

NORMATIVA DA PROBA

4ª CARREIRA POPULAR

CONCELLO DE SAN SADURNIÑO

(Pola Igualdade)

DATA.

DOMINGO 28 DE MAIO DE 2017.

HORARIO, DISTANCIA, IDADES, CATEGORÍAS E CIRCUITOS.

HORARIO	DISTANCIA	CATEGORÍAS	IDADES	CIRCUITO
11.10 H.	1.000m	ESCOLARES A Masc. e Fem.	Nados 2005/2006/2007	Circuito 4
11.30 H.	400m neutralizados+ 5 km	ESCOLARES B Masc e Fem. ESCOLARES C Masc e Fem. SUB 23 Masc e Fem. SENIORS Masc e Fem. VETERÁNS A Masc e Fem. VETERÁNS B Masc e Fem. VETERÁNS C Masc e Fem.	Nados 2003 e 2004 Nados 2000/2001/2002 Nados 1999 ata 1995 Nados 1994 ata 39 anos De 40 a 49 anos De 50 a 59 anos Máis de 60 anos	Circuito 5
12.40 H.	400m	BENXAMÍN MASC. e FEM.	Nados 2008 e 2009	Circuito 3
12.50 H.	220m	PITUFOS MASC. e FEM.	Nados 2010 e 2011	Circuito 2
13:00 H.	70m	BIBERÓNS	Nados 2012 e 2013	Circuito 1
13:20 H.	Entrega de trofeos			

LUGAR.

Paseo Fluvial do río Xubia de San Sadurniño e Finca A Cortiña (lugar de Bidueiro).

<https://goo.gl/maps/r4Xy4J9m3SE2>

ENTIDADES ORGANIZADORAS.

Concello de San Sadurniño.

Concellaría de Cultura, Deportes, Ensino e Mocidade



C.P.I de San Sadurniño



ENTIDADES COLABORADORAS.



REGULAMENTO.

1. A proba está incluída no Calendario Oficial da FGA.
2. “Proba oficial da FGA con distancia non homologada”.
3. A proba está aberta a todos e todas as atletas, federados/as ou non, sen distinción de sexo ou nacionalidade.
4. As categorías serán dende biberóns ata veteranos.

5. Cada corredor ou corredora participa baixo a súa responsabilidade é suponse que dispón dun nivel de condición física óptimo para afrontala proba.
6. Todas as persoas participantes terán asignado un dorsal, este irá situado no peito e terá que ser visible o longo de toda a proba.
7. Todas as categorías, exceptuando biberóns e pitufos, estarán controladas con chip, **ó chip terá que ser devolto ó remate da proba, a non devolución do chip terá un coste de 5 euros** para o participante.
8. Durante o transcurso da proba, faranse controis de paso en varios puntos do circuíto que a organización establecerá, polos cales terán que pasar todas as persoas participantes para non ser **descalificadas**.
9. As **reclamacións** deberán ser feitas verbalmente ao/á xuíz/xuíza árbitro, non máis tarde de 30 minutos despois de comunicarse oficialmente os resultados.
10. **RETIRADAS E DESCALIFICACIÓNS:**
O servizo médico da competición está facultado para retirar da carreira a calquera atleta que manifeste un mal estado físico.

A proba estará controlada polo Comité Galego de Xuíces da F.G.A. que estarán autorizados a descalificar.

Serán motivo de **descalificación**, entre outros, os seguintes aspectos:

- Non realizar todo o circuíto da carreira.
- Manipular o dorsal ou correr co dorsal doutra persoa
- Falsificar datos persoais.
- Por agresións físicas ou verbais hacia outro participante ou hacia a organización.
- Por conductas antideportivas ou contra do medio ambiente
- Non atender ás indicacións dos xuízes ou da organización

11. Todo o non disposto na presente normativa rexerese polas normas de competición da FGA (Federación Galega de Atletismo), RFEA (Real Federación Española de Atletismo) e IAAF (Federación Internacionnal de Atletismo Amateur) para a presente tempada, así como todo o regulamentado por instancias superiores.
12. Todas as persoas participantes na proba o fan baixo a súa propia responsabilidade e polo feito de inscribirse aceptan o presente regulamento.
13. **Seguro:** cada participante estará amparado/a por unha póliza de Responsabilidade Civil e de accidentes deportivos, excluídos os casos derivados dun padecemento latente, imprudencia ou inobservancia das leis ou da normativa da competición, etc. Tamén quedan excluídos os casos producidos polo desprazamento ao lugar da competición ou dende o mesmo. Non se permitirá a existencia no percorrido de ningún vehículo alleo á organización, estando estes últimos debidamente identificados.
14. A organización disporá de **SERVICIO MÉDICO E AMBULANCIA** dende unha hora antes do comezo da carreira e ata que finalice a entrega de premios.
15. Todas as persoas participantes, polo feito de formalizala inscrición, dan o seu consentimento para que a organización trate informaticamente e con finalidade exclusivamente deportiva e/ou promocional os seus datos de carácter persoal, así como a súa imaxe dentro da proba mediante fotografías, vídeo, redes sociais, etc.
16. En función do número de participantes, a organización poderá establecer varias saídas para as categorías de pitufos e biberóns.
17. A organización poderá solicitar a documentación, onde conste a data de nacemento dos participantes. A non aportación desta, poderá ser motivo de descalificación.

18. Non está permitido o acompañamento en ningunha das probas de ningún vehículo alleo á organización. Nin tampouco con bicicletas, patíns ou de persoas non inscritas na proba que poidan acompañar, avituallar ou marcar ritmos ós participantes. Asemade non se permite a participación con coches ou cadeiras de nenos, nin correr acompañados destes en ningún momento.
19. A organización resérvase o dereito de modificar o que considere oportuno. O mal tempo non será motivo de suspender a proba.
20. Todo corredor/a que non entre na liña de meta co dorsal ben visible colocado na zona do peito ou que incumpra as normas establecidas no regulamento, poderá ser descalificado.
21. A carreira de 5Km se poderá realizar correndo e/ou camiñando, sendo o tempo máximo para realizala de 50 minutos.
22. En caso de retirada avisarase ao persoal da organización. No caso de lesión ou impedimento para regresar polos propios medios á meta, solicitarase axuda á organización, que xestionará a recollida.

CATEGORÍA DE EQUIPOS (carreira de 5 km).

Para participar na categoría de equipos, terán que cumprir os seguintes requisitos:

- Inscribirse previamente de forma individual na carreira de 5Km (nados no ano 2004 ou anteriores).
- Formar un equipo como mínimo de 6 persoas e sen un número máximo de participantes.
- Inscribirse como equipo do **Concello de San Sadurniño** ou como equipo **doutro Concello** (son clasificacións excluíntes).
- Correr cunha camiseta identificativa da mesma cor.
- Os equipos teñen que ser mixtos (mínimo 3 mulleres e 3 homes).
- Poñer un nome ao equipo (colexio ..., club...).

- Se o equipo participa como equipo de San Sadurniño, deberá inscribirse baixo un denominador común (por cursos, pais e nais do alumnado, traballadores e traballadoras de..., pertencer a unha sociedade deportiva cultural, exalumnos).
- A clasificación por equipos obterase sumando o posto da xeral absoluta dos 6 primeiros (3+3) clasificados do equipo (e dicir, puntúan os 3 primeiros rapaces e as 3 primeiras rapazas ou viceversa). O equipo que sume menos puntos é o equipo gañador. En caso de empate o equipo gañador será o que teña a última persoa clasificada dos 6 en mellor posición.
- O prezo da inscrición na categoría de equipo non ten custe engadido.

OUTRAS OBSERVACIÓNS.

Poderán participar nas distintas probas todos aqueles e aquelas atletas que o desexen, por norma xeral en competicións do calendario autonómico non porán participar atletas españois con axuda económica da RFEA.

O descoñecemento de este regulamento non exime do seu cumprimento.

Todo o non previsto 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.

CLASIFICACIÓN.

A clasificación e a cronometraxe será mediante chip e por xuíces en todas as categorías, exceptuando biberón e pitufos nas que non haberá clasificación, e correrán todos con dorsal 1.

A clasificación poderá ser consultada:

- No taboleiro habilitado para tal efecto no lugar da proba
- Na páxina web do Concello de San Sadurniño www.sansadurnino.gal
- No páxina web do C.P.I San Sadurniño
www.edu.xunta.es/centros/cpisansadurnino/
- Na Paxina web de Emesports www.emesports.es

INSCRICIÓNS.

Prezo:

O prezo da inscrición na carreira de 5 km é de 3 euros para os nados no ano 1999 ou maiores. Gratuita para os nados nos anos 2000, 2001, 2002, 2003 e 2004.

O prezo da inscrición para o resto de carreiras (categorías inferiores) é gratuíta.

Devolución da inscrición:

Se o participante decide anular voluntariamente a inscrición, a organización **non** devolverá o importe de dita inscrición.

Nº de Prazas:

- Número máximo de prazas na proba de 5Km e de 700 atletas
- O resto das categorías sen límite de prazas

Prazo de inscrición:

- **Individuais:** Ata o **Mércores 24 de maio**
- **Categoría de Equipos (5Km):** Ata o **Domingo 21 de maio** (O que participe na categoría de equipos terá que inscribirse previamente de forma individual).

Lugar e forma de inscrición.

- **Incricións individuais:**
 - Por Internet: Na páxina web de Emesports www.emesports.es
 - Presencialmente no C.P.I de San Sadurniño (só comunidade educativa do C.P.I de San Sadurniño).
- **Incricións de Equipos:**
 - Presencialmente no CPI San Sadurniño
 - Por internet enviando correo a c.equipoassansa@gmail.com

Na categoría de equipos, haberá que indicar: nome do equipo, nome e apelidos de cada participante e sexo de cada participante; e indicando se inscríbese como **equipo de San Sadurniño** ou **equipo doutro Concello**.

RETIRADA DE DORSAIS.

- A retirada de dorsais e chips será:

- **O día anterior de 18:00 a 20:00** no **C.P.I de San Sadurniño**, (Avda. Marqués de Figueroa, San Sadurniño). <https://goo.gl/maps/qwnXKdrzyCx>
- **O mesmo día no lugar da proba:**
 - Carreira de 5 Kms de **9:10 a 11:10** horas (infantil de 2º ano ata veteranos).
 - O resto das categorías **ata 30 minutos antes** do inicio de cada proba.

- **Non haberá inscricións o mesmo día da proba.**

AVITUALLAMENTO.

Líquido e sólido ó final da proba para todas as persoas participantes.

SERVIZO DE FISIOTERAPIA.

A organización porá a disposición de todos e todas as participantes na carreira de 5Km. un servizo de fisioterapia gratuito.

APARCADOIRO.

O Concello habilitará unha zoa específica o carón dos circuitos para que tanto as persoas participantes como o público poidan deixar o coche.

<https://goo.gl/maps/c5rAhqYPrfK2>

DUCHAS.

As duchas e vestiarios para as persoas participantes estarán situadas no Pavillón Polideportivo Municipal (Avda. Marqués de Figueroa nº 19).

<https://goo.gl/maps/oCw2X4ULcP32>

GARDARROUPA.

Habilitarase un servizo de gardarroupa no mesmo lugar da carreira.

XANTAR.

Todas aquelas persoas que desexen quedarse a xantar o rematar a carreira poderán realizar a reserva a través do email asociacionculturaldz@gmail.com ou chamando o teléfono **649.381.132**.

Para os que non queden a xantar haberá pinchos para repoñer forzas (para os pinchos non haberá que realizar reserva).

AGASALLOS.

- Camiseta para todas as persoas participantes na carreira de 5Km.
- Obsequio para todas as persoas participantes no resto das probas.
- Agasallo para os 6 primeiros equipos de cada categoría.

CATEGORÍAS E PREMIOS.

CATEGORÍAS	DISTANCIA	PREMIOS
Equipos do Concello de San Sadurniño	5 KM	Premio especial para o equipo gañador e agasallo para os 6 primeiros equipos clasificados
Equipos doutros Concellos	5 KM	Premio especial para o equipo gañador e agasallo para os 6 primeiros equipos clasificados
Veteráns C: Maiores de 60 anos, Masc. e Fem.	5 KM	Trofeo para os/as tres primeiros clasificados masculino e feminino
Veteráns B: 50 a 59 anos, Masc. e Fem.	5 KM	Trofeo para os/as tres primeiros

		clasificados masculino e feminino
Veteráns A: 40 a 49 anos, Masc. e Fem.	5 KM	Trofeo para os/as tres primeiros clasificados masculino e feminino
Sénior. Nados no ano 94 ata 39 anos, Masc. e Fem.	5 KM	Trofeo para os/as tres primeiros clasificados masculino e feminino
Sub 23. Nados no ano 1999, 1998, 1997, 1996 e 1995 Masc. e Fem.	5 KM	Trofeo para os/as tres primeiros clasificados masculino e feminino
Escolares C. Nados nos anos 2000, 2001, 2002, Masc. e Fem.	5 KM	Trofeo para os/as tres primeiros clasificados masculino e feminino
Escolares B. Nados nos anos 2003, 2004 Masc. e Fem.	5 KM	Trofeo para os/as tres primeiros clasificados masculino e feminino
Escolares A. Nados nos anos 2005, 2006 e 2007 Masc. e Fem.	1000 m	Trofeo para os/as tres primeiros clasificados masculino e feminino e medalla para cada participante
Benxamín. Nados nos anos 2008 e 2009 Masc. e Fem.	400 m	Trofeo para os/as tres primeiros clasificados masculino e feminino e medalla para cada participante
Pitufos. Nados nos anos 2010 e 2011 Masc. e Fem.	220 m	Medalla para cada participante
Biberóns. Nados nos anos 2012 ou posteriores Masc. e Fem.	70 m	Medalla para cada participante
Participante de Maior Idade Masc. e Fem.	5 KM	Trofeo
Categoría ABSOLUTA 3 primeiros clasificados da xeral Masc. e Fem.	5 KM	Trofeo e agasallo para os/as tres primeiros clasificados masculino e feminino
1º Clasificad@ Masc. e Fem. do Concello de San Sadurniño	5 KM	Trofeo ao 1º home e á 1ª muller empadroado no Concello de San Sadurniño

COMPROMISO.

Cada participante comprométese a:

- 1.- Aceptar estritamente todos os artigos do presente regulamento.
- 2.- Aceptar as posibles modificacións da proba as que a organización se vexa obrigada a modificar por causas alleas a súa vontade.
- 3.- A inscrición da carreira é persoal e intransferible. Non se admitirán devolucións, baixo ningunha causa do importe da inscrición.
- 4.- A realización da inscrición implica ter lido, entendido e adquirido o compromiso que a continuación se expón: “Certifico que estou en bo estado físico. Eximo á organización, ós sponsors ou patrocinadores comerciais, directivos/as, empregados/as e demais persoal organizador de toda responsabilidade que da participación no evento puidera derivarse tal como lesión, perda de obxectos persoais por roubo ou outras circunstancias”.
- 5.- A organización reservase o dereito a rexeitar calquera inscrición que non acepte os termos e condicións do evento que queden expostos no presente regulamento. No caso de dúbida ou de xurdir algunha situación non reflectida no mesmo, se estará ao que dispoña a organización.
- 6.- Dar o seu consentimento para que a organización trate informaticamente e con finalidade exclusivamente deportiva ou promocional, os seus datos de carácter persoal, así como a súa imaxe dentro da proba mediante fotografías, vídeo, etc.**

SERVIZOS AOS CORREDORES E CORREDORAS.

O prezo da inscrición inclúe os seguintes servizos:

- Dereito a participar na proba
- Avituallamento líquido e sólido na meta
- Seguro de responsabilidade civil e de accidentes
- Obsequio
- Gardarroupa
- Aparcadoiro
- Duchas
- Cronometraxe con chip
- Servizo médico axustándose á normativa legal deste tipo de eventos
- Servizo de fisioterapia

CIRCUÍTOS.

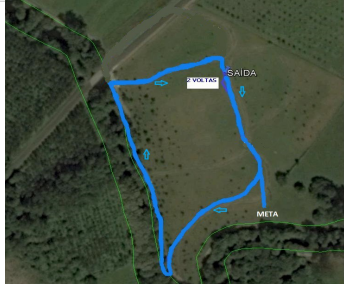
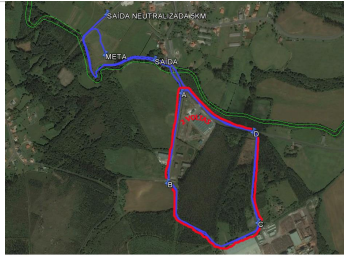
Sinalización.

Todos os circuitos estarán balizados con cintas e na carreira de 5 Km tamén estarán marcados os puntos kilométricos (cada kilómetro). Toda a sinalización será retirada pola organización o mesmo día da proba.

Nº de Circuitos.

Haberá 5 circuitos debidamente sinalizados:

Circuíto 1	Biberóns	
-------------------	-----------------	--

Circuíto 2	Pitufos	
Circuíto 3	Benxamín	
Circuíto 4	Escolares A	
Circuíto 5	Escolares B ata Veteráns	

SAIDA E META.

Saída:

- Todas as carreiras das **categorías inferiores** a saída é dende o camiño principal do **arboreto**.
- Na carreira de **5 km** a saída é dende a **estrada principal** (estrada 295).

Meta:

- Común para todos os circuítos.

DESCRIPCIÓN DOS CIRCUÍTOS.

• Circuíto 1. Categoría: Biberóns

Ás 13:00 horas darase a saída da carreira da categoría de biberóns.

A saída desta categoría será dende o camiño principal do arboreto, transcorridos 70 metros en linea recta se realiza a entrada en meta.

Poderán darse varias saídas en función do número de participantes. Todos os corredores e corredoras correrán co dorsal Nº 1.

- Nº de voltas: 1
- Distancia: 70 metros
- O tempo estimado da proba é de 8 minutos.
- Mapa do circuíto:



1. Circuito 1

•Circuíto 2. Categoría: Pitufos

Ás 12:50 horas darase a saída da carreira da categoría de pitufos.

A saída desta categoría será dende o camiño principal do arboreto. Os participantes despois de pasar o carón da meta dirixiranse cara o paseo fluvial, antes de chegar o paseo se realiza un xiro á dereira para coller outro camiño do arboreto, o final deste camiño novo xiro á dereita para coller o camiño principal do arboreto e realizar a entrada en meta.

Tódolos participantes terán que dar unha volta completa ao circuíto

Todos os corredores/corredoras correrán co dorsal N° 1.

- N° de voltas: 1
- O tempo estimado da proba é de 10 minutos.
- Distancia: 220 metros.
- Mapa do circuíto:



2. Circuíto 2

• **Circuíto 3.** **Categoría: Benxamín**

Ás 12:40 horas darase a saída da carreira da categoría de benxamín.

A saída desta categoría será dende o camiño principal do arboreto. Este circuíto será o mesmo que o da categoría de pitufos coa diferenza de que os participantes terán que dar **2 voltas** o circuíto antes de realizar a entrada en meta.

- Nº de voltas: 2
- O tempo estimado da proba é de 10 minutos
- Distancia: 400 metros
- Mapa do circuíto:



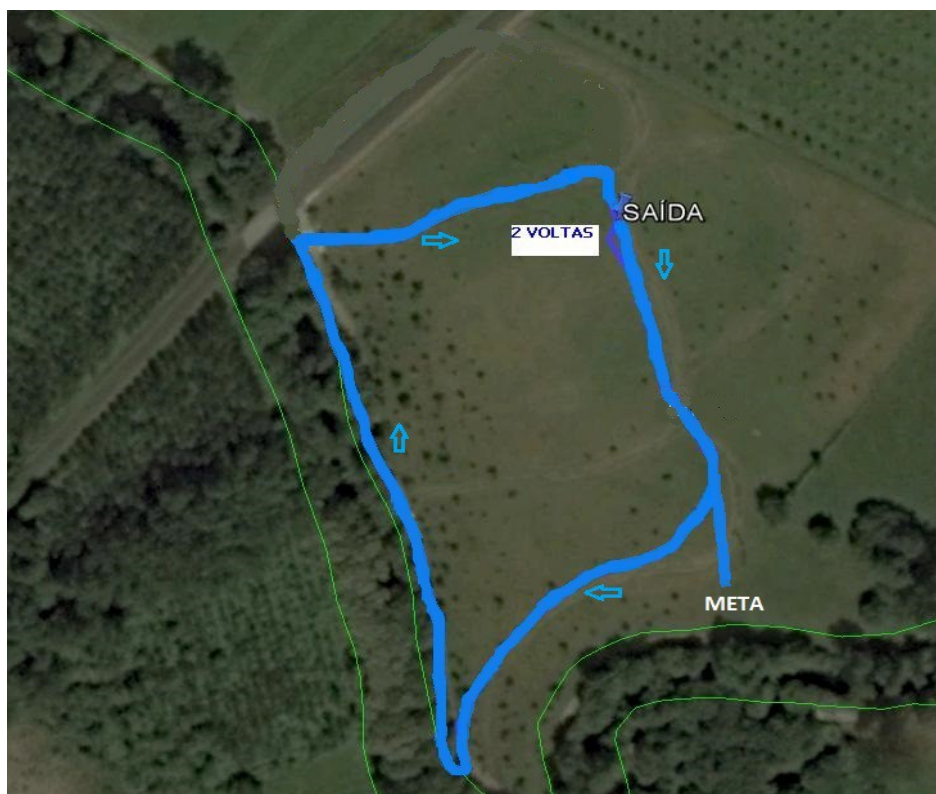
3. Circuíto 3

•Circuíto 4 Categoría: Escolares A

Ás 11:10 horas darase a saída da carreira da categoría de escolares A.

A saída destas categorías será dende o camiño principal do arboreto. Unha vez pasado o carón da meta irase cara o paseo fluvial onde haberá que realizar un xiro pechado á dereita para incorporarse o paseo fluvial, percorridos uns 300 metros polo paseo novo xiro de 90° á dereita para deixar o paseo e coller un dos camiños do arboreto, o final deste camiño novo xiro de 90° á dereita para coller de novo o camiño inicial do arboreto e realizar unha segunda volta a este circuío. O rematar a segunda volta se irá a realizar a entrada en meta.

- Nº de voltas: 2
- O tempo estimado da proba é de 10' minutos
- Distancia: 1.000 metros
- Mapa do circuío:



4. Circuío 4

• **Circuito 5** **Carreira Absoluta (5 km)**

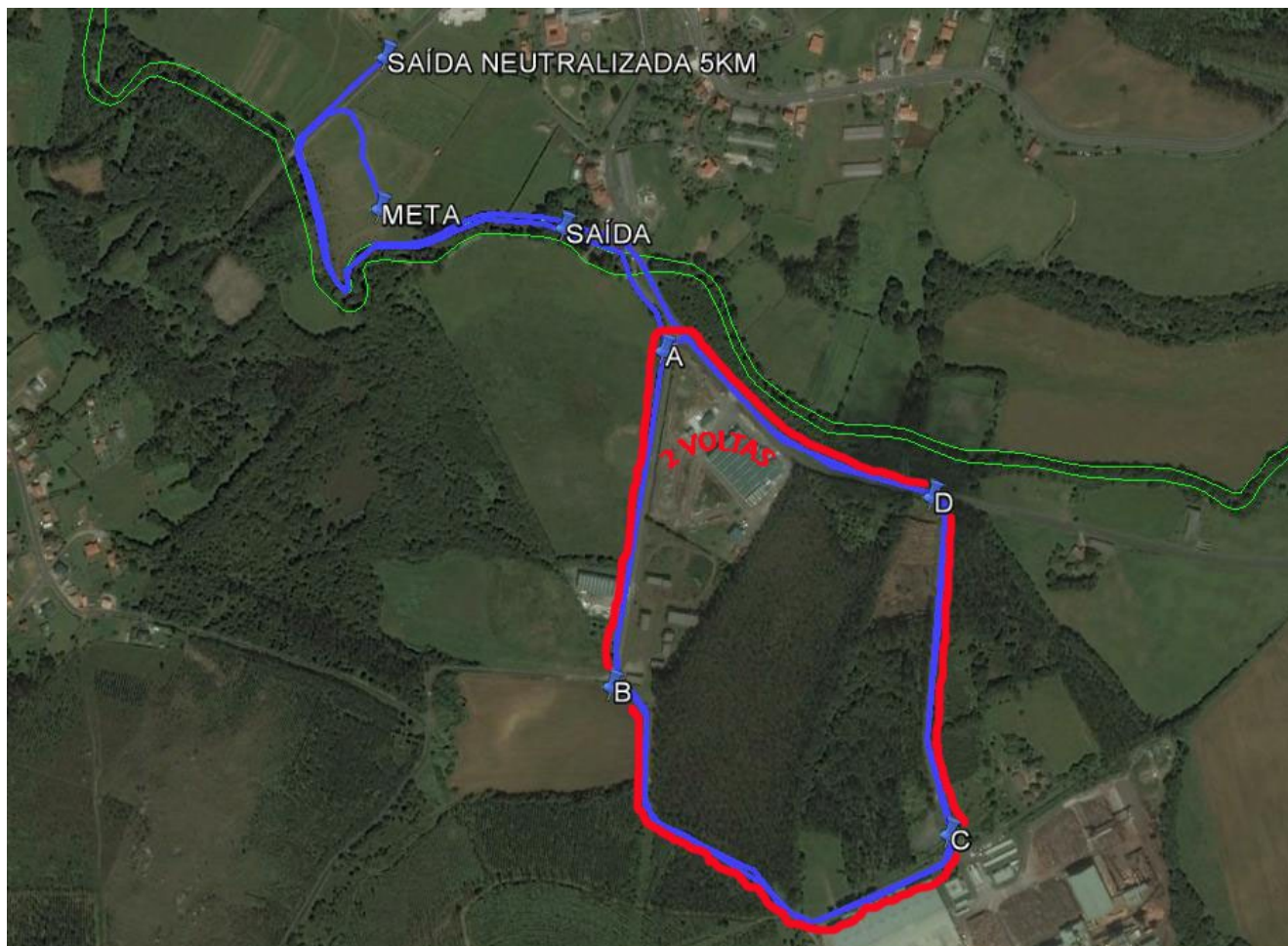
Ás 11:30 horas darase a saída da carreira absoluta,

Categorías dende escolares B ata veteráns C.

A saída neutralizada será dende a estrada 295, transcorridos 80 metros realízase un xiro cara a esquerda para coller o paseo fluvial do río Xubia ata preto do aparcadoiro do mesón A Granxa onde estará a pancarta da saída oficial cronometrada, pasados 100 metros realízase un xiro de 90° á dereita para coller a estrada de 290, logo de 200 metros por esta estrada realizamos un novo xiro á esquerda para coller a estrada 291 dirección á fábrica de Intasa, ao chegar á entrada da fábrica de Intasa realizamos un novo xiro de 90° á esquerda pola pista asfaltada ata chegar á intersección coa carreteira de Ferreira (CP 7601) onde volvemos a realizar un novo xiro de 90° á esquerda, para transcorridos 350 metros por esta estrada volver a xirar á esquerda para dar unha **segunda volta** a esta parte do percorrido (puntos A, B, C, D).

O rematar a segunda volta (punto A) seguiremos rectos cara o aparcadoiro do mesón A Granxa onde volveremos a coller o paseo fluvial ate o final deste onde viraremos á dereita para coller a estrada 295, os 125 metros realizamos un novo xiro de 90° á dereita para incorporarnos o camiño principal do arboreto e xa dirixirse a realizar a entrada en meta.

- **Nº de voltas:** 1. Excepto unha parte do circuíto onde haberá que dar **2 voltas (puntos A, B, C, D)**.
- O tempo máximo estimado da proba é de 50 minutos
- Distancia total: 5.000 metros + 400m neutralizados
- Distancia cronometrada: 5.000 metros
- Haberá caixóns de saída por tempos previstos
- Mapa do circuíto:



5. Circuito 5

¿CÓMO CHEGAR ?.

- Dende Ferrol.

<https://goo.gl/maps/tC2vNUrzMpp>

- Dende As Pontes

<https://goo.gl/maps/Hrv2xJ225MF2>

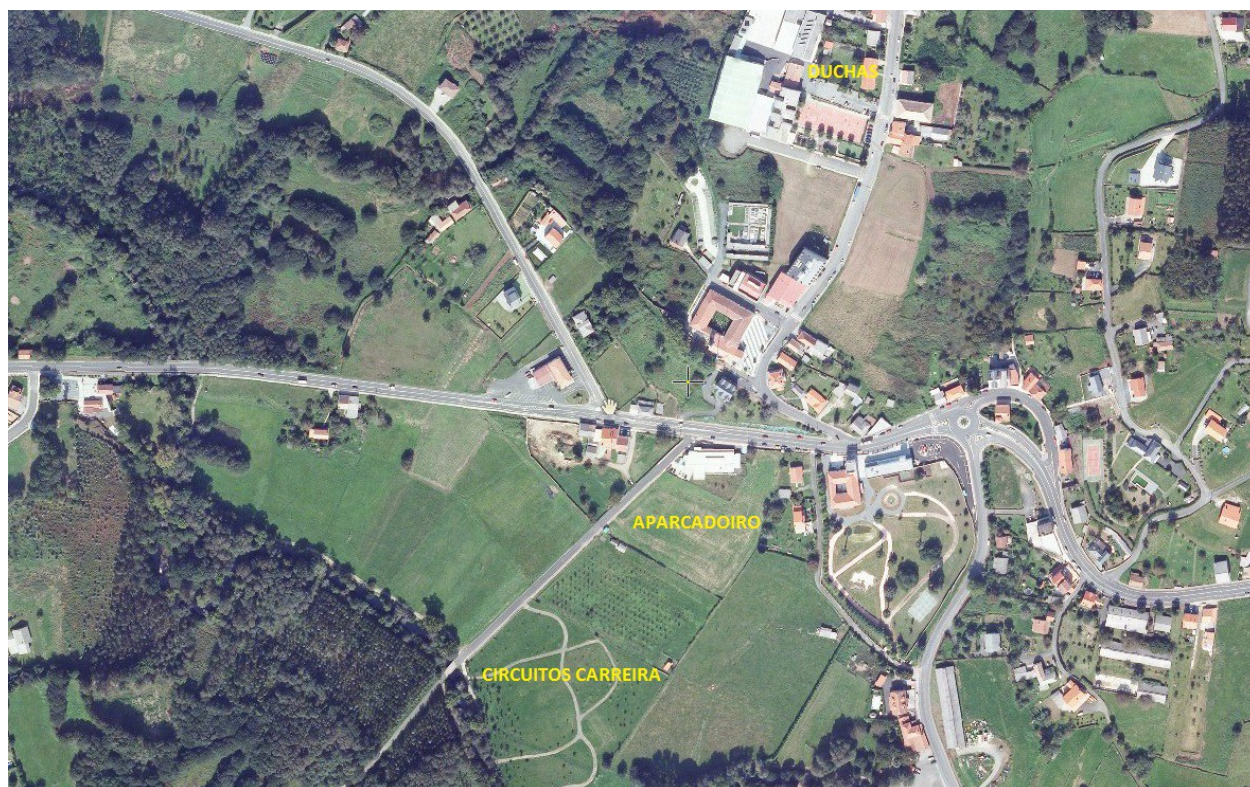
- Dende Cedeira

<https://goo.gl/maps/xzX5jchqPS62>

- Dende A Coruña

<https://goo.gl/maps/zvKmfNKMvF22>

MAPA XERAL DA PROBA.



CONCELLERÍA DE CULTURA, DEPORTES ENSINO E MOCIDADE