

V OPEN DE ANDAINAS POPULARES
(COPA DE ANDAINAS DE REGULARIDADE)
DISTANCIA 25 km

PROGRAMACIÓN

Probas para 2018:

4 Probas

Datas:

18/03/2018	-	Guláns	-	Andaguláns
30/09/2018	-	Rianxo	-	C.M. do Barbanza Vintedouspés
28/10/2018	-	Ponteareas	-	Concello de Ponteareas
11/11/2018	-	Tui	-	C.M. Xistra

ACTIVIDADE

ANDAR... CON REGULARIDADE!!

O obxectivo é premiar ós deportistas que manteñan unha velocidade de marcha máis regular e que realicen as andainas dentro do tempo límite. Nestas probas non está permitido correr.

Consiste en marchas cronometradas en distancia fixa de 25 km, con controis intermedios cada 6,25 km aproximadamente, limitadas mediante un tempo máximo e mínimo, de trazado circular, abertas tanto a montañeiros federados coma a deportistas populares.

Poderán participar deportistas con 14 ou máis anos, pero os menores de 18 deberán ir sempre acompañados en todo momento polos seus titores, sendo estes os únicos responsables dos menores. As organizacións non se farán responsables de ningún menor.

Cada participante recibirá a súa puntuación de regularidade por proba. Só contarán para a puntuación as probas rematadas entre o tempo mínimo (4 horas) e o máximo puntuable (5:30 horas), na que o participante teña pasado por tódolos puntos de control e non fose descalificado en ningún punto do percorrido.

Os eventos poden ter outras probas de menor distancia, pero non computarán para esta competición.

SAÍDA, CONTROIS INTERMEDIOS E CONTROL FINAL

As probas serán realizadas os domingos. Non está permitido correr.

O horario de inicio será as 09:00h a.m.

A saída será sempre en liña, salvo que por fundados motivos de organización sexa preciso realizala por bloques ou quendas.

O tempo mínimo para realizar os 25 km será de 4 horas (6,25 km/h)

O tempo máximo será de 6 horas (4,2 km/h).

Coma novidade de 2018 a puntuación para os tempos medios só será tomada en conta nos participantes que cheguen entre as **4 horas e as 5:30 horas** (tempo máximo puntuable). Os participantes que pasen das 5:30 horas e cheguen antes das 6 horas obterán unha puntuación penalizada, pero non serán descalificados. Os que sobrepassen as 6 horas non puntuarán.

Os tres (3) controis intermedios estarán distribuídos cada 6,25 km aproximadamente. En función da distancia e das velocidades máxima e mínima permitidas estableceranse fiestras temporais de apertura e peche de cada control.

Os deportistas que cheguen antes da hora de apertura ou despois da hora de peche a calquera control quedarán descalificados e perderán o dereito a puntuar nesa proba.

O control final, en función da distancia real da proba, abrirá aproximadamente ás 13:00h e pechará ás 15:00h.

No control final tódolos deportistas que estean clasificados nas probas oficiais de 25 km recibirán un diploma co seu nome e o tempo realizado.

Aqueles deportistas que desexen abandonar a proba deberán achegarse ata un control e notificar o seu abandono.

PREMIOS

Por ser unha proba tipo OPEN non haberá distinción entre deportistas federados e non federados. Tampouco haberá distincións por sexo ou idade. Competirán todos contra todos.

PREMIOS POR PROBA

Estableceranse 3 premios por proba como máximo.

1º – Primeiro clasificado: o que obteña a puntuación máis próxima a 100 puntos de regularidade.

2º – Segundo clasificado: o que obteña a seguinte puntuación máis próxima a 100 puntos.

3º – Terceiro clasificado: o seguinte en orde máis próximo a 100 puntos.

En caso de empate en regularidade podería haber dous ou máis premiados por clasificación.

Estas puntuacións serán presentadas despois da finalización da proba, realizándose os cálculos só cos datos dos participantes que rematen entre as 4 e as 5:30 horas.

PREMIOS DA COPA

Estableceranse 3 premios como máximo para a Copa de Andainas de Regularidade de 25 km “Open de Andainas Populares”.

Os puntos serán a suma das mellores puntuacións acadadas polos deportistas no conxunto de tódalas probas do ano.

1º – Primeiro clasificado da Copa: o que obteña a suma máis alta da puntuación, con independencia do número de probas realizadas.

2º – Segundo clasificado da Copa: o que obteña a seguinte puntuación.

3º – Terceiro clasificado da Copa: o seguinte en orde de puntuación.

En caso de empate en regularidade podería haber dous ou tres primeiros clasificados ou tamén dous segundos. Nestes casos só serán entregados 3 premios eliminándose os de inferior rango.

Estas puntuacións serán publicadas en Internet na semana posterior á finalización da última proba da Copa.

ORGANIZACIÓN

Os clubs organizadores e as asociacións aportarán os trazados dos percorridos e os voluntarios precisos para realizar a proba. O lugar de inicio destas marchas deberá estar nun lugar accesible e dotado das infraestruturas necesarias. Deberá haber un lugar próximo de vestiarios, con duchas e retretes.

Os trazados estarán sinalizados mediante elementos fixos (por exemplo cando coincidan con sendeiros PR-G ou GR) ou elementos móbiles (por exemplo con fitas plásticas). Neste último caso a organización estará obrigada a limpar todo o percorrido unha vez finalizada a proba.

Os puntos de acreditación e inicio deberán estar convenientemente sinalizados, preferiblemente con bandeirolas e arcos de meta. No inicio deberá haber un sistema de control e entrega de dorsais.

Nos puntos de control deberá haber un sistema informático de cronometraxe, sistema de comunicación, e avituallamentos líquidos. Tamén pode haber avituallamento sólido.

Os avituallamentos líquidos serán en vaso ou a granel, polo que cada participante deberá levar unha cantimplora ou similar para poder encher nos controis. Esta medida está pensada para evitar contaminación con residuos de bebidas. Recoméndase facer o mesmo coa comida.

O control final disporá do material necesario para expedir os diplomas da proba.