correndo pola COSTADAMORTE
circuíto de carreiras populares

Concello de MUXÍA

Damián Espasandín Lema, padriño do Circuíto 2019

organiza:

Patrocinadores do Circuíto:

Patrocinador de carreira:

Colaboradores do Circuíto:

Calificación:

Colaboramos con:

REGULAMENTO IX CARREIRA PEDESTRE CONCELLO DE VIMIANZO

Índice

Índice....2
1.IDEOLOXÍA....2
2.PROBAS....3
3.CATEGORÍAS, DISTANCIAS E HORARIOS....4
4.PERCORRIDOS....5
5.NORMATIVA XERAL E DE SEGURIDADE da IX Carreira Pedestre do Concello de Vimianzo....7
6.DEREITOS DE IMAXE, USO DE DATOS E AUTORIZACIÓNS....9
7.TIPOS DE COMPETICIÓNS....9
8. INSCRICIÓNS DAS COMPETICIÓNS INDIVIDUAIS....9
9.COMPETICIÓN POR EQUIPOS....10
10.SISTEMA DE CRONOMETRAXE / CHIPS E RECOLLIDA DE DORSAIS....11
11.CARREIRA 3K CONTRA O CANCRO....12
12. CLASIFICACIÓNS E TROFEOS/MEDALLAS DE CARREIRA....12

1. IDEOLOXÍA

O Circuíto de Carreiras Populares *"Correndo pola Costa da Morte"* é un programa anual de carreiras populares, que ten por obxectivo fomentar a práctica de actividade física e deportiva como medio para alcanzar unha vida máis saudable.

Dito circuíto está promovido e organizado por un conxunto de concellos da Costa da Morte: Camariñas, Carnota, Cee, Corcubión, Dumbría, Fisterra, Mazaricos, Muxía, Vimianzo e Zas.

Nesta competición poden participar todas aquelas persoas que o desexen, tanto nenos/as como adultos **(nados no 2016 ou anteriores).**

As posibilidades de participación son fundamentalmente, tanto en sénior como en categorías base (agás Pitufo) dúas:

1.1. Corredores de Carreira: son aqueles atletas que se inscriben nunha ou en varias das probas das que se compón o circuíto pero que non participan na competición do circuíto. Deberán facer unha inscrición por cada unha das probas nas que desexen participar. Nas categorías de adultos os corredores terán a posibilidade de inscribirse na proba 3K Contra o Cancro ou 10K.

Na proba 3K Contra o Cancro participarán en categoría absoluta independentemente da súa idade. A distancia desta proba poderá variar entre os 2000 e os 4000 metros en función do concello organizador.

Na proba 10K (categorías sénior, M40 e M50) a distancia poderá variar entre os 8000 e 10000 metros en función do concello organizador.

Nas probas de categoría base os atletas correrán as distancias establecidas segundo a súa categoría.

Corredores de Circuíto: son atletas que se inscriben co obxectivo de completar un mínimo de sete probas do circuíto na modalidade de 3K Contra o Cancro, 10K, ou o Circuíto de Categorías Base (agás categoría Pitufo). Estes atletas entran na clasificación particular das probas nas que participan e tamén na clasificación xeral do Circuíto. Deberán facer unha única inscrición e correr obrigatoriamente con chip amarelo (adultos), con chip branco (categorías base agás Pitufo).

Os corredores de Circuíto das modalidades 3K Contra o Cancro (categoría absoluta) e 10K, poderán participar de xeito simultáneo na **competición por equipos,** sempre que estean inscritos dentro dun equipo.

2. PROBAS

O circuíto estará composto por un total de 10 probas. Comezará o día 10 de marzo de 2019 coa VII Carreira Popular Concello de Camariñas, e rematará o 13 de outubro de 2019 coa VI Carreira Popular Concello de Fisterra.

	CONCELLO	DATA	PROBA
1ª proba	Camariñas	10-03-2019	VIII Carreira Pedestre Concello de Camariñas
2ª proba	Vimianzo	31-03-2019	IX Carreira Pedestre Concello de Vimianzo
3ª proba	Mazaricos	12-05-2019	IV Carreira Pedestre Concello de Mazaricos
4ª proba	Dumbría	25-05-2019	V Carreira Pedestre Concello de Dumbría
5ª proba	Zas	01-06-2019	VI Carreira Pedestre Concello de Zas
6ª proba	Cee	22-06-2019	VI Carreira Pedestre Concello de Cee (NOCTURNA)
7ª proba	Muxía	14-07-2019	VI Carreira Pedestre Concello de Muxía
8ª proba	Carnota	18-08-2019	XXVIII Carreira das Areas Concello de Carnota
9ª proba	Corcubión	31-08-2019	XVIII Carreira Pedestre Vila de Corcubión
10ª proba	Fisterra	13-10-2019	VI Carreira Pedestre Concello de Fisterra

Os horarios das carreiras das distintas categorías poderán ser consultados na web www.correndopolacostadamorte.com

3. CATEGORÍAS, DISTANCIAS E HORARIOS.

CATEGORÍA		IDADES	DISTANCIAS	HORARIOS
Pitufo	Mixto	2012– 2016 (ambos incluídos)	150-300 m. (aprox.)	12:30 H.
Benxamín	Masculino	2010-2011	1000 m. (aprox.)	12:15 H.
	Feminino			12:15 H.
Alevín	Masculino	2008-2009	1000 m. (aprox.)	12:15 H.
	Feminino			12:15 H.
Infantil	Masculino	2006-2007	3000 m. (aprox.)	11:47 H.
	Feminino			11:47 H.
Cadete	Masculino	2004-2005	3000 m. (aprox.)	11:47 H.
	Feminino			11:47 H.
Xuvenil	Masculino	2002-2003	3000 m. (aprox.)	11:47 H.
	Feminino			11:47 H.
Absoluta 3K Contra o Cancro	Masculino	2003 (incluído) e anteriores	3000 m. (aprox.)	11:45 H.
	Feminino			11:45 H.
Sénior 10K	Masculino	1980-2001	10.000 m.	10:30 H.
	Feminino			10:30 H.
Veteranos M40	Masculino	1970-1979	10.000 m.	10:30 H.
	Feminino			10:30 H.
Veteranos M50	Masculino	1969 (incluído) e anteriores	10.000 m.	10:30 H.
	Feminino			10:30 H.

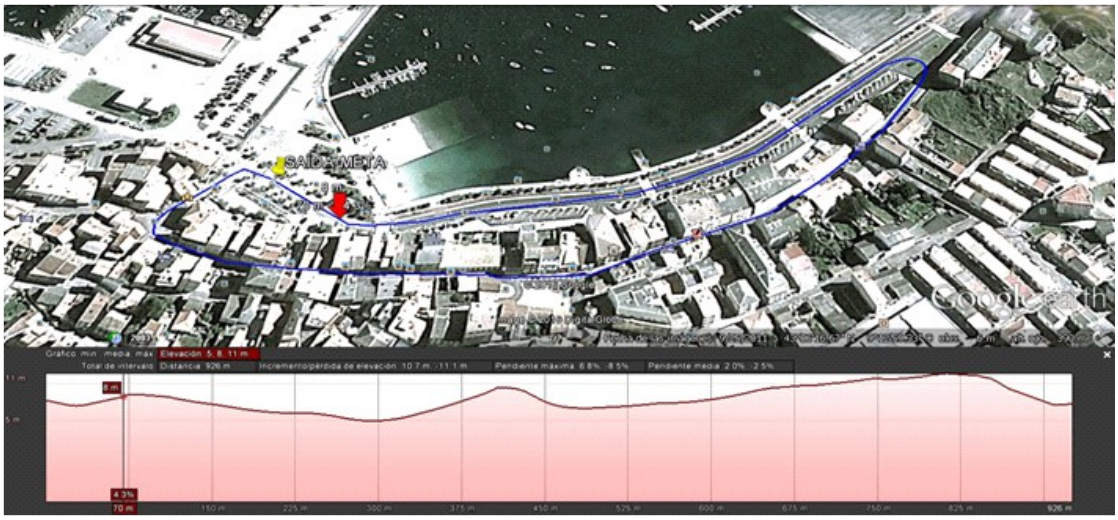
* Os/as atletas de categoría xuvenil poderán optar a correr na categoría superior (absoluta en 3K e sénior en 10K) sempre que o fagan constar á hora de facer a inscrición. O feito de correr en categoría sénior (10K) ou absoluta (3K Contra o Cancro) implicaría que non poderían optar á clasificación e premios da categoría xuvenil.
Así mesmo, implicaría que deberían pagar a correspondente inscrición (8€ + 1€ por inscrición de carreira, ou 30€ + 10€ por inscrición de Circuíto), terían dereito á camiseta conmemorativa de cada carreira, e poderían participar na competición de equipos.

4. PERCORRIDOS

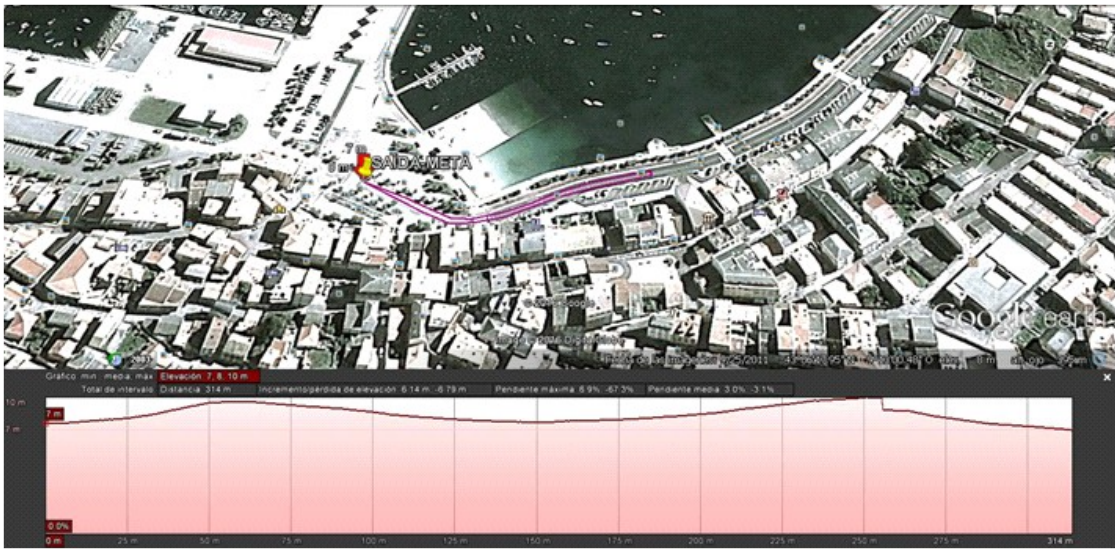
4.1. Percorrido 10K das categorías sénior, M40, M50 e adaptada: 10.000 metros **(Dúas voltas)**

4.2. Percorrido 3K Contra o Cancro das categorías absoluta, xuvenil, cadete e infantil: 3.000 metros aproximadamente.

4.3. Percorrido da categorías benxamín e alevín: 1.000 metros aproximadamente



4.4. Percorrido da categoría Pitufos: 100 metros aproximadamente.



5. NORMATIVA XERAL E DE SEGURIDADE DA IX CARREIRA PEDESTRE DO CONCELLO DE MUXÍA

5.1. Todas as probas incluídas no programa do circuíto de carreiras populares "Correndo pola Costa da Morte" rexeranse pola **regulamentación de Seguridade Vial do Estado e da Comunidade Autónoma de Galicia**, que establece os requisitos esixidos para a celebración de probas deportivas na vía urbana (Real Decreto 1428/2003 do 21 de novembro, publicado no BOE

nº 306 do 23 de decembro de 2003 sobre a ocupación da vía pública; e o Real Decreto 849/1993 do 4 de xuño de 2003, sobre a contratación do seguro de responsabilidade civil e de accidentes).

5.2. O Concello de Muxía terá subscrito o **seguro de responsabilidade civil** , ou da Federación Galega de Atletismo. Tamén contará cun **seguro de accidentes** que terá as coberturas mínimas esixidas no Real Decreto 849/199.

5.3. Así mesmo o Concello de Muxía contarán cun **servizo médico-sanitario**, que constará dunha ambulancia e un médico sempre e cando non superen os 750 participantes e 2 ambulancias no suposto de superar as 750 persoas anotadas.

5.4. A organización da proba resérvase o dereito a modificar horarios e ou percorridos, así como aprazar ou suspender a carreira se así o estima oportuno por razóns de seguridade.

5.5. No caso de que para o día de celebración da proba se decrete unha **alerta laranxa a proba será suspendida** automaticamente. Buscarase unha data adecuada para desenvolvela.

5.6. Os atletas que durante o transcurso da proba, circulen por fóra do espazo delimitado polos vehículos de sinalización de inicio e fin de carreira, considéranse a todos os efectos usuarios normais da vía.

5.7. Toda persoa que corra sen estar inscrita, farao baixo a súa responsabilidade e non poderá participar de trofeos nin obsequios. Tampouco estará amparada polos seguros da proba.

5.8. Poderanse efectuar reclamacións ante o Xuíz Árbitro da proba. A participación é libre e leva implícito a aceptación do Regulamento Xeral da proba. Todo o non previsto neste regulamento resolverase de acordo, por esta orden, as normas da F.G.A., RFEA e I.A.A. F. en vigor.

5.9. O Concello de Muxía porá a disposición dos participantes na carreira, o Pavillón Municipal de Muxía, para que se podan cambiar e duchar. Así mesmo tamén porá a disposición dos corredores un servizo de garda roupa que estará situado no mesmo pavillón.

5.10. Os únicos vehículos que poderán seguir a proba, serán os autorizados pola organización.

5.11. Os e as participantes adultos recibirán un agasallo conmemorativo no momento da recollida dos dorsais. O feito de estar inscrito no Circuíto non implica que se teña dereito a ningún tipo de agasallo.

5.12. Os corredores e corredoras de circuíto que non confirmen a asistencia dentro dos prazos establecidos non terán dereito á camiseta conmemorativa da proba, aínda que si poderán correr.

5.13. No proceso de inscrición ás carreiras ou ao Circuíto non se pide talla, polo tanto non se garantirá a talla.

5.14. Descualificacións:

5.14.1. O servizo médico da competición está facultado para retirar durante a proba a calquera atleta que manifeste un mal estado físico.

5.14.2. Todo atleta que non realice o percorrido completo.

5.14.3. O atleta que manifeste un comportamento non deportivo ou se reitere en protestas ante a organización.

6. DEREITOS DE IMAXE, USO DE DATOS E AUTORIZACIÓNS

Os deportistas inscritos comprométense a aceptar estritamente o presente regulamento e calquera posible modificación.

Os menores inscribiranse na web www.championchipnorte.com, aportando (requisito), os datos dun titor legal ou presentando un xustificante paterno-titorial. Dito modelo poderase descargar da páxina web do concello organizador así coma de www.championchipnorte.com.

A realización da inscrición implica ter lido, entendido e adquirido os compromisos que a continuación se expoñen:

6.1. As persoas atletas inscritas declaran que están en bo estado físico e teñen pasado os pertinentes recoñecementos de saúde.

6.2. Calquera atleta con problemas médicos (alerxia, atencións especiais,...) deberá facelo constar no reverso do dorsal da proba.

6.3. O atleta inscrito autoriza e acepta a publicación do seu nome e apelidos e a súa imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e internet,(…) para a promoción do deporte. Calquera persoa inscrita poderá prohibir a utilización da súa imaxe previa solicitude expresa por escrito.

7. TIPOS DE COMPETICIÓNS

7.1. Competición Individual (ver punto 8).
7.2. Competición por equipos (ver punto 9).

8. INSCRICIÓNS DAS COMPETICIÓNS INDIVIDUAIS

8.1. As inscricións realizaranse a través da páxina web www.championchipnorte.com **ou** www.correndopolacostadamorte.com

8.2. As inscrición para CORREDORES DE CARREIRA realizaranse dentro dos seguintes prazos e custos:

8.2.1. Ata o luns 25 de marzo ás 23’59 horas: 8€ + 1€ de aluguer de chip.

8.2.2. Dende o martes 25 ata o mércores 26 de marzo ás 23’59 horas: 11€ + 1€ de aluguer de chip.

8.3. As inscricións para CORREDORES DE CIRCUÍTO realizaranse dentro dos seguintes prazos e custos:

8.3.1. As inscricións para os corredores de circuíto poderán formalizarse nos prazos establecidos exclusivamente para as carreiras de Camariñas e Vimianzo.

8.3.2. Ata o luns 25 de marzo ás 23’59 horas: 35€ + 10€ de adquisición de chip amarelo.

8.3.3. Dende o martes 25 ata o mércores 26 de marzo ás 23'59 horas: 40€ + 10€ de adquisición de chip amarelo.

8.3.4. Independentemente de realizar a inscrición nos prazos anteriormente indicados, todos/as atletas de circuíto **DEBERÁN CONFIRMAR DE MANEIRA OBRIGATORIA A SÚA ASISTENCIA A CADA CARREIRA**. A data límite para a confirmación será o luns previo á celebración da mesma, ás 23'59 horas.

O feito de non confirmar a asistencia dentro dos prazos establecidos implica que ese corredor non terá dereito á camiseta conmemorativa da proba, aínda que si poderá correr.

8.4. As inscricións para os atletas de CATEGORÍAS BASE serán gratuítas e deberán realizarse a través da plataforma www.championchipnorte.com ou en www.correndopolacostadamorte.com

8.4.1. As inscricións para CORREDORES DE CARREIRA poderán realizaranse ata o mércores 26 de marzo ás 23'59 horas.

8.4.2. As inscricións para os CORREDORES DE CIRCUÍTO BASE (benxamín, alevín, infantil, cadete e xuvenil) poderán realizarse ata o mércores 26 de marzo ás 23,59 horas da segunda proba (Vimianzo).

9. COMPETICIÓN POR EQUIPOS

9.1 Os/as atletas poderán participar na competición por equipos, sempre e cando estean inscritos na **competición individual de circuíto na modalidade 3K Contra o Cancro ou 10K .**

9.2 **Formación de equipos:** Poderán formarse os seguintes equipos atendendo ao xénero das persoas que os compoñan:

- Equipos femininos: compostos integramente por atletas femininas.
- Equipos masculinos: compostos integramente por atletas masculinos.
- Equipos mixtos: compostos por atletas masculinos e femininos.

9.2.1 Todos os equipos terán que estar formados por un mínimo de 5 e un máximo de 10 corredores.

9.2.2 Os equipos mixtos deberán, ademais, seguindo a seguinte correlación:

Número de atletas por equipo	Composición do equipo
5 ou 6	2 mulleres ou homes como mínimo
7 ou 8	3 mulleres ou homes como mínimo
9 ou 10	4 mulleres ou homes como mínimo

9.3 **Inscricións:** Para formalizar as inscricións por equipo podedes ler as instrucións que aparecen no seguinte enlace https://championchipnorte.com/ayuda/formar-equipos

9.4 **O prazo de inscrición** rematará o mércores día 6 de marzo de 2019 ás 23:59 horas. **A partir de dita data non se poderán realizar máis inscricións por equipos e tampouco se poderán facer modificacións nos integrantes dos equipos.**

9.5 Para poder optar ao **premio económico** terá que haber un **mínimo de 3 equipos** na categoría. De non ser así, o equipo poderá competir e recibirá o trofeo que o acredita como campión da súa categoría na gala final, pero non recibirá premio económico. Considerarase a un equipo como

inscrito dende o momento en que tres dos seus compoñentes (como mínimo) puntúen na primeira carreira do Circuíto.

9.6 Sistema de puntuación:

9.6.1 Para poder puntuar todos os atletas do equipo deberán correr e rematar 3 carreiras do circuíto como mínimo.

9.6.2 Para poder puntuar nunha carreira deberán participar e rematar un mínimo de 3 atletas do equipo, independentemente do xénero. Se non logran rematar un mínimo de tres corredores, os non chegados considerararanse como últimos clasificados e puntuarán como tales.

9.6.3 O sistema de puntuación establecerase segundo os seguintes baremos:

Posto de chegada a meta	**Número de atletas chegados á meta**	
Puntuarán os 5 primeiros/as atletas do equipo que entren en meta en función da súa clasificación por sexo (masculino ou feminino)	3 chegados á meta	6 puntos
	4 chegados á meta	10 puntos
	5 chegados á meta	15 puntos
	6 chegados á meta	16 puntos
A puntuación por posto de chegada sairá da suma dos postos de chegada de cada atleta puntuable do equipo segundo o seu xénero	7 chegados á meta	17 puntos
	8 chegados á meta	18 puntos
	9 chegados á meta	19 puntos
	10 chegados á meta	20 puntos

9.6.4 A puntuación total do equipo calcularase segundo a seguinte fórmula: suma dos puntos por posto (ata os 5 primeiros) / puntos número de chegados.

EXEMPLO PRÁCTICO
Equipo A: 6 chegados nos postos 10 masc + 20 masc + 21 masc + 5 fem + 10 fem + 15 fem
Puntos por posto de chegada a meta: 60
Puntos por chegados á meta: 16
Puntos do equipo: 60/16 = 3,75 puntos.
Neste exemplo práctico tomamos a referencia de clasificación dos dous primeiros masculinos (postos 10 e 20) e as tres primeiras femininas (postos 5, 10 e 15) para facer a suma dos puntos por chegados.

10. SISTEMA DE CRONOMETRAXE / CHIPS E RECOLLIDA DE DORSAIS

10.1. Para controlar as probas estableceranse controis de cronometraxe por chip (deberá ir suxeito aos cordóns das zapatillas).

10.2. Será obrigatorio o uso de chip para todas as categorías (facilitado pola organización), **agás pitufo**.

10.3. Será obrigatorio o uso de dorsal para todas as categorías (facilitado pola organización).

10.4. O atleta que non porte o chip non poderá entrar na clasificación da proba nin lle computará na clasificación do circuíto.

10.5. O atleta que non porte dorsal poderá ser descualificado se así o estima a dirección de carreira.

10.6. O **horario de apertura das mesas, no mesmo día da proba,** para a recollida de dorsais será **dende as 9h na Casa do Concello**. Os dorsais e chips poderanse recoller ata 30 minutos antes do inicio de cada proba.

10.7. Os **corredores de circuíto 10K ou 3K Contra o Cancro** deberán usar obrigatoriamente o **"chip amarelo"**. Do mesmo xeito empregarán un **único dorsal** para todas as probas do circuíto.

10.7.1. Tanto o dorsal coma o chip (no caso de non posuílo) recollerase na primeira proba do circuíto na que participen os inscritos, no lugar habilitado para tal efecto.

10.7.2. No caso da perda do chip o atleta deberá mercar outro a través da páxina de Championchip.

10.7.3. No caso da perda ou rotura do dorsal, poderá solicitar outro á organización. **No suposto de ter que solicitar un terceiro dorsal, dito dorsal correrá a cargo da persoa participante e deberá facer o abono a Championchip.**

10.8. Os **corredores de carreira** e os corredores de categorías inferiores (os de circuíto e carreira) usarán o **"chip de carreira"**, que deberán **devolver** á organización **ao remate** da mesma. Estes corredores deberán recoller o seu dorsal e chip antes da carreira no lugar habilitado para tal efecto ata 30 minutos antes do inicio da proba.

10.9. Os chips son persoais en intransferibles polo que a suplantación da personalidade dos atletas, sancionarase coa expulsión do circuíto do portador e do/a atleta suplantado, anulando todos os dereitos adquiridos coa inscrición no circuíto.

11. CARREIRA 3K CONTRA O CANCRO

Na 6ª edición do Circuíto seguiremos **colaborando coa Asociación Provincial Contra o Cancro**. Deste xeito a recadación obtida para tal fin será entregada a dita asociación cando remate do circuíto, na gala de entrega de trofeos.

Así mesmo todas aquelas persoas que desexen colaborar coa Asociación Provincial contra o Cancro, sen participar en ningunha competición, poderán facelo inscribíndose no apartado **Fila 0** que aparecerá na web www.championchipnorte.com, dentro de cada unha das probas que compoñen o circuíto.

12. CLASIFICACIÓNS E TROFEOS/MEDALLAS DE CARREIRA

12.1. Clasificacións da proba 10K:

12.1.1. Optan a esta clasificación todos os/as atletas participantes na proba.

12.1.2. Recibirán trofeo e/ou medalla e subirán ao podio os tres primeiros/as clasificados/as en cada unha das categorías (sénior, M40, M50), independentemente da súa condición de corredores de carreira ou de corredores de circuíto.

12.1.3. Recibirán trofeo e/ou medalla e subirán ao podio como gañadores absolutos o gañador e a gañadora da carreira 10K, independentemente da súa categoría.

12.1.4. Recibirán trofeo e/ou medalla o primeiro e primeira clasificado/a empadroado/a do

concello organizador.

12.1.5. Os equipos só recibirán trofeo e/ou medalla na gala final.

12.2. Clasificacións da proba 3K Contra o Cancro:

12.2.1. Optan a esta clasificación todos os/as atletas participantes na proba.

12.2.2. Recibirán trofeo e/ou medalla e subirán ao podio os tres primeiros/as clasificados/as en cada unha das categorías Absoluta (nados en 2001 ou antes), Xuvenil, Cadete e Infantil independentemente da súa condición de corredores de carreira ou de corredores de circuíto.

12.3. Clasificacións da proba Benxamín e Alevín:

12.3.1. Optan a esta clasificación todos os/as atletas participantes na proba.

12.3.2. Recibirán trofeo e/ou medalla e subirán ao podio os tres primeiros/as clasificados/as en cada unha das categorías Benxamín e Alevín.

12.4. Medallas conmemorativas:

12.4.1. Ademais nas categorías Pitufo, Benxamín e Alevín, recibirán medalla conmemorativa todos os participantes en ditas probas.

Organizan: