



II CARREIRA POR PARELLAS **obarconamora**

A Asociación Centro Comercial Aberto O Barco, en colaboración coa Delegación F.G.A en Valdeorras o Club ADAS-Proinor e Asociación Trotadas de Valdeorras, organiza a II Carreira por Parellas “obarconamora”, proba oficial da FGA, que se desenrolará o vindeiro 17 de Febreiro do 2013, de acordo o seguinte:

REGULAMENTO

1º.- Poderán participar nas distintas probas todos aqueles atletas que o desexen, por norma xeral nas competicións non porán participar atletas españois con axuda económica da RFEA, nin atletas estranxeiros que houbesen realizado unha marca igual ou mellor ca que se indica no seguinte cadro o longo da presente tempada ou nas 2 anteriores.

PROBAS	HOMES	MULLERES
800 M.L	1´48´´50	2´05´´00
1.500 M.L.	3´42´´00	4´17´´00
3.000 M.L.	8´10´´00	9´30´´00
5.000 M.L.	13´45´´00	15´55´´00
10.000M.L.	28´50´´00	33´50´´00
3.000 M.OBSTACULOS	8´50´´00	10´25´´00
10KM RUTA	29´10´´	33´50´´
MEDIO MARATON	1:03´00´´	1:13´30´´
MARATON	2:12´00´´	2:34´00´´

En ambos casos, esta prohibición non afectará as probas do Calendario Autonómico pola que o atleta teña licenza.

A RFEA, atendendo a especiais circunstancias deportivas, porá autorizar, previa solicitude e de maneira excepcional a participación de atletas estranxeiros (ou españois coa axuda económica) nas probas dos respectivos Calendarios Autonómicos.

As probas que teñan unha participación de atletas estranxeiros non residentes superior o 5% do total de inscritos, deberán obrigatoriamente estar incluídas no Calendario Nacional.

Nas competicións de ruta será obrigatorio cos circuítos das distancias milla, 5 Km. 10 Km. 15 Km. 20 Km. Medio Maratón. Maratón.100 Km. e Maratón por Relevos estén homologados pola RFEA.

En todos estes casos o atleta deberá poseer o permiso dea federación de seu país de acordo ca normativa IAAF.

2º.- As INSCRICIONS deberán estar en poder da Organización antes do día **15 de febreiro**, so en casos excepcionais poderanse facer o mesmo dia ata 1 hora antes da carreira.

3º.- Todas as inscricións realizaranse a través da páxina web da Delegación Valdeorresa de Atletismo (<http://www.fgatletismo.es/valdeorras/>).

Na categoría pitufos deberán inscribirse ata 30´ antes do comezo da proba.

4º.-A retirada de dorsais realizarase na carpa habilitada para tal fin na Praza José Otero, de 10 a 11.30 h.

As parellas que participen na Carreira absoluta irán atadas polos pulsos cun lazo que se entregará, xunto cos dorsais.

5º.-Tódolos participantes terán asignado un dorsal, este irá situado no peito e terá que ser visible no desenrolo da proba.

6º.-Farase un control de paso en un punto do circuíto que a organización establecerá durante o transcurso da proba polos cales terán que pasar os participantes para non ser descalificados.

7º.- O peche do control será 1 hora despois de que entre o 1º clasificado en meta.

8º.-Todo o non previsto na presente normativa se rexerá polas normas de competición da FGA, RFEA e IAAF para a presente tempada, así como todo o regulamentado por instancias superiores.

9º.-Todos os participantes o fan baixo a súa propia responsabilidade e polo feito de saír acepta o presente regulamento, e responsabilízase de calquer accidente que poida surxir durante a súa participación na proba, inda que a organización poñerá todos os medios o seu alcance para que non ocorran.

10º- Seguro: todos os participantes estarán amparados por unha póliza de Responsabilidade Civil e accidentes deportivos, excluídos os casos derivados de un padecemento latente, imprudencia o inobservancia das leis, da normativa da competición, etc. Tamén quedan excluídos os casos producidos polo desprazamento; o lugar da competición ou dende o mesmo. Non se permitirá a existencia no percorrido de ningún vehículo axeno a organización, estando estes últimos debidamente identificados.

11º.- O descoñecemento de este regulamento non exime do seu cumprimento.

PREMIOS

Trofeos as tres primeiras parellas de cada categoría.

Medalla para todos os nenos que rematen a proba.

Sorteos entre os participantes.

CATEGORÍAS

Na carreira absoluta, que será por parellas, establécense as seguintes categorías:
Dende 1998 en adiante.

- Categoría parella mixta (home+muller).
- Categoría parella masculina (home+home)
- Categoría parella feminina (muller+muller)

HORARIO-DISTANCIA

12.00H	PARELLAS ABSOLUTAS MASC. e FEM.	Dende o 98 en diante	5.000 M	
13.00H	INFANTIL MASC.e FEM.	2001 e 2000	1000 M	
13.10H	ALEVIN MASC. E FEM.	2003 e 2002	500 M	
13.15H	BENXAMIN MASC. e FEM.	2004 e 2005	300 M	
13.20H	PITUFOS MASC.e FEM.	2006 e anteriores	100 M	
13.25H	ENTREGA DE TROFEOS			

CIRCUITO

As distancias son orientativas e non homologadas.

O circuito consta de unha volta de 5.000 m.aproximadamente, ver anexo.



obarco aberto
centro comercial

II CARREIRA POR PARELLAS obarco *namora*

DISTANCIA:

CARREIRA ABSOLUTA.....1 VOLTA.....5.000 M.

SAIDA-META
RECOLLIDA DE DORSAIS
RUA JOSÉ OTERO

287

ORGANIZA:



COLABORAN:

