

## IX CARREIRA POPULAR DOLMEN DE DOMBATE

A IX Carreira Popular Dolmen de Dombate, enmárcase dentro do X Circuito Provincial de Carreiras Populares da Deputación Provincial da Coruña 2024

### IDEOLOXÍA

A Carreira Popular ten por obxectivo fomentar a práctica de actividade física e deportiva como medio para alcanzar unha vida máis saudable, e acercar implicar tamén á poboación en xeral para que visite e se conciencie da importancia do xacemento do Dolmen de Dombate.

Nesta competición poden participar todas aquelas persoas que o desexen, tanto nenos/as como adultos.

A posibilidade de participación é:

- Corredores de carreiras: son aqueles deportistas (adultos e menores de idade) que se inscriben nunha proba das que se compón o circuito.
- Na proba de 3 k participarán en categoría sénior independentemente da súa idade.

Na proba de 10 k (categoría de Sub 20, Sub 23, Senior, Máster 1, Máster 2, Máster 3 e Máster 4 ) a distancia é de 10.000 metros aprox.

### CATEGORÍAS, DISTANCIAS E HORARIOS DAS CARREIRAS

CATEGORÍA		IDADES	DISTANCIAS	HORARIOS
Pitufo/Biberón	Mixto	2017-2021(ambos incluídos)	300 m (aprox.)	18:15h
Sub 10	Masculino Femenino	Nados/as en 2015-2016	1.000 m (aprox.)	18:00h
Sub 12	Masculino Femenino	Nados/as en 2013-2014	1.000 m (aprox.)	17:45h
Sub 14	Masculino Femenino	Nados/as en 2011-2012	3.000 m (aprox.)	17:00h
Sub 16	Masculino Femenino	Nados/as en 2009-2010	3.000 m (aprox.)	17:00h
Sub 18	Masculino Femenino	Nados/as en 2007-2008	3.000 m (aprox.)	17:00h
Sénior 3k	Masculino Femenino	Nados/as A partires de 2006 ( incluído e anteriores)	3.000 m (aprox.)	17:00h
Sub 20	Masculino Femenino	Nados/as en 2005-2006	10.000 m (aprox.)	18:45h
Sub 23	Masculino Femenino	Nados/as en 2002-2003- 2004	10.000 m (aprox.)	18:45h
Senior	Masculino Femenino	Nados/as 2001 ata 1990	10.000 m (aprox.)	18:45h
Máster 1	Masculino Femenino	Nados/as en 1989 ata 1984	10.000 m (aprox.)	18:45h
Máster 2	Masculino Femenino	Nados/as en 1983 ata 1974	10.000 m (aprox.)	18:45h
Máster 3	Masculino Femenino	Nados/as en 1973 ata 1964	10.000 m (aprox.)	18:45h
Máster 4	Masculino Femenino	Nados/as antes do ano 1964	10.000 m (aprox.)	18:45h

- Cada atleta das categorías competirán na que lle corresponda por idade cumprida no día da carreira.

## **NORMATIVA XERAL E DE SEGURIDADE**

- 1. A IX Carreira Popular Dolmen de Dombate rexerese pola regulamentación 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 subscripta ó seguro de responsabilidade civil do concello. 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 para aquelas probas que non superen os 750 participantes.**
- 4. A organización da proba resérvase o dereito a modificar horarios e ou percorridos, así como aprazar ou suspender a carreira se así o estime oportuno por razón de seguridade.**
- 5. No caso de que para o día de celebración da proba se decrete unha alerta laranxa a proba será suspendida automaticamente.**
- 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 Xuíz Árbitro da proba. A participación é libre e leva implícito a aceptación do Regulamento Xeral da proba. Todo o non previsto neste regulamento resolverase de acordó, por esta orde, as normas da F.G.A., RFEA e I.A.A.F. en vigor.**
- 9. A organización porá a disposición dos participantes na carreira unha instalación para que se poidan cambiar e duchar, así como un servizo de garda roupa. No caso do Concello de Cabana de Bergantiños os atletas poderán usar o Pavillón Municipal, situado en A Carballa (na zona do Concello e do colexio) e haberá servizo de Bus antes e ao finalizar a carreira.**
- 10. Os únicos vehículos que poderán seguir a proba, serán os autorizados pola organización.**
- 11. A organización poñerá a disposición dos participantes Servizo de Fisioterapia.**
- 12. 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.**
- 13. As carreiras 10k e 3k estarán sinaladas cada kilómetro.**

- 14. Na carreira 10 k habilitarase un avituallamento líquido no quilómetro 5 aproximadamente. No resto das carreiras habilitarase o avituallamento especial de meta.**

## **DEREITOS DE IMAXE, USO DE DATOS E AUTORIZACIÓN**

**Os deportistas inscritos comprométese 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 en [www.concello-cabana.es](http://www.concello-cabana.es), así coma de [www.championchipnorte.com](http://www.championchipnorte.com).**

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

- **O atleta inscrito declara que está en bo estado físico e ten pasado os pertinentes recoñecementos de saúde.**
- **Calquera atleta con problemas médicos (alerxia, atención 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 a solicitude expresa por escrito.**

## **SISTEMA DE CRONOMETRAXE**

**Para controlar as probas estableceranse controis de cronometraxe por dorsal-chip**

- **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.**
- **O atleta que non porte dorsal poderá ser descalificado se así o estima a dirección de carreira.**
- **Tanto os dorsais coma os chips poderanse recoller nos seguintes lugares e días:**

- Categorias dende pitufos/biberón a Sub 18: o venres 20 de 10:00 a 14:00 na Casa da Cultura do Concello de Cabana de Bergantiños e o sábado 21 de 10:00 a 14:00 na Casa da Cultura e de 15:30 a 16:30 no Centro de Arqueolóxico do Dolmen de Dombate

- Categorias senior e demais das probas de 3km e 10 km: o sábado 21 de 10:00 a 14:00 na Casa da Cultura do Concello de Cabana de Bergantiños e de 15:30 a 18:00 no Centro de Arqueolóxico do Dolmen de Dombate.

## **INSCRICIÓN**

As inscricións para os atletas de categorías sénior e veteranos realizaranse a través da páxina web [www.championchipnorte.com](http://www.championchipnorte.com). O prazo de inscrición remata o martes 17 de setembro as 23:59h.

As inscricións para os atletas menores de idade poderá realizarse a través da plataforma championchip ou presentando un formulario de inscrición no departamento de cultura e deportes do concello organizador.

Así mesmo deberán achegar a autorización paterna no momento de realizar a inscrición.

### **Tipo de inscrición para atletas adultos:**

**Corredores de carreira:**

- Deberán realizar a inscrición para aquela proba na que queiran participar.
- Deberán correr cun chip que se lles facilitará no momento da recollida do dorsal.

### **Inscricións de Categoría Base:**

A inscrición para os atletas de categorías base, dende pitufo/biberón a Sub 18, serán gratuítas.

As inscricións para os atletas pitufos, sub 10, sub 12, sub 14, sub 16 e sub18 poderán realizarse a través de:

- 1) Plataforma championchip ([www.championchipnorte.com](http://www.championchipnorte.com).) A autorización paterna xa aparece no momento de realizar a inscrición en [www.championchipnorte.com](http://www.championchipnorte.com)

### **Cotas de inscrición:**

- **A inscrición para os atletas é gratuíta**

### **PERCORRIDOS E HORARIOS DAS CARREIRAS DAS DIFERENTES CATEGORÍAS**

**A) Sub 14: 2011 -2012, Sub 16 2009-2010, Sub 18 2007 – 2008 e Absolutos 3K 2005 (incluído) e anteriores: (17:00 h) Percorrido: Polo chan de Borneiro. 3km. aprox.**

**B) Sub 12: 2013 - 2014 (17:45 h) Percorrido: Polo chan de Borneiro. 1km. aprox.**

**C) Sub 10: 2015 – 2016 (18:00 h) Percorrido: Polo chan de Borneiro. 1km. aprox.**

**D) Pitufo/ Biberón: 2017 - 2021 (18:15 h). Percorrido: Polo chan de Borneiro.300 m. aprox.**

**E) Absoluta 10 KM APROX. (18:45 h) . Tempo máximo de remate da proba 1h e 20´**

**E.1) Sub 20 : 2005-2006**

**E.2) Sub 23: 2002-2003-2004**

**E.3) Senior: 2001 ata 1990**

**E.4) Máster 1 : 1989 ata 1984**

**E.5) Máster 2 : 1983-1974 e anteriores.**

**E.6) Máster 3: 1973 ata 1964 (incluído e anteriores)**

**E.7) Máster 4: Nados/as antes do 1964**

### **CLASIFICACIÓN E TROFEOS /MEDALLAS**

- **Clasificacións da proba 10 k:**

- **Optan a esta clasificación todos os/as atletas participantes na proba.**
- **Recibirán trofeo e/ou medalla e subirán ó podio os tres primeiros/as clasificados/as en cada unha das categorías (a maiores os tres primeiros/as en chegar a meta recibirán trofeo) .**
- **Recibirán trofeo e/ou medalla o primeiro e primeira clasificado/a empadroado do concello organizador da proba.**

➤ **Clasificacións da proba 3 k:**

- **Optan a esta clasificación todos os/as atletas inscritos na proba.**
- **Recibirán trofeo e/ou medalla e subirán ó podio os tres primeiros/as clasificados/as (os tres primeiros/as que entren na meta independentemente de categoría e idade).**

➤ **Clasificacións das probas de base:**

- **Recibirán trofeo e/ou medalla e subirán ó podio os tres primeiros/as clasificados/as en cada unha das categorías (Sub 14, Sub 16 e Sub 18).**
- **En categorías Sub 10, Sub 12 recibirán medallas todos os participantes na proba, aínda que só subirán ó podio únicamente os tres primeiros clasificados en cada categoría.**
- **En categoría pitufo/biberón recibirán medalla conmemorativa todos os participantes na proba pero non subirán ó podio.**

➤ **Entrega de trofeos ós/ás campións da IX CARREIRA POPULAR DOLMEN DE DOMBATE:**

**Unha vez rematadas as probas organizarase un acto de entrega de trofeos/medallas a tódolos atletas campións en cada unha das categorías.**

**O lugar será no Centro Arqueolóxico do Dolmen de Dombate.**