



I CARRERA SOLIDARIA PROTECTORA MORRAZO 2016

REGLAMENTO GENERAL

ARTÍCULO 1 – Fecha

PROTECTORA MORRAZO Asociación Canina, con la colaboración del Ayuntamiento de Cangas, organiza el próximo domingo 11 de septiembre la **I CARRERA SOLIDARIA PROTECTORA MORRAZO 2016 (MORRAZOCAN)**, un evento a favor de la protectora de animales del morrazo y la adopción de mascotas.

ARTÍCULO 2 – Horarios de la Andaina y Carrera Pedestre

Las pruebas no competitivas, se celebrarán el Domingo 11 de septiembre a las 11:00 horas la andaina (aprox. 2km.) y 11:30 la carrera pedestre (aprox. 5 km). Las 2 pruebas tienen el mismo coste y el corredor escogerá a la hora de la inscripción la que más se adapte a sus capacidades. Se podrá participar con o sin perro y se realizarán salidas independientes para cada categoría.

Horarios y Actividades paralelas

Sábado 10/09/16

- 16:30 - 20:30 Recogida dorsales y bolsa corredor
- 17:00 - 18:00 Exhibición de Agility
- 18:00 - 18:30 Desfile de perros adopción
- 18:30 - 19:30 Exhibición de ko, defensa y protección, obediencia y rastro a cargo del grupo de trabajo Meigacans
- 19:30 Concurso de dibujo (Dibuja la mascota de la Prote)

Domingo 11/09/16

- 09:30 - 10:30 Recogida dorsales y bolsa corredor
- 09:30 - 10:45 Apertura consigna
- 11:00 - 12:00 Andaina Canina
- 11:30 - 12:15 Carrera Pedestre
- 12:00 - 12:30 Entrega de premios y sorteo de regalos
- 12:30 Bebidas y pinchos para participantes

ARTÍCULO 3 – Salida y llegada a meta

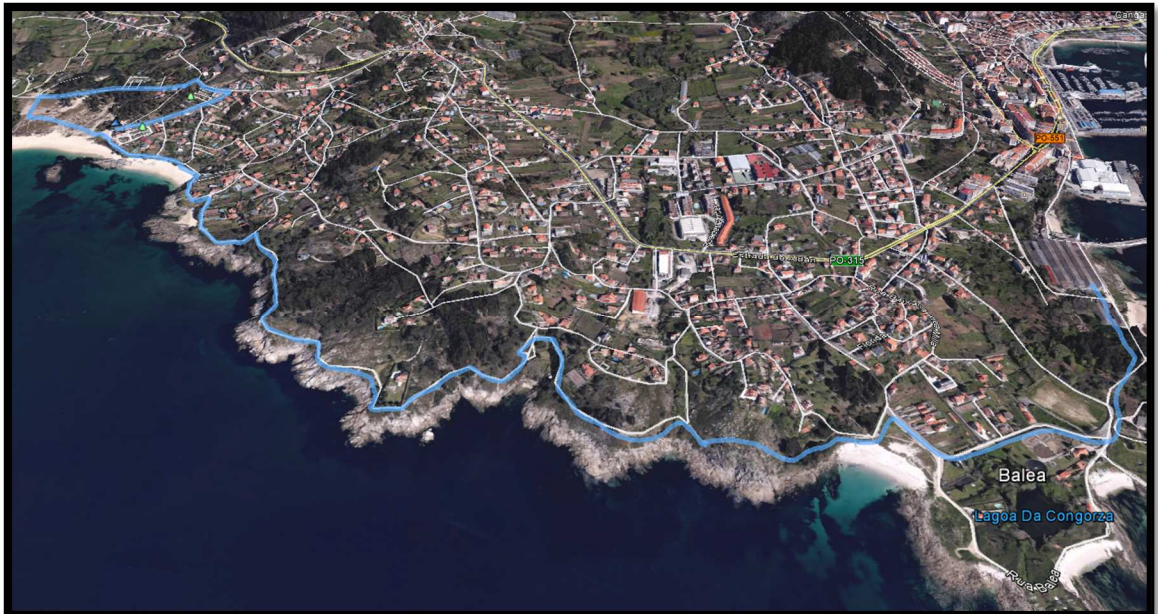
La salida y meta de la andaina estará ubicada en la zona de Masó (Se adjunta plano 1)*
La salida de la carrera pedestre estará ubicada en la zona del camping de Limens y la meta estará ubicada en la zona de Masó (Se adjunta plano 2)*



Andaina (Plano 1)



Carrera Pedestre (Plano2)





ARTÍCULO 4 – Recorrido

La andaina tendrá la salida y llegada indicadas en el artículo 3 y discurrirá por los caminos zona de Masó hasta Area Milla dando vuelta por detrás de la depuradora hasta Massó. El circuito tiene una longitud de aproximadamente 2 Km. Es un trazado de una única vuelta.

La carrera pedestre tendrá la salida en el camping de Limens y llegada a la zona de Masó indicadas en el artículo 3 y discurrirá por los caminos de la senda de Areamilla hasta la llegada en Massó. El circuito tiene una longitud de aproximadamente 5 Km. Es un trazado de una única vuelta.

ARTÍCULO 5 – Ritmos

El ritmo de carrera será el elegido por el participante, considerando como uno de los ritmos la marcha si así lo desea.

ARTÍCULO 6 – Consigna

Se dispondrá de una consigna en las inmediaciones del punto de salida y meta.

ARTÍCULO 7– Inscripciones

La inscripción de la prueba se efectuará a través de la web www.protectoramorrazo.com y www.carreirasgalegas.com. El coste de la inscripción para adultos es de 5€ y 10€ con camiseta.

Y 2€ para niños entre 3 y 12 años, que deberán de ir acompañados de un adulto. Gratuito para los más pequeños.

También puedes participar con Dorsal 0* es una inscripción solidaria.

*El dorsal 0 está considerado como una donación, no da derecho a dorsal.

El importe recaudado será aplicado en un único fin: Asociación Protectora de Animales del Morrazo.

Se admitirán inscripciones hasta el jueves 8 de septiembre a las 23:59 horas.

Sólo podrán participar aquellas personas que porten el dorsal de la **I CARRERA SOLIDARIA PROTECTORA MORRAZO 2016** que va incluido en la bolsa del corredor. Su no utilización puede ser motivo para que la organización indique la necesidad de retirarse del circuito.

***** LAS PERSONAS QUE NO ESTEN REGISTRADAS CORREN BAJO SU RESPONSABILIDAD Y NO ESTAN CUBIERTAS POR EL SEGURO. *****

ARTÍCULO 8– Entrega de dorsales

La entrega de dorsales se realizará el día anterior a la carrera de 16:30 a 20:30, y el mismo día entre las 09:00 y las 10:30 horas en la zona de Masó.



Asimismo, en caso de poseer un perro de los catalogados como potencialmente peligroso (ppp) deberá de presentar la correspondiente licencia que corresponderá al titular del dorsal.

La no retirada del dorsal en la fecha y horario señalados implicará la pérdida del derecho al dorsal y a la bolsa del corredor y, por tanto, la no participación de la persona en la carrera.

ARTÍCULO 9– Avituallamiento

Al término de la carrera existirá un espacio acotado cercano a la zona de meta, en donde los corredores participantes, por medio del dorsal, podrán retirar el avituallamiento al que tendrán derecho todas las personas inscritas.

ARTÍCULO 10 – Colocación previa

Los participantes, con sus perros, deberán de colocarse en la zona acotada que les corresponda en la salida.

Deberán de estar en sus puestos 10 minutos antes de la señal oficial de salida.

ARTÍCULO 11– Actuación de miembros acreditados

Los miembros de la organización, debidamente identificados (Policía Local, veterinarios, voluntarios de la organización...) y designados para colaborar en el desarrollo de la carrera tendrán capacidad para informar y aconsejar a los participantes y autoridad para llamar la atención e incluso para retirar de la carrera a corredores o corredoras que no respeten las indicaciones y por tanto generen algún tipo de incidente o cualquier anomalía que pueda provocar conflictos a otros participantes.

ARTÍCULO 12– Protección de datos

Todos los participantes por el hecho de realizar la inscripción aceptan la publicación de su nombre e imagen en medios de comunicación y o Internet.

Mediante su inscripción, el corredor consiente expresamente que sus datos sean utilizados por la organización para comunicaciones sobre sus actividades. En todo caso, y tal y como establece la Ley de protección de datos, el/a interesado/la puede ejercer sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición mediante un correo electrónico de la Protectora del Morrazo Asociación Canina.

ARTÍCULO 13– Seguro

La organización ha contratado un seguro de responsabilidad civil y accidentes para todos los participantes.

ARTÍCULO 14: Compromiso

La inscripción en la carrera implica la plena aceptación del presente reglamento por parte del participante eximiendo de toda responsabilidad a la organización por cualquier incidente o percance que les suceda, tanto a la persona como al perro por imprudencias o negligencias de los mismos, de la misma forma que si el perro infringe algún daño o perjuicio durante su participación la carrera.

Asimismo, los participantes declaran estar en óptimas condiciones físicas para la realización de esta prueba; haciéndolo bajo su responsabilidad y eximiendo a Protectora del Morrazo Asociación Canina.



ARTÍCULO 15: Promoción

Formando parte del desarrollo del evento los participantes podrán ser fotografiados o grabados durante el mismo y dichas fotos y grabaciones podrán ser utilizadas por la organización para hacer publicaciones en cualquier medio, propio o ajeno, como parte de la promoción y publicidad de este acto.

Por tanto, se informa que podrán asistir medios de comunicación que tomen imágenes durante el transcurso que podrán ser utilizadas por ellos sin que la Asociación de Animales Protectora del Morrazo pueda controlar tales usos y sin que se haga responsable de los mismos.

ARTÍCULO 16: Cambios en el reglamento

La organización se reserva el derecho de realizar algún cambio en el presente reglamento, sin consulta previa a los participantes, si así lo considerara por velar por una buena organización, desarrollo del evento y seguridad de los corredores; debiendo comunicarlo en la web y en la información al participante si fuera posible.

La participación en el evento implica la aceptación de las presentes bases.

Todo lo no dispuesto en este reglamento se resolverá según el criterio de la organización.

RECOMENDACIONES Y RUEGOS

En cuanto a la participación:

Los niños menores de 12 años tendrán que ir acompañados de un adulto.

En caso de participar dos o más personas con el mismo perro, deberán de realizar una inscripción por persona.

En materia legal y recomendaciones higiénico-sanitarias:

Estar al día en las obligaciones sanitarias en materia de tenencia y protección animal.

Durante la carrera podrá haber controles aleatorios para asegurar el cumplimiento de las condiciones sanitarias y de seguridad.

Es necesario que el perro tenga un comportamiento adecuado al del evento que se va a realizar y comportamiento por el que vela el trabajo realizado día a día por Protectora del Morrazo Asociación Canina. Si tuviera alguna dificultad en la relación con otras mascotas o personas deben de evitarse conflictos.

Los perros potencialmente peligrosos que participen deberán de cumplir con los requisitos de seguridad y obligatorios por la normativa legal:

- **Licencia administrativa para su tenencia e inscripción de la mascota en el Registro Municipal.**
- **Seguro de responsabilidad civil por daños a terceros.**
- **Utilización de bozal adecuado.**
- **Correa no extensible de menos de 2 m.**
- **Una única mascota por persona que será la titular de la licencia.**



- **Al igual que el resto de los perros no pertenecientes a este grupo, permanecerán sujetos a su dueño por la correa y vigilados por el mismo en todo momento.**

El Colegio de Veterinarios sugiere, por la seguridad del perro y otros, que la mascota cuente con las vacunas correspondientes a su edad.

De parte de Protectora del Morrazo Asociación Canina:

La I Carrera Solidaria Protectora del Morrazo no es una carrera competitiva por lo que no es obligatorio que el perro y las personas realicen esfuerzos atléticos. Cada uno somos conscientes de nuestro entrenamiento y del de nuestro perro y nos plantearemos la carrera al ritmo que queramos: correremos, trotaremos suave o simplemente daremos un paseo.

La organización sugiere a los participantes que, durante el recorrido y para mayor seguridad, lleven a su perro en el lado izquierdo.

Las actividades de Protectora del Morrazo Asociación Canina se caracterizan por fomentar el cumplimiento de los buenos hábitos cívicos y sanitarios, se enmarcan en la protección medioambiental y velan por el cumplimiento de la Ordenanza Municipal, por ello:

- Es **OBLIGATORIO** que el perro vaya en todo momento sujeto de la mano de su amo, con la correa.
- Es **OBLIGATORIO** recoger las heces que su perro pueda dejar a lo largo de toda la prueba.
- **NO PERMITAN** que sus perros beban de las fuentes para consumo humano, a menos que dispongan de un segundo grifo adaptado para mascotas y sea éste el que se use.
- **NO ES ACONSEJABLE** la utilización de correas extensibles.
- La presencia de una hembra en celo provocará nerviosismo en los machos. **ACTÚA CON RESPONSABILIDAD.**

En cuanto a la bebida: para los perros que vayan a correr y aunque todo dependa de la temperatura ambiente, esfuerzo realizado y lo entrenado que esté el perro, es importante que esté bien hidratado antes de la carrera sobre todo si hace mucho calor.

Deben de llegar bien hidratados sin que beban grandes cantidades de agua justo antes y tengan el estómago encharcado; simplemente hidratándose bien y en cantidades normales el día anterior.

Durante el esfuerzo podrán beber algo pero solamente un poco, no dejándole que se encharquen.

Al terminar deberían de caminar tranquilamente unos 10 o 15 minutos para que se enfríen y se normalice la respiración. Cuando todo se haya normalizado es bueno ir administrándole el agua que vaya bebiendo al menos durante la siguiente hora.

Lo importante es que no se den atracones de agua, en cantidad o muy rápido, ni antes, ni durante, ni después del esfuerzo.

Tengamos especial cuidado con los golpes de calor.



Sobre la alimentación: Si el perro está acostumbrado a comer por las mañanas no deberían de llevarlo en ayunas pero tampoco justo después de haber comido. Por dar un consejo, si come por las mañanas la ración completa diaria podría no dársele entera para no sobrecargar el estómago pero sí proporcionarle en torno a un tercio de la ración unas 3 horas antes del ejercicio.

Tampoco deberíamos de darle el resto de la comida justo después del ejercicio. Se podría esperar unas 3 horas también.

Aunque es cierto que todo esto depende del perro y de lo entrenado y acostumbrado que esté al ejercicio.

Respecto a la edad: No permitamos correr mucho a nuestros perros que son cachorros (lo más probable es que terminen haciendo el recorrido en nuestros brazos) aunque el crecimiento de éstos no es igual en todas las razas. Tampoco a los muy mayores.

Quizás a partir de los seis meses comiencen a tener más aguante, sin embargo esto es muy variable según el perro.

Fijaos en la evolución del perro a lo largo del recorrido y si fuese necesario retirarse debéis de hacerlo. Recomendamos que consultéis al veterinario para que os aconseje en cuanto al ritmo al que puede ir vuestro perro si lo que os apetece es correr pues también en función de la edad cada mascota tiene su aguante.

¿Qué se necesita para correr con la mascota?

- **Tú, tu perro, una correa, un pantalón, una camiseta y unas zapatillas.** Correremos mejor si la correa se adapta al tamaño y características de tu mascota y si nosotros utilizamos un pantalón, zapatillas adecuadas y una camiseta que transpire bien.
- **Paciencia.** Al principio puede que tu perro quiera correr hacia todos lados pero aprende rápido. Saben reconocer nuestras emociones e intensidades y pronto lograremos la conexión y pareceremos uno sólo: gira hacia donde le pides y acelera y desacelera en los momentos precisos.
- **Adaptación.** Entreno paso a paso. Aunque corran más que nosotros o a más velocidad, deben de ir adaptando su cuerpo a la distancia y nosotros lo administraremos en cada salida. Si te gusta salir a correr con tu mascota a menudo no está de más que se lo comentas al veterinario.
- **Motivación.** Nuestra mascota sabe nuestro estado de ánimo y entiende los tonos de voz que utilizamos. Animad a vuestro perro durante la carrera, “vamos chico/a”, “venga amigo/a”, “muy bien”, “ánimo”... Debemos de estar motivados para motivar a nuestra mascota. Se puede acompañar con algún alimento como premio al trabajo pero más bien escaso para que no ingiera mucho durante la actividad.
- **Conciencia de que somos dos.** Compaginad actividad física y control sobre la mascota con cuidado; estando atento a la hora de cruzar calles (si se diera el caso), adelantar a personas para que no se enreden las correas y tener a nuestros mejores amigos a salvo de imprevistos.
- **Y ¡GANAS DE DISFRUTAR!**

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 licencia 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 Glasgow 13 – 15008 A Coruña.