

IX Carreira Popular de Taboada

“Entre pazos e carballos”

Na Carreira Popular de Taboada poderás gozar dun percorrido entre as extraordinarias panorámicas de cor que agasalla o fin do verán, as fermosas construcións do románico, a grandeza dos seus pazos. Situada a medio camiño entre Lugo e Ourense, agárdate un tesouro único. Para descubri-lo, achégate a correr por Taboada o 21 de setembro e ademais levarás un agasallo ecolóxico. Non fáltes!

Data: Sabado, 21 de setembro de 2024

Hora: Categoría absoluta: 18h00

Categorías escolares: 19h30

Lugar: Taboada, Lugo

Distancia: dende 100 a 10.000 m (distancia aproximada)

Organiza: Asociación Cultural e Deportiva O Carballo (Taboada)

Colaboran: Concello de Taboada, GDR Miño-Ulla, Supermercado Vilosa, Carnicería Montes, Matadoiro Celtaverde, Peluquería Ana, Caixa Rural Galega, Adegas Castroz, Adegas Enonatur, Adegas Instinto Romano, Panadería Carlos, Sacrapastas, Galletas Xianas, Club ciclista Os Túzaros, Asociación Cultural “Rechouchíos”, Aira, Tartas Ancano, Escola Hípica “La Cruz”, Xeou

CARREIRA ABSOLUTA

Disputarase a partir das **18h00** da tarde con saída da Alameda de Taboada e un percorrido de 10 Km e 5 km (aproximadamente).

Establécense as seguintes categorías (masculinas e femininas):

Categoría D: nad@s entre 2008 e 1999.

Categoría E: nad@s entre 1998 e 1989.

Categoría F: nad@s entre 1988 e 1979.

Categoría G: nad@s entre 1978 e 1969.

Categoría H: nad@s entre 1968 e anteriores.

Marcha nordica (sen clasificación específica)

CARREIRAS CATEGORÍAS DE MENORES

Disputaranse a partir das **19h30** da tarde nos arredores da Alameda de Taboada.

Establécense as seguintes categorías (masculinas e femininas):

Categoría Chupete: nad@s en 2018 e posteriores – 100 metros

Categoría A: nad@s entre 2017 e 2015 – 400 metros

Categoría B: nad@s entre 2014 e 2012 – 800 metros

Categoría C: nad@s entre 2011 e 2009 - 1.500 metros

Hora	Categoría	Dende	Ata	Distancia
18h00	D	2008	1999	10000 m 5000 m
	E	1998	1989	
	F	1988	1979	
	G	1978	1969	
	H	1968	...	
19h30	CHUPETE	...	2018	100 m
19h40	A	2017	2015	400 m
19h50	B	2014	2012	800 m
20h00	C	2011	2009	1500 m

- Os máis pequenos (“Chupetes” menores de 2 anos) poderán realizar a **carreira en correpasillos** co correspondente casco, sós ou acompañados por un adulto (proba non competitiva).

INSCRICIÓN: O prazo de inscrición remata o **MERCORES 18 de setembro de 2024** ás **23h59**

- CATEGORÍA ABSOLUTA:

Inscricións on-line na páxina: www.championchipnorte.com

O prezo da inscrición será de 2 euros máis 1 euro de aluguer de chip

- CATEGORÍAS DE MENORES:

Inscrición gratuíta on-line na páxina: www.championchipnorte.com

Tamén se poden realizar por correo electrónico (ata o mercores 6 de setembro) enviando os datos ó enderezo ac.ocarballo@gmail.com, ou no número de teléfono 658106720

Para poder inscribirse serán obrigatorios os seguintes datos:

- Nome
- Apelidos
- Data de nacemento
- Sexo
- Clube (se pertence a algún)
- Localidade
- Teléfono de contacto
- Enderezo electrónico de contacto

A organización reservarase o dereito de non inscribir a quen non cubra correctamente os datos requiridos e, polo tanto, non permitirille participar na proba.

PREMIOS

- CATEGORÍAS DE MENORES: Todos os participantes recibirán unha medalla, unha árbore autóctona e algún que outro agasallo. Os tres primeiros atletas (mascullinos e femininos) de cada categoría levarán un trofeo conmemorativo da carreira e un vale para unha ruta a cabalo coa Escola de Equitación "A Cruz".

- CATEGORÍA ABSOLUTA (10.000 m): Todos os participantes levarán un agasallo ecolóxico. Os 3 primeiros atletas (mascullinos e femininos) de cada categoría recibirán unha botella de viño local. Ademais, os 3 primeiros atletas (mascullinos e femininos) de entre as categorías da clasificación absoluta, levarán un trofeo conmemorativo e un lote de produtos típicos do concello de alta calidade.

- CATEGORIA ABSOLUTA (5000 m): Todos os participantes levarán un agasallo ecolóxico. Os 3 primeiros atletas (mascullinos e femininos) un agasallo dalgún produto local.

- **PREMIO ESPECIAL:** Para o corredor e a corredora mellor clasificados de entre os empadroados en Taboada.

Avituallamento a media carreira e ao final para tod@s @s atletas ó remataren a proba na zona habilitada pola organización e degustación de balde de produtos da zona tras da entrega de premios.

Os premios non son acumulables.

Proba puntuable para Circuito Miño Ulla de Carreiras Populares 2024

PERCORRIDO

A carreira sae da Alameda de Taboada pola Avenida de Lugo, xirando na rúa do Carballo e diríxese á aldea de Relás, situada a un quilómetro do casco urbano. Continúa até a área recreativa da Medela, atravesa o recinto das piscinas e toma a estrada en dirección a Taboada. Volve ao casco urbano (barrio de Pacios) e baixa de novo cara ás chousas de Riazón. Aquí percorre unha serie de camiños que levan os corredores á aldea de San Pedro, e desde esta regresa ao centro da vila de Taboada. O percorrido ten unha lonxitude de 10.000 m.

A carreira de 5000 m comparte o comezo do percorrido ca anterior, saíndo desde a Alameda e pasando por Relás e pola área recreativa da Medela, desde a cal se dirixe directamente ata a meta.

INFORMACIÓN DE INTERESE PARA O ATLETA

- **Aparcadoiros:** os atletas disporán dunha zona de estacionamento nas inmediacións do Pavillón Deportivo Municipal.
- **Duchas:** unha vez rematada a proba estarán a disposición dos corredores as duchas nas instalacións do Pavillón Deportivo Municipal.

REGULAMENTO DA PROBA:

- Poderán participar na proba tod@s aqueles que o desexen.
- Podean participar corredores de marcha nordica (sen clasificación específica)
- Non estará permitido o acompañamento dos participantes mediante o uso de vehículos de axuda. Non cumprir esta norma implicará a descualificación dos atletas acompañados.
- O dorsal deberá ser colocado visiblemente na parte dianteira d@ corred@r, sen poder facer ningunha modificación nel.

- Todos os participantes (agás os da categoría Chupete-proba non cronometrada), terán a obriga de utilizar o chip de cronometraxe suministrado pola organización, excepto os propietarios do chip amarelo da categoría absoluta que poden utilizar o seu.
- Todos os participantes polo feito de inscribirse, aceptan a publicación tanto do seu nome coma da súa imaxe nas clasificacións da proba, nos medios de comunicación e na internet para a súa difusión.
- A organización da proba reservarase a facultade de decidir sobre calquera aspecto ou circunstancia non contemplada neste regulamento.
- Dado o espírito deportivo e popular desta proba non se admitirán reclamacións.

DECLARACIÓN D@ PARTICIPANTE

A/o participante, polo feito de inscribirse, acepta todas as cláusulas deste regulamento e manifesta atoparse en perfecto estado de saúde para a proba, non padecendo enfermidades que lle impidan tomar parte na mesma, sendo a persoa corredora a única responsable en caso de accidente ó non cumprir a normativa.

Todos/as os participantes estarán cubertos por unha póliza de responsabilidade civil e un seguro de accidentes, que cubrirán as incidencias inherentes da proba, e nunca como derivación dun padecemento ou enfermidade latente, imprudencia, negligencia, inobservancia das leis e articulado do regulamento, etc. A organización declina toda responsabilidade polos danos morais ou materiais que os/as participantes nesta proba poidan causarse a si mesmos, ou a outras persoas polas causas anteriormente citadas.

INFORMACIÓN E RESULTADOS

Os resultados da carreira popular estarán dispoñibles na páxina web oficial da proba www.championchipnorte.com e na páxina da Asociación Cultural e Deportiva O Carballo: <https://www.facebook.com/acocarballo>

MAPA DA CARREIRA E PERFIL TOPOGRÁFICO

