



Benvidos/as á “**IX edición do Circuito de Carreiras Saudables CorreSAN 2022**, un programa de carreiras organizadas pola Federación Galega de Atletismo e patrocinadas polo Concello de Santiago de Compostela a través do seu departamento municipal 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.

O circuito CorreSan representa unha iniciativa para Compostela que traslada o deporte ata os barrios e zonas onde normalmente xa se practican diferentes deportes, en especial o atletismo ou popularmente coñecido “running”.

O circuito estará aberto á participación de calquera deportista habitual ou eventual que desexe acceder á práctica libre do exercicio físico nos diferentes contornos da cidade. Nas probas terán cabida atletas de case todas as idades de sub 10 a máster 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 participación poderá ser individual ou formando parte de equipos, tanto federados como populares. Os escolares poderán a maiores formar grupos por **centros escolares**.

A continuación exporemos o regulamento xeral do circuito, pero antes de rematar gustaríame animarvos a que tomedes parte deste proxecto que continua adiante por novena vez, polo noso interese por promover a práctica libre do deporte na cidade de Compostela.

**A Concelleira
Esther Pedrosa Carrete**

REGULAMENTO XERAL

A novena edición do circuito de carreiras **CorreSAN** constará de 4 probas que se disputarán nos meses de novembro de 2022 e xaneiro, febreiro e marzo de 2023, tendo no mes de decembro a carreira San Silvestre que inda que non forma parte deste circuito, da continuidade a práctica deportiva ininterrompida durante 5 meses.

En cada proba haberá un percorrido para escolares das categorías Sub 10 e sub 12, un percorrido para as categorías sub 14 e sub 16, e outro para adultos a partir da categoría sub 18. As probas comezarán de xeito habitual polas probas de escolares e rematarán coa disputa da proba de adultos. Os horarios e circuitos das carreiras estarán expostos na páxina web www.carreirasgalegas.com e estarán baixo o control técnico do Comité Galego de Xuíces da Federación Galega de Atletismo, empregando o sistema de chip-dorsal que **deberá conservarse durante o transcurso do circuito para os atletas que se inscriban nas 4 probas na modalidade de circuito**, e poderá reciclarse no caso de atletas que só se inscriban a unha proba independente.

Todos os atletas inscritos no circuito que perdan este elemento deberán aboar a cantidade de 3 € para adquirir un novo dorsal - chip.

CATEGORIAS DE PARTICIPACION INDIVIDUAIS

As categorías* de participación individuais serán as seguintes:

| | |
|-----------------|-------------------------------|
| SUB 10 | Nadas/os en 2013 e 2014 |
| SUB 12 | Nadas/os en 2011 e 2012 |
| SUB 14 | Nadas/os en 2009 e 2010 |
| SUB 16 | Nadas/os en 2007 e 2008 |
| SUB 18 | Nadas/os en 2005 e 2006 |
| SUB 20 | Nadas/os en 2003 e 2004 |
| SUB 23 | Nadas/os en 2000, 2001 e 2002 |
| SENIOR | De 1999 ate máster |
| MASTER 1 | De 35 a 44 anos |
| MASTER 2 | De 45 a 54 anos |
| MASTER 3 | De 55 anos en diante |

E= Escolares:(sub 10, sub 12, sub 14 e sub 16)

A= Adultos (dende sub 18 a máster)

***As categorías deste circuito manteranse durante todo o transcurso do circuito inda que se cambie a tempada atlética.**

MODALIDADE DE PARTICIPACION POR EQUIPOS

As categorías de participación por equipos serán as seguintes (**non se poderá duplicar a participación nun clube federado e equipo popular ou nun centro escolar e clube federado**). Tampouco un mesmo equipo poderá ter dúas ou máis seccións (A, B, ...):

| | |
|----------------------------------|--|
| 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 pertencentes a clubes federados |

CLASIFICACIÓN

En cada proba establecerase unha clasificación individual por orde de chegada. Os participantes no circuito levarán un número de puntos igual ao posto obtido en cada carreira **SÓ TENDO EN CONTA OS PARTICIPANTES NA MODALIDADE DE CIRCUITO**, de xeito que o primeiro clasificado obterá 1 punto, o segundo clasificado 2 puntos e así sucesivamente ... **OS ATLETAS QUE NON PARTICIPEN NALGUNHA PROBA DARÁSELLE UN NÚMERO DE PUNTOS SIMILAR AO NÚMERO TOTAL DE PARTICIPANTES NA MODALIDADE DE CIRCUITO NA MESMA, DE XEITO QUE NON OBTENAN VANTAXE ALGUNHA DA NON PARTICIPACIÓN.**

Para tomar parte nas clasificacións finais de circuito, os participante deberán completar un mínimo de 3 das 4 probas do circuito.

Tamén se poderá participar inscribíndose soamente a calquera das catro probas do circuito sen participar como "inscrito NO circuito" nin na súa clasificación.

Haberá unha clasificación de cada carreira e unha xeral do circuito en cada categoría, que será modificada despois de cada carreira. A clasificación do circuito realizarase en orde inverso, segundo se teña un menor número de puntos.

NA CLASIFICACION FINAL INDIVIDUAL DO CIRCUITO ELIMINARASE O PEOR RESULTADO OBTIDO NAS 4 PROBAS DO CIRCUITO.

PARA A CLASIFICACIÓN FINAL DE CLUBES E EQUIPOS POPULARES APLICARASE A SUMA DOS 6 MELLORES RESULTADOS DOS 6 MELLORES ATLETAS QUE OS COMPOÑAN.

OS EQUIPOS ESTARÁN FORMADOS POR UN NÚMERO MÍNIMO DE 6 COMPOÑENTES, SEN DETERMINAR UN NÚMERO MÁXIMO.

Tamén estableceranse dous tipos de clasificacións:

- Clubes federados, tanto escolares como adultos, sumando os puntos obtidos polos 6 mellores compoñentes do clube que deberán estar inscritos todos na modalidade de circuito e completar 3 das 4 probas (imprescindible realizar a inscrición reflexando o mesmo nome de equipo no formulario habilitado).
- Equipos populares, nos cales poderán entrar atletas federados e non federados formando equipos cunha denominación "popular". Imprescindible realizar a inscrición reflexando o mesmo nome de equipo no formulario habilitado.
- Centros escolares. Formando parte de centros escolares.
- Os equipos poderán ser masculinos ou femininos. Non se admitirán equipos mixtos nestas clasificacións.

As clasificacións dos clubes federados escolares e centros escolares realizarase unicamente por criterios de participación.

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 e www.atletismo.gal .

| DATA | PROBA | DISTANCIAS APROX. |
|-------------------------------|--|--|
| <i>5 de novembro de 2022</i> | <u>CORRESAN</u> <u>NOCTURNA</u> <u>CIDADE VELLA</u> | 1010 m (E1) 1750 m (E2) 5500 m (A) |
| <i>21 de xaneiro de 2023</i> | <u>CORRESAN</u> <u>RUTA DA PRATA-ANGROIS</u> | 1205 m (E1) 2310 m (E2) 5210 m (A) |
| <i>18 de febreiro de 2023</i> | <u>CORRESAN</u> <u>RUTA DOS PARQUES</u> | 1645 m (E1) 2520 m (E2) 5700 m (A) |
| <i>18 de marzo de 2023</i> | <u>CORRESAN</u> <u>BARRIO DE SAN PEDRO</u> | 1000 m (E1) 2000 m (E2) 5000 m (A) |

E1= ESCOLARES Sub 10 – Sub 12

E2= ESCOLARES Sub 14 – Sub 16

A= ADULTOS

INSCRICIONS

INSCRICION INDIVIDUAL: A inscrición nas 4 probas do circuío (**opción recomendable**), tanto para escolares como para adultos, poderán realizala a través da seguinte vía:

- ONLINE:

A través da páxina web www.carreirasgalegas.com.

INSCRICIÓN POR CLUBES FEDERADOS, EQUIPOS POPULARES E CENTROS ESCOLARES

Todos os **clubes federados**, tanto de adultos (de sub 18 en diante) como de **atletas escolares**, **equipos populares de adultos** e **centros escolares** (categorías sub 10, sub 12, sub 14 e sub 16) que desexen entrar nos premios outorgados a eles deberán remitir un correo electrónico á dirección santiago@atletismo.gal 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 estar inscritos individualmente e de xeito previo o inicio das probas indicando claramente o nome do clube, equipo popular ou centro escolar. É moi importante que os atletas poñan correctamente escrito do mesmo xeito o nome do clube, equipo ou centro escolar.

PREZOS DA INSCRICIÓN

- | | | |
|---|-------|----------|
| - ESCOLARES (de sub 10 a sub 16) | | GRATUITA |
| - ADULTOS (de sub 18 a máster): | | |
| ▪ Xeral nas 4 probas do circuío | | 20 € |
| ▪ Inscrición individual por proba | | 6 € |

Os participantes adultos e escolares NA MODALIDADE DE CIRCUÍTO, recibirán unha camiseta técnica conmemorativa do circuío e un dorsal-chip coa que poderán participar nas 4 probas e que poderán recoller no lugar indicado na páxina web www.carreirasgalegas.com previamente a disputa da primeira ou segunda proba. Os atletas que se inscriban individualmente en cada proba **NON PERCIBIRAN CAMISETA POLA SUA PARTICIPACION.**

O dorsal empregárase para as 4 probas e deberá conservarse axeitadamente en todas as probas do circuío.

Os participantes de cada proba individual que non se inscriban no circuío só recollerán o dorsal na zona de saída de cada proba, agás na 1ª que se recollerá no mesmo lugar que os participantes no circuío.

CALENDARIO DE INSCRICIÓN

A inscrición xeral no circuío CorreSan (4 probas) abrirá o luns 17 de outubro e pechará o mércores 2 de novembro ás 23.59 horas. Abrirase un 2º prazo antes da carreira CorreSan Ruta da Prata - Angrois

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

| | |
|----------------------------------|---|
| CorreSan - Nocturna Cidade Vella | Inscrición do 10 de outubro ao 2 de novembro de 2022 |
| CorreSan - Ruta da Prata-Angrois | Inscrición do 14 de novembro de 2022 ao 11 de xaneiro de 2023 |
| CorreSan - Ruta dos Parques | Inscrición do 25 de xaneiro ao 15 de febreiro de 2023 |
| CorreSan - Barrio de San Pedro | Inscrición do 22 de novembro ao 15 de marzo de 2023 |

PREMIOS

Os premios ó circuío serán entregados nas semanas posteriores á conclusión da derradeira proba nunha gala xeral do circuío 2022.

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

Tamén se entregarán premios especiais 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 **MASCULINOS** e **FEMENINOS** e os 3 equipos populares **MASCULINOS** e **FEMENINOS** que obteñan menos puntos na clasificación das probas do circuío (sumando os puntos dos seus 6 mellores compoñentes).

Para poder tomar parte nestas clasificación é imprescindible inscribirse indicando o nome do clube ou equipo ou centro escolar (escrito do mesmo xeito) no formulario e remitir ao correo santiago@atletismo.gal o listado cos compoñentes dos mesmos.

TODA A INFORMACIÓN RELATIVA A CIRCUÍOS, LUGARES DE RECOLLIDA DE DORSAIS, ... PODERA CONSULTARSE NAS PÁXINAS WEB www.carreirasgalegas.com e atletismo.gal .

Todo o non recollido no presente regulamento rexerese pola normativa de probas en ruta da **FGA** e da **RFEA** en vigor, por esta orde.

RESPONSABILIDADE

A organización non se fará responsable dos danos que puidesen causar ou causarse os participantes por imprudencias ou negligencias destes. Igualmente, o participante declara, baixo a súa responsabilidade, terse realizado o oportuno recoñecemento médico que lle permite estar en condicións óptimas para realizar a proba, eximindo á organización da devandita responsabilidade.

A organización dispón dun Seguro de Accidentes e Responsabilidade Civil que cubrirá as incidencias inherentes ás probas do circuío.

LOPD

Todos os corredores/as ó realizar a inscrición aceptan a publicación do seu nome e imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e/ou internet.

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.