



TOURMARIÑA

CIRCUITO DE CARRERAS POPULARES
POR LA COSTA LUCENSE



- REGLAMENTO 2019 -



TOURMARIÑA

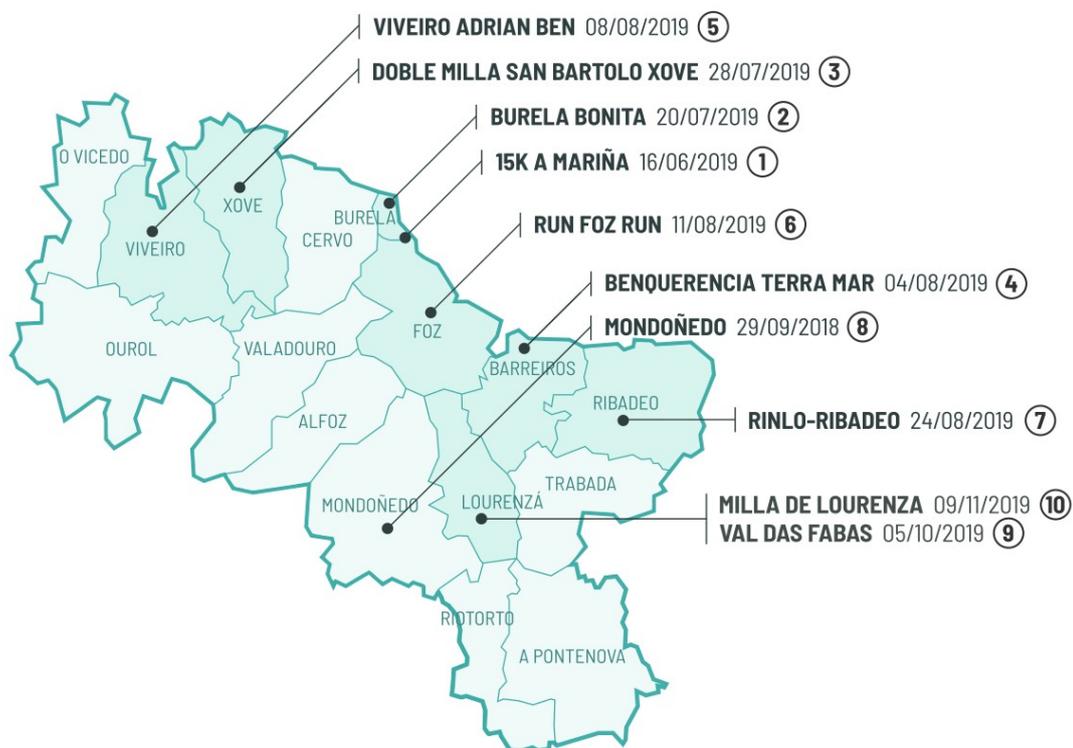
CIRCUITO DE VERANO DE CARRERAS POPULARES
POR LAS PLAYAS LUCENSES

¿Qué es el Tour Mariña?

Tour Mariña es una **iniciativa Turístico-Deportiva** consistente en un **circuito de carreras** con criterios de homogeneidad con el objetivo de fidelizar a un mismo tipo de público y de estimular sobre todo la participación, aparte de la propia competición.

Aunque cada evento pueda tener un organizador o una identidad propia, tratamos de aunar todos aquellos elementos comunes para que cada uno de esos eventos se retroalimente del resto. Estos criterios son

- Eventos con distancias asequibles al deportista popular
- Distancias y competiciones para todas las edades
- Cercanía geográfica entre las sedes
- Cercanía en el tiempo: Todos los eventos se celebran en la misma época del año





TOURMARIÑA

CIRCUITO DE VERANO DE CARRERAS POPULARES
POR LAS PLAYAS LUCENSES

Objetivos:

- **Salud y deporte:** Fomentar el deporte y los hábitos saludables en los habitantes de las distintas localidades y en la propia comarca
- **Turístico:**
 - Ampliar la oferta de actividades para aquellos turistas que conocen la zona desde hace años
 - Atraer nuevos turistas aprovechando el tirón de las carreras populares
 - Reforzar las estrategias de las diferentes administraciones para dar a conocer la Mariña Lucense y todos sus espectaculares parajes a un gran número de participantes foráneos o turistas de cualquier punto de A Mariña, los cuales crecen exponencialmente cada año.
- **Participación y fidelización:** Estimular la participación recompensando la constancia de los que disputan un mínimo número de pruebas entre todas las pertenecientes al circuito con un regalo de la organización
- **Competición:** Estimular la competición mediante la gestión automatizada de una clasificación en un **formato de Liga** en la cual se premia a los primeros clasificados-as en múltiples categorías.
- **Retroalimentación:** Creemos que pertenecer a un Circuito de Carreras como el Tour Mariña tiene un retorno muy rentable en lo que se refiere al ahorro de esfuerzos en comunicación, captación de participantes, patrocinadores y seguimiento de los medios. Cada evento suma y a la vez consigue un retorno muy favorable
- **Crear un evento por Concello:** Dentro de las posibilidades y características de cada concello de la comarca, pretendemos dar una solución personalizada y atractiva que se adapte en fecha y formato para que pueda ir creciendo y evolucionando cada edición



TOUR MARIÑA

CIRCUITO DE VERANO DE CARRERAS POPULARES
POR LAS PLAYAS LUCENSES

REGLAMENTO CIRCUITO TOUR MARIÑA 2019

Este reglamento es independiente de los diferentes reglamentos de los eventos que lo forman. En el mismo solo es válido para realizar las diferentes clasificaciones y premios del Circuito TOUR MARIÑA 2019. EVENTOS:

- **16-06-2019 15K A MARIÑA BANCO MEDIOLANUM**
 - Adultos 10k
 - No hay carreras de menores

- **20-07-2019 IV CARREIRA 5K/10K NOCTURNA BURELA BONITA**
 - Adultos 5k y 10k
 - Menores varias distancias

- **28-07-2019 DOBLE MILLA SAN BARTOLO**
 - Adultos Doble Milla
 - Menores varias distancias

- **04-08-2019 VII CARREIRA POPULAR "BENQUERENCIA TERRA MAR"**
 - Adultos 7,3km
 - Menores varias distancias

- **09-08-2019 NOCTURNA DE VIVEIRO ADRY BEN**
 - Adultos 5km
 - Menores varias distancias

- **11-08-2019 XI CARREIRA POPULAR DE FOZ - RUN FOZ RUN**
 - Adultos 7km
 - Menores varias distancias

- **24-08-2019 IV CARREIRA NOCTURNA RINLO-RIBADEO**
 - Adultos 8,7km
 - Menores varias distancias

- **29-09-2019 MONDOÑEDO MONUMENTAL**
 - Adultos 5km
 - Menores varias distancias

- **05-10-2019 CARREIRA POPULAR VAL DAS FABAS LORENZÁ**
 - Adultos 6,3km
 - Menores varias distancias



TOURMARIÑA

CIRCUITO DE VERANO DE CARRERAS POPULARES
POR LAS PLAYAS LUCENSES

■ 09-11-2019 III MILLA POPULAR URBANA CONCELLO DE LOURENZÁ

- Adultos MILLA
- Menores varias distancias

INSCRIPCIÓN EN EL TOUR MARIÑA 2019:

- INSCRIPCIÓN INDIVIDUAL: La inscripción para tomar parte en las clasificaciones, ligas, premios y regalos del circuito TM2019 es totalmente gratuita, pero no implica la inscripción en ninguno de los eventos que forman parte del mismo. Cada inscripción en cada evento la habrá que formalizar debidamente según las normas de cada organizador.
- INSCRIPCIÓN EQUIPOS: Los equipos se formalizarán a través de la plataforma championchipnorte.com de la forma habitual. Capitán e invitaciones. Podrán formalizarse hasta el 11-08-2019.

CATEGORÍAS PUNTUABLES:

Estas categorías son las que usaremos para las clasificaciones oficiales del circuito independientemente de las categorías de cada carrera

MENORES

- SUB-10 MASCULINO Y FEMENINO NACIDOS EN 2010 y 2011
- SUB-12 MASCULINO Y FEMENINO NACIDOS EN 2008 y 2009
- SUB-14 MASCULINO Y FEMENINO NACIDOS EN 2006 y 2007
- SUB-16 MASCULINO Y FEMENINO NACIDOS EN 2004 y 2005

ADULTOS

- SUB-20 MASCULINO Y FEMENINO NACIDOS DESDE 2000 a 2003
- SUB-23 MASCULINO Y FEMENINO NACIDOS DESDE 1997 a 1999
- SENIOR MASCULINO Y FEMENINO hasta 34 años
- VETERAN@S A MASCULINO Y FEMENINO 35 a 44 años
- VETERAN@S B MASCULINO Y FEMENINO 45 a 54 años
- VETERAN@S C MASCULINO Y FEMENINO 55 a 65 años
- VETERAN@S D MASCULINO Y FEMENINO 66 años en adelante

REQUISITOS MÍNIMOS PARA PUNTUAR Y OPTAR A PREMIOS, TROFEOS Y REGALOS DEL CIRCUITO:

Para entrar en clasificaciones de circuito y optar a los TROFEOS y PREMIOS de las LIGAS será obligatorio:

- Inscribirse en el Circuito
- Puntuar en al menos 6 carreras de las 9 que forman el Circuito



TOURMARIÑA

CIRCUITO DE VERANO DE CARRERAS POPULARES
POR LAS PLAYAS LUCENSES

CLASIFICACIONES INDIVIDUALES: PUNTUACIÓN Y BONUS :

Se tendrá en cuenta en primer lugar tus 6 mejores resultados con una puntuación basada en tu ritmo kilómetro, pero premiaremos todas tus participaciones y aparte la cantidad de kilómetros que hagas de todas las carreras que participes a través de los BONUS POR PARTICIPACIÓN y BONUS POR KILÓMETROS RECORRIDOS

- ¿Cómo puntuo cada carrera? En cada carrera se puntuará lo equivalente en segundos de tu ritmo por kilómetro
 - Por ejemplo: si corres a 4:30/km puntuarás 270 puntos (60x4)+30
- Solo contarán para la clasificación final tus 6 mejores resultados.
- A la puntuación obtenida le podrás restar los BONUS por participación y los BONUS por kilómetro de TODAS LAS CARRERAS QUE PARTICIPES
 - BONUS POR CARRERA (-50 PUNTOS) se descuentan todas
 - BONUS POR KILÓMETRO (-2 PUNTOS) se descuentan todos
- PUNTOS TOTALES
 - PUNTOS CARRERAS (TUS 6 MEJORES RESULTADOS)
 - - menos - BONUS PARTICIPACIÓN (-50 x nº total de carreras finalizadas)
 - - menos - BONUS Kms realizados (-2 x nº total de kilómetros realizados)

CLASIFICACIONES EQUIPOS:

El criterio será el siguiente: Mayor número de llegados a meta teniendo en cuenta todas las carreras del circuito

TROFEOS Y PREMIOS:

- TROFEOS 3 PRIMER@S ABSOLUTOS ADULTOS
 - El primero y primera recibirán un **regalo valorado en 200,00€**
- TROFEOS 3 PRIME@ POR CATEGORÍA
 - Categorías Menores
 - Categorías Adultos
- TROFEO AL 1er EQUIPO CLASIFICADO
 - El primer equipo recibirá **un regalo valorado en 500,00€**

REGALO CIRCUITO:

Para todos aquellos que compiten en al menos 6 carreras:

- *Camiseta técnica oficial
- *1 bote de crema de calentamiento



TOURMARIÑA

CIRCUITO DE VERANO DE CARRERAS POPULARES
POR LAS PLAYAS LUCENSES

PATROCINADORES:

- El Progreso
- CCNORTE
- Laboratorios Hartmann

WEBS OFICIALES

- www.tourmariña.com
- www.ccnorte.com
- www.elprogreso.es

REDES SOCIALES:

- FACEBOOOK: @tourmariña