

## **- REGULAMENTO -**

### **XXIX CARREIRA POPULAR - VOLTA Á RÍA**

#### **MEMORIAL "ADOLFO ROS"**

O vindeiro día **14 de decembro de 2014, ás 10 horas**, terá lugar a saída da **XXIX CARREIRA POPULAR - VOLTA Á RÍA, "MEMORIAL ADOLFO ROS"**, que se celebrará consonte co seguinte:

#### **REGULAMENTO XERAL**

- 1.- A saída e chegada terá lugar na Praza de España de Ferrol.
- 2.- O percorrido será de 21.097'5 metros aproximadamente, e discorrerá polos concellos de FERROL, NARÓN, NEDA, FENE e FERROL.
- 3.- A Organización contará coa axuda da Garda Civil de Tráfico e da Garda Municipal dos catro Concellos, que regularán o tránsito ao longo do percorrido.
- 4.- Así mesmo actuarán como colaboradores habilitados pola organización, as agrupacións de Protección Civil dos catro Concellos citados, así como o Club Ciclista Ferrol, Club Triatlón Ferrol e Club Atletismo Ria Ferrol – Concepción Arenal.
- 5.- Prohíbese o acompañamento dos participantes e o uso de coches de apoio. O incumprimento desta norma implicará a inmediata descalificación dos corredores que a infrinxiran. Os únicos vehículos autorizados que poderán seguir a proba serán os das forzas de seguridade e os de apoio a organización, que contarán con roupa apropiada e visible.
- 6.- O percorrido estará sinalizado como mínimo cada 5 kms.
- 7.- No percorrido estableceranse controis, así como postos de avituallamento situados nos Concellos de Narón, Neda, Fene e Ferrol e estarán nos kilómetros 5, 10, 15 e 20 aproximadamente.
- 8.- O control de chegada pecharase unha hora despois de que entre en meta o primeiro clasificado. Cando un participante sobrepase o tempo previsto de peche de control (unha hora dende que entre o primeiro clasificado), será avisado pola organización e deberá subir ao coche oficial que pecha a carreira e abandonar a proba coa fin de non entorpecer o tráfico automobilístico e o desenvolvemento da propia actividade. No caso de continuar, farao baixo a súa responsabilidade, debendo cumprir as normas e sinais, e considerarse un usuario máis da vía, quedando eximida a organización de toda responsabilidade do que puidese acontecer (Regulamento xeral de circulación R.D. 1428/2003).

9.- **AS INCRICIONS DA PROBA ABSOLUTA** poderanse efectuar a partir do día *24 de novembro* ata o día *9 de decembro* na seguinte dirección:

Por mail / web en: [www.championchipnorte.com](http://www.championchipnorte.com)

Aqueles que se inscriban máis dunha vez, inducindo a posible erro á Organización, quedarán descalificados.

10.- A Organización ten suscrito un Seguro Colectivo de Accidentes e Responsabilidade Civil. De tódolos xeitos, a Organización recomenda aos participantes que, con anterioridade á proba, efectúen un recoñecemento médico específico e que realicen un adestramento axeitado para as características desta competición.

11.- A retirada de chips e dorsais poderase efectuar ao longo do sábado, 13 de decembro, de 16.00 a 21.00 horas na oficina da secretaría da proba, na Praza de España así como o domingo 14 de decembro, dende as 8.00 ata as 9.30 horas. O acto de recollida de dorsal e chips entenderase como confirmación da participación, debendo por tanto, recoller os dorsais persoalmente.

Todas as persoas inscritas na proba deberán (excepto os propietarios de chip Champion Chip) devolver o chip ao rematar a mesma. A non devolución ou perda do mesmo implica o pagamento da cota de 5 euros, así como o non dereito de recibir regalo algún e aparecer na clasificación.

12.- Establécense as seguintes categorías, tanto en homes como en mulleres, existindo unha clasificación absoluta ou xeral e outra por categorías:

- Categoría A: Nados/as en 1996 e 1997.
- Categoría B: Nados/as en 1993 , 1994 e 1995
- Categoría C: Nados/as en 1992 ata 35 anos cumpridos o día da proba.
- Categoría D: De 35 a 40 anos
- Categoría E: De 41 a 49 anos
- Categoría F: De 50 a 59 anos
- Categoría G: A partir de 60 anos.
- Categoría H: Minusválidos/as en cadeira de rodas.
- Categoría I: Residentes dos Concellos organizadores (nados no 1993 e anteriores).

### 13.- PREMIOS:

Haberá trofeos para os tres clasificados de cada categoría.

Os residentes nos Concellos organizadores (categoría I) que obteñan premio, deberán xustificar a súa residencia en calquera dos catro Concellos (Ferrol, Narón, Neda e Fene).

Todos os participantes que obtivesen algún premio deberán presentar algún documento de identidade (DNI ou pasaporte). A non presentación deste documento supón a non entrega do premio.

14.- A proba sera controlada polo **Comité Galego de Xuíces de Atletismo** e rexerese polas normas do Regulamento da IAAF. Tamén está incluída no **Calendario Oficial da Federación Galega de Atletismo**.

15.- A entrega de trofeos e premios terá lugar ás 13:00 horas na Praza de España.

16.- A Organización non se fará responsable dos danos morais ou materiais que poidan sufrir os participantes antes, durante ou como consecuencia da súa participación nesta proba.

17.- Os participantes deberán correr en todo momento pola dereita da calzada, sendo motivo de descalificación calquera infracción deste punto.

18.- A Organización poderá modificar o presente regulamento, sen previo aviso. Igualmente resérvase a facultade de decidir sobre calquera aspecto ou circunstancia non contemplada neste Regulamento.

19.- A inscrición na proba suporá a total aceptación deste Regulamento por tódolos atletas participantes.

20.- Dado o espírito estritamente deportivo e popular desta proba, non se admitirán reclamacións.

21.- Todos os corredores/as o realizar a inscrición aceptan a publicación do seu nome e imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e/ou internet. Mediante a inscrición o corredor consinte expresamente que os seus datos sexan empregados pola organización para comunicacións acerca da súa actividade. En todo caso e tal e como establece a Lei de Protección da datos, o interesado pode exercer os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante un escrito ou correo electrónico nas oficinas do Negociado de Deportes do Concello de Ferrol, Praza de Armas s/n, 15402 Ferrol.

22.- A proba terá o seguinte percorrido:

#### **SAÍDA DE FERROL**

- Saída Carretera de Castilla dirección Narón.
- Xiro á dereita por calle Sánchez Calviño.
- Xiro á esquerda por calle Nueva de Caranza.
- Xiro á dereita por calle República Argentina.

- Xiro á esquerda por calle Adolfo Ros Rodal.
- Xiro á esquerda por calle México.
- Xiro á dereita por calle Nueva de Caranza.
- Xiro á dereita por carretera de Castilla.
- Paso por glorieta de Nicasio Pérez.
- Continuamos por carretera de Castilla.

#### **ENTRADA EN NARÓN**

- Ponte das Cabras.
- Carretera de Castilla.
- Rotonda de Freixeiro.
- Carretera de Castilla.

#### **ENTRADA EN NEDA**

- Ponte de Xubia.
- Avda. de Xubia.
- Cruce de avda. de Xubia con Toeira.
- Toeira – Coto – Santa María – Avda. de Algeciras.
- Medico Cebreiro.
- Puntal.

#### **ENTRADA EN FENE**

- Avda. de Conces.
- Cruce Igrexia.
- Avda. das Pías.

#### **ENTRADA EN FERROL**

- Paso por ponte das Pías.
- Paso por avda. das Pías.
- Xiro á dereita por calle Venezuela.
- Xiro á dereita por Sánchez Calviño.
- Xiro á esquerda por República Argentina.
- Xiro á esquerda por calle Adolfo Ros Rodal.
- Xiro á esquerda por calle México.

- Xiro á dereita por calle Nueva de Caranza.
- Xiro á esquerda por calle Venezuela.
- Xiro á esquerda por calle Camino Barbeito.
- Xiro á esquerda por Carretera de Castilla.
- Carretera de Castilla.
- Meta na entrada do túnel da Praza de España.

## **CADEIRAS DE RODAS**

As cadeiras deberan ter un mínimo de 2 rodas grandes e 1 pequena.

Non permitirase a participación en cadeiras de rodas de paseo, que non foran diseñadas para a actividade de atletismo.

O deseño da cadeira de rodas non deberá incorporar ningún dispositivo para aumentala súa capacidade aerodinámica.

O diámetro da roda grande, incluíndo o inflado non debe exceder de 70 cm.

O diámetro da roda pequena incluíndo o inflado non debe exceder dos 50 cm.

Non permíranse engraxes mecánicos ou palancas que poidan ser usados para impulsala cadeira.

Ningunha parte da cadeira poderña sobresair por detrás do plano vertical do borde posterior das rodas traseiras.

Soamente permitirase un dispositivo mecánico de dirección manual. O atleta deberña ser capaz de xirala cadeira manualmente, de fronte, a dereita e a esquerda.

Os atletas aseguraranse que ningunha parte dos seus membros inferiores toquen o chan durante a carreira.

Será responsabilidade do competidor que a cadeira de rodas este conforme as regras arriba indicadas e non retrasar a carreira mentres fai os axustes a cadeira.

Todos os atletas en cadeiras de rodas levarán casco obrigatoriamente durante toda a carreira.

O desprazamento mediante algun método, excepto o empuxe do corredor sobre as rodas ou aros de impulsión suporía a descalificación.

## CARREIRA DE MENORES

A continuación da saída da XXIX CARREIRA POPULAR, MEMORIAL “ADOLFO ROS”, terá lugar a carreira das categorías menores, percorrendo polo Concello de Ferrol cos mesmos puntos de saída e de chegada que a carreira principal.

As idades das categorías tanto en nenas coma en nenos serán as seguintes:

- BENXAMINS Nados/as no 2006/2007
- ALEVINS. . . . . Nados/as no 2004/2005
- INFANTIS. . . . . Nados/as no 2002/2003
- CADETES. . . . . Nados/as no 2000/2001
- XUVENIS. . . . . Nados/as no 1998/1999

As distancias a percorrer por categoría serán as seguintes:

		<i>DISTANCIA</i>
<b>9:30</b>	<b>Xuvenil masculino/ feminino</b>	4Km ( 4 vueltas)
	<b>Cadetes masculino / feminino</b>	
<b>10:05</b>	<b>Infantil masculino/ feminino</b>	2 Km (2 vueltas)
<b>10:15</b>	<b>Alevín masculino/ feminino</b>	
<b>10:30</b>	<b>Benxamin masculino/ feminino</b>	1Km ( 1 vuelta)

Premiaranse con trofeos aos tres primeiros clasificados de cada categoría, tanto en nenos como en nenas. Para poder acceder aos premios haberá que xustificar documentalmente a idade dos participantes.

Na categoría escolar, son de aplicación as Bases do XV Circuito Ferrolán de Carreiras Populares e de Campo a través (esta proba está incluída dentro do circuito).

**INSCRICIÓNS.** Para participar nesta proba, deberase inscribir aos participantes a través da seguinte dirección no formulario da páxina Web da delegación [www.fgatletismo.es/ferrol](http://www.fgatletismo.es/ferrol), o máis tarde, o **mércres anterior á carreira**.

Lembramos que a carreira popular XXIX CARREIRA POPULAR, MEMORIAL “ADOLFO ROS”, é tamén unha proba do XV Circuito Ferrolán de Carreiras Populares e Campo a Través, evento que forma parte do Programa Xogade, polo que será requisito indispensable de cara á

participación e puntuación no citado circuito<sup>1</sup>, inscribir aos nenos no programa [www.deporteescolargalego.com](http://www.deporteescolargalego.com).

Asimesmo lembramos que no caso dos colexios, tal e como describe o art. 4 do regramento do XV Circuito Ferrolán de Carreiras Populares e Campo a Través, ademais de efectuar a inscrición de cada un dos participantes, deberase remitir un listado por categoría e sexo de todos os participantes de cada centro, que deberá estar asinado polo Director/a de cada centro; ao Negociado de Deportes do Concello de Ferrol o máis tarde, o **mércores anterior á xornada**.

## **OBSERVACIÓNS IMPORTANTES:**

A proba rexerese polo regulamento xeral da XXIX CARREIRA POPULAR, MEMORIAL “ADOLFO ROS” e do Regulamento da IAAF.

Cando un participante sobrepase o tempo previsto de peche de control (unha hora dende que entre o primeiro clasificado), será avisado pola organización e deberá subir ao coche oficial que pecha a carreira e abandonar a proba coa fin de non entorpecer o tráfico automobilístico e o desenvolvemento da propia actividade. No caso de continuar, farao baixo a súa responsabilidade, debendo cumprir as normas e sinais, e considerarse un usuario máis da vía, quedando eximida a organización de toda responsabilidade do que puidese acontecer (Regulamento xeral de circulación R.D. 1428/2003).

---

<sup>1</sup> Só para nenos/as participantes co seus clubs ou colexios no XV Circuito Ferrolán de Carreiras Populares e de Campo a través