

# Iª CARREIRA E ANDAINA POPULAR SOLIDARIA POLA ELA 05/06/2016 O BARCO DE VALDEORRAS

A Asociación Galega de Afectados de Esclerose Lateral Amiotrófica (AGAELA), en colaboración coa Delegación F.G.A en Valdeorras e o Clube ADAS-Proinor, organiza a "Iª Carreira e Andaina Popular Solidaria pola ELA", que se desenvolverá o vindeiro 05 de Xuño do 2016, de acordo o seguinte:

**PROBA OFICIAL DA F.G.A**

**PROBA DO 1º CIRCUITO DE CARREIRA POPULARES "COMPARTINDO VALDEORRAS".**

## CIRCUITO:

As distancias son orientativas e non homologadas.

O circuíto urbano + terra, consta de unha volta de 9.300 mts. aproximadamente. (**VER ANEXO**)

SAIDA e META estará situada na Area Recreativa de O Salgueiral (O Barco).

## INSCRIPCIÓNS:

1º.- As inscricións para a carreira e andaina se realizará das seguintes formas e prezos:

Carreira Absoluta (populares e federados)	6€ con bolsa do corredor	Ata as 23.59 h. do Xoves 02/06/2016 Nas Tendas Trisport en A Rúa, O Barco. <a href="http://www.carreirasgalegas.com/">http://www.carreirasgalegas.com/</a>
Andaina	6€ con bolsa do corredor a partir de 16 anos en adiante.	Ata as 23.59 h. do Xoves 02/06/2016 Nas Tendas Trisport en A Rúa, O Barco <a href="http://www.carreirasgalegas.com/">http://www.carreirasgalegas.com/</a>
Carreira Absoluta (populares e federados)	3€ sen bolsa do corredor	No mesmo día ata <u>1 hora antes do comezo da proba</u>
Andaina	3€ sen bolsa do corredor a partir de 16 anos en adiante.	No mesmo día ata <u>1 hora antes do comezo da proba</u>

2º.- As INSCRIPCIONES deberán estar en poder da Organización antes das 23.59 h. do 02 /06/2016

3º.- As inscricións para as carreiras dos cativos Prebenxamíns, Benxamín, Alevíns, Infantil e Cadete, faranse ata 30 minutos antes do inicio das probas, sendo esta **inscrición gratuíta**.

4º.- Os nenos ata 15 anos, que participen na andaina, a súa inscrición será **gratuíta**.

5º.- A retirada de dorsais realizarase na secretaría habilitada para tal fin, na Area Recreativa de O Salgueiral (O Barco). dende as 09:30 h. ata as 10:30 h.

**Agradecemos a inscrición con antelación.**

## 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.- O peche do control será 1 hora despois de que entre o 1º clasificado en meta.

4º.-As reclamacións deberán ser feitas verbalmente ao xuíz árbitro, non máis tarde de 40 minutos despois de comunicarse oficialmente os resultados.

5º.-Será motivo de **descalificación**, entre outros, os seguintes aspectos: non realizar todo o circuío da carreira, manipular o dorsal, falsificar datos persoais.

6º.-Todos os participantes o fan baixo a súa propia responsabilidade e polo feito de saír acepta o presente regulamento.

7º- 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.

8º.- A organización dispondrá 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 cualquier 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.**

9º.-O descoñecemento de este regulamento non exime do seu cumprimento.

10º.-Todo o non previsto na presente normativa se rexirá 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:

- ✓ Haberá trofeo os 3 primeiros clasificados da Carreira Popular masculina e feminina.
- ✓ Haberá trofeo para o primeiro e medalla para o segundo e o terceiro clasificado nas seguintes categorías: Cadete, Xuvenil/Xunior, Sénior/Promesa, Veterans A-B-C-D e Veteranas A-B-C-D masculino e feminino.
- ✓ Nas carreiras de Infantil, Alevíns, Benxamíns e Prebenxamíns entregaranse medallas para tódolos participantes ata chegar os 20 primeiros de cada categoría.
- ✓ Obsequiarase con unha bolsa do corredor+camiseta, os inscritos na carreira e na andaina.
- ✓ Haberá sorteo de obsequios entre os participante da carreira e andaina.
  
- ✓ Os trofeos non serán acumulativos.

## HORARIO E DISTANCIAS:

10.30 H	ANDAINA POPULAR		7.000 M
11.00 H	CARREIRA POPULAR		9.000 M
	PROMESA E SENIOR MASC. e FEM.	Dende o 1996 ata 34 anos	
	XUVENIL/XUNIOR MASC. e FEM	1997,98, 99 e 2000	
	VETERANS MASC."A" e FEM."A"	35 A 44 ANOS	
	VETERANS MASC."B" e FEM."B"	45 A 54 ANOS	
	VETERANS MASC. "C" e FEM."C"	55 A 64 ANOS	
	VETERANS MASC. "D" e FEM."D"	+ DE 65 ANOS	
12.50 H	CADETE MASC. e FEM.	2001 e 2002	1.800 M
13.00 H	INFANTIL MASC. e FEM.	2003 e 2004	1.000 M
13.10 H	ALEVINS MASC. e FEM.	2005 e 2006	500 M
13.15 H	BENXAMIN MASC. e FEM.	2007 e 2008	300 M
13.20 H	PREBENXAMÍNS MASC. e FEM.	2009 e anteriores	150 M
13.30 H	ENTREGA DE TROFEOS		

## ORGANIZA:



## COLABORAN:



## PATROCINADORES DO 1º CIRCUITO DE CARREIRAS POPULARES:









Saida e Meta  
Recollida de dorsais.  
Area recreativa de O Salgueiral (O Barco)

## Iª ANDAINA POPULAR SOLIDARIA POLA ELA 05/06/2016 O BARCO DE VALDEORRAS

Gráfico: min, media, max. Elevación: 309, 322, 356 m

Total de intervalo: Distancia: 7.18 km Incremento/pérdida de elevación: 131 m, -126 m Pendiente máxima: 17.1%, -19.7% Pendiente media: 3.5%, -3.3%



ORGANIZA:

COLABORAN:

