



- CIRCUITO MIÑO-ULLA 2020 -



## REGLAMENTO CIRCUITO MIÑO-ULLA 2020

Este reglamento es independiente de los diferentes reglamentos de los eventos que lo forman. La inscripción en el mismo solo es válida para realizar las diferentes clasificaciones y premios del Circuito MIÑO-ULLA 2020.

### EVENTOS:

- **26 enero:** I CARREIRA POPULAR CONCELLO DE PALAS DE REI. Absoluta
- **22 febrero:** III CARREIRA POPULAR CONCELLO DE MONTERROSO. Absoluta: 10k
- **7 marzo:** III CARREIRA DA MULLER VIVAS E VISIBLES (SARRIA). A partir de 12 años: 5k
- **12 abril:** VI CARREIRA POPULAR FESTA DA AUGARDENTE DE PORTOMARÍN. Absoluta: 7300m
- **2 mayo:** XI CARREIRA POPULAR DE CHANTADA. Absoluta: 10k y 5k
- **30 mayo:** VI CARREIRA POPULAR CARBALLEDO-ENTRE CARBALLOS CENTENARIOS. Absoluta: 10700m
- **19 septiembre:** IX CARREIRA POPULAR DE TABOADA "ENTRE PAZOS E CARBALLOS"

### INSCRIPCIÓN EN EL CIRCUITO MIÑO-ULLA 2020:

**INSCRIPCIÓN INDIVIDUAL:** La inscripción para tomar parte en las clasificaciones, ligas, premios y regalos del circuito Miño-Ulla 2020 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 [championchipnorte.com](http://championchipnorte.com) de la forma habitual. Capitán e invitaciones. Podrán formalizarse hasta el 01-05-2020.

### CATEGORÍAS PUNTUABLES:

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

*ADULTOS (las edades se calculan a fecha de la primera carrera del circuito)*

- SUB-20/SUB-23 MASCULINO Y FEMENINO NACIDOS DESDE 1998 a 2004
- 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 5 carreras de las 7 que forman el Circuito

## CLASIFICACIONES INDIVIDUALES: PUNTUACIÓN Y BONUS :

Se tendrá en cuenta en primer lugar tus 5 mejores resultados con una puntuación basada en tu ritmo por 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 KILOMETROS RECORRIDOS

- ¿Cómo puntúo 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  $(60 \times 4) + 30$
- Sólo contarán para la clasificación final tus 5 mejores resultados.
- A la puntuación obtenida le podrás restar los BONUS por participación y los BONUS por kilómetro de TODAS LAS CARRERAS QUE PARTICIPES
  - BONÚS POR CARRERA (-50 PUNTOS) se descuentan todas
  - BONÚS POR KILÓMETRO (-2 PUNTOS) se descuentan todos
- PUNTOS TOTALES
  - PUNTOS CARRERAS (TUS 5 MEJORES RESULTADOS)
  - - menos - BONUS PARTICIPACIÓN  $(-50 \times n^{\circ}$  total de carreras finalizadas)
  - - menos - BONUS Kms realizados  $(-2 \times n^{\circ}$  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 ABSOULTOS ADULTOS
  - Los 3 primer@s recibirán una **cesta de productos típicos**
- TROFEOS 3 PRIME@S POR CATEGORÍA
  - Categorías Adultos
- TROFEO AL 1er EQUIPO CLASIFICADO



Se celebrará una gala de entrega de premios. Se informará con suficiente antelación de la fecha, lugar y hora de la gala

**REGALO CIRCUITO:**

Regalo para todos aquellos que compitan en al menos 5 carreras.

**PATROCINADORES:**

**WEB OFICIAL:** [www.circuitomiñoulla.com](http://www.circuitomiñoulla.com)

\*Este reglamento puede ser modificado en función del número final de pruebas incluidas en el circuito