



Outeiro do Castiñeiriño, 73, baixo A  
15702, Santiago de Compostela  
981 059 541 – 649 988 388  
info@xurdir.com · www.xurdir.com



## **X CARREIRA CAMIÑO DAS LETRAS**

A empresa Xurdir, coa colaboración da Consellería de Cultura, Educación, Formación Profesional e Universidades, a través da Secretaría Xeral de Política Lingüística e a Dirección Xeral de Cultura, organiza o venres **17 de maio de 2024** a X Carreira Camiño das Letras, coa proba absoluta que partirá dende o Pico Sacro, seguindo a Ruta da Prata, ata a Cidade da Cultura. A maiores desta proba de **15 km**, farase unha carreira de **5 km** no entorno da Cidade da Cultura, ofrecendo as dúas alternativas a todos/as os/as participantes.

Tamén contaremos con carreiras para as distintas categorías infantís e xuvenís (de sub 6 a sub16).

Esta Carreira, que quere unir a práctica deportiva coa conmemoración do Día das Letras Galegas e co simbolismo do Camiño de Santiago, réxese polo seguinte

### **REGULAMENTO**

#### **1. Data, distancias e horarios**

A **X Carreira Camiño das Letras** terá lugar o venres **17 de maio de 2024** e constará de dúas probas absolutas (**15 e 5 km**) na que poderán participar atletas federados e non federados que correrán (estes últimos) coa licenza de día da Federación Galega de Atletismo.

#### **PROBA ABSOLUTA DE 15 KM**

Esta **proba absoluta** (das categorías absoluta a sub18) sairá ás **10.00 horas** dende as proximidades do Pico Sacro, e seguirá un circuito de **15 km** ao longo da Rutada Prata ou Camiño do Sueste, ata a Cidade da Cultura.

Os participantes deberán situarse na liña de saída 15 minutos antes da hora prevista pola organización para o comezo da carreira. Os únicos vehículos que poderán seguir a proba serán os designados pola organización.

**A carreira de 15 km cerrarse ás 12:00 horas**

#### **PROBA ABSOLUTA DE 5 KM**

A saída desta proba (categoría absoluta a senior) será as 10:05 da Cidade da Cultura con percorrido polo Gaias e o Bosque de Galicia seguindo un circuito de 5 km.

A Carreira estará controlada polo comité Galego de Xuíces da Federación Galega de Atletismo e formará parte do seu calendario oficial de probas en ruta.

## **PROBAS DE MENORES**

As **probas das categorías “escolares”** (de sub 6 a sub 16) realizaranse a partir das **12:00 horas** por un circuito na Cidade da Cultura, coas seguintes distancias e intervalos de tempo:

12:00 h	Sub 14 – Sub 16 H/M	2,5 km aprox.
12:20 h	Sub 10 – Sub 12 H/M	1,5 km aprox.
12:35 h	Sub 8 H/M	500 m aprox.
12:45h	Sub 6 H/M	300 m aprox.

Os horarios das saídas poderanse modificar, a criterio da organización e do xuíz árbitro da proba, en función do número de participantes de cada categoría. As categorías sub 6 e sub 8 non son categorías federadas.

## **2. Categorías de Competición por PROBA:**

### **Proba 15 KM e 5 KM**

- **SUB 18** M/F Nados/as no 2008 ata 17 anos
- **SENIOR** M/F De 18 anos cumpridos o día da proba ata master
- **MÁSTER 1** M/F De 35 a 40 anos cumpridos o día da proba
- **MÁSTER 2** M/F De 41 a 49 anos cumpridos o día da proba
- **MÁSTER 3** M/F De 50 anos e superiores
- **ABSOLUTA** M/F Calquera das categorías anteriores

### **PROBAS DE MENORES:**

- **SUB 6** M/F Nados/as no ano 2019 e posteriores
- **SUB 8** M/F Nados/as nos anos 2017 e 2018
- **SUB 10** M/F Nados/as nos anos 2015 e 2016
- **SUB 12** M/F Nados/as nos anos 2013 e 2014
- **SUB 14** M/F Nados/as nos anos 2011 e 2012
- **SUB 16** M/F Nados/as nos anos 2009 e 2010

## **3. INSCRICIÓNS:**

Realizaranse a través da páxina web [www.carreirasgalegas.com](http://www.carreirasgalegas.com) :

As inscricións estarán abertas ata o martes 14 **de maio ás 23.59 horas**. Non se admitirán inscricións fóra do prazo establecido.

Os prezos de inscrición serán os seguintes:

<b>PROBA</b>	<b>CATEGORIAS</b>	<b>PREZO</b>
Proba menores	De sub 6 a sub 16	GRATUITA
Proba absoluta 15 km aprox.	De Senior a Absoluta	• Do 5/04 ao 14/05: 10 €
Proba de 5 km aprox.	De Senior a Absoluta Sub 18	• Do 5/04 ao 14/05: 5 € • Do 5/04 ao 14/05: 2 €

#### 4. Entrega de dorsais

A entrega dos dorsais realizarase na sede de Xurdir (Outeiro do Castiñeiriño 73, Baixo A) nos seguintes días e horarios:

- **Xoves 16 de maio de 9:00 a 20:00 horas**

De xeito excepcional, permitirase a recollida dos dorsais na Secretaría da competición situada na Cidade da Cultura.

- Para a carreira de 15 quilómetros entregarase entre as 8.00 e as 9.00 horas
- Para a carreira de 5 quilómetros de 8:30 a 9:30 .
- Os dorsais das categorías escolares poderanse recoller ao longo da mañá antes da hora de cada unha das probas.

A cronometraxe realizarase mediante un sistema de chip-dorsal.

Os dorsais son persoais e intransferibles e irán colocados na parte anterior do corpo de forma totalmente visible, sen dobreces, e así deberán levarse durante toda a proba. O incumprimento deste artigo poderá ser motivo de descalificación.

#### 5. Premios e agasallos

**Todos os participantes** que se inscriban nas probas recibirán xunto a entrega do dorsal e como agasallo da organización, **un libro** e máis o **diploma Camiño das Letras**, para unir a conmemoración do Día das Letras Galegas co simbolismo dos Camiños de Santiago.

**A entrega de premios aos gañadores/as na zona de meta da Cidade da Cultura a partir das 13:00 horas aprox.** Os premios non serán acumulativos.

- Os 3 primeiros/as clasificados/as da proba de 15 k m recibirán un trofeo deseñado especialmente para a proba e un lote de libros.
- Os 3 primeiros/as clasificados/as da proba de 5 km recibirán un trofeo deseñado especialmente e un lote de libros
- Os tres primeiros clasificados/as de cada categoría establecida neste regulamento recibirán un lote de libros.
- O club federado do que máis atletas rematen as probas recibirán un trofeo e un lote de libros.
- O colexio do que máis atletas rematen as probas recibirán un trofeo e un lote de libros.

#### 6. Avituallamentos

Estableceranse 2 puntos de avituallamento nos quilómetros **7 e 12 aprox.** da proba de 15 km, onde se abastecerá de bebida aos atletas. Na liña de meta, facilitarase a hidratación dos participantes de ambas probas (5 e 15 km) coa entrega de augae froita.

#### 7. Servizos médicos

A proba disporá dos servizos médicos regulamentarios, así como de ambulancia. De

outra banda, disporase de servizo de masaxistas para aqueles sufran algún percance muscular.

## **SERVIZO DE AUTOBUSES PARA A PROBA DE 15 KM**

**OS AUTOBUSES PARTIRÁN DENDE A CIDADE DA CULTURA CUNHA FRECUENCIA DE 20 MINUTOS A PARTIR DAS 8:30 HORAS EN DIRECCIÓN Á ZONA DE SAÍDA. A DERRADEIRA SAÍDA SERÁ ÁS 9:15 HORAS.**

### **8. Reclamacións**

Todas as reclamacións deberánselle facer verbalmente ao xuíz árbitro da competición, situado na zona de meta, non máis tarde de 30 minutos despois de que se publiquen os resultados oficiais.

### **9. Responsabilidade**

O participante declara, baixo a súa responsabilidade, que realizou o oportuno recoñecemento médico que lle permite estar en condicións óptimas para correr a proba. Ademais exime a organización desta responsabilidade e que non presenta sintomatoloxía relacionada coa covid-19, o cal lle permite estar en condicións óptimas para realizar a proba, eximindo á organización da devandita responsabilidade. A organización non se fará responsable dos danos que puidesen causar ou causarse os participantes por imprudencias ou negligencias destes.

A organización dispón dun seguro de accidentes e de responsabilidade civil que cubrirá as incidencias inherentes á proba.

### **10. LOPD**

Todos os corredores, incluídos menores de idade, ao realizaren a inscrición, aceptan a publicación do seu nome e da súa imaxe nas clasificacións, nos medios de comunicación e en internet.

### **11. Outros servizos**

A organización porá á disposición dos participantes un servizo de gardarroupa na zona de saída que trasladará á zona de meta a roupa deportiva depositada nel. A esto unirase o servizo de duchas no Pavillón do CEIP das Fontiñas .

### **CONSIDERACIÓN DERRADEIRA**

Todo o que non se reflicta neste regulamento rexerese polas normas vixentes da FGA, RFEA e WA, por esta orde.

**NOTA:** Esta proba pertence ao Calendario Oficial da Federación Galega de Atletismo e mediante a súa inscrición o corredor consente expresamente que os seus datos básicos sexan cedidos a esta entidade para a tramitación, ante a compañía de seguros, dos seguros obrigatorios de accidentes e responsabilidade civil así como a xestión da licenza de día e ranking popular de probas

de ruta. En todo caso e tal e como establece a ley de Protección de Datos, o interesado pode exercer no futuro os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante escrito ou correo electrónico á Federación Galega de Atletismo. Avenida de Glasgow 13, 15008, A Coruña.

**Todo participante, polo feito de inscribirse, permite que as imaxes, vídeos e entrevistas realizadas pola organización poidan publicarse nas rrs e páxinas webs oficiais.**