

XI CARREIRA POPULAR TORRE DE HÉRCULES - TROFEO J.A. VARELA CALVIÑO

III CARREIRA SOLIDARIA

CON MOTIVO DO 8 DE MARZO DIA INTERNACIONAL DAS MULLERES

PARA DESTACAR A IGUALDADE DAS MULLERES NO DEPORTE

18 DE MARZO DE 2023

REGULAMENTO ESPECÍFICO DA CARREIRA

Artigo 1. Data de realización

Sábado, 18 de marzo de 2023

Artigo 2. Inscripcións e cotas

Data límite e cota de inscrición na carreira

A data límite será ata as 23.59 horas do **domingo 12 de marzo de 2023**.

As inscricións faranse en liña nas páxinas www.coruna.gal/carreiraspopulares ou www.corunacorre.com.

A **cota de inscrición** para participar na carreira será de 3 € máis 2 € polo chip refugable (non reutilizable), coa excepción das persoas desempregadas, maiores de 65 anos e beneficiarias do Carné Xove, que será de 2 € máis 1 € polo chip refugable.

Inscrición única ao Circuito. Este tipo de inscrición xera automaticamente a inscrición en cada unha das carreiras, sen necesidade de confirmar a participación de xeito individual para cada carreira.

As persoas participantes en calquera categoría rexistradas no circuito utilizarán o dorsal único e chip para o circuito.

Aquelas persoas **non participantes no circuito** que se inscriban puntualmente para esta carreira deberán retirar o seu dorsal nos horarios e lugares establecidos neste regulamento.

Achega solidaria para a protección das mulleres en dificultade social (CRUZ VERMELLA)

Todas as persoas (incluídas as/os participantes menores) que fagan unha doazón das cantidades establecidas na plataforma: 1€, 3€, 5€ ou superior a 5€, teñen ademais o dereito a recibir un obsequio conmemorativo xunto co dorsal.

Artigo 3. Horarios de saída e distancia

CATEGORÍA	ANO DE NACEMENTO	HORA	DISTANCIA
PEQUES*	Nados/as nos anos 2016 e posteriores. Menores de 8 anos.	17.00	150 m aprox.
SUB 10 FEMININO*	Nado/as nos anos 2014/2015	17.15	800 m aprox.
SUB 10 MASCULINO*	Que fan durante o ano 9 e 8 anos	17.25	800 m aprox.
SUB 12 FEMININO*	Nados/as nos anos 2012/2013	17.35	800 m aprox.
SUB 12 MASCULINO*	Que fan durante o ano 11 e 10 anos.	17.45	800 m aprox.
SUB 14 FEMININO	Nados/as nos anos 2010/2011	17.55	1.600 m aprox.
SUB 14 MASCULINO	Que fan durante o ano 13 e 12 anos.	18.05	1.600 m aprox.
SUB 16	Nados/as nos anos 2008/2009 Que fan durante o ano 15 e 14 anos..	18.15	2.400 m aprox.
SUB 18	Nados/as nos anos 2006/2007 Que fan durante o ano 17 e 16 anos.	18.35	2.400 m aprox.
ABSOLUTA		20.00	6.625 m aprox.

*Horarios orientativos en función da participación.

Artigo 4. Lugar e recollida de dorsais

Frontón Curto da Cidade Deportiva da Torre
Paseo Alcalde Francisco Vázquez. 15003 A Coruña

- Venres 17 de marzo, das 17.00 ás 21.30 horas
- Sábado 18 de marzo, desde as 10.00 horas ata media hora antes do comezo de cada unha das carreiras.

Artigo 5. Lugar de saída e meta (Ver circuíto na páxina [www.coruna.gal/carreiraspopulares.](http://www.coruna.gal/carreiraspopulares))

- Saída: Paseo dos Menhires (zona da estatua de Breogán)
- Meta: Torre de Hércules

Artigo 6. Peche de control da carreira absoluta

Ás 21.00 horas

Artigo 7. Servizo de duchas

Na Cidade Deportiva da Torre. O servizo de duchas e vestiario será só para as persoas participantes na categoría absoluta e estará dispoñible a partir das 19.30 h.

Artigo 8. Servizo de gardarroupa

No frontón da Cidade Deportiva da Torre, en horario de 19.00 a 21.45 h

Artigo 9. Uso e devolución do chip

- a) O chip ten que ir correctamente atado nos cordóns das zapatillas deportivas ou cunha nocelleira á altura do nocello, ou pegado ao dorsal segundo o tipo de chip que utilice a persoa corredora. Chip amarelo das/os propietarias/os (non se devolve).
- b) Chip para todo o circuíto (non se devolve ata a finalización deste).
- c) Chip refugable pegado ao dorsal, de uso exclusivo para cada unha das carreiras (non se devolve).

Artigo 10. Avituallamento na meta

Proporcionaráselles auga e avituallamento sólido a todas as persoas participantes en cada unha das categorías no punto de avituallamento que estará situado nun lugar visible despois da meta.

Artigo 11. Clasificacións

Poderase consultar a clasificación da carreira a través do código QR do dorsal.

Artigo 12. Horario e lugar da entrega de premios

Horario

CATEGORÍAS INFERIORES: ás 19.10 horas (categorías sub-10, sub-12, sub-14, sub-16 e sub-18)

CARREIRA ABSOLUTA: ás 21.15 horas

Entregaráselles o Trofeo Varela Calviño ás persoas vencedoras absolutas, ao primeiro home e á primeira muller da carreira absoluta.

Lugar

FRONTÓN DA CIDADE DEPORTIVA DA TORRE

Exclusivamente poderán subir ao podio os/as atletas premiados/as.

Con carácter xeral, as e os atletas que non se presenten á recollida do seu premio no momento da entrega perderán o dereito a recollelo.

Aquelas persoas que poidan alegar unha causa xustificada pola súa ausencia no momento da entrega deberán poñerse en contacto co Servizo Municipal de Deportes, onde se custodiarán os trofeos non recolleitos durante un prazo máximo de 15 días.

REGULAMENTO ESPECÍFICO DA III ANDAINA SOLIDARIA

Aquelas persoas que non desexen competir na carreira poderán participar na andaina solidaria.

As persoas participantes na andaina sairán uns 5 minutos despois da carreira.

Poderá participar na andaina calquera persoa con independencia da súa idade. No caso das persoas menores de idade, será responsabilidade dos pais, nais e/ou titores/as legais inscribilas na andaina. En todo caso, aquelas persoas que non se vexan capaces de recorrer toda a andaina sempre poderán abandonala, posto que o percorrido transcorre preto do Paseo Marítimo.

Será obrigatorio abandonar a andaina no caso de que non se cumpra co horario de peche da proba, que rematará ás 21.15 horas.

As persoas participantes na andaina deberán levar un dorsal solidario (dorsal 261). Para obter o dorsal solidario deberase realizar unha doazón a través da páxina www.coruna.gal/carreiraspopulares ou www.corunacorre.com.

Artigo 1. Inscripcións

A data límite será ata as 23.59 horas do domingo 12 de marzo de 2023.

As inscricións faranse en liña nas páxinas web www.coruna.gal/carreiraspopulares ou www.corunacorre.com.

Achega solidaria para a protección das mulleres en dificultade social (CRUZ VERMELLA)

Todas as persoas (incluídas as/os participantes menores) que fagan unha doazón das cantidades establecidas na plataforma: 3€, 5€ ou superior a 5€, teñen ademais o dereito a recibir un obsequio **conmemorativo xunto co dorsal.**

Artigo 2. Participantes

Poderán participar na andaina todas aquelas persoas que o desexen sempre e cando estean correctamente inscritas no tempo e na forma que procedan.

A inscrición das persoas menores de idade deberase realizar cumprindo as normas que se recollen na plataforma en liña, onde figurará expresamente a autorización para participar na marcha da titora ou titor que a formalice, así como para saír en calquera das reportaxes fotográficas ou de vídeo que utilice a organización para divulgar a carreira e a andaina.

Artigo 3. Horarios de saída e distancia

A saída producirase a continuación da carreira da categoría absoluta, **ás 20.05 horas**. (*Ver circuíto na páxina www.coruna.gal/carreiraspopulares.*)

Artigo 4. Lugar e recollida de dorsais

Frontón Curto da Cidade Deportiva da Torre
Paseo Alcalde Francisco Vázquez. 15003 A Coruña

- Venres 17 de marzo, das 17.00 ás 21.30 horas
- Sábado 18 de marzo, desde as 10.00 horas ata media hora antes do comezo da andaina

Artigo 5. Lugar de saída e meta

Paseo dos Menhires

Artigo 6. Peche de control da andaina

Ás 21.15 horas.

Artigo 7. Servizo de gardarroupa

No frontón da Cidade Deportiva da Torre, en horario de 19.00 a 21.45 horas.

Artigo 8. Avituallamento na meta

Proporcionaráselles auga ás persoas participantes no punto de avituallamento que estará situado nun lugar visible despois da meta.

Artigo 9. Responsabilidade

A participación no evento será baixo a responsabilidade e risco de cada unha das persoas participantes.

Quen participe manifesta, no momento da inscrición, que se atopa en plenas facultades físicas e mentais para participar na andaina, así como que non padece ningún tipo de enfermidade que a/o incapacite para a práctica deportiva.

Coa inscrición exímeselle á organización de calquera dano sufrido durante os adestramentos previos ou durante a realización da andaina.

A organización non se fai responsable dos danos materiais ou morais que se lle poidan ocasionar ás persoas participantes na proba, nin tampouco das posibles negligencias ou imprudencias que poidan cometer as persoas participantes na andaina.

MEDIOS DE CONTACTO E MÁIS INFORMACIÓN

Servizo Municipal de Deportes (Palacio dos Deportes de Riazor, 1.º andar), de luns a venres de 9.00 a 14.00 horas.

Por correo electrónico no enderezo carreraspopulares@coruna.es

Teléfonos de información: 981 189 800

Web: www.coruna.gal/carreiraspopulares