



CONCELLO DE
DODRO



FEDERACIÓN GALLEGA DE ATLETISMO

XIII Carreira Pedestre Lestrove 2011

O Concello de Dodro celebra a XIII edición da súa Carreira Popular o mércores 12 de outubro de 2011 na localidade de Lestrove-Dodro baixo o control técnico da Federación Galega de Atletismo (Delegación en Santiago) e de acordo co seguinte:

REGULAMENTO

1. Poderán participar atletas federados e non federados; haberá unha sola clasificación conxunta. O control técnico das probas estará a cargo do Comité de Xuices da Federación Galega de Atletismo, Delegación de Santiago de Compostela.

2. CATEGORÍAS E DISTANCIAS DOS PARTICIPANTES:

CATEGORÍA	ANOS DE NACEMENTO	DISTANCIAS
PITUFOS	2004 e posteriores	150 metros
BENXAMÍN	2002-2003	815 metros
ALEVÍN	2000-2001	815 metros
INFANTIL	1998-1999	2110 metros
CADETE	1996-1997	2110 metros
XUVENIL/JUNIOR	1994-1995-1993-1992	10000 metros
PROMESA	1989-1990-1991	10000 metros
SENIOR	1988 ata veteranos	10000 metros
VETERANOS A	nados entre 1976 e 1971	10000 metros
VETERANOS B	nados entre 1970 e 1961	10000 metros
VETERANOS C	nados entre 1960 e 1951	10000 metros
VETERANOS D	nados en 1950 e anteriores	10000 metros
VETERANAS A	nadas entre 1976 e 1967	10000 metros
VETERANAS B	nadas en 1966 e anteriores	10000 metros

*A categoría PITUFO non é federada.

3. HORARIO DAS PROBAS

Todos os participantes deberán colocarse na liña de SAÍDA **5 minutos** antes do inicio de cada proba, sita a mesma no lugar de A Devesa, xunto F.P. e o POLIDEPORTIVO Novo de Padron.

HORA	CATEGORÍA
17:30 h	Pitufo (150 metros)
17:45 h	Benxamín e Alevín (815 metros)
18:00 h	Infantil e cadete (2110 metros)
18:30 h	Xuvenil, Junior, Promesa, Senior e Veteranos (10000 metros)
19:45 h	ENTREGA DE PREMIOS (Polideportivo Novo)

4. INSCRICIÓNS

As inscricións realizaranse na páxina web www.lestrove10.tk facendo constar os seguintes datos:

- **Nome e Apelidos**
- **Data de nacemento completa (dd/dd/yyyy)**
- **Clube (se o/a ten)**
- **Nº de licencia (se a 7º ten)**
- **Localidade de Procedencia**

Teléfono de información: **981 81 09 19** en horario de noite

O PRAZO DE INSCRICIÓN REMATARÁ O LUNS 10 DE OUTUBRO ÁS 22 HORAS. NON SE ADMITIRÁN INSCRICIÓNS O DÍA DA PROBA.

5. PREMIOS

- Trofeo os 3 primeiros/as clasificados/as de cada categoria establecida no presente regulamento
- Medalla para todos os participantes na Proba de Pitufos
- Trofeo de cristal os gañadores absolutos
- Trofeo o 2º e 3º da Carreira absoluta
- Trofeo os 3 primeiros equipos*
- Trofeo o 1º e 1ª local de cada carreira
- Trofeo o atleta mais veterano que logre concluir a proba absoluta

AGASALLOS

- 400 Camisetas Tecnicas
- Avituallamento líquido na liña de meta e no km 5 do percorrido; tamén froita e iogur, Agua e Powerade por xentilaza de Coca-Cola.

*A clasificación por clubs establecerase polos 4 primeiros clasificados de cada clube, pola suma dos seus postos, gañando o equipo que emenos puntos obteña. En caso de empate gañará o equipo que mellor posto acade o seu 1º clasificado.

Protección Civil de Rois velará en todo momento polo bo discurrir desta Carreira.

GAÑADORES DE EDICIONS ANTERIORES

HOMES	ANO	MULLERES
Eleuterio Couceiro Eiris	1992	Angeles Rodriguez del Rio
Manolo Louro Insua	1993	Angeles Rodriguez del Rio
Jesus Becerra Rodriguez	1994	Esther Pedrosa Carrete
Anton Amoedo Gimenez	1995	Esther Pedrosa Carrete
Rafael Fuentes Lubian	1996	Rosario Gesto Gonzalez
Rafael Fuentes Lubian	1997	Rosario Gesto Gonzalez
Xaquín Dosil Díaz	1998	Amalia Otero Gonzalez
Eduardo Alvarez Morais	2006	Chus Valiño Novo
Alejandro Pesado Fernadez	2007	Chus Valiño Novo
Alejandro Pesado Fernadez	2008	M ^a Jesus Gestido Rodriguez
Uxio Abuin Ares	2009	Isabel Saez Batallán
Juan P. Fernández Rodrigues	2010	Esther Pedrosa Carrete

CLUBES	ANO
Clube Deportivo Universitario	1995
Amigos Larga Distancia	1996
Amigos Larga Distancia	1997
Atletismo Esteirana	1998
Atletismo Milladoiro	2006
Atletismo Sar	2007
Atletismo Sar	2008
Atletismo Sar	2009
Atletismo Sar	2010