

VIIª CARREIRA E ANDAINA POPULAR DO NADAL 1KG. SOLIDARIO A RÚA DE VALDEORRAS

Valdemove Valdeorras, Club ADAS O Barco e o Concello de A Rúa en colaboración coa Delegación da F.G.A en Valdeorras organizan a VIIª CARREIRA E ANDAINA POPULAR DO NADAL, que se desenrolará o vindeiro **23 de DECEMBRO do 2018**, en A Rúa de Valdeorras.

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

CIRCUÍTO:

O circuítu consta de unha volta de 8.000 m. para a carreira e 9.000 m para a andaina, totalmente chairu. SAIDA e META estará situada na Praza da Estación do Concello de A Rúa (VER ANEXO)

INSCRICIÓN:

1º.- As inscricións para a carreira e andaina se realizará a través a web de (<http://www.carreirasgalegas.com/>) ata as 23.59 h. do 20 de decembro



2º.- Formas de inscricións e prezos:

Carreira Absoluta (populares e federados)	7 € con bolsa do corredor hasta fin de existencias	Ata o 20 de decembro Concello de A Rúa Tendas Trisport en A Rúa ,O Barco. O mesmo día da proba ata unha hora antes da saída.
Andaina	7 € con bolsa do corredor hasta fin de existencias. 0 € dende o 2004 en adiante	Ata o 20 de decembro Concello de A Rúa Tendas Trisport en A Rúa ,O Barco. O mesmo día da proba ata unha hora antes da saída

3º.- As inscricións dos cativos Prebenxamín, Sub 10, Sub 12, Sub 14 e Sub 16, faranse ata 30 minutos antes do inicio das probas, sendo esta **inscrición gratuíta**.

As carreiras de menores pertencen a fase previa do programa XOGADE do campo a través da zona de Valdeorras.

4º.- A retirada de dorsais realizarase na secretaría habilitada para tal fin, na estación de autobuses de A Rúa, de 09.30 h. a 10.30 h.

Agradecemos a inscrición con antelación.

**1KG.
SOLIDARIO
COLABORA!**

No momento da retirada do dorsal da carreira absoluta os participantes e acompañantes poderán facer entrega dun 1kg. SOLIDARIO, DE ALIMENTOS NON PERECEDEIROS PARA SER DOADOS

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 desprazamento; 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:

Trofeos para a Carreira:

- Trofeo os 3 primeiros clasificados da Carreira Popular masculina e feminina.
- Os primeiros clasificados recibiran un regalo doado por FISIOVAL.
- Trofeo para o primeiro, segundo e o terceiro clasificado nas seguintes categorías: SUB-23/SENIOR a MASTERS, masculino e feminino.
- Trofeo para o primeiro atleta local masculino e feminino.
- Trofeo para o primeiro das categorías SUB-18 e SUB-16 e medallas os segundos e terceiros masculino e feminino.
- Nas carreiras de SUB-14, SUB-12, SUB-10 e Prebenxamíns entregaranse medallas para tódolos participantes ata chegar os 20 primeiros de cada categoría.

Trofeos para a Andaina:

- Trofeo o andarín mais xove e o mais maior independentemente do sexo.
- Trofeo o grupo ou familia mais numeroso.
- Os trofeos non serán acumulativos.

HORARIO-CATEGORIAS e DISTANCIAS:

11.00H	ANDAINA POPULAR	9.000 M
11.30H	CARREIRA POPULAR	8.000 M
	SUB-18 / SUB-20 MASC. e FEM	2000 2001 e 2002 E 2003
	SUB-23 E SENIOR MASC. e FEM	Dende o 1999 ata 34 anos
	MASTERS MASC. "A" e FEM. "A"	35 A 44 ANOS
	MASTERS MASC. "B" e FEM. "B"	45 A 54 ANOS
	MASTERS MASC. "C" e FEM. "C"	55 A 64 ANOS
	MASTERS MASC. "D" e FEM "D"	65 A 74 ANOS
	MASTERS MASC. "E" e FEM "E"	+ DE 75 ANOS
11.40H	SUB-16 MASC. e FEM.	2004 E 2005 2.000 M
12.30H	SUB-14 MASC. e FEM.	2007e 2006 1.000 M
12.40H	SUB-12 MASC. e FEM.	2009 e 2008 500 M
12.50H	SUB-10 MASC. e FEM.	2011 e 2010 300 M
13.00H	PREBENXAMÍNS MASC.e FEM.	2012 en adiante 150 M
13.15H	ENTREGA DE TROFEOS	

ORGANIZA:



CONCELLO DE
A RÚA



COLABORAN:



AUTO ESCUELA TRIUNFO



**VIIª CARREIRA E ANDAINA POPULAR DO NADAL
A RÚA DE VALDEORRAS 23/12/2018**

**SAIDA E META
RECOLLIDA DE DORSAIS
PRAZA DA ESTACIÓN DO TREN
DE A RÚA**

CARREIRA

Google Earth

Image © 2017 DigitalGlobe



CONCELLO DE
A RÚA



Federación
Galega de
Atletismo



DEPUTACIÓN
OURENSE

XUNTA
DE GALICIA
DEPORTE
GALEGO



AUTO ESCUELA TRIUNFO
ARCAX SERVICIOS S.L.

FISIOVAL
clínica de fisioterapia y rehabilitación



IBERDROLA

DEPORTES
TRI-SPORT
EROSKI

VIIª CARREIRA E ANDAINA POPULAR DO NADAL
A RÚA DE VALDEORRAS 23/12/2018

SAIDA E META
RECOLLIDA DE DORSAIS
PRAZA DA ESTACIÓN DO TREN
DE A RÚA

ANDAINA

Google Earth

Image © 2017 DigitalGlobe



CONCELLO DE
A RÚA



Federación
Galega de
Atletismo



DEPUTACIÓN
OURENSE



XUNTA
DE GALICIA
DEPORTE
GALEGO



AUTO ESCUELA TRIUNFO

