

BASES "X CARREIRA POPULAR DAS PRAIAS"

ORGANIZA: Asociación cultural e deportiva Praias de Comado xunto coa colaboración do Concello de Barreiros e a Secretaría Xeral para o deporte da Xunta de Galicia

COLABORAN: Café Bar Moderno – Hotel Ría do Masma – Peña Barcelonista San Miguel - Casa Elena Turismo Rural - Taxi Valea - Pinturas Centeno - Agrupación Protección Civil de Barreiros

DATA: 29 de marzo de 2024

HORA:

11:30 H. Probas infantiles

12:00 H. Proba adultos

11:30 H. Andaina

LUGAR: PUNTA ANGUIEIRA – SAN BARTOLO – BARREIROS – (LUGO). Diante Hotel Ría do Masma.

SAÍDA ADULTOS E ANDAINA: Praia de Arealonga, Santiago de Reinante, xunto Restaurante La Yenka.

CHEGADA ADULTOS E ANDAINA: Diante do Hotel Ría do Masma na praia de Altar.

CARREIRAS INFANTILES: En praia de Altar

RECOLLIDA DE DORSAIS:

Probas infantiles ;Hotel Ría do Masma (zona meta), ata 30 minutos antes da carreira na mesa adicada a tal fin diante do Hotel Ría do Masma, en Punta Angueira, San Bartolo.

Probas adultos e andaina: Praia de Arealonga, Santiago de Reinante, xunto Restaurante La Yenka.

CRONOMETRAXE: Adultos e menores con chip a través da empresa Championchipnorte.

INSCRIPCIÓNS: Inscripción e información a través da web e

<https://carreirapopular das praias.jimdofree.com/>

<https://maiskmsbarreiros.gal/>

A inscrición nesta carreira automaticamente inscribe a cada corredor/a no "CIRCUITO +KMBARREIROS" na categoría correspondente do circuíto, podendo ser esta distinta á da carreira

PRECIO :

Carreira Adultos: 7 € ata o 17 de marzo e 10€ do 18 de marzo ata o 26 de marzo. Os que **non** son propietarios de chip amarelo terán un coste a maiores de 1€ en concepto de alquiler de chip, e depositarán unha fianza de 5€ que será reintegrada á semana seguinte da proba unha vez procesados os chips devoltos.

Andaina: 3€ ata o 17 de marzo e 5€ do 18 de marzo ata o 26 de marzo.

Nenos ata sub 16 gratuita. Os que **non** son propietarios de chip amarelo depositarán unha fianza de 5€ que será reintegrada á semana seguinte da proba unha vez procesados os chips devoltos. O prazo remata o día 12 de abril.

Tfnos: 649 571 360 (Jose), 653684615 (Iván).

Datos a aportar polos participantes: Apelidos e Nome, DNI, data nacemento, sexo, tfno. contacto, e-mail.

CATEGORIAS E DISTANCIAS:

- PITUFOS: NADOS 2019 e posteriores / 80 m. Carreira non competitiva.
- SUB 8 : 2017 - 2018/ 150m. Carreira non competitiva.
- SUB 10 : 2015 – 2016 / 400 m.
- SUB 12 : 2013 – 2014 / 600 m.
- SUB 14 : 2011 – 2012 / 1.200 m.
- SUB 16 : 2009– 2010 / 1500 m.

CATEGORIAS ADULTOS – 9 KM Aproximadamente

- ALTAR (SUB 23): 2008 -- 2002
- COTO (SENIOR): 1990 – 2001
- LÓNGARA (VETERÁNS A): 1980 – 1989
- AS PASADAS (VETERÁNS B): 1970 – 1979
- AREALONGA (VETERÁNS C): Nacidos antes de 1970.

PREMIOS:

Haberá trofeos para os tres primeiros clasificados de cada categoría, tanto masculino como feminino. Asimesmo haberá premio para os gañadores absolutos masculino e feminino. A organización ofrecerá obsequios varios e avituallamento final ós participantes.

Por tratarse dunha proba deportiva popular non haberá premios en metálico.

PERCORRIDOS:

Os percorridos infantís serán na propia praia de Altar, con varias distancias dependendo das categorías.

Adultos e andaina: Saída na Praia de Arealonga (en Santiago de Reinante, xunto ó Restaurante La Yenka) e a chegada será na praia de Altar, diante do Hotel Ría do Masma.

Existirá un avituallamento líquido a metade de carreira.

Con este percorrido, os participantes pasarán por todas as praias de mar do Concello de Barreiros, excepto a praia de Altar, debido a que se atopa pechada a baixada, Arealonga, As Pasadas, Lóngara, Fontela-Balea, Coto, Remior, San Bartolo. Asimesmo pasaremos polo Castro de San Miguel de Reinante, carreiros de pescadores e paseo marítimo, algo que fai esta carreira especial.

VARIOS: A organización poñerá a disposición dos participantes un servizo de autobús para o desprazamento dende a zona de meta á zona de saída. O servizo de autobuses empezará ás 10:00 h e remata ás 11:35 h.

Lembramos que este ano os adultos recollerán o seu dorsal na zona de saída, despois da viaxe no bus.

A proba contará con unha ambulancia medicalizada, seguro de accidentes e de Responsabilidade Civil e servizos de protección civil.

Os participantes, se así o desexan, poderán mandar algunha prenda de abrigo dende a liña de saída ata a meta. Estas prendas, etiquetadas co número de dorsal, entregaranse a un responsable da organización antes da saída e poderanse recoller na zona de meta á súa chegada, identificándose co dorsal. Haberá servizo de duchas no pavillón polideportivo do Concello de Barreiros.

Por tratarse dunha proba deportiva e popular, sen ánimo de lucro, a organización non se fai responsable dos danos físicos, materiais, morais e de calquera índole que poidan sufrir os participantes ou os seus acompañantes.

Os participantes deberán levar sempre visible e na parte dianteira o dorsal que facilitará a organización. En caso contrario poderán ser descualificados, coa conseguinte perda de dereitos. Os participantes deberán pasar por todos os puntos sinalados do percorrido. O incumprimento disto dará lugar á descualificación do infractor. Os participantes poderán ser descualificados por comportamento antideportivo ou outro tipo de acción que a organización considere non apropiadas.

Os participantes aceptan o regulamento desta proba, así como autorizan á organización á publicación de fotografías, vídeos, e clasificacións nas que poidan aparecer. A organización poderá pedir un documento acreditativo da identidade.

Aseos e aparcadoiro na área de Punta Angueira.

Os circuitos poderanse consultar na web da carreira.