación Galega de Atletismo

<http://www.carreirasgalegas.com>

Web: <http://ordescrossambiental.blogspot.com.es/> - Blog Cross Ambiental de

Ordes e <http://www.atletismogalego.com> - Federación Galega de Atletismo

CATEGORÍAS HOMES/ CATEGORÍAS MULLERES/ DISTANCIA / HORA

BIBERÓN - de 0 a 4 anos / de 0 a 4 anos / 150 metros / 17:30

PREBENXAMÍN - de 5 a 7 anos / de 5 a 7 anos / 500 metros / 17:20

SUB 11 - de 8 a 10 anos / de 8 a 10 anos / 1.000 metros / 17:10

SUB 14 - de 11 a 13 anos / de 11 a 13 anos / 1.000 metros / 17:10

SUB 18 - de 14 a 17 anos / de 14 a 17 anos / 5.000 metros / 16:30

SUB23 - de 18 a 22 anos / de 18 a 22 anos / 5.000 metros / 16:30

SENIOR -de 23 a 34 anos / de 23 a 34 anos / 5.000 metros / 16:30

VET 35 - de 35 a 40 anos / de 35 a 40 anos / 5.000 metros / 16:30

VET 41 - de 41 a 45 anos / de 41 a 45 anos / 5.000 metros / 16:30

VET 46 - de 46 a 50 anos / de 46 a 50 anos / 5.000 metros / 16:30

VET 51 - de 51 a 55 anos / de 51 a 55 anos / 5.000 metros / 16:30

VET 56 - de 56 a 60 anos / de 56 a 60 anos / 5.000 metros / 16:30

VET 61 - de 61 a 65 anos / máis de 60 anos / 5.000 metros / 16:30

VET 66 - máis de 65 anos (só Homes) / 5.000 metros / 16:30

- > Trofeo ós tres primeiros de cada categoría (menos BIBERÓN)
- > Trofeo ós tres primeir@s do Concello na Carreira Absoluta (5.000 m)
- > Trofeo por Club, mínimo 6 corredores e puntúan os 4 primeiros na proba absoluta.
- > Medallas ás categorías BIBERÓN, PREBENXAMÍN, SUB 11 e SUB 14
- > Regalo Sorpresa, froita e bebida para tódolos participantes
- > **Haberá Chocolate ben quentiño ó remate da proba, ¡¡CHURROS e ROSCA!!**
- > Ó remate da proba SORTEO de agasallos
- > Haberá servizo de DUCHAS na Piscina Municipal

PREMIOS NON ACUMULATIVOS

Inscricións: A través da Federación Galega de Atletismo

[http://www.carreirasgalegas.com/carreira/...](http://www.carreirasgalegas.com/carreira/)

PREZO DA INSCRICIÓN:

+ Maiores de 13 anos (Proba absoluta): 3 € ata o día 11/12/2016, e 5 € do día 12/12/2016 ata o 15/12/2016

+ Menores de 14 anos (de 0 a 13 anos): GRATIS. Inscripción ata o 15/12/2016.

Rógase a tódolos participantes colaborar con 1 Kg de alimento non perecedeiro, que será donado as persoas necesitadas do Concello de Ordes, a través dos Servicios Sociais de Ordes

O DÍA DA PROBA NON SE ADMITIRÁN INSCRICIÓNS EN NINGUNHA CATEGORÍA.

Máis información e Regulamento: <http://ordescrossambiental.blogspot.com.es/> - Blog Cross Ambiental de Ordes e [http://www.carreirasgalegas.com/reglamento/...](http://www.carreirasgalegas.com/reglamento/) - Federación Galega de Atletismo

REGULAMENTO

1. A tódolos participantes facilitaráselle dorsal correspondente á súa categoría, debendo colocalo no seu peito para a súa identificación durante a proba e na chegada á línea de meta. O feito de non levalo dará lugar a descalificación do corredor.
2. O dorsal recollerase o día da carreira popular na zona de saída ata 45 minutos antes da saída de cada proba.
3. Ó longo do percorrido a organización poderá establecer os controis que estime oportunos, os cales poderán descalificar os participantes que cometan algunha irregularidade.
4. Dado o carácter popular, festivo e deportivo desta proba, a Organización agarda de tódolos participantes o mellor espírito deportivo.
5. O descoñecemento deste regulamento non exime do seu cumprimento. Toda inscrición suporá a aceptación destas normas.
6. O percorrido estará sinalizado en tódolos cruces con tablillas/frechas e ó longo de toda a carreira con cinta de sinalización.
7. **SEGURO:** A proba conta cun seguro de accidentes para todos/as os/as corredores/as que cubra os posibles danos e responsabilidade civil, da licenza de día creada pola Federación de Atletismo. Igualmente o atleta declara estar en condicións físicas óptimas para realizar dita proba. Todos/as os/as participantes polo feito de inscribirse, aceptan o presente regulamento e en caso de duda o de surxir algunha situación non reflexada no mesmo, acatarase o que dispoña o Comité Organizador da proba.
8. A proba estará controlada pola **Federación Galega de Atletismo** e estarán capacitados para descalificar a calquera atleta que incumpra o regulamento. da RFEA ou da FGA.

III ANDAINA CROSS AMBIENTAL CONCELLO DE ORDES

Memorial Estebo José

Data: Domingo, 18 de Decembro de 2016

Hora: a partir das 16:30 h

Lugar: saída do Campo da Feira de Ordes

Distancia: 5.000 m

Organiza: Club Atletismo Ordes

Inscrición: A través da Federación Galega de Atletismo

<http://www.carreirasgalegas.com/carreira/...>

Web: <http://ordescrossambiental.blogspot.com.es/> - Blog Cross Ambiental de Ordes e <http://www.atletismogalego.com> - Federación Galega de Atletismo

PROBA NON COMPETITIVA

- > Regalo sorpresa e froita e bebida para tódolos participantes
- > **Haberá Chocolate ben quenteño ó remate da proba ¡¡CHURROS e ROSCA!!**
- > Ó remate da proba SORTEO de agasallos
- > Haberá servizo de DUCHAS na Piscina Municipal

Inscricións: A través da Federación Galega de Atletismo

[http://www.carreirasgalegas.com/carreira/...](http://www.carreirasgalegas.com/carreira/)

PREZO DA INSCRICIÓN:

+ Maiores de 14 anos: 3 € ata o día 11/12/2016, e 5 € do día 12/12/2016 ata o 15/12/2016

+ Menores de 0 a 13 anos: GRATIS. Inscrición ata o 15/12/2016.

Rógase a tódolos participantes colaborar con 1 Kg de alimento non perecedeiro, que será donado as persoas necesitadas do Concello de Ordes, a través dos Servizos Sociais de Ordes

O DÍA DA PROBA NON SE ADMITIRÁN INSCRICIÓN EN NINGUNHA CATEGORÍA.

Máis información e Regulamento: <http://ordescrossambiental.blogspot.com.es/> - Blog Cross Ambiental de Ordes e [http://www.carreirasgalegas.com/reglamento/...](http://www.carreirasgalegas.com/reglamento/) - Federación Galega de Atletismo

REGULAMENTO

1. Dado o carácter popular, festivo e deportivo desta proba, a Organización agarda de tódolos participantes o mellor espírito deportivo.
2. O descoñecemento deste regulamento non exime do seu cumprimento. Toda inscrición suporá a aceptación destas normas.
3. O percorrido estará sinalizado en tódolos cruces con tablillas/frechas e ó longo de toda a carreira con cinta de sinalización.
4. **SEGURO:** A proba conta cun seguro de accidentes para todos/as os/as corredores/as que cubra os posibles danos e responsabilidade civil, da licenza de día creada pola Federación de Atletismo. Igualmente o atleta declara estar en condicións físicas óptimas para realizar dita proba. Todos/as os/as participantes polo feito de inscribirse, aceptan o presente regulamento i en caso de duda o de surxir algunha situación non reflexada no mesmo, acatarase o que dispoña o Comité Organizador da proba.

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 de ranking popular e 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. Avda. de Glasgow 13 15008 A Coruña.