



CROS ANTIOQUÍA 2023

15 DE XANEIRO – HIPÓDROMO DE ANTELA

1. O Cross de Antioquía está organizado pola Asociación Deportiva Limiactiva contando coa colaboración da Secretaría Xeral para o Deporte da Xunta de Galicia, Concello de Xinzo de Limia, Concello de Sandiás, Deputación Provincial de Ourense, Hipódromo de Antela e da Federación Galega de Atletismo.
2. Celebrarase o domingo 15 de xaneiro de 2023 nas instalacións do Hipódromo de Antela e está incluído no calendario oficial da Federación Galega de Atletismo.
3. Na mesma xornada que este cros, disputarase o Campionato Xunta de Galicia sub20, sub23 e absoluto individual masculino e feminino.
4. A participación está aberta a atletas federados e non federados, agás nas carreiras incluídas nos Campionatos Xunta de Galicia, nas que só poderán participar federados.
5. As categorías, circuitos e distancias a percorrer axustaránse ás normas emanadas da FGA.
6. Para a CLASIFICACIÓN POR EQUIPOS, que deberán estar formados por 4 atletas (polo menos unha muller), sumaranse os postos dos catro compoñentes, sendo os gañadores os tres equipos que menos puntos sumen.

7. INSCRICIÓN

Para realizar a inscrición nas probas populares, todos os atletas deberán cubrir o formulario habilitado ó efecto na web <https://carreirasgalegas.com> e pagar a cuota de 5 euros de inscrición para participar na popular absoluta (as categorías escolares serán de balde). Unha vez efectuado o pago confirmarase a inscrición, que inclúe licenza de día da FGA para aqueles que non a posúan. **Prazo da inscrición será ata as 23:59 h do martes 10 de xaneiro.**

Os atletas federados que participen nos Campionatos Xunta de Galicia, deberán facer a inscrición na extranet da RFEA ata as 20:00 h do martes día 10 de xaneiro e non pagan cuota de inscrición.

Para inscribir a un equipo será necesario enviar un correo electrónico a limiactiva@gmail.com indicando o nome do equipo, e nome e apelidos dos 4 atletas que o compoñen (polo menos unha muller).

8. A retirada de dorsais, efectuarase na secretaría da competición o día da proba a partir das 9:45 h.
9. As probas serán controladas polo Comité Galego de Xuíces e Cronometradores da F.G.A.



10. Todos os participantes están amparados por unha póliza de seguro de responsabilidade civil e outra de accidentes. Quedan excluídos os casos derivados de un padecemento latente, imprudencia, inobservancia das leis, etc... Tamén quedan excluídos os casos producidos por desprazamento a ou dende o lugar no que se desenvolve a proba.
11. Todos os atletas participantes nesta competición quedan suxeitos a este regulamento. Para o non contemplado nestas regras, aplicarase o regulamento da F.G.A., da R.F.E.A. ou da I.A.A.F no seu defecto.

PREMIOS CROS ANTIOQUÍA 2023 – PROBA POPULAR (5.000 m)		
CATEGORÍA	MASCULINO	FEMININO
ABSOLUTA (1º, 2º, 3º)	TROFEO	TROFEO
1º SUB 20	TROFEO	TROFEO
1º SUB 23	TROFEO	TROFEO
1º SÉNIOR	TROFEO	TROFEO
1º MÁSTER 35	TROFEO	TROFEO
1º MÁSTER 40	TROFEO	TROFEO
1º MÁSTER 45	TROFEO	TROFEO
1º MÁSTER 50	TROFEO	TROFEO
1º MÁSTER 55	TROFEO	TROFEO
1º MÁSTER 60	TROFEO	TROFEO
EQUIPOS MIXTOS	Medallas para os componentes dos equipos 1º, 2º e 3º	

Os premios non serán acumulativos. Para optar ós premios do Cros Antioquía é necesario pagar a cuota de inscrición correspondente a este evento.

PREMIOS CROS ANTIOQUÍA 2023 – CATEGORÍAS ESCOLARES		
CATEGORÍA	MASCULINO	FEMININO
SUB8	MEDALLA ÓS TRES PRIMEIROS	MEDALLA ÁS TRES PRIMEIRAS
SUB10	MEDALLA ÓS TRES PRIMEIROS	MEDALLA ÁS TRES PRIMEIRAS
SUB 12	MEDALLA ÓS TRES PRIMEIROS	MEDALLA ÁS TRES PRIMEIRAS
SUB14	MEDALLA ÓS TRES PRIMEIROS	MEDALLA ÁS TRES PRIMEIRAS
SUB16	MEDALLA ÓS TRES PRIMEIROS	MEDALLA ÁS TRES PRIMEIRAS
SUB18	MEDALLA ÓS TRES PRIMEIROS	MEDALLA ÁS TRES PRIMEIRAS



DISTANCIAS E PERCORRIDOS				
HORA	CATEGORÍA	VOLTA PEQUENA	VOLTA GRANDE	METROS
10:15 h	SUB16-SUB18 MASC. E FEM.	2 voltas		2.000 m.
10:30 h	SUB12-SUB14 MASC. E FEM.	1 volta		1.000 m.
10:40 h	SUB 8-SUB10 MASC. E FEM.	1 volta		1.000 m.
10:50 h	CAMP. XUNTA DE GALICIA SUB20 MASC.	1 volta	3 voltas	7.000 m.
11:25 h	CAMP. XUNTA DE GALICIA SUB20 FEM. POPULAR CROS ANTIOQUÍA	1 volta	3 voltas	7.000 m.
12:10 h	CAMP. XUNTA DE GALICIA ABSOLUTO-SUB23 MASC.	1 volta	4 voltas	9.000 m.
13:00 h	CAMP. XUNTA DE GALICIA ABSOLUTO-SUB23 FEM.	1 volta	4 voltas	9.000 m.

CATEGORÍAS TEMPADA 2023		
CATEGORÍA	MASCULINO	FEMININO
SUB8	2016 E POSTERIORES	2016 E POSTERIORES
SUB10	2014 E 2015	2014 E 2015
SUB 12	2012 E 2013	2012 E 2013
SUB14	2010 E 2011	2010 E 2011
SUB16	2008 E 2009	2008 E 2009
SUB18	2006 E 2007	2006 E 2007
SUB20	2004 E 2005	2004 E 2005
SUB23	2001, 2002 E 2003	2001, 2002 E 2003
SÉNIOR	NADOS NO 2000 E ANTERIORES	NADAS NO 2000 E ANTERIORES
MÁSTER	+ 35 ANOS	+ 35 ANOS

