

I CARREIRA POPULAR E ANDAINA

“CENTRO XEOGRÁFICO DE GALICIA-ANTAS DE ULLA”

O próximo sábado 22 de xuño do 2024 celebrarase a primeira edición da Carreira Popular “CENTRO XEOGRÁFICO DE GALICIA-ANTAS DE ULLA”. Este evento está coorganizado polo Concello de Antas de Ulla e o GDR Miño-Ulla e conta coa colaboración da Secretaría Xeral para o Deporte e de colaboradores locais.

O programa do evento contará con competicións e distancias para todas as idades e categorías aparte dunha andaina non competitiva, todas elas comezarán e rematarán na vila de Antas de Ulla.

A proba absoluta conta cun trazado circular de 10km que discorre nun primeiro tramo con apenas desnivel, para continuar dende o lugar de Vilación con subidas e baixadas pasando polo “Centro Xeográfico de Galicia”, sinalado nas súas coordenadas exactas, ata chegar a Bellós. Continúa subindo ata Hermide e remata cunha baixada suave e cómoda, practicamente continua de 5 Km. Este circuito pensado para a superación e o disfrute discorre sobre asfalto e un sendeiro de terra, con amplias zonas de sombras ao longo dos 10 km.

As carreiras de menores discorren por trazado urbano na súa totalidade.

NORMAS DA CARREIRA

Data: 22 de xuño de 2024

Lugar: Antas de Ulla, Lugo

Distancia: dende 150 m ata 10 km (según categoría)

INSCRICIÓN

Abrirase un período de inscrición que rematará o mércores 19 de xuño de 2024 ás 23.59h

A inscrición poderá realizarse en www.championchipnorte.com e <https://circuitomiñoulla.es/>

A inscrición para as carreiras de todas as categorías e para a andaina é de balde.

A inscrición dá dereito a participar na proba, agasallos, avituallamento, seguro de responsabilidade civil da organización e de accidentes dos participantes así como a facer uso dos servizos establecidos pola organización para os participantes.

Non se inscribirán participantes fora de prazo.

Para realizar a inscrición correctamente será necesario aportar todos os datos requeridos no procedemento de inscrición. A organización resérvase o dereito de non inscribir a quen non cubra correctamente os datos requeridos e polo tanto non deixalo participar na proba.

AGASALLOS E PREMIOS

Habrá camiseta técnica conmemorativa da proba para os 100 primeiros inscritos nas categorías menores e para os 200 primeiros inscritos na proba absoluta, así como outros agasallos para as persoas participantes e sorpresas durante a celebración da proba (photo call no CXG e gaiteiros no CXG na baixada, música na meta)

DORSAIS E CHIPS DE CRONOMETRAXE

Os dorsais son persoais e intransferibles e permanecerán colocados de xeito visible durante o transcurso da proba.

As carreiras absolutas serán controladas por un sistema de chips de cronometraxe.

O chip estará colocado no lugar que indique a organización.

As persoas participantes que non posúan o chip deben aboar 4€ en concepto de aluguer/fianza do mesmo no momento de inscribirse na web que se devolverán unha vez comprobada a devolución do chip. Deberán devolver o chip á finalización da carreira.

ENTREGA DE DORSAIS E CHIPS DE CRONOMETRAXE

De xeito presencial o día da proba (22 de xuño de 2024) na Praza Nova, Rúa Chantada a partir das 16h en Antas de Ulla e ata media hora antes do comenzo da carreira (menores ata as 17.30h e absoluta 18.30h)

PERCORRIDOS, HORARIOS e DISTANCIAS

PROBAS MENORES: disputaranse por percorrido urbano con diferentes competicións por categorías. Hora saída: 18.30h

- 18:30 PITUFOS - 150 m (NON COMPETITIVA).
- 18:35: SUB 8 - 300 m
- 18:40 SUB 10 e SUB 12 - 550m
- 18: 45: SUB 14 e SUB 16 – 1.000m

PROBA 10km: disputarase sobre un percorrido de asfalto e sendeiro de terra con amplas zonas de sombra, con saída no núcleo de Antas de Ulla na Rúa Rodeiro e un total de 10 km que discorren por Vilación, San Fiz, Centro Xeográfico de Galicia, Bellós, A Hermide, Areas Veloín, Nugallás, O Carballo e chegada de novo na Rúa Rodeiro en Antas de Ulla.

Hora saída: 19.00h

ANDAINA: NON COMPETITIVA. Discorrerá por un percorrido de 4.750m combinado rural e urbano. **Hora saída: 19.15h**

CATEGORÍAS, IDADES E DISTANCIAS

- PITUFOS nados en 2019 e posteriores 150m. NON COMPETITIVA
- SUB 8 nados en 2017 e 2018 - 300m
- SUB 10 nados en 2015 e 2016 - 550m
- SUB 12 nados en 2013 e 2014 - 550m
- SUB 14 e SUB 16 nados en 2009 e 2012 - 1000m
- SENIOR nados en 2008 ata 35 anos - 10 km
- VETERÁNS 1 de 35 a 50 anos - 10km
- VETERÁNS 2 de 50 anos - 10km

CATEGORÍAS ESPECIAIS

- Melloras atletas locais masculino e feminino - 10 km

Andaina – todas as edades - 5 km

PREMIOS

CATEGORÍAS DE MENORES: todos os participantes recibirán unha medalla e un agasallo. Haberá trofeos e bolsa con produtos típicos do Concello de Antas de Ulla para os tres primeiros atletas (masculinos e femeninos) de cada categoría.

CATEGORÍAS PROBA 10 KM: todos os participantes recibirán un agasallo e os tres primeiros clasificados en cada categoría contarán con un lote de produtos de proximidade do Concello de Antas de Ulla.

Os premios non serán acumulativos.

SERVIZOS AOS PARTICIPANTES

AVITUALLAMIENTO:

Terá lugar na Praza Nova na Rúa Chantada.

Os menos e nenas participantes nas probas de categorías menores recibirán avituallamiento sólido e líquido ao rematar as súas carreiras.

As persoas participantes na proba de 10 km terán 2 puntos intermedios na carreira con avituallamiento líquido (km 3,6 e km 6,5) e un avituallamiento sólido e líquido ao final da carreira.

Os participantes contarán con colectores para o lixo próximos ás zonas de avituallamiento. Aqueles que depositen residuos no chan poderán ser descalificados pola organización, por comportamento inadecuado durante a proba, aínda que completaran o percorrido.

POSTO DE PRIMEIROS AUXILIOS:

Os participantes poderán dispor da ambulancia con soporte vital básico con dous técnicos en emerxencias sanitarias e médico e persoal socorrista terrestre se o precisan

DUCHAS:

Haberá duchas a disposición dos participantes nos vestiarios do polideportivo municipal situado na Rúa Camiño de Vilane.

RECLAMACIÓNS:

A proba celébrase con carácter popular e espírito deportivo polo que non terán cabida reclamacións.

COMPROMISOS DE PARTICIPACIÓN:

As persoas participantes farano cos seus medios propios físicos naturais, sen axudas de calquera outro tipo, nin o acompañamento ou uso de vehículos de axuda.

A inscrición en calquera categoría da carreira implica a autorización á posible difusión da documentación visual que se recolla durante a celebración da proba a través das canles da organización.

As persoas participantes asumen que a organización da proba reservarase a facultade de decidir sobre calquera aspecto ou circunstancia non contemplada nestas normas.