



II CIRCUITO DE CARREIRAS POPULARES correndo pola COSTA DA MORTE

Padriño do Circuito: Pedro Nimo (Campión de España de Maratón)

Contra vento e marea...

Carreira 5K Contra o Cancro 

REGULAMENTO

**II CARREIRA PEDESTRE
CONCELLO DE MUXÍA**

22-11-2015

Patrocinadores



Colaboradores





IDEOLOXÍA DA II CARREIRA PEDESTRE DE MUXÍA

A ideoloxía da II Carreira Pedestre de Muxía é a mesma que a do Circuito de Carreiras Populares “Correndo pola Costa da Morte” do que forma parte, correspondendo a derradeira proba do mesmo. Ten por obxectivo fomentar a práctica de actividade física e deportiva como medio para alcanzar unha vida máis saudable.

Nesta competición poden participar todas aquelas persoas que o desexen, tanto nenos/as como adultos (dende os 3 anos).

CATEGORÍAS, DISTANCIAS E HORARIOS

CATEGORÍA		IDADES	DISTANCIAS	HORARIOS
Pitufo	Mixto	2008-2011	350 m aprox.	13:00 H
Benxamín	Masculino	2006-2007	740 m aprox.	12:45 H
	Feminino			
Alevín	Masculino	2004-2005	740 m aprox.	12:45 H
	Feminino			
Infantil	Masculino	2002-2003	2.390 m aprox.	10:00 H
	Feminino			
Cadete	Masculino	2000-2001	2.390 m aprox.	10:00 H
	Feminino			
Xuvenil	Masculino	1998-1999	5 km aprox.	10:30 H
	Feminino			
Absoluta 5k Contra o Cancro	Masculino	1997 (incluído) e anteriores	10 km aprox.	10:30 H
	Feminino			
Senior 10k	Masculino	1976-1997	10 km aprox.	11:15 H
	Feminino			
M40	Masculino	1966-1975	10 km aprox.	11:15 H
	Feminino			
M50	Masculino	1965 (incluído) e anteriores	10 mk aprox.	11:15 H
	Feminino			



NORMATIVA XERAL E DE SEGURIDADE

1. A II Carreira Pedestre Concello de Muxía rexerese pola **reglamentación de Seguridade Vial do Estado e da Comunidade Autónoma de Galicia**, que establece os requisitos esixidos para a celebración de probas deportivas na vía urbana (Real Decreto 1428/2003 do 21 de novembro, publicado no BOE nº 306 do 23 de decembro de 2003 sobre a ocupación da vía pública; e o Real Decreto 849/1993 do 4 de xuño de 2003, sobre a contratación do seguro de responsabilidade civil e de accidentes).
2. A proba estará subscrita ao **seguro de responsabilidade civil** do Concello de Muxía. Tamén contará cun **seguro de accidentes** que terá as coberturas mínimas esixidas no Real Decreto 849/1993.
3. A proba contará cun **servizo médico-sanitario**, que constará dunha ambulancia e un médico se a proba non supera os 750 participantes.
4. A organización da proba resérvase o dereito a modificar horarios, aprazar ou suspender a carreira se así o estima oportuno por razóns de seguridade.
5. No caso de que para o día de celebración da proba se decrete unha **alerta laranxa a proba será suspendida** automaticamente. Buscarase unha data axeitada para desenvolve-la e non se devolverán os cartos dea inscrición.
6. Os atletas que durante o transcurso da proba, circulen por fóra do espazo delimitado polos vehículos de sinalización de inicio e fin de carreira, considéranse a todos os efectos usuarios normais da vía.
7. Toda persoa que corra sen estar inscrita, farao baixo a súa responsabilidade e non poderá participar de trofeos nin obsequios. Tampouco estará amparada polos seguros da proba.
8. Poderanse efectuar reclamacións ante o Xuíz Árbitro da proba. A participación é libre e leva implícito a aceptación do Regulamento Xeral da proba. O non recollido no mesmo resolverase de acordo, por esta orde, as norma da FGA, RFEA e IAAF en vigor.
9. A organización pon a disposición dos participantes na carreira o Pavillón Polideportivo Municipal de Muxía para que se podan cambiar e duchar.
10. Haberá servizo de garda roupa que estará sito no Pavillón Municipal para @s que decidan cambiarse nesta instalación.
11. A organización da proba pon a disposición dos atletas das probas 10k e 5k Contra o Cancro, un servizo de masaxes para aqueles deportistas que o precisen.
12. Os únicos vehículos que poderán seguir a proba, serán os autorizados pola organización.
13. Descualificacións:



- ✦ O servizo médico da competición está facultado para retirar durante a proba a calquera atleta que manifeste un mal estado físico.
- ✦ Todo atleta que non realice o percorrido completo.
- ✦ O atleta que manifeste un comportamento non deportivo ou se reitere en protestas ante a Organización

DEREITOS DE IMAXE, USO DE DATOS E AUTORIZACIÓNS

Os deportistas inscritos comprométense a aceptar estritamente o presente regulamento e calquera posible modificación.

A solicitude de inscrición para os **deportistas menores** de idade deberá ir acompañada dunha **autorización paterna** segundo o modelo establecido pola organización. Dito modelo poderase descargar da páxina web do Concello de Muxía así como de www.championchipnorte.com.

A realización da inscrición implica ter lido, entendido e adquirido os compromisos que a continuación se expoñen:

- ✦ O atleta inscrito declara que está en bo estado físico e ten pasado os pertinentes recoñecementos de saúde.
- ✦ Calquera atleta con problemas médicos (alergia, atencións especiais,...) deberá facelo constar no reverso do dorsal da proba.
- ✦ O atleta inscrito autoriza e acepta a publicación do seu nome e apelidos e a súa imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e internet,(...) para a promoción do deporte. Calquera persoa inscrita poderá prohibir a utilización da súa imaxe previa solicitude expresa por escrito.

SISTEMA DE CRONOMETRAXE / CHIPS E DORSAIS

- ✦ Para controlar as probas estableceranse controis de cronometraxe por chip (deberá ir suxeito aos cordóns das zapatillas). Todas as probas, agás a de categoría pitufo, serán cronometradas por Championchipnorte.
- ✦ Será obrigatorio o uso de chip para todas as categorías (facilitado pola organización), agás pitufo.
- ✦ Será obrigatorio o uso de dorsal para todas as categorías (facilitado pola organización).
- ✦ O atleta que non porte o chip non poderá entrar na clasificación da proba nin lle computará na clasificación do circuíto.



- ✦ O atleta que non porte dorsal poderá ser descalificado se así o estima a dirección de carreira.
- ✦ O **horario de apertura das mesa** de recollida de dorsais e chips será as 9:00 h e estará ubicada na Casa do Concello.
- ✦ Os **corredores de circuíto 10k e 5k Conta o cancro** que participan na liga deberán usar obrigatoriamente o **“chip amarelo”**. Do mesmo xeito empregarán un **único dorsal** para todas as probas do circuíto.
 - No caso da perda do chip o atleta deberá mercar outro a través da páxina de Championchip.
 - No caso da perda ou rotura do dorsal, poderá solicitar outro á organización. Non haberá posibilidade de solicitar un terceiro dorsal.
- ✦ Os **corredores de carreira e os corredores de categorías base** usarán o **“chip de carreira”**, que deberán **devolver** á organización **ao remate** da mesma.
 - Estes corredores deberán **recoller o seu dorsal e chip** antes da carreira **nas oficinas da planta baixa da Casa do Concello** ata 30 minutos antes do inicio de cada proba dende as 9:00h.
- ✦ Os chips son persoais e intransferibles polo que a suplantación da personalidade dos atletas, sancionase coa expulsión do circuíto do portador e do/a atleta suplantado, anulando todos os dereitos adquiridos coa inscrición no circuíto.

INSCRICIÓN

O prazo de inscrición para todas as categorías pecharase o **mércres 18 de novembro ás 23:59 h**, e non se aceptará ningunha inscrición unha vez rematado dito prazo.

As inscricións para os atletas de categorías sénior e veteranos realizaranse a través da páxina web www.championchipnorte.com.

Para optar ao **diploma conmemorativo do Circuíto** en categorías inferiores, é preciso que **nas inscricións das diferentes probas o nome, apelidos e data de nacemento coincidan exactamente**. É dicir, se non están inscritos exactamente igual, por exemplo unha vez con til e outra sen ela, o sistema considerará que son inscricións diferentes. Así mesmo, deberán achegar a autorización paterna no momento de realizar a inscrición



Existen dous tipos de inscrición para @s atletas adultos:

- ▶ **Corredores de circuío:** son os atletas que participan na liga.
 - Os atletas poderán participar no circuío 10k e 5k Contra o Cancro (deberán especificalo no momento de realizar a inscrición)
 - Teñen que asistir a un mínimo de seis (6) probas do total do circuío.
 - Deben usar obrigatoriamente “chip amarelo” e usarán un dorsal único para todo o circuío.
 - Realizarán a inscrición e o pago unha única vez.
 - As inscricións para os corredores de circuío pecharanse antes da celebración da cuarta proba puntuable.
- ▶ **Corredores de carreira:** son atletas (adultos) que só participan de maneira puntual nalgunha das probas do circuío.
 - Os corredores de carreira poderán inscribirse na proba 10k ou 5k Contra o Cancro (deberán especificalo no momento de realizar a inscrición)
 - Non participan na liga.
 - Deberán realizar a inscrición para aquelas probas nas que queiran participar.
 - Deberán correr cun chip que se lles facilitará no momento da recollida do dorsal e que deberán devolver ao remate da proba.

Cotas de inscrición para adultos:

- ▶ A inscrición para os atletas adultos (sénior e veteranos) para unha proba determinada terá un custo de 5 € para aqueles corredores que posúan chip, e de 6 € para aqueles corredores que deban alugar o chip.

Inscricións de Categorías Base:

A inscrición para os atletas de categorías base, dende pitufo a xuvenil, serán gratuítas.

As inscricións para os atletas benxamín, alevín, infantil, cadete e xuvenil poderán realizarse a través de:

- 1) Plataforma championship (www.championchipnorte.com.) A **autorización paterna** deberá imprimirse e ser presentada debidamente cuberta e asinada á hora de recoller os dorsais. Dita autorización poderá ser descargada en www.championchipnorte.com ou na páxina do Concello de Muxía www.concellomuxia.com.



- 2) Presentando a **autorización paterna asinada** no Departamento de Deportes do Concello de Muxía.

@s atletas de categoría Pitufo poderán facer a inscrición do seguinte xeito:

- 1) Enviando un email a diego.castineira@muxia.es coa autorización paterna cuberta e asinada. Á hora de recoller o dorsal deberán presentala impresa e asinada. Dita autorización paterna, poderá descargarse na páxina do Concello de Muxía www.concellomuxia.com.
- 2) Presentando a **autorización paterna asinada** no Departamento de Deportes do Concello de Muxía

CARREIRA 5K CONTRA O CANCRO

Carreira 5K Contra o Cancro



na gala de entrega de trofeos.

Unha das novidades da 2ª edición do Circuito é que este ano na carreira **5K** imos **colaborar coa Asociación Provincial Contra o Cancro**. Deste xeito todo o que se recade coas inscricións desta proba (agás o correspondente ao aluguer ou compra de chips) irá destinado a ese fin e será entregado a dita asociación cando remate o circuito,

Así mesmo todas aquelas persoas que desexen colaborar coa Asociación Provincial contra o Cancro, sen participar en ningunha competición, poderán facelo inscribíndose no apartado **Fila 0** que aparecerá na web www.championchipnorte.com, dentro de cada unha das probas que compoñen o circuito.



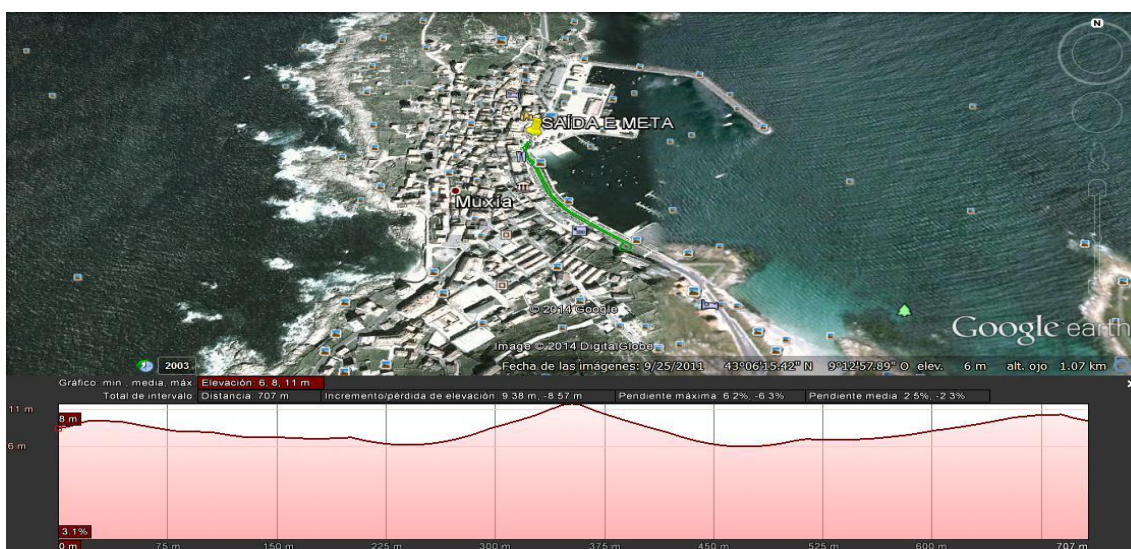
PERCORRIDOS E PERFIL DAS CARREIRAS DAS DIFERENTES CATEGORÍAS

CARREIRA PITUFOS: 350 metros aprox.



- Saída dende a Rúa Marina (Fronte Raxaría A Marina), en dirección a Berdoias.
- Volta na mesma rúa no Paseo de Peóns (situado fronte o Banco Popular) e regreso ao lugar de saída (Meta).

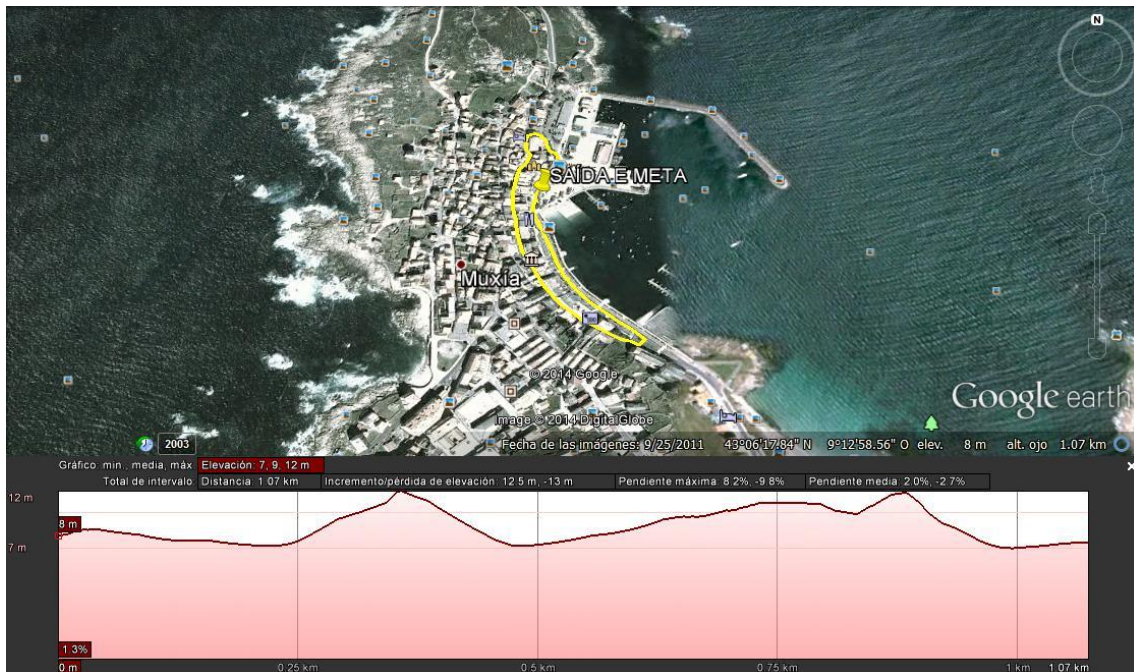
CARREIRA BENXAMÍN E ALEVÍN: 740 metros aprox.



- Saída dende a Rúa Marina (Fronte Raxaría A Marina), en dirección a Berdoias.
- Volta na rotonda situada entre a Rúa Marina e a Avda. López Abente e regreso ao lugar de saída (Meta).



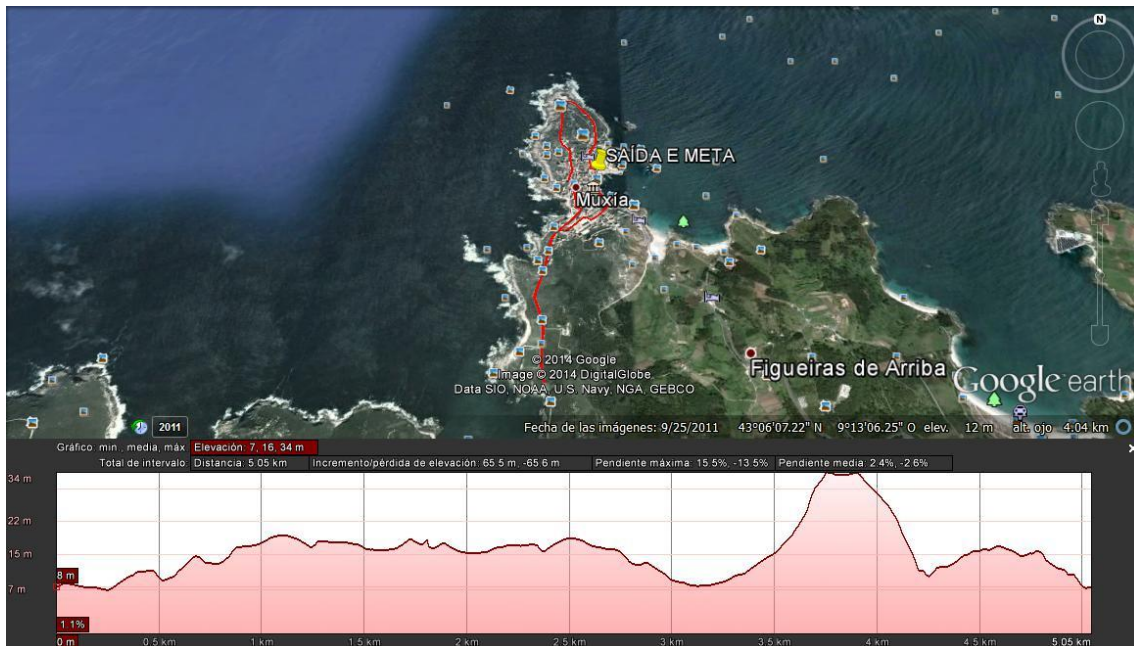
CARREIRA INFANTIL E CADETE: 2.390 metros aprox. Farase dando 2 voltas a un circuito circular.



- Saída dende a Rúa Marina (Fronte Raxaría A Marina), en dirección a Berdoias.
- Xiro a dereita na Avda. López Abente fronte a entrada a Peirao Deportivo .
- Circulación pola Avda. López Abente e Rúa Real.
- Circulación pola Rúa Real ata a “Casa Ramoneu”. Xiro a dereita hacia Rúa Marina.
- Circulación pola Rúa Marina. Paso pola saída. Dar outra volta.
- Xiro a dereita na Avda. López Abente fronte a entrada a Peirao Deportivo.
- Circulación pola Avda. López Abente e Rúa Real.
- Circulación pola Rúa Real ata a “Casa Ramoneu”. Xiro a dereita hacia Rúa Marina.
- Xiro a dereita en dirección a Saída e Meta.
- Chegada a Meta (lugar de saída).



CARREIRA DE XUVENÍS, ADULTOS 5K E 10K: Esta última farase dando 2 voltas a un circuito circular.



- Saída dende a Rúa Marina (Fronte Raxaría A Marina), en dirección a Berdoias.
- Xiro a dereita na Rúa Manuel Lastres.
- Circulación pola Rúa Manuel Lastres hacia as Rúas Castelao e Saúde.
- Xirar a esquerda e incorporarse ao carril esquerdo da Avda. Doctor Toba (DP-5201).
- Xirar e volta polo mesmo carril da mencionada Avda. Doctor Toba (DP-5201), punto indicado máis adiante do campo de fútbol.
- Xiro a esquerda no Coído e circulación pola Rúa Ramón Caamaño.
- Xiro a esquerda e circulación pola Rúa Atalaia, ata Santuario da Virxe da Barca.
- Xiro a dereita pola Estrada Provincial DP-5202 (Rúa Virxe da Barca).
- Circulación pola Rúa Virxe da Barca e xiro a esquerda fronte a “Casa de Ramoneu”, para incorporarse a Rúa Marina.
- Xiro a dereita en dirección a Saída e Meta.
- Paso polo lugar de Saída e Meta.
- Circulación pola Rúa Marina hacia a Rúa Manuel Lastres.



- Xiro a dereita na Rúa Manuel Lastres.
- Circulación pola Rúa Manuel Lastres hacia as Rúas Castelao e Saúde.
- Xirar a esquerda e incorporarse o carril esquerdo da Avda. Doctor Toba (DP-5201).
- Xirar e volta polo mesmo carril da mencionada Avda. Doctor Toba (DP-5201), punto indicado máis adiante do campo de fútbol.
- Xiro a esquerda no Coído e circulación pola Rúa Ramón Caamaño.
- Xiro a esquerda e circulación pola Rúa Atalaia, ata Santuario da Virxe da Barca.
- Xiro a dereita pola Estrada Provincial DP-5202 (Rúa Virxe da Barca).
- Circulación pola Rúa Virxe da Barca e xiro a esquerda fronte a “Casa de Ramoneu”, para incorporarse a Rúa Marina.
- Xiro a dereita en dirección a Saída e Meta.
- Chegada a Meta.

CLASIFICACIÓNS E TROFEOS/MEDALLAS E A SÚA ENTREGA

► Clasificacións da proba 10K:

- Optan a esta clasificación tod@s atletas participantes na proba.
- Recibirán trofeo ou medalla e subirán ao podio os tres primeiros/as clasificados/as na categoría xeral (os tres primeiros/as que entran en meta)
- Recibirán trofeo e/ou medalla e subirán ao podio os tres primeir@s clasificad@s en cada unha das categorías, independentemente da súa condición de *corredores de carreira* ou de *corredores de circuíto*.
- Recibirán trofeo e/ou medalla o primeiro e primeira clasificad@ empadroad@ do Concello de Muxía.

► Clasificacións da proba 5K Contra o Cancro:

- Optan a esta clasificación tod@s atletas participantes na proba.
- Recibirán trofeo ou medalla e subirán ao podio os tres primeiros/as clasificados/as na categoría absoluta (os tres primeiros/as que entran en meta) independentemente da súa condición de *corredores de carreira* ou *corredores de circuíto*



♦ **Clasificacións das probas de base:**

- Recibirán trofeo e/ou medalla e subirán ao podio os tres primeir@s clasificad@s en cada unha das categorías benxamín, alevín, infantil, cadete e xuvenil.
- Nas categoría pitufo, benxamín e alevín recibirán medalla conmemorativa todos os participantes na proba.

A entrega de trofeos farase ao remate da carreira de pitufos, se o tempo o permite, no exterior e no suposto que non fose así, no salón de actos do Edificio de Usos Múltiples.

A Organización desta carreira aproveita a ocasión para agradecer a súa participación.