

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 serán 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 74 ANOS)	3 VOLTAS (1609 M.)
	MASTER MASCULINOS "E" (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>	
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



CONCELLO
O BARCO DE VALDEORRAS



Federación
Galega de
Atletismo



CLUB A.D.A.S.
O BARCO

COLABORAN



DEPUTACIÓN
OURENSE



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



Denominación de Orixe
VALDEORRAS
CONSELLO REGULADOR



AMBULANCIAS
SIL
BARCO
DE VALDEORRAS



CAFE-BAR
LISBOA



ABANCA



IBERDROLA



Foot on Mars
sneaker store



OCASO



BODEGA
JESÚS NAZARENO
S.C.G.



bodega
roandi



ADEGA COOPERATIVA
VIRXEN DAS VINAS



Carreiras Galegas

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:

