

10ª CARREIRA POPULAR DOS SANTIÑOS

05/11/2017 O BARCO DE VALDEORRAS

O CLUBE ADAS PROINOR coa colaboración do Concello de O Barco de Valdeorras, a Delegación da F.G.A en Valdeorras, organiza a 10ª CARREIRA POPULAR DOS SANTIÑOS, que se desenrolará o vindeiro 05 de Novembro do 2017 .

PROBA OFICIAL DA F.G.A, proba con distancia non homologada.

CIRCUITO:

1º.- As distancias son orientativas e non homologadas, o circuito urbano consta de unha volta de 3.500 mts, (VER ANEXO) os/as atletas poderán participar nas seguintes carreiras:

- ❖ 3.500 mts. 1 VOLTA (CADETES)
- ❖ 7.000 mts. 2 VOLTAS (XUVENIL-XUNIOR-ABSOLUTOS E VETERANS)

INSCRICIÓN:

1º.- As inscricións absoluta para a carreira se realizará a través a web de CARREIRAS GALEGAS (<http://www.carreirasgalegas.com/>)

2º.- As INSCRICIONS deberán estar no poder da Organización antes das 23.59 h.do xoves 2 de Novembro.

3º.- As inscricións para a carreira absoluta terán un custo de 8€.

4º.- Poderase inscribir no mesmo día ata 1 hora antes do comezo da proba tendo un custo de 5 € o cal non terán dereito a bolsa do corredor

5º.- As inscricións dos cativos Prebenxamín, Benxamín (Sub 10), Alevín (Sub 12), Infantil (Sub 14) e Cadete (Sub 16), faranse ata 30 minutos antes do inicio das probas, no propio Estadio de Calabagueiros, sendo esta inscrición gratuita.

6º.- A retirada de dorsais realizarase na mesa habilitada para tal fin no **ESTADIO DE CALABAGUEIROS** o día 05 de Novembro , de 10 a 11.30

AGRADECESE QUE SE FAGAN CON ANTERIORIDADE



A Cruz Vermella de Valdeorras en colaboración co Club ADAS-Proinor e a Delegación da F.G.A en Valdeorras, organizan unha recollida de "Xoguete Solidario".
O stand para a recollida do "Xoguete Solidario" estará no Estadio Municipal de Calabagueiros onde os atletas ou calquera outra persoa, poderán doar o seu xoguete.
O xoguete debe ser novo, educativo e non bélico nin sexista.

COLABORA.

REGULAMENTO:

1º.-Tódolos participantes terán asignado un dorsal, este irá situado no peito e terá que ser visible no desenrolo da proba.

2º.-Faranse control de paso en varios puntos do circuío que a organización establecerá durante o transcurso da proba polos cales terán que pasar os participantes para non ser **descalificados**.

3º.- As reclamacións referentes os resultados oficiais, deberán ser feitas verbalmente ao xuíz árbitro, **non más tarde de 30 minutos** despois de comunicarse oficialmente os resultados.

4º.- Será motivo de descalificación, entre outros, os seguintes aspectos: non realizar todo o circuío da carreira, non levar dorsal ou manipular este, falsificar datos persoais, competir co dorsal ou chip/s de outra/s persoa/s.

5º.1.- Os atletas con licenza federativa tendrán que atérense o regulamento de Disciplina Deportiva en vigor.

5º.2.- Todos os participantes o fan baixo a súa propia responsabilidade e polo feito de saír acepta o presente regulamento.

5º.3.- Os atletas con licenza pola FGA deberán competir ca camiseta oficial do seu club.

6º.- Seguro: todos os participantes estarán amparados por unha póliza de Responsabilidade Civil e accidentes deportivos, excluídos os casos derivados de un padecemento latente, imprudencia o inobservancia das leis, da normativa da competición, etc. Tamén quedan excluídos os casos producidos polo desgrazamento; o lugar da competición ou dende o mesmo. Non se permitirá a existencia no percorrido de ningún vehículo axeno a organización, estando estes últimos debidamente identificados.

7º.- A organización dispoñerá de **SERVICIOS MÉDICOS E AMBULANCIA** dende una hora antes do comezo da carreira e ata media hora despois de pechar o acto. Os Servicios médicos, están facultados para retirar da carreira a calquera participante que manifestase un mal estado físico durante o desenvolvemento da mesma. **Así mesmo, recoméndase a todos os inscritos, leven a cabo antes de tomar parte na carreira un recoñecemento de aptitude médico-deportivo que descarte calquera patoloxía que impida a súa participación.**

8º.- O descoñecemento de este regulamento non exime do seu cumprimento.

9º.- Todo o non disposto na presente normativa rexerese polas normas de Competición da **FGA, RFEA e IAAF** para a presente tempada, así como todo o regulamentado por instancias superiores.

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.

PREMIOS:

- Habrá trofeos para os tres primeiros clasificados nas categorías absoluta, SUB-23/SENIOR a MASTERS.
- Habrá trofeo os primeiro clasificado e medallas para o segundo e terceiro nas categorías SUB-14, SUB-16 e SUB-18/SUB-20.
- Nas carreiras de SUB-14, SUB-12, SUB-10 e Prebenxamíns entregaranse medallas **ATA OS 20 PRIMEIROS DE CADA CATEGORIA.**
- Obsequiarase cunha bolsa do corredor, os participantes na carreira absoluta.
- Os trofeos da categoría absoluta, non serán acumulables coas outras categorías.

HORARIO- CATEGORIAS E DISTANCIA:

12.00H	SUB-16 MASC. e FEM.	2003 e 2004	3.500 M	1 volta
	SUB-18 / SUB-20 MASC. e FEM.	1999, 2000 2001 e 2002	7.000 M	2 voltas
	SUB-23 E SENIOR MASC. e FEM.	Dende o 1998 ata 34 anos	7.000 M	2 voltas
	MASTERS MASC. "A" e FEM. "A"	35 A 44 ANOS	7.000 M	2 voltas
	MASTERS MASC. "B" e FEM. "B"	45 A 54 ANOS	7.000 M	2 voltas
	MASTERS MASC. "C" e FEM. "C"	55 A 64 ANOS	7.000 M	2 voltas
	MASTERS MASC. "D" e FEM. "D"	65 A 74 ANOS	7.000 M	2 voltas
	MASTERS MASC. "E" e FEM. "E"	+ DE 74 ANOS	7.000 M	2 voltas
13.00H	SUB-14 MASC. e FEM.	2005 e 2006	800 M	Pista
13.10H	SUB-12 MASC. e FEM.	2007 e 2008	500 M	Pista
13.15H	SUB-10 MASC. e FEM.	2009 e 2010	300 M	Pista
13.20H	PREBENXAMÍNS MASC.e FEM.	2011 en adiante	100 M	Pista

CIRCUITO:

O circuío consta de unha volta de 3.500 m., totalmente chairo, que transcorrerá polas seguintes rúas:

SAIDA ESTADIO DE CALABAGUEIROS- Río Mariñan - Barco de Avila - Paseo do Malecón (control de paso) - Dr. Pérez Lista - Academia Dequidt - Paseo do Malecón - A Coruña- Calabagueiros-e ESTADIO DE CALABAGUEIROS

A META estará situada dentro do Estadio e se corresponderá ca liña de meta da pista de atletismo.

VER ANEXO.

ORGANIZA:



COLABORAN:



CAFE-BAR
LISBOA



 **oabarcoaberto**
centro comercial

premios nacionales
de comercio interior
Ministerio de Industria, Turismo y Comercio

AMBULANCIAS
SIL
BARCO
DE VALDEORRAS



DEPORTES
TRI-SPORT



SAIDA - META
RECOLLIDA DE DORSAIS
VESTIARIOS
ESTADIO MUNICIPAL DE CALABAGUEIROS

10ª CARREIRA POPULAR DOS SANTIÑOS
O BARCO DE VALDEORRAS

Gráfico: min., media, máx Elevación: 311, 317, 325 m
Total de intervalo Distancia: 3.65 km Incremento/pérdida de elevación: 27.2 m, -25.8 m Pendiente máxima: 5.6%, -4.9% Pendiente media: 1.6%, -1.2%

