Concello de Cerceda. Club: Atlética A Silva. Federación Galega de Atletismo.

12ª CARREIRA POPULAR PEDESTRE -A SILVA 2016-

O clube ATLÉTICA A SILVA, xunto co CONCELLO DE CERCEDA, organizan o **sábado 18 de XUÑO**, a partires das 16 horas, a 12ª Carreira Popular Pedestre "A Silva 2016" con saída e chegada no campo da feira de A Silva (a 9 km de Cerceda e a 17 km de Ordes), discurrindo toda por terreo asfaltado.

REGULAMENTO DA PROBA

1. Poderán participar atletas federados e non federados.

2. CATEGORÍAS DE COMPETICIÓN (feminina e masculina):

-*CHUPETE: nacidos no 2011 e posteriores.
-*PITUFO: nacidos no 2009-2010
-BENXAMÍN: nacidos no 2007-2008
-ALEVÍN: nacidos no 2005-2006
-INFANTIL: nacidos no 2003-2004
-CADETE: nacidos no 2001-2002
-XUVENIL: nacidos no 99-2000
-JUNIOR: nacidos no 97-98
-PROMESA: nacidos no 94-95-96
-SENIOR: nacidos do ano 1982 ata a 1993.
-VETERÁNS 1: do 1976 ata o 1981.
-VETERÁNS 2: do 1975 ata o 1967.
-VETERÁNS 3: do 1966 ata o 1957.
-VETERÁNS 4: en 1956 e anteriores.
-DISCAPACITADOS: (correrán na categoría que lle corresponda por idade).
-*AFECCIONAD@S: nacidos no 1997 e anteriores (nesta categoría so poderán correr atletas non federad@s) *As categorías CHUPETE , PITUFO e AFECCIONAD@S non son categorías federadas.

Deputación DA CORUÑA
IV CIRCUITO PROVINCIAL DE CARREIRAS POPULARES

3. HORARIOS e DISTANCIAS:

16:00 h (Proba "Velocidade na rúa") información e inscrición: ***atleticasilva.blogspot.com***
17:00 h CHUPETE (100 metros)
17:10 h PITUFO (300 metros)
17:20 h BENXAMÍN (800 metros). 2 voltas ao campo da feira.
17:40 h ALEVÍN (1200 metros). 3 voltas ao campo da feira.
18:00 h INFANTIL (1800 metros). 1 volta ao circuito mediano.
18:30 h. **CADETE – XUVENIL – AFECCIONADOS** (2200 metros).
1 volta campo da feira (400 m) + 1 volta ao circuito grande (1800 m).
19:30 h ABSOLUTA - SENIOR-JUNIOR-PROMESA.-VETERANS (10.000 metros).
1 volta ao circuito grande.
20:30 h. ENTREGA DE TROFEOS empezando da categoría chupete en adiante.

4. INSCRIPCIONS CARREIRA:
- Inscricións a través da web ***www.carreirasgalegas.com***. Información en ***www.atletismogalego.org*** e ***www.fgatletismo.es/santiago***.

PREZOS DE INSCRICIÓN

CARREIRAS CATEGORÍAS MENORES DENDE PITUFOS A CADETE INCLUSIVE:

*Prezo ata o Martes 14 de XUÑO = GRATUITA
*Prezo mércores 15 e 16 de XUNO = 3 €

CARREIRA ABSOLUTA e XUVENIL/AFECCIONADOS:
*Prezo ata o Martes 14 de XUÑO = 5 €
*Prezo mércores 15 e xoves 16 de XUÑO = 7 €

¡Non se admitirán inscricións despois do xoves 16 DE XUÑO!

5. PREMIOS e OBSEQUIOS

Os trofeos non serán acumulativos. Se entregarán:

- **Trofeo** aos 3 primeiros homes e mulleres da carreira **ABSOLUTA**.
- **Trofeo** aos 3 primeiros de cada categoría e sexo.
- **Camiseta** conmemorativa (debuxo orixinal concurso escolar 2016) aos 400 primeiros chegados á meta.
- **Trofeo** ao mellor atleta **local (Concello de Cerceda)** de cada categoría (sempre e cando non se clasifiquen entre os 3 primeros da súa categoría).
- **Trofeo** ao atleta de maior idade, tanto feminino como masculino.
- **Bebidas e froita** e demáis agasallos (**chocolatada**), ao término de cada proba.
- Obsequio especial aos primeiros atletas locais masculino e feminino da carreira **ABSOLUTA**.

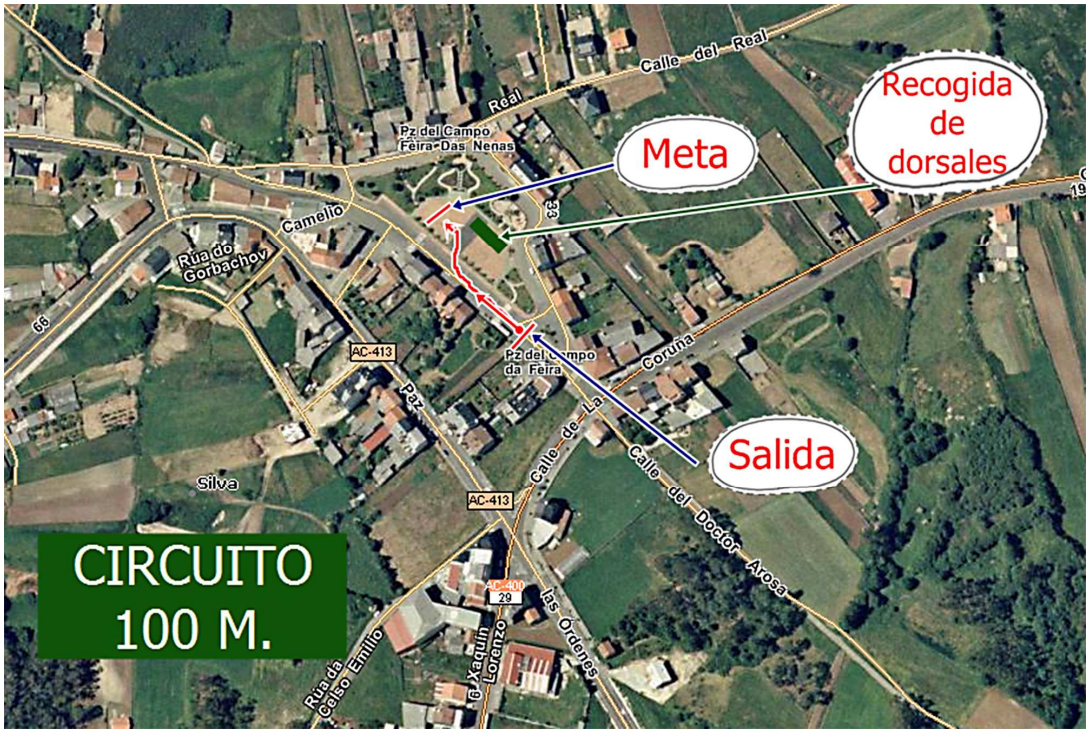
6. SAÍDA - META: Campo da feira de A Silva.

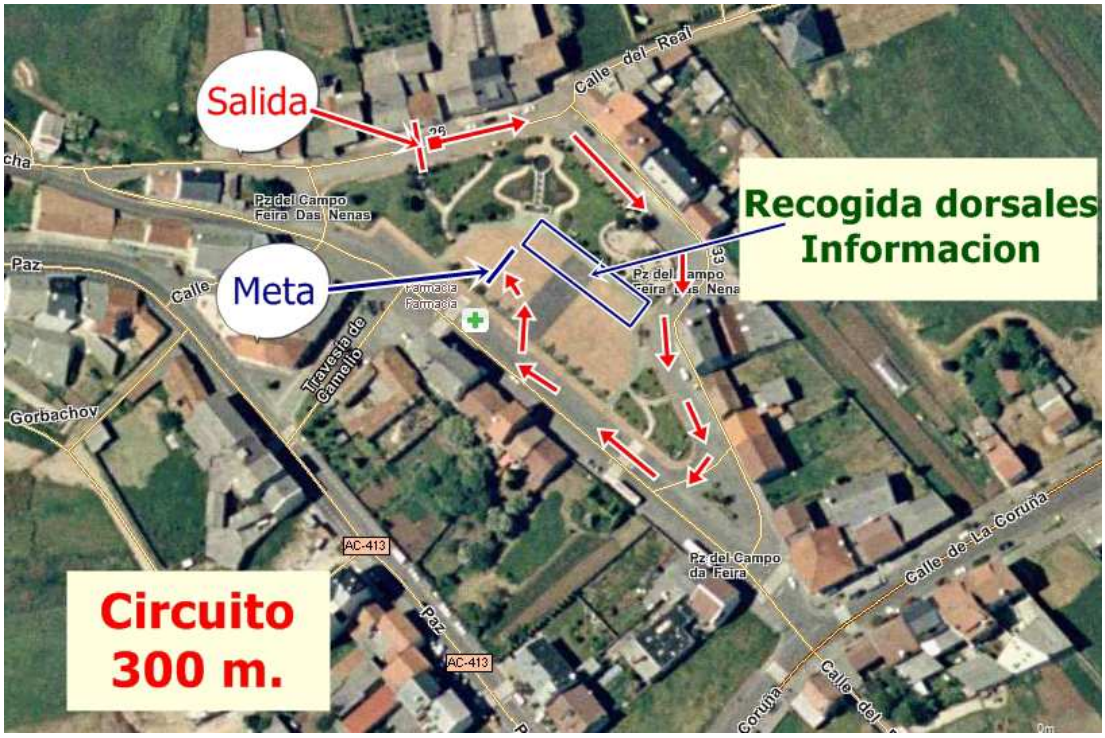
7. DORSAIS: A tódolos participantes facilitaráselle dorsal correspondente a súa carreira, debendo levarse colocado na parte anterior do corpo de forma visible para a súa identificación durante o transcurso da proba. O feito de non levalo dará lugar á descualificación do corredor. A RECOLLIDA do dorsal faráse o mesmo día 18 de xuño, dende 1 h antes do comezo de cada proba ata media hora antes de cada categoría.
8. CHIP: os atletas, dende cadete, estarán ademais, identificados a través dun chip integrado no dorsal.
9. CONTROIS: O longo do percorrido, a organización establecerá os controis que estimen oportunos, os cales poderán ser motivo de descualificación en caso de incumprimento das normas de competición recollidas nos regulamentos da FGA, RFEA e IAAF para probas en ruta.
10. Avituallamiento: entregaráse auga no km 5 da carreira absoluta e na meta de todas as probas.
11. Dado o carácter estrictamente popular, festivo e deportivo desta proba, a organización agarda de tódolos participantes o mellor espíritu deportivo. Todo o non

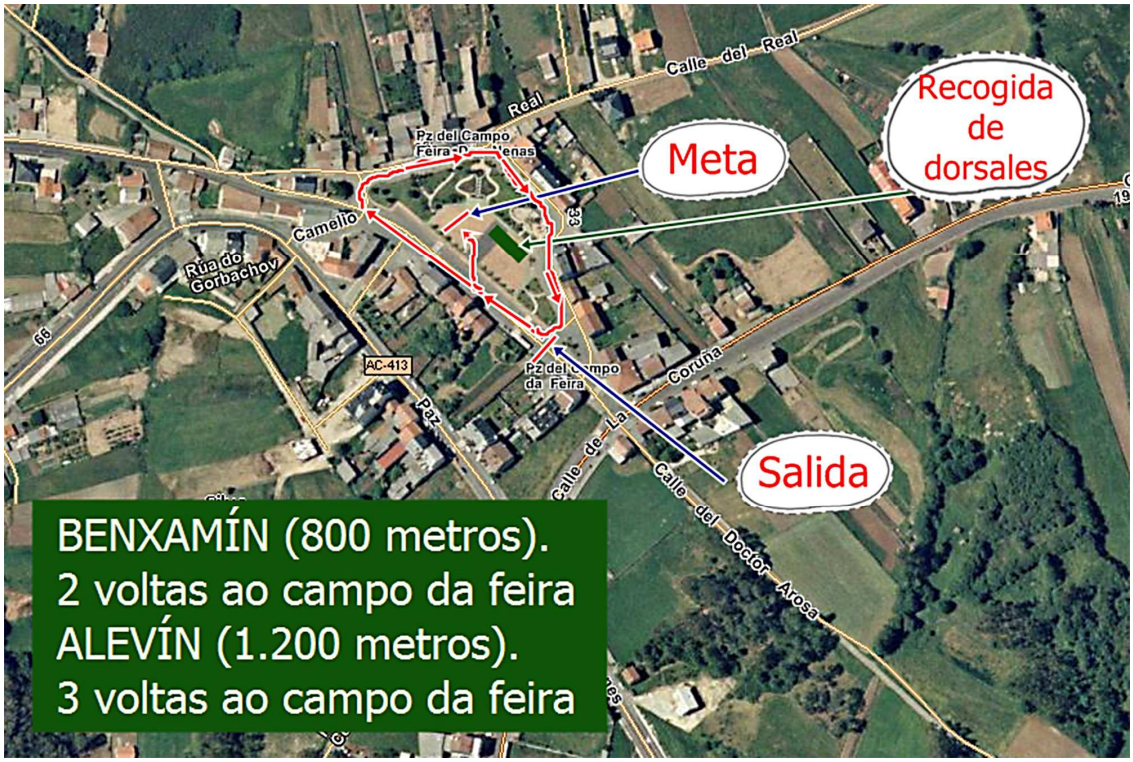
recollido no presente regulamento regularase polas normas da FGA e RFEA en vigor para probas en ruta.

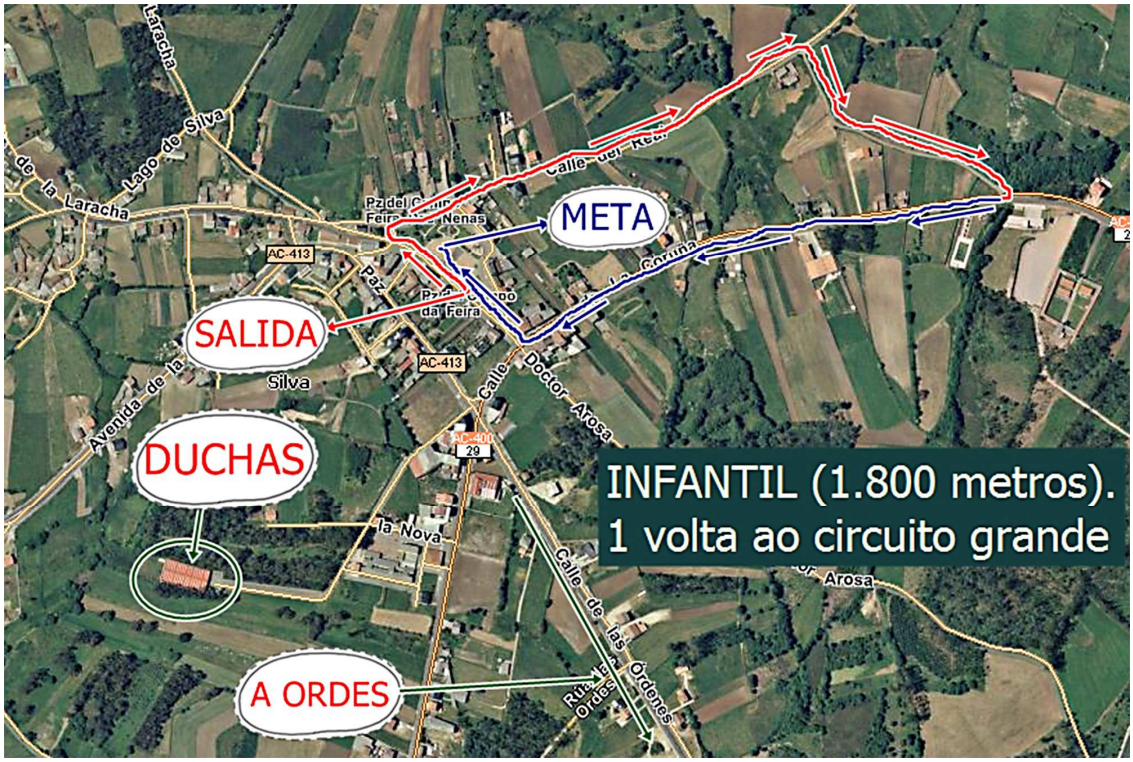
12. O descoñecemento deste regulamento, non exime do seu cumprimento.

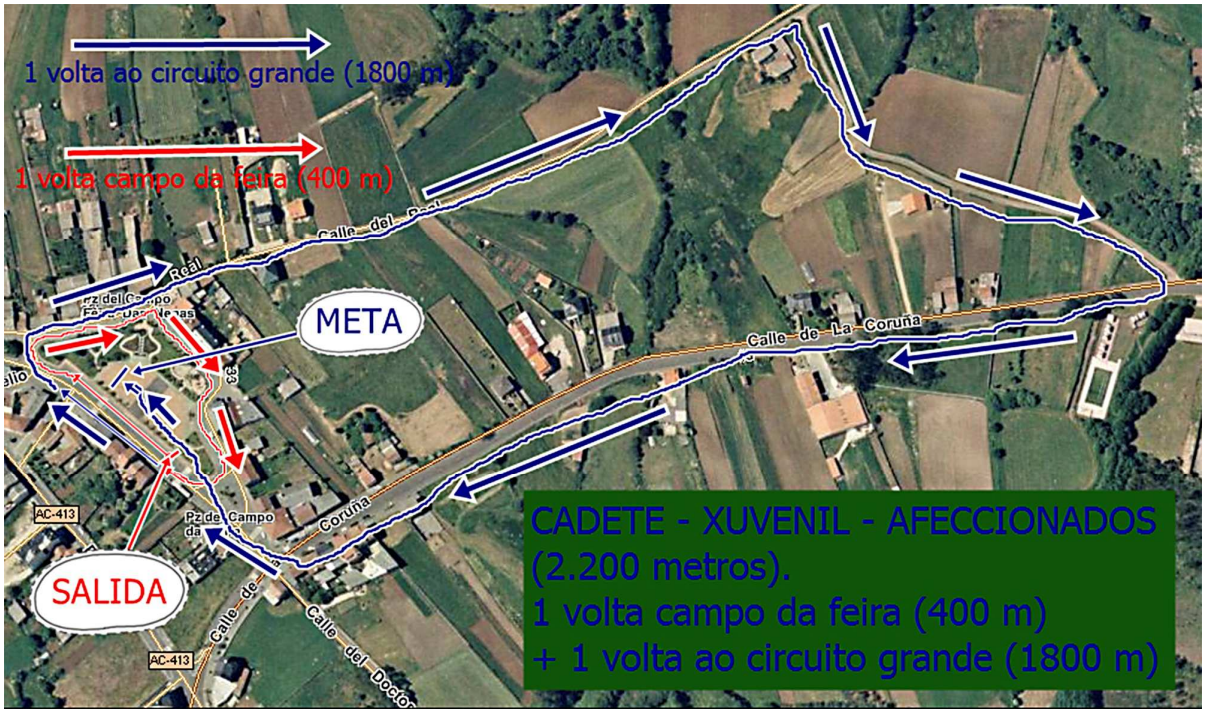
13. ANEXO: Percorridos

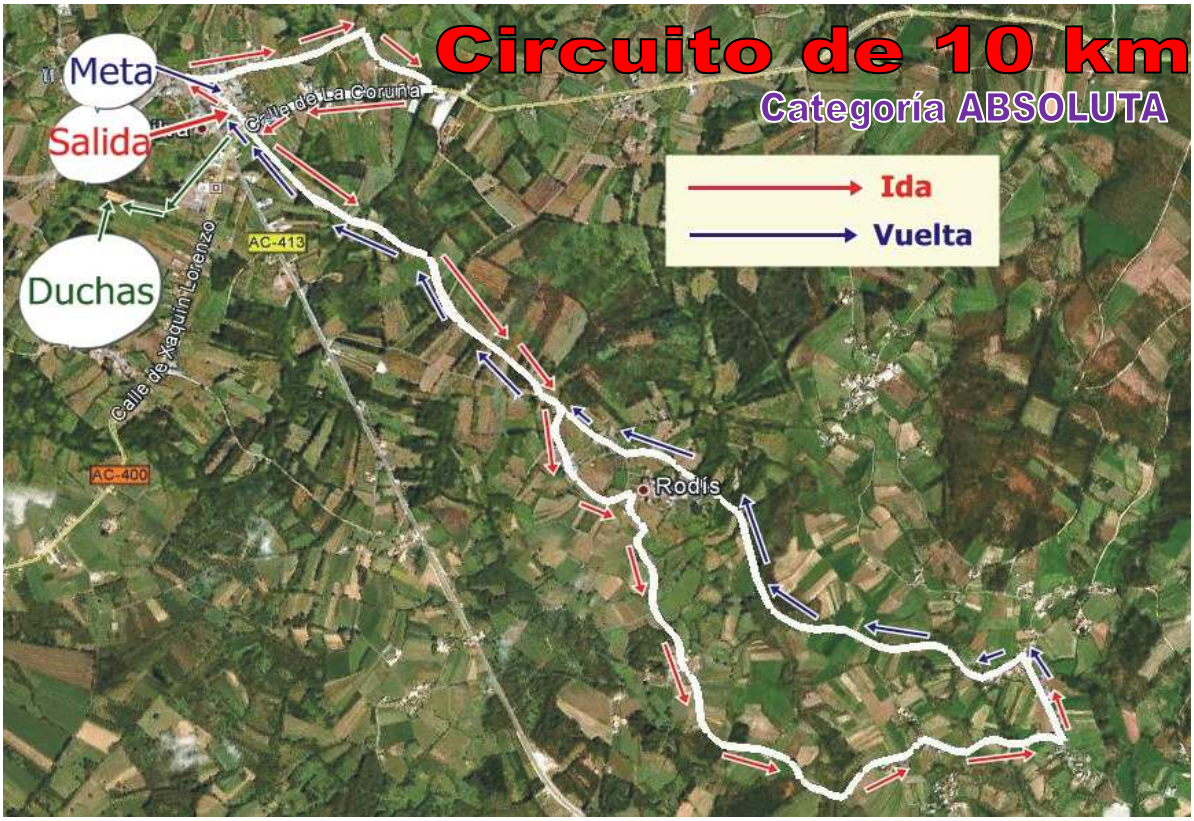


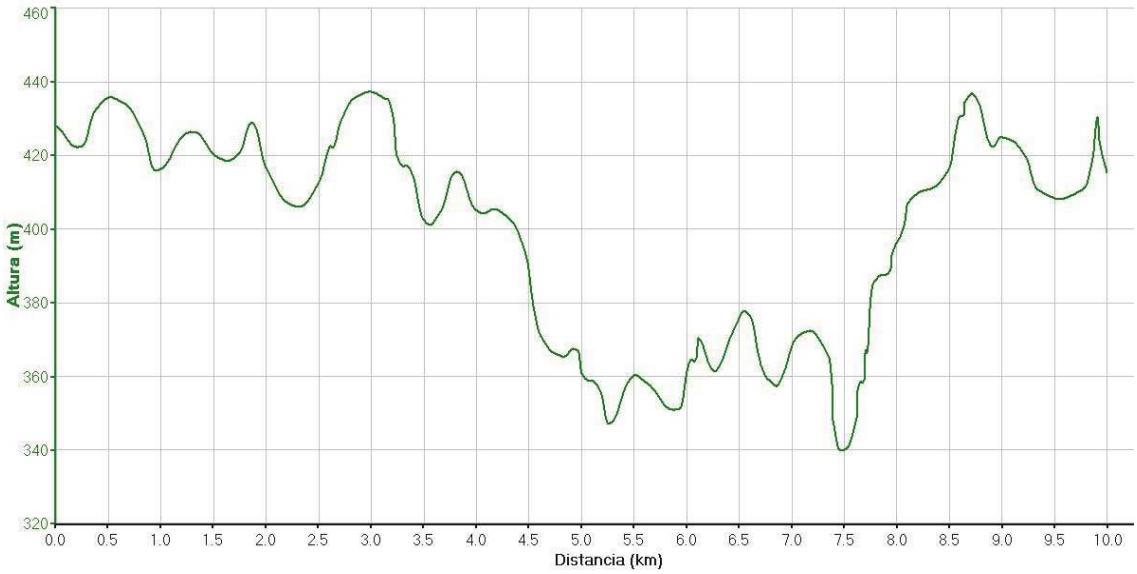



Recogida de dorsales
Meta
Salida
Calle del Real
Real
Pz del Campo Feira
Camelio
Rúa do Gorbachov
AC-413
Pz del Campo da Feira
Coruña
Paz
Calle de La
Calle del Doctor Arosa
BENXAMÍN (800 metros).
2 voltas ao campo da feira
ALEVÍN (1.200 metros).
3 voltas ao campo da feira


Laracha
Lago de Silva
de la Laracha
Calle del Real
Pz del Campo Feira
Nenas
META
AC-413
Paz
Pz del Campo da Feira
Coruña
SALIDA
Silva
Calle Doctor Arosa
Avenida de la
AC-400
29
DUCHAS
la Nova
INFANTIL (1.800 metros).
1 volta ao circuito grande
Calle de las Ordenes
A ORDES
Rúa das Ordes


1 volta ao circuito grande (1800 m)
1 volta campo da feira (400 m)
META
SALIDA
Calle de La Coruña
AC-413
CADETE - XUVENIL - AFECCIONADOS
(2.200 metros).
1 volta campo da feira (400 m)
+ 1 volta ao circuito grande (1800 m)


Circuito de 10 km
Categoría ABSOLUTA
Meta
Salida
Duchas
Calle de La Coruña
AC-413
AC-400
Calle de Xaquín Lorenzo
Rodís
Ida
Vuelta


460
440
420
400
380
360
340
320
Altura (m)
0.0
0.5
1.0
1.5
2.0
2.5
3.0
3.5
4.0
4.5
5.0
5.5
6.0
6.5
7.0
7.5
8.0
8.5
9.0
9.5
10.0
Distancia (km)