

DOMINGO 30 DE XUÑO 2024 - LALIN

III CARREIRA E ANDAINA SOLIDARIA "POLO DANO CEREBRAL"

1. PRESENTACIÓN:

A **Federación Galega de Dano Cerebral - FEGADACE** (constituída polas cinco asociacións galegas de dano cerebral adquirido (ADACECO Coruña, ADACE Lugo, ALENTO Vigo, DCA Ourense e SARELA en Santiago) organiza a "III Carreira e Andaina Solidaria Polo Dano Cerebral de FEGADACE", coa colaboración de "Concello de Lalín" e coa entidade "Centro ETP Encuentra Tu Potencial" como coordinadora do evento deportivo.

Nesta ocasión a localización escollida volve a ser o centro xeográfico de Galicia: **Lalín**.

Tanto as carreiras (10k e 5k) como a andaina celebraranse o domingo, 30 de xuño de 2024 a partir das 9:45 hs nun circuíto con saída e meta na zona do castro tecnolóxico / edificio consistorial de Lalín. Tamén haberá carreiras escolares con circuítos independentes.

2. PARTICIPANTES:

Nestas probas poderá participar calquera deportista sexa ou non federado/a. Todas as persoas participantes **tanto nas carreiras como na andaina** (e independentemente da idade) deberán estar inscritos/as no prazo preciso, e participarán cunha licenza de día que incluírá un seguro de accidentes deportivos e de responsabilidade civil. Os/as deportistas federados/as polo deporte do atletismo estarán cubertos polo seguro da súa correspondente licenza.

2.1 - Nas modalidades **CARREIRA ABSOLUTA (10 e 5 KM aprox)** poderán participar todas aquelas persoas que sexan maiores de 16 anos (o día da proba), federadas ou non federadas.

As persoas participantes da **categoría Sub16** só poderán participar na carreira de **5 KM**.

As **menores de 14** poderán participar nos **circuítos escolares** (circuítos de 800 M, 250 M, 100 M), en todos os casos, deberán estar inscritas nos prazos e formas establecidos a tal efecto, na páxina de inscrición: www.championchipnorte.com

2.2 - Na modalidade **ANDAINA (7 KM aproximadamente)** poderán participar todas aquelas persoas maiores de 16 anos (o día da proba) que o desexen, os/as menores de 16 anos sempre que vaian acompañados/as dun/ha adulto/a responsable, e que estean tamén inscritas nos prazos e formas establecidos a tal efecto, na páxina de inscrición: www.championchipnorte.com.

3. INSCRICIÓNS, PRAZOS E PREZOS:

* Plataforma de inscricións:	www.championchipnorte.com
* Peche de inscrición:	Xoves 27 de xuño ás 23:59 h
* Prezo Carreira 10 KM:	10 €
* Prezo Carreira 5 KM (incluído Sub16):	5 €
* Carreiras Escolares ata Sub14:	2 €
* Prezo Andaina (16 anos ou máis)	5 €
* Prezo Andaina (menores ata 16 anos)	De balde
* Dorsal Cero:	Doazón voluntaria

O diñeiro da inscrición (descontados os gastos de seguro do participante) será destinados a **FEGADACE** para o desenvolvemento da súa acción e misión, orientada a mellorar a calidade de vida das persoas con dano cerebral adquirido (Máis información en: www.fegadace.org).

4. HORARIOS, SAÍDAS E METAS:

O evento comezará as **09:00** h coa apertura das mesas de dorsais e do servizo de gardarroupa, xunto coa posta en marcha do servizo de animación e sonorización do evento que comenará as 09:15.

4.1. Modalidade Carreira 10/5 KM:

Inicio ás **09:45** h, con saída conxunta de ambas modalidades 10/5 KM (**incluída a categoría Sub16 na carreira de 5 KM**), e meta no arco situado fronte ao edificio consistorial do Concello de Lalín sito na Praza de Galicia nº1. A cronometraxe realizarase mediante chip no dorsal. A entrega de trofeos/premios levarase a cabo no podio que estará situado debaixo do arco, aproximadamente ás **11:00 h**, xusto antes das saídas escolares.

4.2. Modalidade Carreiras Escolares:

As carreiras de modalidades escolares sairán a partir das 11:15 horas na seguinte orde:

Atletas **Sub14** e **Sub12** (anos de nacemento Sub14: 2012/2011 e Sub12: 2014/2013): Correrán facendo **unha** volta ao circuío que pasa por detrás dos xulgados (aprox. 800m).

Atletas **Sub10** (anos de nacemento 2016/2015):

Tomarán a saída inmediatamente despois da saída dos Sub14 e Sub12, e correrán aprox. **250m** dende a o arco inchable localizado na entrada da praza ata o arco de meta.

Atletas **Pitufos e Chupete** (anos de nacemento 2017 en adiante):

Sairán inmediatamente despois dos Sub10 e correrán facendo **100m** aprox. dende as bandeirolas de FEGADACE ata o arco de meta.

NOTA: Os horarios son estimativos, polo que o propio día da carreira haberá que estar pendente da megafonía ante posibles e pequenas modificacións.

4.3. Modalidade Andaina:

Inicio aproximadamente ás 11:30 h (inmediatamente despois das carreiras escolares) con saída e meta no arco situado fronte ao edificio consistorial do Concello de Lalín sito na Praza de Galicia nº1.

5. DISTANCIAS E PERCORRIDOS DOS CIRCUÍTOS:

Tanto a carreira como a andaina terán a saída e a meta no mesmo arco.

5.1. ANDAINA 7KM (aprox.):

O percorrido será pola zona do "Paseo do Pontiñas" cara á ponte da depuradora, ata o punto sinalado para emprender o regresando polo carril de terra, ata o arco de meta.

5.2 CARREIRA ABSOLUTA 10KM / 5KM + ESCOLARES SUB16 (2010/2009) 5KM:

O percorrido será pola zona do "Paseo do Pontiñas" entrando polo carril dereito (grava) ata pasar 250 metros da depuradora (aprox.) e voltando polo carril de terra. Consta de **DÚAS VOLTAS** ao circuíto no caso dos 10Km, e unha volta para o 5km (**tanto absoluto como da categoría Sub16**).

A cronometraxe realizarase mediante un sistema de chip-dorsal.

Os dorsais son persoais e intransferibles e han de ir colocados na parte anterior do corpo de forma totalmente visible, sen dobreces, e así deberán levarse durante toda a proba. O incumprimento deste artigo poderá ser motivo de descualificación.

5.3. CARREIRAS ESCOLARES (Sub 14/12 + Sub10 + Chupete)

Sub14 + Sub12 (2014/2013/2012/2011) saída conxunta, fará unha volta ao **CIRCUÍTO A** (ver mapa) de 800 metros aprox. (proba non competitiva, sen cronometraxe). Todos/as os/as nenos/as levarán medalla conmemorativa.

Sub 10 (nados 2016/2015) farán o **CIRCUÍTO B** (ver mapa) composto de 250m aprox. (proba non competitiva, sen cronometraxe), dende a o arco inchable ubicado na entrada da praza ata o arco de FEGADACE en meta. Todos os nenos/as levarán medalla conmemorativa.

Chupetes (nados 2017 e posteriores) farán o percorrido do **CIRCUÍTO C** (ver mapa) dendo as banderolas de FEGADACE ata o arco de meta de FEGADACE, 100m aprox. (proba non competitiva, sen cronometraxe). Todos os nenos/as levarán medalla conmemorativa.

MAPA CIRCUÍTO CARREIRA 5k/10k (1 VOLTA = 5 Km / 2 VOLTAS = 10 Km)



MAPA CIRCUÍTO A (SUB14 + SUB12) 800 M.



MAPA CIRCUÍTO B (SUB 10)



MAPA CIRCUÍTO C (PITUFOS + CHUPETES)



6. RECOLLIDA DE DORSAIS

A recollida dos dorsais na secretaría da competición situada na zona de meta/saída, o mesmo día da carreira, entre dende as 09:00 h e ata 15 minutos antes de cada proba.

7. PREMIOS E AGASALLOS:

Entregarase xunto co dorsal unha camiseta conmemorativa a todos/as os/as participantes maiores de 16 anos, tanto da andaina como da carreira absoluta (incluíndo sub16).

Os menores que participan nas carreiras Sub14/Sub12, Sub10 e Pitufo/Chupete levarán unha medalla, o mesmo que os/as menores de 14 anos que participan da andaina.

Haberá entrega de TROFEOS elaborados por persoas usuarias das asociacións de FEGADACE para os tres primeiros e as tres primeiras en completar as carreiras 5Km e 10Km, como tamén para atletas Sub 16 (con clasificación independente).

A entrega de premios levarase a cabo ás 11:00 h aproximadamente, preto da zona de saída/meta (minutos antes das saídas dos circuitos escolares e da andaina).

8. AVITUALLAMENTO:

Haberá avituallamento líquido e sólido para todos/as os/as participantes (tanto da carreira como da andaina) no seu paso pola liña de meta.

9. RESPONSABILIDADE:

A organización non se fará responsable dos danos que puidesen causar ou causarse as persoas participantes por imprudencias ou negligencias propias. Igualmente, a persoa participante declara, baixo a súa responsabilidade, ter realizado o oportuno recoñecemento médico que lle permite estar en condicións óptimas para realizar a proba, eximindo á organización da devandita responsabilidade.

A organización dispón dun Seguro de Accidentes e Responsabilidade Civil que cubrirá as incidencias inherentes á proba.

10. LOPD

Todas as persoas participantes, incluídos menores de idade, ao realizaren a inscrición, aceptan a publicación do seu nome e da súa imaxe nas clasificacións, nos medios de comunicación e en internet.

Os datos recollidos na plataforma de inscrición por **MultiSports Galicia (CCNORTE)** serán cedidos a **FEGADACE**, e serán utilizados con fins informativos ou de agradecemento.

NOTAS:

A organización resérvase o dereito de modificación do presente regulamento ata o día de peche de inscricións.

En todo caso e tal como establece a lei de Protección de Datos, a persoa interesada pode exercer no futuro os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante escrito ou correo electrónico á FEGADACE fegadace@fegadace.org ou por comunicación postal a seguinte enderezo: Rúa das Galeras, 17, 2º, Despacho 5 (15705 - Santiago de Compostela)

Toda persoa participante, polo xeito de inscribirse, permite que as imaxes, vídeos e entrevistas realizadas pola organización poidan publicarse nas RRSS e páxinas webs oficiais.