


III CIRCUITO DE CARREIRAS POPULARES correndo pola COSTA DA MORTE

Madriña do Circuito: Sara Vieites Ferreiro
Contra vento e marea...

Carreira 3K Contra o Cancro  aeecc

REGULAMENTO



Patrocinadores

Colaboradores



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 (dende os 3 anos).

As posibilidades de participación son fundamentalmente dúas en sénior:

- **Corredores de carreiras:**son aqueles deportistas (adultos e menores de idade) 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 3.000 e os 4.000 metros en función do concello organizador.
Na proba 10K (categorías sénior, M40 e M50) a distancia poderá variar entre os 8.000 e 10.000 metros en función do concello organizador.
- **Corredores de circuíto (3K Contra o Cancro e 10K):**son deportistas (adultos) que se inscriben co obxectivo de completar un mínimo de sete probas do circuíto na modalidade de 3K Contra o Cancro ou 10K. 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.

En categorías base as posibilidades de participación son fundamentalmente dúas:

Corredores de circuíto (todas as categorías excepto Pitufo): son os atletas que participan na liga.

- As inscricións para os corredores/as de circuíto pecharanse antes da celebración da cuarta proba puntuable.
- Farase na Plataforma championship www.championchipnorte.com. A **autorización paterna para todo o circuíto** deberá imprimirse e ser presentada debidamente cuberta e asinada á hora de recoller os dorsais e chip **en cada unha das probas do circuíto (o chip terán que devolvelo despois de cada carreira)**.
- A autorización poderá ser descargada en www.championchipnorte.com ou nas páxinas web dos diferentes Concellos organizadores.
- Teñen que asistir a un mínimo de sete carreiras do total do circuíto para puntuar.

Corredores de carreira:

- 1) Plataforma championship www.championchipnorte.com A **autorización paterna** deberá imprimirse e ser presentada debidamente cuberta e asinada á hora de recoller os dorsais. Dita autorización poderá ser descargada en www.championchipnorte.com ou na páxina web dos diferentes Concellos organizadores.

A continuación exporase o Regulamento Xeral do Circuíto coa normativa común a todas as probas. Cada concello organizador modificará os apartados 3, referente ás distancias e horarios de cada unha das probas; 4, referente aos percorridos de cada unha das probas; 7, referente á hora de apertura das mesas de recollida de dorsais; adaptándoos ás súas probas específicas.

2.- PROBAS

O circuíto estará composto por un total de 10 probas. Comezará o día 13 de marzo de 2016 coa V Carreira Popular Concello de Camariñas, e rematará o 16 de outubro de 2016 coa III Carreira Popular Concello de Fisterra.

	CONCELLO	DATA	PROBA
1ª proba	Camariñas	13-03-2016	V Carreira Pedestre Concello de Camariñas
2ª proba	Vimianzo	24-04-2016	VI Carreira Pedestre Concello de Vimianzo
3ª proba	Mazaricos	08-05-2016	I Carreira Pedestre Concello de Mazaricos
4ª proba	Dumbría	28-05-2016	II Carreira Pedestre Concello de Dumbría
5ª proba	Zas	04-06-2016	III Carreira Pedestre Concello de Zas
6ª proba	Cee	25-06-2016	III Carreira Pedestre Concello de Cee
7ª proba	Muxía	10-07-2016	III Carreira Pedestre Concello de Muxía
8ª proba	Carnota	21-08-2016	XXV Carreira das Areas Concello de Carnota
9ª proba	Corcubión	17-09-2016	XV Carreira Pedestre Vila de Corcubión
10ª proba	Fisterra	16-10-2016	III Carreira Pedestre Concello de Fisterra

Os horarios das carreiras das distintas categorías serán establecidos polo concello organizador e poderán ser consultados en www.championchipnorte.com así coma nas diferentes páxinas web dos concellos.

3.- CATEGORÍAS, DISTANCIAS E HORARIOS

CATEGORÍA		IDADES	DISTANCIAS	HORARIOS
Pitufu	Mixto	2010, 2009, 2011, 2012	400 m.	17:30h
Benxamín	Masculino Feminino	2008-2007	800 m.	17:40h
Alevín	Masculino Feminino	2006-2005	800 m.	17:50h
Infantil	Masculino Feminino	2004-2003	3.000 m.	18:15h
Cadete	Masculino Feminino	2002-2001	3.000 m.	18:15h
Xuvenil	Masculino Feminino	2000-1999	3.000 m.	18:15h
Absoluta 3K Contra o Cancro	Masculino Feminino	1998 (incluído) e anteriores	3.000 m.	18:15h
Sénior 10K	Masculino Feminino	1977-1998	10.000 m.	19:00h
Veteranos M40	Masculino Feminino	1967-1976	10.000 m.	19:00h
Veteranos M50	Masculino Feminino	1966 (incluído) e anteriores	10.000 m.	19:00h

PERCORRIDO

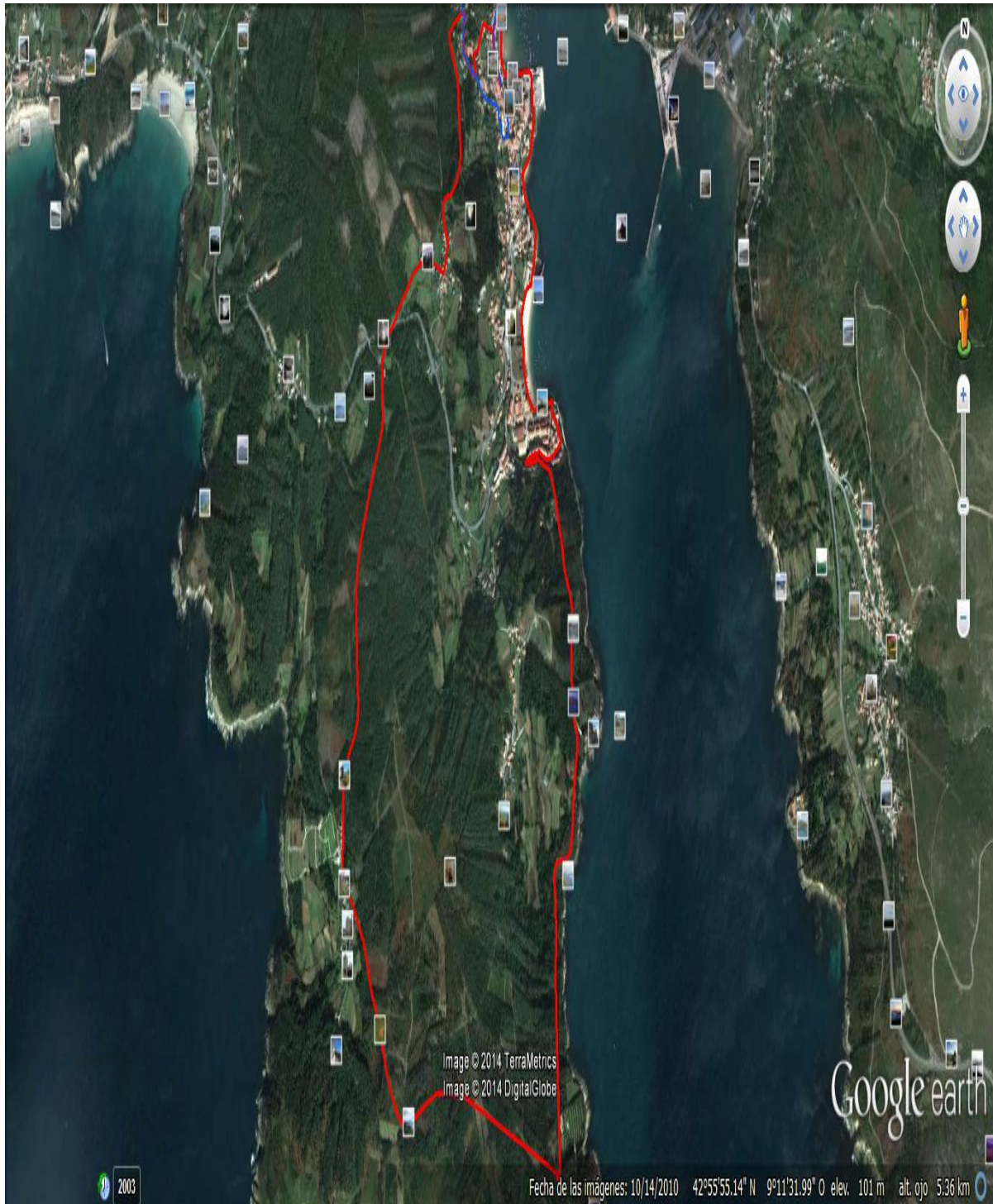
CIRCUITO A (400m) <http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=7292762>



CIRCUITO B (1500 METROS) <http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=7359793>



CIRCUITO C (10000METROS) <http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=14048117>



5.- NORMATIVA XERAL E DE SEGURIDADE

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).
2. Cada proba estará subscrita ao **seguro de responsabilidade civil** do concello onde se realice. Tamén contará cun **seguro de accidentes** que terá as coberturas mínimas esixidas no Real Decreto 849/199.
3. Así mesmo todas as probas contarán cun **servizo médico-sanitario**, que constará dunha ambulancia e un médico para aquelas probas que non superen os 750 participantes.
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. 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 desenvolve-la e non se devolverán os cartos da inscrición.
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.
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.
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.
9. A organización porá a disposición dos participantes na carreira unha instalación para que se poidan cambiar e duchar, así como un servizo de garda roupa.
10. Os únicos vehículos que poderán seguir a proba, serán os autorizados pola organización.
11. Descualificacións:

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

Todo atleta que non realice o percorrido completo.

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 comprométese a aceptar estritamente o presente regulamento e calquera posible modificación.

A solicitude de inscrición para os **deportistas menores** de idade deberá ir acompañada dunha **autorización paterna** segundo o modelo establecido pola organización. 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:

O atleta inscrito declara que está en bo estado físico e ten pasado os pertinentes recoñecementos de saúde.

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

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.- SISTEMA DE CRONOMETRAXE / CHIPS E RECOLLIDA DE DORSAIS

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

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

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

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

O **horario de apertura das mesas** de recollida de dorsais fixarao cada concello organizador. Os dorsais e chips poderanse recoller dende 16:30h ata 45 minutos antes do inicio da probada proba.

Os **corredores de circuíto 10K ou 3K Contra o Cancro** que participan na liga deberán usar obrigatoriamente o **“chip amarelo”**. Do mesmo xeito empregarán un **único dorsal** para todas as probas do circuíto.

- Tanto o dorsal coma o chip (no caso de non posuílo) recollerase na primeira proba do circuíto no lugar habilitado para tal efecto. A retirada de dorsal e chip deberá realizarse como mínimo con 30 minutos de antelación ao inicio da carreira.
- No caso da perda do chip o atleta deberá mercar outro a través da páxina de Championchip.
- No caso da perda ou rotura do dorsal, poderá solicitar outro á organización. Non haberá posibilidade de solicitar un terceiro dorsal.

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.

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

8.- INSCRICIÓNS

As inscricións para os atletas de categorías sénior e veteranos realizaranse a través da páxina web www.championchipnorte.com

As inscricións para os atletas menores de idade poderá realizarse a través da plataforma championchip ou presentando un formulario de inscrición no departamento de deportes do concello organizador, ou no lugar indicado polo concello organizador a tal efecto.

Existen dous tipos de inscrición para atletas adultos:

Corredores de circuíto: son os atletas que participan na liga.

- Os atletas poderán participar no circuíto 10K ou no 3K Contra o Cancro (deberán especificalo no momento de realizar a inscrición).
- Teñen que asistir a un mínimo de sete probas do total do circuíto.
- Deben usar obrigatoriamente “chip amarelo” e usarán un dorsal único para todo o circuíto.
- Realizarán a inscrición e o pago unha única vez.
- As inscricións para os corredores de circuíto pecharanse antes da celebración da cuarta proba puntuable.

Corredores de carreira: son atletas (adultos) que só participan de maneira puntual nalguna das probas do circuíto.

- OS CORREDORES DE CARREIRA PODERÁN INSCRIBIRSE NA PROBA 10K OU NA PROBA 3K CONTRA O CANCRO.
- Non participan na liga.
- Deberán realizar a inscrición para aquelas probas nas que queiran participar.
- Deberán correr cun chip que se lles facilitará no momento da recollida do dorsal e que deberán devolver ao remate da proba.

Cotas de inscrición:

A inscrición para os atletas adultos (sénior e veteranos) para unha proba determinada terá un custo de 5 € para aqueles corredores que posúan chip, e de 6 € para aqueles corredores que deban alugar o chip.

A inscrición para os atletas adultos (sénior e veteranos) **para o circuíto** terá un custo de 25 € para aqueles que teñan chip en propiedade, e de 35 € (25 € de inscrición + 10 € pola compra do “chip amarelo”) para aqueles que deban mercar o chip.

A participación no circuíto de carreiras populares “Correndo pola Costa da Morte” permite aos atletas adquirir o “chip amarelo” en propiedade por un prezo reducido de 10 €. Dito chip será válido para participar en calquera proba cronometrada por Championchip.

Existen dous tipos de inscrición para atletas de categoría base (As cales serán gratuitas)

Corredores de circuíto (todas as categorías excepto Pitufo): son os atletas que participan na liga.

- As inscricións para os corredores/as de circuíto pecharanse antes da celebración da cuarta proba puntuable.
- Farase na Plataforma championship www.championchipnorte.com. A **autorización paterna para todo o circuíto** deberá imprimirse e ser presentada debidamente cuberta e asinada á hora de recoller os dorsais **en cada unha das probas do circuíto**. Dita autorización poderá ser descargada en www.championchipnorte.com ou nas páxinas web dos diferentes Concellos organizadores.
- Teñen que asistir a un mínimo de sete carreiras do total do circuíto.

Corredores de carreira:

- 1) Plataforma championship www.championchipnorte.com A **autorización paterna** deberá imprimirse e ser presentada debidamente cuberta e asinada á hora de recoller os dorsais. Dita autorización poderá ser descargada en www.championchipnorte.com ou na páxina web dos diferentes Concellos organizadores.
- 2) Presentando a **autorización paterna asinada** no Departamento de Deportes dos diferentes Concellos organizadores ou entregándoa nas conserxerías dos Centros Educativos.

@s atletas de categoría Pitufo poderán facer a inscrición do seguinte xeito:

- 1) Plataforma championship www.championchipnorte.com A **autorización paterna** deberá imprimirse e ser presentada debidamente cuberta e asinada á hora de recoller os dorsais. Dita autorización poderá ser descargada en www.championchipnorte.com ou www.corcubion.gal
- 2) Presentando a **autorización paterna asinada** no Departamento de Deportes dos diferentes Concellos .

O remate do prazo de inscrición será fixado polo concello organizador e non se aceptará ningunha inscrición unha vez rematado dito prazo.

9.- CARREIRA 3K CONTRA O CANCRO

Carreira 3K Contra o Cancro



Na 3ª edición do Circuíto é que este ano a carreira 5K pasa a ser **3K** e seguiremos **colaborando coa Asociación Provincial Contra o Cancro**. Deste xeito todo o que se recade coas inscricións desta proba (agás o correspondente ao aluguer ou compra de chips) irá destinado a ese fin e será entregado 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.

10.- CLASIFICACIÓNS E TROFEOS/MEDALLAS

Clasificacións do circuíto 10K:

- Para poder optar a esta clasificación os atletas deben inscribirse no circuíto 10K. Os atletas que participen en todas as probas pero non se inscriban no circuíto non optan a esta clasificación.
- Os atletas participantes no circuíto deberán completar un mínimo de sete probas para poder optar aos premios.
- No caso de correr máis de 7 probas, o atleta puntuará cos mellores 7 resultados acadados.
- A puntuación acadada irá en función do posto obtido en cada unha das probas (1º posto=1 punto / 2º posto=2 puntos / 3º posto=3 puntos....de xeito que o/a atleta con menor suma de puntos, será o/a vencedor/a en cada unha das categorías.
- No caso de empate a puntos o sistema de desempate será o seguinte:
 - Número de probas rematadas.
 - Maior número de mellores postos.
 - Maior distancia en quilómetros recorridos (no caso de que as carreiras teñan distintas distancias).
- Recibirán trofeo e/ou medalla de campións do circuíto os tres primeiros e tres primeiras clasificados/as das categorías sénior, M40 e M50.
- Recibirán trofeo e/ou medalla o primeiro e primeira clasificado/a local (empadroados nos concellos organizadores do circuíto).
- Recibirán trofeo e/ou medalla o primeiro e primeira clasificado/a foráneo (atletas non empadroados nos concellos organizadores do circuíto).

Clasificacións do circuíto 3K Contra o Cancro:

- Para poder optar a esta clasificación os atletas deben inscribirse no circuíto 3K Contra o Cancro. Os atletas que participen en todas as probas pero non se inscriban no circuíto non optan a esta clasificación.
- Os atletas participantes no circuíto deberán completar un mínimo de sete probas para poder optar aos premios.
- No caso de correr máis de 7 probas, o atleta puntuará cos mellores 7 resultados acadados.
- A puntuación acadada irá en función do posto obtido en cada unha das probas (1º posto=1 punto / 2º posto=2 puntos / 3º posto=3 puntos....de xeito que o/a atleta con menor suma de puntos, será o/a vencedor/a en cada unha das categorías.
- No caso de empate a puntos o sistema de desempate será o seguinte:
 - Número de probas rematadas.
 - Maior número de mellores postos.
 - Maior distancia en quilómetros recorridos (no caso de que as carreiras teñan distintas distancias).
- Recibirán trofeo e/ou medalla de campións do circuíto os tres primeiros e tres primeiras clasificados/as da categoría absoluta.

Clasificacións do circuíto de base:

- Para poder optar a esta clasificación os atletas deben inscribirse no circuíto de cada categoría de base. Os atletas que participen en todas as probas pero non se inscriban no circuíto non optan a esta clasificación.
- Recibirán trofeo e/ou medalla de campións do circuíto os tres primeiros e tres primeiras clasificados/as das categorías benxamín, alevín, infantil, cadete e xuvenil.
- Os atletas participantes no circuíto deberán completar un mínimo de 7 probas para poder optar aos premios.
- No caso de correr máis de sete probas, o atleta puntuará cos mellores 7 resultados acadados.
- A puntuación acadada irá en función do posto obtido en cada unha das probas na súa categoría (1º posto=1 punto / 2º posto=2 puntos / 3º posto=3 puntos....de xeito que o/a atleta con menor suma de puntos, será o/a vencedor/a en cada unha das categorías.
- No caso de empate a puntos o sistema de desempate será o seguinte:
 - Número de probas rematadas.
 - Maior número de mellores postos.
 - Maior distancia en quilómetros recorridos (no caso de que as carreiras teñan distintas distancias).

Premios especiais:

- Recibirán un **diploma conmemorativo** todos/as os/as **corredores/as de circuíto** que **rematen todas as probas** do circuíto na modalidade na que se inscribiron.
- Recibirán un **diploma conmemorativo** todos/as os/as **corredores/as de circuíto de base** que **rematen todas as probas** do circuíto na modalidade na que se inscribiron.

Entrega de trofeos aos campións de circuíto:

Unha vez rematadas as probas do *Circuíto de Carreiras Populares "Correndo pola Costa da Morte"* organizarase un acto de entrega de trofeos/medallas a todos/as os/as tres primeiro atletas en cada unha das categorías, así como un acto de entrega dos premios especiais.

O lugar e data no que terá lugar dito acto de entrega será comunicado coa suficiente antelación.

Organizan:



Patrocinadores



Colaboradores

