

## **REGLAMENTO "IV Carreira Solidaria Nocturna das Festas de Lalín" - 20/09/2019**

Organizada por el **Concello de Lalín**, en colaboración con algunos miembros del "Clube-Escola de Atletismo Deza" y del "Centro E.T.P.", (patrocinada por **PONTIÑAS CENTRO COMERCIAL Y DE OCIO GADIS**, y **ABANCA**) el Viernes 20 de Septiembre se llevará a cabo la 4ta edición de la carrera benéfica de las Fiestas de Lalín.

El 100% de la recaudación procedente de las inscripciones es una donación a Cruz Roja Lalín.

Se resaltaré el carácter solidario de la carrera, por lo que las marcas no contarán para el ranking de corredores aunque sean los mimos se encuentren federados.

Ninguna de las pruebas estará federada. Existirán pruebas para todas las edades. Los menores de 16 años estarán divididos en cuatro categorías atendiendo a su edad.

El circuito absoluto es de aproximadamente 6K (el mismo que se llevó a cabo en las ediciones anteriores de esta carrera y en la carrera de O Mencer-Lalín)  
Todas las pruebas que se celebren serán mixtas.

### **CATEGORÍAS**

Todas las categorías serán cronometradas (a excepción de Chupete/Pitufo)

**ADULTOS:**  
6 K (21 aprox).

**ESCOLARES:**  
Inicio de las carreras desde las 20 hrs (200, 500, 1000 y 1500 mts)

### **HORARIO PREVISTO**

Los horarios son estimativos y la salida se hará de modo consecutivo, por lo que los participantes y sus **familiares deberán estar atentos a la megafonía** que irá avisando de las diferentes competiciones.

18:30 INICIO SONORIZACIÓN Y APERTURA MESA DE DORSALES

**(SE ENTREGARÁN DORSALES SOLAMENTE HASTA MEDIA HORA ANTES DEL INICIO DE CADA PRUEBA)**

20:00 INICIO CARRERAS CATEGORÍAS ESCOLARES (Ver categorías y recorridos)

20:45 ENTREGA PREMIOS CATEGORÍAS **BENXAMÍN, ALEVÍN e INFANTIL/CADETE**

21:00 INICIO CARRERA ABSOLUTA (con CARRERA DE LA INCLUSIÓN)

22:00 ENTREGA PREMIOS ABSOLUTOS CARRERA ABSOLUTA Y CIERRE DE EVENTO

### **RECORRIDOS Y HORARIOS PREVISTOS PARA CATEGORÍAS ESCOLARES:**

20.00 -CHUPETE/PITUFO - 200 m (nacidos en 2013 o años posteriores)

20.10 -BENXAMÍN (Sub10)- 500 m (nacidos en 2011 y 2012)

20.20 -ALEVÍN (Sub12) - 1.000 m (nacidos en 2010 y 2009)

20.30 -INFANTIL/CADETE (Sub14/16) – 1.500 m (nacidos 2008, 2007, 2006 y 2005)

->Chupete/Pitufo: (nacidos 2013 o años posteriores)

Para estos niños de menores de 8 años (CHUPETE/PITUFO), la salida será a la altura de la sucursal de ABANCA de la Rúa Joaquín Loriga hasta la meta en calle Rúa Principal. Esta carrera NO estará cronometrada y todos los participantes llevarán medalla conmemorativa.

->Sub10 / Benxamín: (nacidos en 2011 y 2012)

Para los niños a partir de 8 años (Sub10, nacidos en 2011-2012), el punto de línea de salida y línea de meta será el mismo y estará determinado por el arco de meta (el mismo que los adultos).

El circuito será circular, de 500 mts, y saldrá de la Rúa Principal de Lalín, hasta los Caballos, regresando por Loriga y entrando por Rúa Colón (la calle de los paraguas y el cerdo) y hasta entrar por el arco de meta (mismo que de salida). Esta carrera estará cronometrada y habrá entrega de trofeos para los 3 primeros atletas de cada sexo.

->Sub12 / Alevín: (nacidos en 2010 y 2009)

Para los niños nacidos en 2010 y 2009 (Sub12), el punto de línea de salida y línea de meta será el mismo y estará determinado por el arco de meta (el mismo que los adultos).

El circuito será circular, compuesto de **2 vueltas** de 500mts que suman un total de 1000 mts, y saldrá de la Rúa Principal de Lalín, hasta los Caballos, regresando por Loriga y entrando por Rúa Colón (la calle de los paraguas y el cerdo) y hasta entrar por el arco de meta (mismo que de salida). **Este recorrido debe hacerse 2 (dos) veces para completar la prueba.** Esta carrera estará cronometrada y habrá entrega de trofeos para los 3 primeros atletas de cada sexo.

->Sub14/16 / Infantil y Cadete: (nacidos en 2008, 2007, 2006 y 2005)

Para estos atletas de entre 12 y 15 años (nacidos en 2008/07/06/05) el punto de línea de salida y línea de meta será el mismo y estará determinado por el arco de meta (el mismo que los adultos).

El circuito será circular, compuesto de **3 vueltas** de 500mts que suman un total de 1500 mts, y saldrá de la Rúa Principal de Lalín, hasta los Caballos, regresando por Loriga y entrando por Rúa Colón (la calle de los paraguas y el cerdo) y hasta entrar por el arco de meta (mismo que de salida). **Este recorrido debe hacerse 3 (tres) veces para**

**completar la prueba.** Esta carrera estará cronometrada y habrá entrega de trofeos para los 3 primeros atletas de cada sexo.

**En el caso de no haber atletas suficientes para la realización de esta prueba, la organización se reserva el derecho de realizar una salida simultánea con la categoría anterior inmediata. Deberá estarse atento a megafonía.**

### **RECORRIDO CARRERA ABSOLUTA (6 KMS)**

El recorrido también es circular y completamente urbano. Consta de **2 (dos) vueltas** de aproximadamente 3kms, completando los 6000 mts.

- Salida Rúa Principal hasta entronque con Matemático Rodríguez
- Girar a izquierda y continuar todo Matemático Rodríguez, seguir por Ramón Aller hasta enlace con Otero Pedrayo
- Girar a izquierda y continuar por Avenida de la Estación y girar a la derecha hacia Avenida B. Aires
- En Bos Aires doblar a la izquierda y continuar por Rúa B hasta cruce con Calzada
- Girar a izquierda y bajar Calzada hasta cruce con Luis González Taboada
- Girar a izquierda y seguir Luis González Taboada hasta Calle F
- Girar a derecha por Calle F hacia Bos Aires
- Girar a derecha por Bos Aires y seguir hasta Principal donde espera la Meta

### **(Este recorrido debe hacerse 2 veces para completar la prueba)**

Esta carrera estará cronometrada y habrá entrega de trofeos para los 3 primeros atletas **absolutos** de cada sexo.

### **CARRERA DE LA INCLUSIÓN**

Al igual que en la Carrera de O Mencer celebrada por el Atletismo Deza en Mayo de este año, se realizarán dos circuitos paralelos destinados a personas con movilidad reducida o discapacidad funcional. Se contará con la participación de las Asociaciones WorkingWheels, Cogami, Morea, Aranes y Aspadeza.

**Favoreciendo una inclusión verdadera, todos tendrán salida simultánea (a excepción de handbikes -si las hubiera- que por razones de seguridad, saldrán 5 minutos antes)**

En el caso de que los inscritos en esta modalidad corran con handbikes deberán posicionarse delante de los corredores, por razones de seguridad.

En el caso de participantes con sillas de ruedas deberán posicionarse por detrás de los corredores, por razones de seguridad.

Todos los inscritos en la Carrera de la Inclusión tendrán la opción de correr 3kms (1 vuelta del recorrido absoluto), o de realizar solamente 500 mts, entrando por la rúa Colón y llegando así a la meta, donde recibirán sus medallas.

## **PREMIOS**

AL IGUAL QUE EN OTRAS EDICIONES, Y DEBIDO AL CARÁCTER SOLIDARIO DE LA CARRERA SOLO HABRÁ ENTREGA DE PREMIOS ABSOLUTOS DEL CIRCUITO DE 6K (LOS 3 PRIMEROS FEMENINOS Y LOS TRES PRIMEROS MASCULINOS), Y A LOS 3 PRIMEROS (FEMENINOS Y MASCULINOS) DE LAS CARRERAS ESCOLARES DE "BENXAMÍN", "ALEVÍN" E "INFANTIL/CADETE", TODOS POR CORTESÍA DEL CONCELLO DE LALÍN.

LA ENTREGA DE PREMIOS DE CATEGORÍAS ESCOLARES SE RELIZARÁ JUSTO ANTES DEL INICIO DE LA CARRERA ABSOLUTA (ver horarios previstos).

LA ENTREGA DE PREMIOS DE LA CATEGORÍA ABSOLUTA SE REALIZARÁ UNA VEZ SE DE FINALIZADA LA MISMA.

**Todos los participantes de las carreras escolares y de la "carrera del inclusión" recibirán medalla conmemorativa, cortesía de Concello de Lalín.**

## **PLATAFORMA DE INSCRIPCIÓN:**

La dispuesta por Championchipnorte.com que será la empresa encargada del cronometraje.

## **PRECIOS**

Precio Inscripción adultos (con chip de alquiler) >> 6 €

Precio Inscripción adultos CON CHIP AMARILLO DE PROPIEDAD >> 5 €

Precio Inscripción niños >> 1 €

Precio Carrera de la Inclusión >> GRATUITA

## **OTROS ASPECTOS**

La entrega de dorsales y bolsa del corredor se hará el propio día de la carrera desde las 19:00 horas en las inmediaciones de la salida/meta **y hasta media hora antes del inicio de cada una de las distintas pruebas (sin ningún tipo de excepción).**

La recaudación procedente de las inscripciones (descontados los gastos de gestión de las mismas) será una donación a **Cruz Roja Lalín.**

Habrá Avituallamiento líquido en línea de meta y se entregará una bolsa del corredor con fruta a cada participante.

Seguros:

Todos los participantes inscritos correctamente en la prueba estarán cubiertos con un seguro de responsabilidad civil . La organización dispone del correspondiente seguro de responsabilidad civil.

Queda totalmente prohibida la participación de corredores no inscritos.

La organización recomienda hacerse una revisión médica y / o prueba de esfuerzo a todas aquellas personas que no hayan corrido una prueba de similares características anteriormente o lleven un período prolongado de tiempo sin realizar actividad física.

El servicio médico de la competición y los miembros de la organización est n facultados para retirar durante la prueba:

1. A cualquier atleta que manifieste un mal estado físico.
2. Al atleta que no realice el recorrido completo.
3. Al atleta que no tenga el dorsal o no lo lleve visible.
4. Al atleta que manifieste un comportamiento no deportivo.
5. Al atleta que exceda los tiempos de cierre de la carrera correspondiente.
6. Est  expresamente prohibido participar con carritos, patines, bicicletas o perros (exceptuando casos de perros guía).

Responsabilidad: La Organización no se hace responsable de los daños que pudieran causar o causarse los atletas participantes por imprudencias o negligencias de los mismos. Igualmente, el participante declara estar en condiciones físicas óptimas para realizar esta prueba y lo hace bajo su voluntad, eximiendo a la Organización de la Prueba de cualquier responsabilidad. El atleta autoriza a los Servicios Médicos de la organización a practicarle cualquier intervención que pudiera necesitar, estando o no en condiciones de solicitarla y se compromete a abandonar la prueba si el personal médico o los organizadores así lo estiman necesario.

Todos los participantes, por el hecho de inscribirse, aceptan el presente reglamento. Será descalificado cualquier atleta que, a sabiendas de su imposibilidad de participar, proporcione datos erróneos a la Organización, para poder hacerlo. La carrera podrá ser suspendida si así lo decide la organización.

La participación en la competición supone la aceptación del presente Reglamento, reservándose la Organización el derecho a modificar aquellos aspectos de la prueba que por causa mayor sea necesario.

El tiempo máximo para completar la prueba de 6 kilómetros será de 1 hora.

Queda totalmente prohibido seguir a los corredores en coche, moto o bicicleta, por el peligro que pudiera suponer para los atletas.

Se dispondrá de ambulancia en la zona de salida/meta, cortesía del Concello de Lalín, con el correspondiente dispositivo preventivo según número de participantes.

Duchas y vestuarios habilitados en el **Pabellón municipal** (consultar horario de cierre con personal del Concello de Lalín).

Se utilizarán las redes sociales para anunciar más aspectos generales de la carrera.  
Ante cualquier duda, los participantes podrán ponerse en contacto con el concello de Lalín.

---