



7^a

carreira pedestre popular

da Costa da Morte El Correo Gallego

DATA:

3 de marzo de 2013

LUGAR:

Concello de Camariñas

SAÍDA: Avda. Ambrosio Feijóo

Infantís, cadetes e xuvenís: 10.00 h

Benxamíns e alevíns: 11.00 h

Pitufos: 11.30 h

Adultos: 12.00 h

CHEGADA: Avda. Ambrosio Feijóo

INFORMACIÓN:

<http://carrera.elcorreogallego.es>

ou no teléfono 981 73 60 00

Organizan:

GCG
GRUPOCORREOGALLEGO



Concello de Camariñas

Percorrido ADULTOS

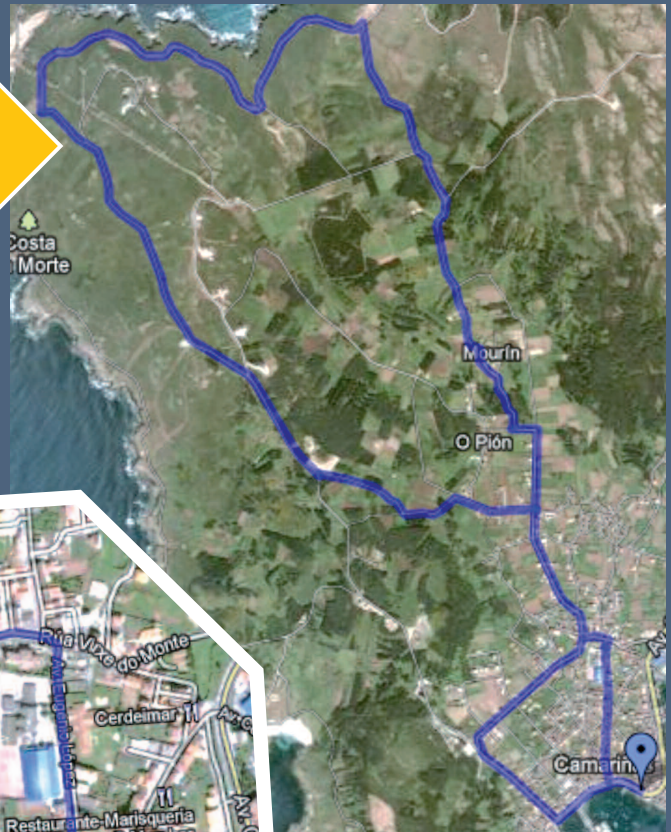


10
Km.
aproximadamente



SAÍDA
12.00 h.

Saída de Ambrosio Feijoo -San Miguel-Areal-avda Eugenio López
-Praza de San Xurxo-Pista Mourín-Mourín-Cruce da Pedrosa
- Pista de Reira-Estrada do Vilán
-Cemiterio Novo-Riás-Pista Mourín
-Avda Juan Carlos I-Estrada do Vilán
-Rotonda-Chegada a Ambrosio Feijoo.



Percorrido INFANTIL, CADETE E XUVENIL



3
Km.
aproximadamente



SAÍDA
10.00 h.

Saída de Rúa Ambrosio Feijoo
-San Miguel -Areal-avda Eugenio López-Praza de San Xurxo-Pista Mourín-Cotro
-Carreira -Avda Juan Carlos I
-Estrada do Vilán-Rotonda.
Chegada en Ambrosio Feijoo.

PERCORRIDO PARA ALEVÍNS E BENXAMÍNS



1
Km.
aproximadamente



SAÍDA
11.00 h.

Sairá da Casa da Pedra na Avda. Ambrosio Feijoo, Pasará pola Rotonda, Alcalde Nogueira Patiño, baixada á dársena vella, Rotonda e Casa da Pedra.

PERCORRIDO CARREIRA DOS PITUFOS



400
Metros
aproximadamente



SAÍDA
11.30 horas

Farán un percorrido de 400 m. entre a Casa da Pedra e a rotonda

REGULAMENTO XERAL

7ª CARREIRA PEDESTRE POPULAR COSTA DA MORTE EL CORREO GALLEGO - CONCELLO DE CAMARIÑAS

1. A 7ª Carreira Pedestre Popular Costa da Morte, organizada polo Grupo Correo Gallego e polo Concello de Camariñas, celebrarase o domingo día 3 de marzo de 2013 na localidade de CAMARIÑAS.
2. Realizaranse catro carreiras de acordo cos seguintes horarios e categorías:
 - 10.00 horas - Categorías Xuvenil-Cadete e Infantís
 - 11.00 horas - Categorías Alevín-Benxamín
 - 11.30 horas -Carreira Pitufos
 - 12.00 horas - Categorías Junior-Promesa, Sénior e Veteráns
3. CATEGORÍAS E QUILÓMETROS PERCORRIDO:
 - PITUFOS: Nen@s que naceron entre o ano 2.006 ó 2.009(400 m.)
 - BENXAMÍN: Nen@s que naceron nos anos 2004 e 2005 (1.000 m.)
 - ALEVÍN: Nen@s nados en 2002 e 2003 (1.000 m.)
 - INFANTIL: Nen@s nados nos anos 2000 e 2001 (3.000 m.)
 - CADETE: Escolares nados nos anos 1998 e 1999 (3.000 m.)
 - XUVENIL: Escolares nados nos anos 1996 e 1997 (3.000 m.)
 - JUNIOR-PROMESA: Homes e mulleres nados entre 1991 e 1995 (10000 m.)
 - SENIOR: Homes e mulleres nados entre 1979 e 1990 (10.000 m.)
 - VETERANOS A: Homes e mulleres nados entre 1973 e 1978 (10.000 m.)
 - VETERANAS B: Mulleres que naceron en 1972 ou antes (10.000 m.)
 - VETERANOS B: Homes que naceron entre 1953 e 1972 (10.000 m.)
 - VETERANOS C: Homes que naceron en 1952 ou antes (10.000 m.)
4. INSCRIPCIÓNS (Ver prazos no regulamento específico de cada categoría):
 Maiores de 18 anos: a través de <http://carrera.elcorreogallego.es> ata o 27 de febreiro.
 Escolares (data límite o luns 25 de febreiro): a través do centro de ensino, si son da bisbarra da Costa da Morte, ou de forma individual, pero con permiso paterno (os formularios deberán cubrilos no formato orixinal Excell que deberán baixar a través da páxina web: www.camarinas.net/direccion)e envialos a través do e-mail: fran.puga@camarinas.dicoruna.es
5. TODOS os corredores, excepto as categorías Pitufo, benxamín e alevín, levarán un chip (que deberán atar nas suas zapatillas) que é de obrigada devolución.
6. TODOS os participantes deberán colocarse na zona de saída 15 minutos antes do comenzo da proba.
7. A Organización contará coa axuda dos organismos municipais competentes que regularán o tráfico ó longo de todo o percorrido.
8. Está rigorosamente prohibido o acompañamento dos participantes mediante o uso de vehículos de axuda. A non observancia desta norma implicará a inmediata descalificación dos atletas acompañados.
9. Toda persoa que corra sen estar inscrita, farao baixo a súa responsabilidade e non poderá participar de trofeos nin obsequios. Tampouco estará amparada polos seguros da proba. Ademais si os xuíces así o estiman poden ser retirados do circuito.
10. Todo corredor/a que incumpla as normas da competición ou as establecidas nos regulamentos da RFEA e FGA referentes a probas en ruta, será descalificado a criterio do xuíz árbitro da competición. TODAS AS RECLAMACIÓNS DEBERÁN SER DIRIXIDAS Ó XUIZ

ÁRBITRO DA COMPETICIÓN cun prazo máximo de 30 minutos despois da publicación dos resultados da proba en cuestión.

11. Coa realización da inscrición todo participante cede os seus dereitos de imaxe á organización que tratará ditas imaxes con arreglo á lei de protección de datos.
12. Todos os participantes, polo feito de tomar a saída na Carreira, aceptan o presente regulamento, e no caso de dúbida ou de xurdir algunha situación non reflectida no mesmo, estarase ao que dispoña o Comité Organizador e polas normas da FGA e RFEA para probas autonómicas de ruta..
13. Todos os atletas están obrigados a circular polo carril dereito xa que a carreira discorre con tráfico aberto polo outro carril nunha zona determinada e poderán ser retirados da carreira polas autoridades de tráfico se non o fan dese xeito.

REGULAMENTO CARREIRA ADULTOS

1. Na 7ª CARREIRA PEDESTRE POPULAR COSTA DA MORTE - EL CORREO GALLEGO, Poderán participar tanto atletas federados como non federados nados a partir de 1995, é dicir os que cumpran en 2013 18 anos ou máis. De acordo co disposto no artigo 3.4 do regulamento de competicións de campo a través, marcha, carreiras en carretera e reunións de pista cuberta e aire libre para competicións autonómicas que regula a participación de atletas estranxeiros e de outras federacións autonómicas. Máis información desta norma en http://www.rfea.es/normas/pdf/reglamento_competiciones.pdf
2. PERCORRIDO: Terá un total de 10 quilómetros, aproximadamente (estará sinalizado en cada km): Saída, ás 12.00 horas, de Ambrosio Feijoo-San Miguel-Areal-avda Eugenio López-Praza de San Xurxo-Pista Mourín-Mourín-Cruce da Pedrosa- Pista de Reira-Estrada do Vilán-Cemiterio Novo-Riás-Pista Mourín-Avda Juan Carlos I-Estrada do Vilán-Rotonda-Chegada a Ambrosio Feijoo. . Establécese un tempo máximo de duración da proba, que será de 1 hora, 20 minutos.
3. A clasificación será absoluta e por categorías.
4. Os corredores estarán controlados ó longo de TODO o percorrido a través dun chip que se lle entregará a cada corredor, xunto co dorsal, o mesmo día da proba, e que deberán colocar nas súas zapatillas antes da saída. É obrigatorio entrar na liña de meta co dorsal e co chip. Serán descalificados aqueles que cheguen sen algún destes elementos. OS CHIPS SON DE OBRIGADA DEVOLUCIÓN, OS QUE ASÍ NON O FIXERAN NON ENTRARÁN NAS CLASIFICACIÓNS, NIN RECIBIRÁN NINGÚN TIPO DE AGASALLO.
5. O CONTROL DE CHEGADA PECHARASE UNHA HORA E 20 MINUTOS DESPOIS DE DAR A SAÍDA.
6. As inscricións poderanse formalizar a partir do sábado día 9 ata o mércores día 27 de febreiro, vía on-line a través de <http://carrera.elcorreogallego.es>, seguindo as instrucións que figuren nesa páxina. Tamén se poderán formalizar, dentro destes prazos, pero de luns a venres, na Delegación do Grupo Correo Gallego sita na Avda. Fernando Blanco, 47A-1ª de Cee de 10.00 a 14.00 horas e de 16.00 a 19.30 horas, e no Concello de Camariñas (Dpto. Deportes), en horario de 9.00 horas ata as 14,00 h de luns a venres. Teléfono de información: 981.736.000. Preguntando por Fran Puga. NON SE ADMITIRÁN INSCRICIÓN FÓRA DESTES PRAZOS.
7. Nas inscricións deberá constar OBRIGATORIAMENTE: nome, apelidos, sexo (F=feminino e M=masculino), nº DNI con letra ou pasaporte, Nº de licenza federativa (só corredores federados), data de nacemento completa (día, mes e ano), poboación de nacemento e teléfono. O SISTEMA REXEITARÁ AS INSCRICIÓN AS QUE LLES FALTE ALGÚN DESTES DATOS. Os nados nos dezasete concellos da Costa da Morte deberán marcar cun X a cuadrícula correspondente, e a maiores os nados no Concello de Camariñas. Os atletas que non marquen estas opcións non entran nesta clasificación.

8. Os dorsais e chips recolleranse na zona de saída o mesmo día da proba dende as 8.30 h ata media hora antes de cada saída.
9. NON SE ACEPTARÁN INSCRICIÓNS POR TELÉFONO, NIN FÓRA DOS PRAZOS INDICADOS.
10. Establécense as seguintes categorías segundo o ano de nacemento:

CATEGORÍA FEMININA:

- JUNIOR-PROMESA:** Mulleres nadas entre 1990 e 1995
- SENIOR:** Mulleres nadas entre 1978 e 1989
- VETERANAS A:** Mulleres nadas entre 1972 e 1977
- VETERANAS B:** Mulleres nadas en 1971 ou antes.

CATEGORÍA MASCULINA:

- JUNIOR-PROMESA:** Homes nados entre 1990 e 1995
- SENIOR:** Homes nados entre 1978 e 1989
- VETERANOS A:** Homes nados entre 1972 e 1977
- VETERANOS B:** Homes nados entre 1953 e 1971
- VETERANOS C:** Homes nados en 1952 ou antes.

11. Repartiranse os seguintes premios:

CATEGORÍA FEMININA.

- 1.^a Clasificada: trofeo e 600 euros
- 2.^a Clasificada: trofeo e 450 euros
- 3.^a Clasificada: trofeo e 300 euros

Trofeo á 1.^a clasificada das CATRO categorías establecidas, exceptuando as tres primeiras.

CATEGORÍA MASCULINA.

- 1.^o Clasificado: trofeo e 600 euros
- 2.^o Clasificado: trofeo e 450 euros
- 3.^o Clasificado: trofeo e 300 euros

Trofeo ó 1.^o clasificado das CINCO categorías establecidas, exceptuando os tres primeiros.

Trofeo e 150 euros ó primeiro clasificado da categoría masculina e feminina entre os corredores nados en calquera dos dezasete concellos da Costa da Morte; en caso de que o primeiro nacesse en Camariñas, este premio pasará ó segundo corredor da bisbarra.

Trofeo e 150 euros ó primeiro e primeira clasificados entre os participantes nados no Concello de Camariñas.

NOTAS: En ningún caso un mesmo atleta poderá recibir dous premios á vez, percibindo unicamente o de maior contía.

12. Os premios en metálico seranlles aboados ós atletas o mesmo día da proba, previa presentación da súa documentación (DNI ou pasaporte).
13. TODOS os corredores que entren en meta co control aberto, e entreguen o chip, recibirán unha camiseta.
14. A Organización porá a disposición dos participantes da carreira de adultos un lugar onde poderse cambiar, pero se lles informa que non hai servizo de garda roupa. O lugar é o Pavillón Municipal de Camariñas (dispoñible tamén para ducharse despois de correr, a 7 min. andando da saída).
15. Os únicos vehículos que poderán seguir a proba, serán os autorizados pola organización.
16. A Organización porá a disposición dos participantes da carreira de 10 km un Servizo de fisioterapia en colaboración co Colexio Oficial de Galicia de Fisioterapeutas.

REGULAMENTO CATEGORÍAS INFANTIL, CADETE E XUVENIL

1. A 7ª Carreira Pedestre Popular Costa da Morte-El Correo Gallego escolar celebrarase o domingo día 3 de marzo de 2013 na localidade de CAMARINAS ás 10.00 horas.
2. Esta carreira está reservada para todos os corredores nados entre 1997 e 2000.
3. O percorrido será de 3 quilómetros, aproximadamente, e saíra de Rúa Ambrosio Feijoo-San Miguel-Areal-avda Eugenio López-Praza de San Xurxo-Pista Mourín-Cotro- Carreira-Avda Juan Carlos I-Estrada do Vilán-Rotonda. Chegada en Ambrosio Feijoo.
4. Os participantes deberán colocarse na zona de saída 15 minutos antes do comezo da proba.
5. Os premios estableceranse por participación individual e por equipos (colexios ou institutos)
6. Por participación individual, establécense seis categorías (tres femininas e tres masculinas) distribuídas da seguinte forma:
 - 1) **INFANTIL FEMININA:** nadas en 2000 e 2001
 - 2) **INFANTIL MASCULINA:** nados en 2000 e 2001
 - 3) **CADETE FEMININA:** nadas en 1998 e 1999
 - 4) **CADETE MASCULINA:** nados en 1998 e 1999
 - 5) **XUVENIL FEMININA:** nadas entre 1996 e 1997
 - 6) **XUVENIL MASCULINA:** nados entre 1996 e 1997
7. Recibirán un trofeo e un agasallo os primeir@s de cada categoría.
8. Recibirán trofeo os segund@s e terceir@s clasificad@s de cada categoría.
9. O centro escolar con maior número de alumn@s destas categorías en liña de meta, que estean inscritos oficialmente a través do colexio, sexan da categoría que sexan e sen importar a orde de chegada, recibirá un trofeo e 150 euros. Non puntuarán os rapaces inscritos de forma individual.
10. Esta carreira estará controlada en TODO o percorrido por chip, que se entregará xunto cos dorsais o mesmo día da proba dende as 8.30 horas ata media hora antes da saída. **RECÓRDASE QUE OS CHIPS SON DE OBRIGADA DEVOLUCIÓN, NON ENTRARÁN NAS CLASIFICACIÓNS NINGÚN ESCOLAR QUE NON O FIXERA, NIN TAMPOUCO RECIBIRÁ MEDALLA NIN AGASALLO. O CENTRO ESCOLAR SERÁ O RESPONSABLE DA DEVOLUCIÓN DESTES CHIPS.**
11. O CONTROL DE CHEGADA PECHARASE 45 MINUTOS DESPOIS DE QUE ENTRE EN META O PRIMEIRO CORREDOR CLASIFICADO.
12. En TODAS as inscricións (individuais e por equipos) deberán figurar OBRIGATORIAMENTE os seguintes datos: nome, apelidos, sexo (F=feminino e M=masculino), nº DNI con letra (só os que o teñan), data de nacemento completa (día, mes e ano). Os colexios e clubs cumprimentar enderezo, teléfono e nome do profesor ou tutor responsable. Os que se inscriban de forma individual ademais deberán poñer o enderezo, poboación de nacemento e teléfono.
13. A inscrición poderase formalizar dende o sábado 9 de febreiro ata o lunes 25 de febreiro:
 - **INSCRIPCIÓN POR EQUIPOS:** para a participación por centro escolar deberán formalizar na súa totalidade as follas de inscrición facilitadas pola organización, en formato excell, que descargarán en <http://carrera.elcorreogallego.es>. Ou a través de www.camarinas.net/direccion
 - **INSCRIPCIÓNS ESCOLARES INDIVIDUAIS** (non puntuarán na clasificación por colexios): deberán enviar os seus datos, xunto ca autorización paterna (a descargar a través de calquera das webs indicadas anteriormente), ó e-mail: fran.puga@camarinas.dicoruna.es , ou ben de forma presencial, nos mesmos lugares e prazos establecidos no regulamento xeral.

• **NON SE ADMITIRÁN INSCRICIÓNS FÓRA DESTES PRAZOS.**

- 14.** TODOS os escolares que entren en meta co control aberto e entreguen o chip correctamente, recibirán unha medalla e unha camiseta.
- 15.** Será necesario documentar a idade para poder acceder ós premios.
- 16.** A Carreira Pedestre na categoría escolar, salvo o especificado por este regulamento, rexerase polo xeral da 7ª CARREIRA PEDESTRE POPULAR COSTA DA MORTE-EL CORREO GALLEGO.

REGULAMENTO PARA ALEVÍNS E BENXAMÍNS

- 1.** Esta carreira está reservada para os nenos e nenas nados entre 2002 e 2005.
- 2.** A inscrición poderá formalizarse dende o sábado día 9 ata o luns, día 25 de febreiro, utilizando os mesmos formatos que os establecidos na carreira de infantis, cadetes e xuvenis.
- 3.** Sairá da Casa da Pedra na Avda. Amprosio Feijoo, ás 11.00 horas. Terá un percorrido de 1.000 m. aproximadamente pasando pola Rotanda, Alcalde Nogueira Patiño, baixada á dársena vella, Rotonda e Casa da Pedra.
- 4.** Os dorsais entregaranse dende ás 8.30 horas ata media hora antes da saída. Esta carreira non está regulada por chips.
- 5.** Os participantes deberán colocarse na zona de saída 15 minutos antes do comezo da proba.
- 6.** Establécense catro categorías, dúas femininas e dúas masculinas:
 - 1) **BENXAMÍN FEMININA:** nenas nadas en 2004 e 2005
 - 2) **BENXAMÍN MASCULINA:** nenos nados en 2004 e 2005
 - 3) **ALEVÍN FEMININA:** nenas nadas en 2002 e 2003
 - 4) **ALEVIN MASCULINA:** nenos nados en 2002 e 2003
- 7.** Recibirán un trofeo e un agasallo os primeir@s de cada categoría.
- 8.** O CONTROL DE CHEGADA PECHARASE QUINCE MINUTOS DESPOIS DE QUE ENTRE EN META O PRIMEIRO CORREDOR CLASIFICADO.
- 9.** TODOS os escolares que entren en meta co control aberto recibirán unha medalla e unha camiseta.
- 10.** Será necesario documentar a idade para poder acceder ós premios.
- 11.** NOTA: os corredores das categorías benxamín e alevín NON entran na clasificación por colexios.

REGULAMENTO CARREIRA DOS PITUFOS

- 1.** Ás 11.30 darase a saída para os rapaces e rapazas que naceron entre o ano 2006 e o 2009. Farán un percorrido de 400 m. aproximadamente entre a Casa da Pedra e a rotonda. Os prazos e formatos para inscribirse, serán as mesmas que as establecidas nas carreiras de menores.
- 2.** Todos estos corredores recibirán o finalizar a carreira unha medalla e un agasallo. Non haberá clasificación oficial desta proba.

NOTA: TODOS os corredores oficialmente inscritos terán un seguro de accidentes e de responsabilidade civil.



Patrocinan y colaboran:



Industrias Verdeimar, S.L.



Prodemar

Stolt Sea Farm, S.A.



galivivienda XXI
sociedad cooperativa



Helvetia Compañía Suiza, Sociedad Anónima de Seguros y Reaseguros



CENTRO DEPORTIVO
base:



Colaboran os concellos de:



Cabana de Bergantiños



concello de CARBALLO



Carnota



Cee



Corcubión



Coristanco



Dumbria



Fisterra



A Laracha



Malpica de Bergantiños



Mazaricos



Muxía



Ponteceso



Vimianzo



Concello de Zas