



PROXECTO SOLIDARIO

“ TUS PASOS SU ALIMENTO ”

ANTECEDENTES.

O CPR A Milagrosa, é un centro educativo, que desde hai moitos anos colabora con distintas causas solidarias. Colaboramos con escolas de diferentes países para poder, coa axuda do noso alumnado, alimentar nenos/as daquelas zonas.

XUSTIFICAR

Nos últimos anos as persoas ás que diriximos as nosas axudas son da contorna máis próxima. Colaborando co comedor de San Froilán o noso alumnado é consciente dunha realidade non afastada e que pode afectarlles a eles nun momento dado da súa vida. Neste sentido a carreira solidaria “ Tus pasos, su alimento“ promove dunha maneira lúdico festiva o respecto mutuo, a igualdade, o diálogo, a solidariedade. Nun día en que toda a comunidade educativa e a sociedade lucense pode formar parte dun proxecto común de: convivencia, traballo en equipo e aprendizaxe.

FUNDAMENTACIÓN.

Desde o colexio A Milagrosa trabállase o día a día cun só fin: formar en valores. Somos coñecedores de primeira man da realidade do comedor de San Froilán na que día a día ven crecer o número de persoas que fan uso dos seus servizos e as dificultades que teñen para facer fronte a iso. Por este motivo recaudaremos coa carreira solidaria diñeiro para paliar un pouco esas necesidades.

OBXECTIVOS.

En primeiro lugar, desenvolver un espírito crítico nos participantes da carreira e concienciarlles nas necesidades dos máis próximos. Doutra banda, recadar diñeiro para o comedor de San Froilán

OBXECTIVOS CONCRETOS

- Potenciar o traballo en equipo a través dos equipos de voluntarios que se van a crear para o bo funcionamento da actividade.
- Mellorar a formación en valores tales como a solidariedade, colaboración, empatía, espírito crítico, iniciativa ante problemas persoais e alleos.
- Dar a coñecer o noso centro educativo e a zona centro onde se sitúa. -Poñer en valor o deporte como fío condutor da actividade. O deporte é saúde, solidariedade, traballo en equipo...
- Favorecer a convivencia, a inclusión e non discriminación a través do deporte.
- Colaborar coa problemática próxima de Lugo, analizar as causas alleas e propias das responsabilidades que se teñen en situacións de desigualdade e buscar alternativas sinxelas de solución ante os devanditos problemas.
- Conseguir a concienciación da poboación, facendo que o proxecto reverta en entidades solidarias da zona e facendo partícipes aos propios habitantes da cidade (procura de Sponsors).

REGULAMENTO CARREIRA POPULAR SOLIDARIA CPR LA MILAGROSA LUGO

O Colegio Plurilingüe A Milagrosa organiza a primeira edición da Carreira Solidaria que se celebrará o día 23 de Febreiro a partires das 11 da mañá nas inmediacións da Paraza Maior de Lugo ao carón do Concello.

Trátase dun proxecto desenvolvido polo equipo directivo do centro coa colaboración de Champion Chip Norte no que promover a actividade física e saudable para as familias dos nenos do colexio pero tamén de fora del cun obxectivo solidario: "Tus pasos su alimento". Dedicado ao comedor San Froilán de Lugo.

Programa de actividades:

- **Andaina solidaria:** para todas as idades, tratarase dunha actividade non competitiva que consistirá en dar 1 volta á muralla saíndo e chegando a zona de saída/meta xunto ao Concello.
- **Carreiras de promoción** para nenos en idade escolar:
 - Carreira de **pitufos:** Carreira non competitiva para os máis pequenos, poderán ir acompañados polos seus pais ou correr solos. Os que participen solos estarán controlados en todo momento pola organización ata que os recollan os pais ou titores na postmeta,
 - Carreiras para as **categorías menores:** Competicións e distancias para as diferentes categorías en idade escolar.
- **Carreira para adultos:** Competición para o resto de categorías
- **Carreira inclusiva.**
- **Dorsal solidario:** Poñerase a disposición de todo aquel que non poida participar a posibilidade de comprar un dorsal solidario para colaborar coa nosa causa....

PERCORRIDOS

A Saída e a Meta estarán ubicadas diante do Concello. Estableceranse diferentes circuitos segundo de cada categoría.

Os percorridos estarán debidamente sinalizados e controlados por voluntarios da organización, policía e protección civil debidamente identificados.

Todas as carreiras estarán encabezadas e pechadas polas bicis da organización

Ver plano racemapp: <https://racemapp.com/proyecto/532-carreira-colexio-a-milagrosa>

CATEGORÍAS, IDADES E ANOS DE NACEMENTO

Establecerase unha categoría por cada sexo

- PITUFOS: Nad@s en 2018 e posteriores
- SUB10: Nad@s en 2016 e 2017
- SUB12: Nad@s en 2014 e 2015
- SUB14: Nad@s en 2012 e 2013
- SUB16: Nad@s en 2010 e 2011
- SENIOR: Nad@s dende 2009 ata 34 anos
- VETERANS 1: de 35 a 44 anos
- VETERÁNS 2: de 45 a 54 anos
- VETERÁNS 3: de 55 a 64 anos
- VETERÁNS 4: de 65 en diante
- INCLUSIÓN.

HORARIOS, COMPETICIÓN, PERCORRIDOS EN DISTANCIAS

- 11:00 SUB14 e SUB16: 3000m, 1 volta á muralla saíndo desde o Concello.
- 11:15 SUB12: 1450m, 2 voltas á catedral saíndo desde o Concello.
- 11:20 SUB10: 750m, 1 volta á catedral saíndo desde o Concello.
- 11:25 PITUFOS: 200m, saída desde praza Sta. María.
- 11:30 ABSOLUTA: 5200m aprox., 2 voltas á muralla saíndo desde o Concello.
- 12:00 ENTREGA DE TROFEOS.

INSCRIPCIÓN, PREZOS e PRAZOS

- Ao formalizar a inscrición todos os participantes aceptan o presente regulamento
- Recaudaremos para axudar ao comedor San Froilán
- Donativo voluntario: Para todo aquel que queira doar algunha cantidade a maiores do plantexado pola organización poderá facelo no procedemento de inscrición

- A inscrición inclúe: Seguro de accidentes, seguro de RC, servicios médicos, avituallamento final, dorsal, cronometraxe e agasaio

As inscricións realizaranse do seguinte xeito:

- Pola web www.ccnorte.com
- Datos necesarios: NIF, NOME, APELIDOS, DATA NACEMENTO, SEXO, TALLA, CLUBE (se o ten)

Prazos e prezos

- **Ata 19 de Febreiro**
 - Carreira pitufos 2,00€
 - Carreiras menores 5,00€
 - Andaina e Carreira adultos 7,00€

CAMBIOS, DEVOLUCIÓN E CANCELACIÓN

Política de devolucións: Dado o carácter solidario do evento, unha vez feita a inscrición non se devolverá o importe baixo ningún concepto

Cambios na inscrición: Poderánse cambiar un participante por outro abonando 1€, non se permitirá ningún cambio a partires do día 20 de Febreiro inclusive

Cancelación do evento: No caso de que o evento se cancelara de forma definitiva por causas de forza maior alleas a organización, ésta non terá a obriga de devolver o importe da inscrición.

SECRETARÍA e ENTREGA DE DORSÁIS

A secretaría estará ubicada no propio centro, poderanse recoller os dorsais nos seguintes horarios:

- Viernes 21 de febrero de 18h a 20h
- Domingo 23 de febreiro dende as 9h ata as 10:30

INFO IMPORTANTE PARA OS PARTICIPANTES

- Deben recoller o dorsal e chip nos horarios establecidos, non se entregará material fora de ese horario
- Deberán estar preto da saída 5 minutos antes da súa hora oficial de saída
- Os propietarios de chip amárelo de championship deben correr co seu chip
- Os que non teñen chip en propiedade deben devolvelo ao rematar a súa competición
- Deben respetar as sinalizacións e voluntarios, policía e persoal de organización
- Serán descalificados en caso de non completar o percorrido ou non respetar as indicacións de calqueira persoa vinculada a organización

TROFEOS e PREMIOS

- PITUFOS
 - Medallas para todos os pitufos, entregaranse ao chegar a meta
- CARREIRAS MENORES
 - Trofeo para o primeiro de cada categoría e medallas para segundo e terceiro
- CARREIRA ADULTOS
 - Os trofeos son acumulativos
 - Trofeo para o primeir@ de cada categoría e medallas para segund@ e terceir@
- Premios colexio
 - Primeiro e primeira de cada competición.

OUTROS SERVICIOS

- Avituallamiento
- Ambulancias
- Seguro de accidentes
- Servicios de voluntarios e control da proba.