

X CARREIRA PEDESTRE SAN BRAIS 22



PREVIO Á CARREIRA

1. DATA:

A Asociación Veciñal Salcedo Norte, coa co-organización do Concello de Pontevedra, organizan o domingo 30 de xaneiro do 22 a partir das 12,30h a "X Carreira Pedestre San Brais 22".

2. PARTICIPANTES E CATEGORIAS:

Poderán participar todas aquelas persoas que o desexen sempre que estean inscritas nos prazos establecidos ao efecto pola organización, e cumpran as condicións de participación.

MASCULINA / FEMININA		Ano	
		Cumpridos o día da proba	
		Menor	Maior
C U M P R I D O S	Chupete	De 00	A 04
	Pitufo/a	De 05	A 07
	Benxamín	De 08	A 09
	Alevín	De 10	A 11
	Infantil	De 12	A 13
	Cadete	De 14	A 15
	Xuvenil	De 16	A 17
	Senior	De 18	A 39
	Veteranos/as +40	De 40	A 49
	Veteranos/as +50	De 50	A 59
	Veteranos/as +60	De 60	A 69
	Veteranos/as +70	De 70	En adelante

3. CONDICIÓN DE PARTICIPACIÓN:

As persoas maiores de 12 anos só poderán participar se contan co Certificado COVID Dixital da UE en vigor no que se indique ou que ten a vacinación completa contra a Covid19, ou que ten unha proba diagnóstica SARSCoV2 negativa, ou que está recuperado/a da Covid19 (máis información en <https://sede.mscbs.gob.es/ccd/faq.htm>) **ou aportar o certificado do resultado dun test de antíxenos ou PCR negativa cunha antelación máxima de 72h á celebración da proba.**

O certificado terá que presentalo inexcusablemente impreso, ou nun dispositivo electrónico, á hora de recollida do dorsal.

Se non tivera aínda o Certificado, e para solicitalo poderá facelo en <https://cvd.sanidad.gob.es> en Galicia directamente no tel. 900 400 116, ou a través da web E-Saúde do SERGAS, ou por medio das aplicacións de smartphone Sergas Móvil e Passcovid, ou solicitando a súa impresión nas farmacias galegas.

As persoas que participen de 11 anos, ou menos, non se lles solicitará para participar proba antiCovid algunha, nin Certificado, e terán que participar coa mascarilla cubrindo sempre o nariz e a boca ben posta.

As persoas participantes comprométese a aceptar estritamente o presente regulamento e calquera posible modificación da proba, obrigada por causas alleas á vontade da organización.

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

- Certifico que estou en bo estado físico e teño pasado os pertinentes recoñecementos de saúde, que me habiliten para participar en probas deportivas de máis de 5.000 metros.
- Eximo de toda responsabilidade á organización que puidera derivar da miña participación no evento (Ex: perdida de obxectos persoais por roubo ou outras circunstancias, agresións,...), e a Organización non será responsable de calquera lesión ou padecemento por imprudencia, negligencia ou falta de forma física do/a atleta.
- Autorizo a organización para a utilización da miña imaxe en publicacións, carteis,... para a promoción do deporte. Calquera persoa inscrita poderá prohibir a utilización da súa imaxe previa solicitude expresa por escrito á Asociación de Veciños Salcedo Norte (Centro Sur - r/ Santa Lucía s/nº - 36004 - Pontevedra).
- Conforme á normativa vixente, informámoslle de que os seus datos persoais pasarán a formar parte dun ficheiro, do que é responsable a Asociación de Veciños Salcedo Norte. A finalidade do ficheiro é levar a cabo a xestión de datos para a Carreira Pedestre de San Brais así como informarlle de futuras edicións. Se desexa

exercitar os dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición; poderá facelo dirixíndose por escrito á dirección sinalada no punto anterior, xuntando unha fotocopia do seu DNI.

A Organización resérvase o dereito de rexeitar calquera inscrición que non acepte os termos e condicións que queden expostos no presente regulamento. En caso de dúbida, ou de xurdir algunha situación non reflexada no mesmo, estarase ao que dispoña a Organización.

4. INSCRICIÓN E ENTREGA DE DORSAIS: Todas as categorías faranse en www.championchipnorte.com ata as 23:59 horas do día 26 de xaneiro. Todas as inscricións son persoais e intransferibles, e asinarán obrigatoriamente tamén a declaración responsable de autocontrol dos síntomas de Covid19 dez días antes da celebración da proba.

Categoría	Data tope inscrición	Recollida de dorsais	Cota	Sistema de inscrición	Aluguer chip
Chupetes	<p>MENORES IDADE</p> <p>Telemática ata as 23.59h do 26/I ou presencial o día 29/I de 11.00 ás 13.00h e de 18.00 a 20.00h.</p> <p>MAIORES IDADE</p> <p>Só telemática ata as 23.59 horas do 26 de xaneiro</p>	<p>O día 29/I de 11.00 ás 13.00h e de 18.00 a 20.00h.</p> <p>No Carrefour (San Brais - Salcedo)</p> <p>Non se entregan dorsais o día da carreira, agás aos participantes de fora de Pontevedra de 11.00 a 12.00h</p>	De balde	Presencialmente, ou en www.championchipnorte.com	Non
Pitufos/as					
Benxamín					
Alevín					
Infantil					
Cadete					
Xuvenil					
Senior					
Veteranos/as +40					
Veteranos/as +50					
Veteranos/as +60					
Veteranos/as +70					

No caso de que o/a deportista maior de idade que se inscriba estivera en situación de desemprego o día da Carreira, poderá participar de balde, agás o chip que terá que pagar 2 € do aluguer, devolvéndose a cota de participación polo mesmo sistema de pago (non o aluguer do chip). A persoa beneficiaria en situación de desemprego terá que contar cun "Documento Acreditativo de Rexistro como Demandante de Emprego" (D.A.R.D.E.) dun Servizo Público de Emprego, en vigor ese día (que terá que presentar obrigatoriamente ao recoller o seu dorsal); En caso de non presentación do documento acreditativo, non se lle devolverá a cota de participación.

5. PROTOCOLO COVID DA CARREIRA PEDESTRE SAN BRAIS 22: Partindo do protocolo axeitado FisiCovid-DXT Galego, este protocolo axustarase á situación vixente no momento da proba, e o día da carreira estarase ao que indiquen as autoridades sanitarias, pero como norma xeral antes de dar a saída da carreira todas as persoas terán que:

- Gardar a distancia de seguridade e manter a máscara correctamente posta na boca-nariz
- Unha vez dada a saída os/as corredores/as terán que correr con ela posta durante os cen primeiros metros.
- Pasados os cen primeiros metros a poderán quitar (sen tirar ao chan) e correr con ela durante o resto da proba.
- Ao entrar en meta a organización ofreceralle unha mascarilla unha seca e limpa.

En caso de ter SÍNTOMAS respiratorios (febre, tose, sensación de falta de aire), e/ou tiveran contacto estreito cunha persoa que sexa un caso confirmado, deberán quedar no seu domicilio e contactar cos servizos de saúde telefonicamente chamando ao teléfono 900 400 116.

Descubrimos as medidas específicas clasificadas nos momentos anterior, durante e despois do evento deportivo.

6. MEDIDAS XERAIS PARA REDUCIR O RISCO DE CONTAXIO

Staff

- Declararán que nos últimos 10 días non tiveron ningún síntoma de COVID19 (febre, cansazo, tose seca e/ou dificultade para respirar) e que non estiveron en contacto con ningunha persoa positiva en COVID19

Deportistas

- Declararán, ao inscribirse, que nos últimos 10 días antes do inicio da proba non tiveron ningún síntoma de COVID19 (febre, cansazo, tose seca e/ou dificultade para respirar) e que non estiveron en contacto con ningunha persoa positiva en COVID19.

DURANTE A XORNADA DA CARREIRA

7. MEDIDAS XERAIS PARA REDUCIR O RISCO DE CONTAXIO DA COVID-19: O día da carreira estarase ao que indiquen as autoridades sanitarias, pero como norma xeral antes de dar a saída da carreira todas as persoas terán que:

- Non compartir vehículo particular con outras persoas non convivintes, sempre que sexa posible, para asistir ao evento. De non ser así, empregar formas de desprazamento que favorezan a distancia interpersoal e, en todo caso, utilizar máscara.
- Manter a distancia de seguridade interpersoal de polo menos 1,5 metros entre todas as persoas antes da proba, e mínimo de 2 metros para os/as deportistas durante a proba.
- Ao tusir ou esburrar cubrir a boca e o nariz co cóbado flexionado ou cun pano desbotable. Neste caso, desbotar de inmediato o pano usado e lavar as mans.
- Lavar con frecuencia as mans con auga e xabón, ou con xel hidroalcohólico.
- Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca e no caso de facelo, prestar atención ao lavado previo de mans.
- Evitar o saúdo con contacto físico.
- Non compartir alimentos, bebidas ou similares.

En caso de ter SÍNTOMAS respiratorios (febre, tose, sensación de falta de aire), e/ou tiveran contacto estreito cunha persoa que sexa un caso confirmado, deberán quedar no seu domicilio e contactar cos servizos de saúde telefonicamente chamando ao teléfono 900 400 116.

8. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA REDUCIR O RISCO DE CONTAXIO DURANTE O EVENTO

Staff

- Cada unha das persoas da organización terá unha única función.
- Cada persoa terá a súa función na montaxe da infraestrutura, evitando compartir materiais e espazos. Cando existan postos de traballo ou ferramentas compartidas por máis dunha persoa, estableceranse o lavado de mans e a desinfección das ferramentas antes e despois do uso, como medidas de seguridade.
- Na condución de vehículos de uso da organización, antes de subir ao mesmo, lavarase as máis con hidroxel e desinfectarase o volante, panca de cambios, etc. Ademais sempre tes que levar a máscara posta, ventilar o vehículo antes e despois do seu uso -se se pode durante-, evitar o contacto físico e evitar tocar obxectos do vehículo na medida do posible. Desinfección das partes do vehículo susceptibles de estar en contacto (cinturóns, manillas das portas, etc.)

Deportistas

- O quecemento será coa máscara colocada en boca-nariz se non se pode garantir a distancia de seguridade interpersoal, ou cando o quecemento se faga en grupo.
- Para o acceso á zona de saída, deberán portar ben colocada máscara.
- Unha vez dada a saída os deportistas deberán portar ben colocada a máscara (na boca-nariz) durante os primeiros 100 metros, podendo ser retirada da boca-nariz dende ese punto e tendo que ser transportada polo deportista en todo momento ata a liña de meta.
- Os adiantamentos deberán realizarse coa separación mínima de 2 m. entre deportistas.
- Os participantes non poderán ir correndo un detrás de outro, deberá manterse unha distancia mínima de 10 metros.
- Os participantes deberán transitar polo marxe dereito do carril habilitado para a carreira.
- No caso de ser descualificados, o xuíz que comunique dita descualificación, fará entrega dunha máscara para que o/a corredor/a retire o seu dorsal e abandone o circuíto.
- Ao entrar en meta a organización ofreceralle unha mascarilla seca e limpa.

Público

- Os/as espectadores deberán manter a distancia de seguridade interpersoal e usar máscara en todo momento, segundo o establecido polas autoridades competentes.
- Non se permitirá público nas zonas de pre-saída, saída e meta.

5. COMO CHEGAR EN COCHE E ESTACIONAR. A prioridade é achegarse a pé ou en bicicleta; de non ser así, saír de Pontevedra pola Avda. de Eduardo Blanco Amor (EP0012) dirección á BRILAT ou centro comercial Carrefour ou ao Lago Castiñeiro, ao atopar o Carrefour xirar á esquerda a avanzar ata a primeira rotonda e alí estacionaremos no andar superior do propio centro comercial Carrefour (**antes das 12.00 e non se poderá mover o coche ata as 13.30 horas**).

6. SERVIZOS SANITARIOS E SEGURO DE ACCIDENTES: Todas as persoas participantes estarán cubertos cunha póliza de "Seguro de Responsabilidade Civil" e dun "Seguro de Accidentes". Haberá unha ambulancia e un médico/a para a atención.

7. PERCORRIDO. Terá unha lonxitude variable en función da categoría nun circuíto pechado sobre asfalto. Haberá diversos controis de paso obrigatorios.

Lugar	Dentro aparcamento	Dentro aparcamento	Dentro aparcamento	Dentro aparcamento	Dentro aparcamento	Percorrido exterior
Categoría	Chupete	Pitufo/a	Benxamín e Alevín	Infantil	Cadete e Xuvenil	Maiores de idade
Hora saída	11h30	11h35	11h40	11h45	11h55	12h30
Distancia	100 m. Saída adiantada	250 m. "Ida e volta"	500 m. 1 volta pequena	800 m. 1 volta grande	1.450 m. 2 voltas grandes	1 volta de 6.500 m.

8. DESCUALIFICACIÓNS. O servizo médico da competición, ou persoal de organización, están facultados para retirar da carreira a calquera atleta que manifeste un mal estado físico evidente, que non realice o percorrido completo, que non teña dorsal diante, que manipule a publicidade do dorsal, que manifeste un comportamento non deportivo ou que se reitere en protestas ante a Organización.

9. CHIP. Estableceranse controis de cronometraxe de Chip (deberá ir suxeito aos cordóns das zapatillas) por todo o percorrido, có propósito de verificar que todos os/as atletas cobren a totalidade do mesmo. Estes controis rexistrarán tamén os tempos de paso totais, polo que é obrigatorio pasar por enriba das alfombras de cronometraxe dispostas na saída e chegada. Os atletas que non teñan todos os rexistros serán descualificados, sen prexuízo doutros tipos de controis que poidan montarse.

Na zona de meta haberá recipientes para a devolución do chip. A non devolución do chip supón non entrar na clasificación final e polo tanto a perda dos dereitos a agasallos, premios e trofeos, así como unha penalización de 30 (trinta) euros.

10. PERSOAS NON INSCRITAS. Toda aquela persoa que corra sen estar inscrita, faino baixo a súa responsabilidade e non estará cuberta pola Organización. Se é advertida a súa presenza se lle instará a abandonar o circuíto.

POSTERIOR Á CARREIRA

12. MEDIDAS ESPECÍFICAS PARA REDUCIR O RISCO DE CONTAXIO POSTERIOR AO EVENTO

Deportistas

- Ao cruzar a liña de meta, cada participante recibirá unha máscara que deberá colocar tan pronto como sexa posible, e xa non a poderá sacar en ningún momento.
- Unha vez rematada a proba, os/as deportistas, mantendo sempre a distancia de seguridade interpersoal, recollerán o seu avituallamento e abandonarán a zona de competición o antes posible.
- Como queira que a máscara é obrigatoria en todo momento, agás no momento da actividade física, os/as deportistas premiados deberán portar máscara na cerimonia de premiación.
- O podio debe proporcionar unha distancia de 1,5 m entre os premiados/as.
- Os atletas subirán ao podio e recollerán eles mesmos a súa medalla da bandexa.
- Será obrigatorio o uso de máscara durante a premiación.
- Só un voluntario participa nas cerimonias que preparará os trofeos en bandexas separadas para cada atleta, deberá utilizar máscara e debe desinfectar as bandexas despois de cada entrega.
- Disporanse dispensadores de solucións hidro-alcohólicas e toallas desbotables.
- Deben evitarse os saúdos de mans ou os abrazos entre os atletas en todo momento

12. OUTROS. Na liña de meta, os participantes terán produtos alimenticios, bebidas, servizo médico,... NON HABERÁ DUCHAS NIN GARDARROUPAS.

13. PREMIOS. A clasificación será por categorías e absoluta, e premiarase como vencedores/as absolutos aos tres primeiros homes e mulleres en rematar. Os/as atletas vencedores absolutos recibirán o premio correspondente a esta clasificación e recibirán tamén o premio da súa categoría particular.

		1º	2º	3º
Absoluta	Masculina	Trofeo	Trofeo	Trofeo
	Feminina	Trofeo	Trofeo	Trofeo

Recibirán trofeo os tres primeiros clasificados de cada categoría.

		1º	2º	3º
Todas as de maiores de idade	Masculina	Trofeo	Trofeo	Trofeo
	Feminina	Trofeo	Trofeo	Trofeo

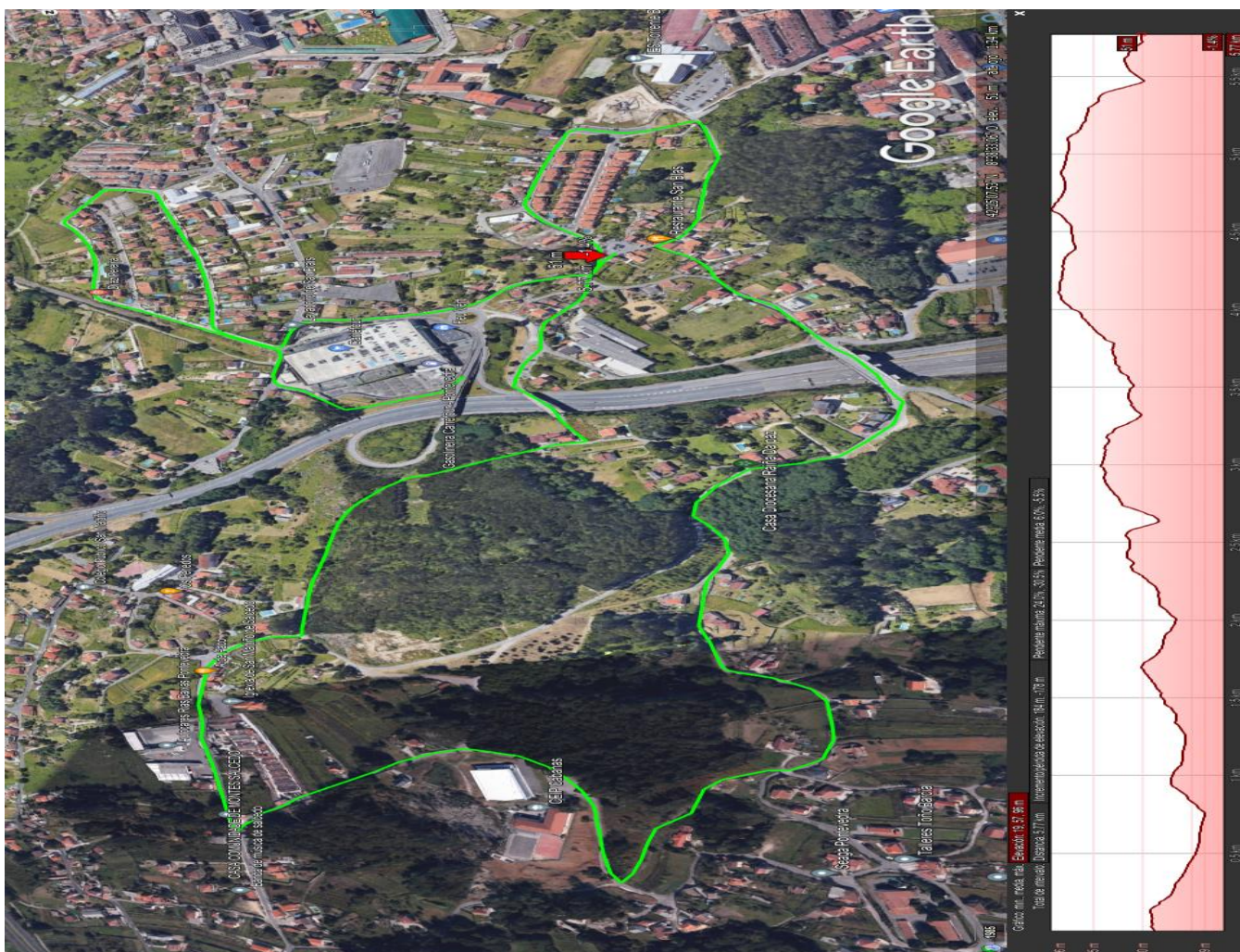
Na categoría Chupetes, Pitufos/as, Benxamín, Alevín, Infantil, Cadete e Xuvenil, que recibirán unha medalla todos/as os que rematen a súa carreira.

O "Trofeo Julian Bernal" será para o corredor e á corredora máis veterano/a en tomar parte nesta edición e consistirá nunha cea para dúas persoas no Restaurante Román, para cada un.

14. PROTOCOLO DE PREMIACIÓN. A cerimonia de entrega de premios efectuarase a partir das 13.30 horas na zona de meta. Os/as atletas con dereito aos premios deberán estar presentes na mesma, podendo delegar noutra persoa. Se non estivesen presentes, entenderase que renuncian ao premio material.

15. TERCEIRO TEMPO: Haberá un sorteo de lacóns entre as persoas participantes nas categorías de maiores de idade, xusto antes da saída, e haberá unha chocolatada para todos os/as deportistas que rematen.

16. PARA MAIS INFORMACIÓN. Máis información a través da Asociación Veciñal Salcedo Norte en avsalconorte@gmail.com ou no Facebook @A.V.SalcedoNorte



PATROCINADORES



COLABORADORES



CO-ORGANIZADORES

