



REGULAMENTO XXXI CARREIRA POPULAR SAN XIAO - UDC 25

A **XXXI CARREIRA POPULAR SAN XIAO UDC 25**, organizada polo Servizo de Deportes do Concello de Ferrol e a Universidade da Coruña e co control técnico da Delegación en Ferrol da Federación Galega de Atletismo, terá lugar o domingo **11 de xaneiro de 2015** a partir das 11:00 h da mañá. A proba está suxeita ás seguintes normas:

1. A saída e a chegada situaranse nas proximidades do Pavillón Municipal de Esteiro.
2. A proba discorrerá por un circuíto de acordo co plano deseñado.
3. A organización contará coa axuda da Policía Local, Protección Civil, persoal do Servizo de Deportes e voluntarios, que regularan o tránsito o longo do percorrido.
4. 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.
5. A proba estará controlada polo Comité Galego de Xuíces, que establecerá os correspondentes controis ao longo do circuíto
6. O percorrido estará sinalizado como mínimo cada kilómetro.
7. No percorrido estableceranse controis, así como un posto de avituallamento.
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. 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.

10. CATEGORÍAS:



10.1.- CATEGORIAS ABSOLUTAS:

Establécense as seguintes categorías masculinas e femininas:

- Xuvenil mulleres e homes Nados nos anos 1998 e 1999
- Júnior mulleres e homes Nados nos anos 1996 e 1997
- Promesa mulleres e homes Nados nos anos 1993, 1994 e 1995
- Nados en 1992 até aqueles con 35 anos feitos o día da proba
- Veterano de 35 a 44 anos
- Veterano de 45 a 54 anos
- Veterano de 55 a 64 anos
- Veterano a partir de 64 anos
- Cadeira de rodas
- Discapacitados visuais.

O percorrido será de 10.000 metros aproximadamente, e discorrerá polo concello de Ferrol.

Inscricións. As inscricións das categorías absolutas poderán efectuarse a partir do día 29 de decembro até as 22:00 h do día 6 de Xaneiro a través da páxina web <http://www.carreirasgalegas.com>

Non se admitirá outra vía de inscrición que a sinalada anteriormente.

A retirada de chips e dorsais poderase efectuar ao longo do sábado, 10 de decembro, de 16.00 a 21.00 horas no Sport Zone do Centro comercial Odeón n así como o domingo 11 de xaneiro, dende as 8.00 ata as 10:30 horas no Salón de actos da Vicerreitoría do campus de Ferrol (enfrente a o pavillón de Esteiro).

O acto de recollida de dorsal e chips entenderase como confirmación da participación

A organización non se fai responsable das consecuencias derivadas dunha inscrición defectuosa e/ou errónea por parte dos corredores ou a persoa en quen delegaren.

No caso dos atletas discapacitados, deberan facer constar a circunstancia no momento da inscrición así como entregar copia da licenza coa valoración da discapacidade recoñecida.

CADEIRAS DE RODAS

As cadeiras deberan ter un minino 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 permitiranse engranaxes 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 deberá 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.

DISCAPACIDADE VISUAL

Todos os atletas deberán obrigatoriamente participar con un guía. Este guía se identificará con un peto de color brillante facilitado por la organización. Si algún atleta con discapacidad visual no tiene guía, la organización no le permitirá participar en la prueba, por motivos de seguridad.

Cuando el corredor con discapacidad visual cruce la línea de llegada, el guía deberá estar detrás de él.

El método de guía podrá elegirlo el atleta. Este podrá escoger entre ser dirigido por un guía que le sujete por el codo, o por medio de una atadura, o correr sin ninguna sujeción. No está permitido sostener al atleta, o sujetarse de su ropa o atar las manos del atleta con las del guía entre sí. La atadura deberá dejar un espacio de por lo menos 5 cm. Entre las manos del atleta y del guía respectivamente. Además el corredor podrá recibir instrucciones verbales del guía.



Los guías no podrán usar bicicletas u otros medios mecánicos de transporte.

El Guía no podrá en ningún momento tirar del atleta, o empujarle para darle impulso. La infracción de esta regla supondrá su descalificación.

Independientemente de que se utilice atadura o no, entre el atleta y el guía no podrá haber en ningún momento una distancia mayor a 0,50 metros.

10. 2.- CATEGORÍAS ESCOLARES

Establécense as seguintes categorías masculinas e femininas:

- Benxamín Nados/as nos anos 2006 e 2007
- Alevín Nados/as nos anos 2004 e 2005
- Infantil Nados/as nos anos 2002 e 2003
- Cadete Nados/as nos anos 2000 e 2001

As distancias a percorrer por categoría serán as seguintes:

HORA	CATEGORIA	DISTANCIA
10:00	Cadetes masculino / feminino	4.000 mts aprox
10:20	Infantil masculino/ feminino	2.000 mts aprox
10:35	Alevín masculino/ feminino	
10:50	Benxamin masculino/ feminino	1.000 mts aprox

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, o máis tarde, o **mércres anterior á carreira.**

Lembramos que a carreira popular XXXII CARREIRA POPULAR SAN XIAO UDC 25 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 circuito¹, inscribir aos nenos no programa www.deporteescolargalego.com.

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



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; áo Negociado de Deportes do Concello de Ferrol o máis tarde, o **mércres anterior á xornada**.

11.- **Premios.** A organización premiará as tres primeiras persoas clasificadas de cada categoría das absolutas e escolares. A entrega de trofeos realizarase ás 13:00 h.

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

13.- O Servizo de Deportes do Concello de Ferrol, a Universidade da Coruña e a Federación Galega de Atletismo non se fan responsables dos danos morais ou materiais sufridos polas persoas participantes nesta proba ou que estas ocasionen a outras persoas.

14.- A organización poderá modificar este regulamento ou o circuito polo que discorrerá a carreira sen aviso previo. Así mesmo, resérvase a facultade de decidir sobre calquera circunstancia ou aspecto que non se considere neste regulamento.

15.- Ao se inscribiren, todos os corredores aceptan a publicación do seu nome e a súa imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e/ou a internet. De igual maneira, mediante a inscrición o/a corredor/a consente expresamente que os seus datos sexan empregados pola organización para comunicacións acerca da súa actividade.

En calquera caso, tal e como establece a Lei de protección de datos de carácter persoal, as persoas interesadas poden exercer os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición a través dun escrito ou correo electrónico dirixido ao Servizo de Deportes do Concello de Ferrol, praza de Armas s/n, 15402 Ferrol, <deportes@ferrol.es>.

16.- Coa inscrición na proba enténdense aceptadas todas as normas e demais consideracións reflectidas neste regulamento.

17.- Disporase de servizo de duchas e gardarroupa no Pavillon Municipal de Esteiro.