

XXXIIIª MILLA URBANA

"FESTAS DO CRISTO 2019"

O Concello de O Barco de Valdeorras, coa colaboración do club Adas-Proinor de O Barco, a Federación Galega de Atletismo e a Delegación da F.G.A en Valdeorras, organizan a XXXIIIª Milla Urbana Festas do Cristo 2019, de categoría nacional nas probas ABSOLUTAS FEMININA E MASCULINA, as demais categorías será do calendario autonómico, o vindeiro día 15 de setembro a partir das 18:00 h. no circuito do Paseo del Malecón de O Barco.

Proba oficial da R.F.E.A. e F.G.A

CIRCUITO

O circuito consta dunha recta de 266 mts. , a que deberán dar un percorrido de ida e de volta, debendo dar 1, 2, o 3 voltas completas o mesmo, en función das idades dos participantes.

Circuíto homologado por la R.F.E.A. abicase no Paseo de O Malecón de O Barco de Valdeorras.

INSCRICIÓN

- As inscricións deberán estar no poder da organización antes do día 12 de Setembro de 2019.

Sendo as **INSCRICIÓN GRATIS.**

- As inscricións para as carreiras se realizarán a través a web de (<http://www.carreirasgalegas.com/>)

- A inscrición dos atletas da comarca de Valdeorras poderase facer ata 1 hora antes do comezo da súa proba.

- As inscricións dos neno-as menores de oito anos, Sub10, Sub12, Sub14 e Sub16, faranse ata 45 minutos antes do comezo das probas, na propia secretaría da proba.

- **As inscricións das Carreiras Absoluta Masculina coma Absoluta Feminina serán por rigorosa invitación da organización.**

Se agradece que se fagan as inscricións con anterioridade.

RETIRADA DE DORSAIS:

A retirada de dorsais realizarase no Teatro Lauro Olmo situado "Paseo do Malecón".

Ata 1h. antes do comezo da súa proba

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 circuíto que a organización establecerá durante o transcurso da proba polos cales terán que pasar os participantes para non ser **descualificados**.
- 3º.-As reclamacións deberán ser feitas verbalmente ao xuíz árbitro, non máis tarde de 40 minutos despois de comunicarse oficialmente os resultados.
- 4º.-Será motivo de **descualificación**, entre outros, os seguintes aspectos: non realizar todo o circuíto da carreira, manipular o dorsal, falsificar datos persoais.
- 5º.-Todos os participantes o fan baixo a súa propia responsabilidade e polo feito de saír acepta o presente regulamento.
- 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 previsto na presente normativa se rexerá 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.

TROFEOS

- Entregaranse trofeos os 1º, 2º e 3º das categorías Sub10, Sub12, Sub14, Sub16, Master e Popular, tanto masculino como feminino, así como os 1º, 2º y 3º Sub18/Sub20 masculino e feminino. Haberá trofeo o 1º e 1ª de Valdeorras da categoría absoluta e tamén ós gañadores da carreira d@s mas pequeniñ@s.
- Nas carreiras dos nenos e nenas menores de 8 anos, tod@s @s participantes recibirán un obsequio e medalla conmemorativa, como mínimo hasta @s 20 primeir@s.
- Tod@s @s participantes a partires da categoría Sub16 ata Master recibirán unha camiseta conmemorativa.
- Tamén haberá un obsequio para os primeiros clasificados-as das carreiras Sub10, Sub12, Sub14 e Sub16.
- Na categoría de Master establécense cinco categorías, levando trofeos os 3 primeiros da categoría.

HORARIO - CATEGORIAS E DISTANCIAS

18:00	SUB10 MAS-FEM (2011 e 2010)	1/2 VOLTA (268 M.)
18:10	SUB12 MAS-FEM (2009 e 2008)	1 VOLTA (536 M.)
18:20	SUB14 MAS-FEM (2007 e 2006)	2 VOLTAS (1072 M.)
18:30	SUB16 MAS-FEM (2005 e 2004)	2 VOLTAS (1072 M.)
18:40	SUB20/SUB18 MAS (2000, 2001, 2002, 2003)	3 VOLTAS (1609 M.)
18:50	MASTER MASCULINOS "A" (35 A 44 ANOS)	3 VOLTAS (1609 M.)
	MASTER MASCULINOS "B" (45 A 54 ANOS)	3 VOLTAS (1609 M.)
	POPULARES/FEDERADOS MASCULINOS (Dende o 1999 ata 34 ANOS)	3 VOLTAS (1609 M.)
19:00	MASTER MASCULINOS "C" (55 A 64 ANOS)	3 VOLTAS (1609 M.)
	MASTER MASCULINOS "D" (65 A 69 ANOS)	3 VOLTAS (1609 M.)
	MASTER MASCULINOS "E" (70 EN ADIANTE)	3 VOLTAS (1609 M.)
	MASTER MASCULINOS "F" (75 EN ADIANTE)	3 VOLTAS (1609 M.)
	MASTER FEMININA "A" (35 A 44 ANOS)	3 VOLTAS (1609 M.)
	MASTER FEMININA "B" (45 A 54 ANOS)	3 VOLTAS (1609 M.)
	MASTER FEMININA "C" (55 A 64 ANOS)	3 VOLTAS (1609 M.)
	MASTER FEMININA "D" (65 EN ADIANTE)	3 VOLTAS (1609 M.)
	POPULARES/FEDERADAS FEMININAS (Dende o 1999 ata 34 ANOS)	3 VOLTAS (1609 M.)
19:10	<u>HOMENAXE A ATLETAS VALDEORRESES</u>	
19:20	NENOS DE 6 Y 7 ANOS	150 MTS.
19:25	NENAS DE 6 Y 7 ANOS	150 MTS.
19:30	NENOS DE 4 Y 5 ANOS	100 MTS.
19:35	NENAS DE 4 Y 5 ANOS	100 MTS.
19:40	<u>NEN@S 3 ANOS OU MENOS</u>	100 MTS.
19:45	<u>PRESENTACIÓN ABSOLUTA FEMININA</u>	
19:50	CARREIRA ABSOLUTA FEMININA (DENDE O 2000 EN ADIANTE)	3 VOLTAS (1609 M.)
19:55	<u>PRESENTACIÓN ABSOLUTA MASCULINA</u>	
20:00	CARREIRA ABSOLUTO MASCULINO (DENDE O 1997 EN ADIANTE)	3 VOLTAS (1609 M.)
20:10	ENTREGA DE TROFEOS	

-As atletas da categoría SUB20/SUB18 feminina correrán conxuntamente na carreira Absoluta Feminina.

-As Carreiras Absoluta Masculina coma Absoluta Feminina serán por rigorosa invitación da organización.

ORGANIZAN



COLABORAN



CAFE-BAR
LISBOA



XXXIIIª MILLA URBANA "FESTAS DO CRISTO"

PASEO DO MALECÓN O BARCO



RECOLLIDA DE DORSAIS
CENTRO "LAURO OLMO"

CAMARA DE
CHAMADAS



SAIDA

META

ZONA DE QUENTAMENTO



ORGANIZAN:

COLABORAN:

