

**REGULAMENTO**

**IX CARREIRA POPULAR**

**CONCELLO DE MOECHE**



**DOMINGO 2 DE XUÑO DE 2024**

## **REGULAMENTO DA IX CARREIRA POPULAR DE MOECHE**

### **1. ORGANIZACIÓN:**

O Concello de Moeche organiza a **IX Carreira Popular de Moeche**. A proba terá lugar o **Domingo 2 de Xuño de 2024 dende as 11:00 horas**, con saída e chegada nas inmediacións do Recinto Feiral situado no núcleo urbano de San Ramón e discorrerá polas vías do Concello de Moeche.

Haberá control técnico por parte da organización en todas as categorías.

Para levar a cabo esta carreira cóntase coa colaboración da Deputación da Coruña, Protección Civil, Xeoparque Cabo Ortegal, Lácteos Moeche, Supermercado O Cruce, Supermercado A Tendiña Moeche, A Tenda de Iria, clínica de fisioterapia Fisioche –Ben, Asociación de veciños Labacengos e Asociación de veciños val de Moeche.

### **2. PARTICIPACIÓN:**

A proba estará aberta a todos/as os/as atletas nados/as dende o ano 2021, federados ou non, sen distinción de sexo ou nacionalidade, que posúan unha condición física mínima para poder completar o seu percorrido e acepten as condicións de este regulamento.

### 3. CATEGORÍAS E ORDE DE SAÍDA:

CARREIRA	CATEGORÍA	ANO NACEMENTO		DISTANCIA	SAIDA
<b>1</b>	Pitufos M/F	2019-2020-2021		75 m	11:00
<b>2</b>	Prebenxamín M/F	2017 - 2018		200 m	11:05
<b>3</b>	Benxamín M/F	2015-2016		500 m	11:10
<b>4</b>	Alevín M/F	2013-2014		1000 m	11:20
	Infantil M/F	2011-2012			
	Cadete M/F	2007 – 2008 – 2009-2010		2000 m	
<b>5</b>	Absoluta M/F	2006 e anteriores	Senior M/F: 2006-1985	6700 m	11:45
			Veterán A M/F: 1984-1975		
			Veterán B M/F: 1974 e anteriores		

### 4. INSCRICIÓNS:

- A inscrición será gratuíta para os/as atletas das categorías menores (nados no ano 2007 ou posteriores) e de 5 € para os/as atletas da categoría absoluta (nados no ano 2006 ou anteriores) ; e poderá realizarse a través da páxina web da empresa de servizos deportivos [www.galitimng.com](http://www.galitimng.com).
- Calquera dúbida ou máis información serán atendidas no teléfono 666488801 ou por correo electrónico: daniel.feijoo@moeche.gal.
- O prazo de inscrición rematará o Xoves 30 de Maio ás 23:59 h.
- Límite de prazas: 350
- Non se admitirán inscricións fóra do prazo.
- Non se fará devolución da inscrición, agás por motivos debidamente xustificacados.

- A inscrición da proba é persoal e intransferible.
- A realización da inscrición implica ter lido, entendido e aceptado o regulamento da proba.
- A realización da inscrición inclúe un agasallo conmemorativo da proba.
- A proba estará controlada polo persoal da organización e a empresa de servizos deportivos galitiming , que estarán capacitados para descualificar a calquera atleta que incumpra o regulamento.

**Protección de datos:** Todos/as os/as corredores/as ao realizar a inscrición aceptan a publicación do seu nome e imaxe na clasificación, medios de comunicación, cartelería e/ou internet. Mediante a inscrición o corredor/a 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 Ley de Protección de datos, o interesado pode exercer os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante un escrito ou correo electrónico.

#### **5. ENTREGA DE DORSAIS:**

Os dorsais entregaranse o día da proba na zona habilitada pola organización (nave do Mercado), ata 15 minutos antes da saída de cada proba.

#### **6. GARDARROUPA:**

A organización habilitará un servizo de gardarroupa, pero non se responsabiliza dos efectos depositados no interior das bolsas. Estará instalado na nave do mercado.

#### **7. SPEAKER:**

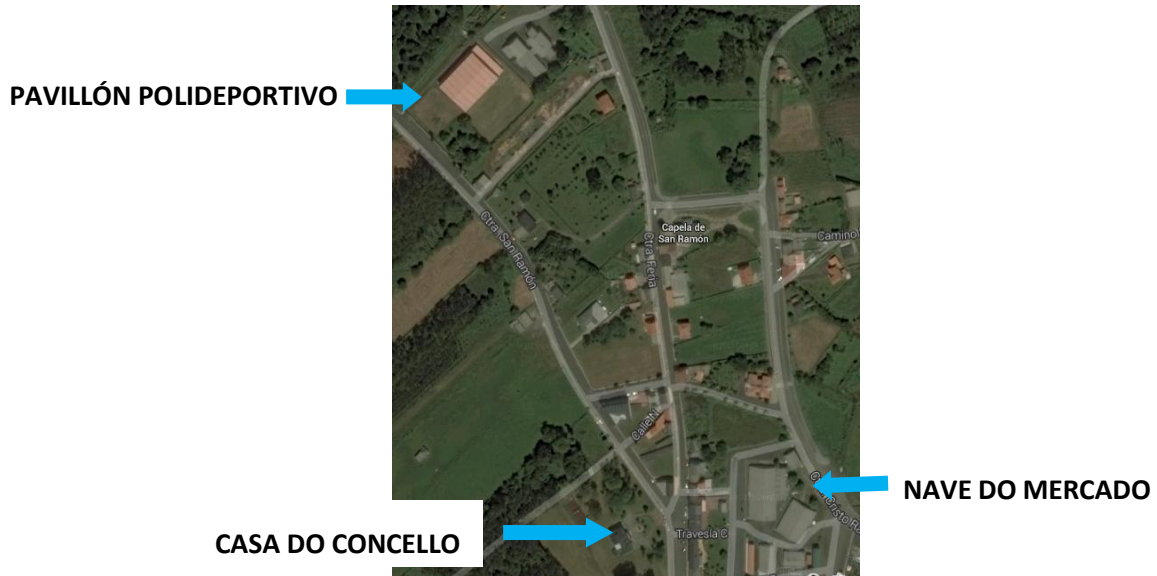
A proba estará amenizada por un speaker, que dará ánimos a todas/os as/os participantes.

#### **8. SERVIZO DE DUCHAS:**

A organización poñerá a disposición dos/as corredores servizo de duchas. (Pavillón Municipal de Deportes). A 500 metros da saída.

#### **9. SERVIZO DE FISIOTERAPIA.:**

A clínica de fisioterapia e rehabilitación FISIOCHE – BEN, colabora nesta carreira para atender aos/as corredores/as que o necesiten ao rematar a proba.



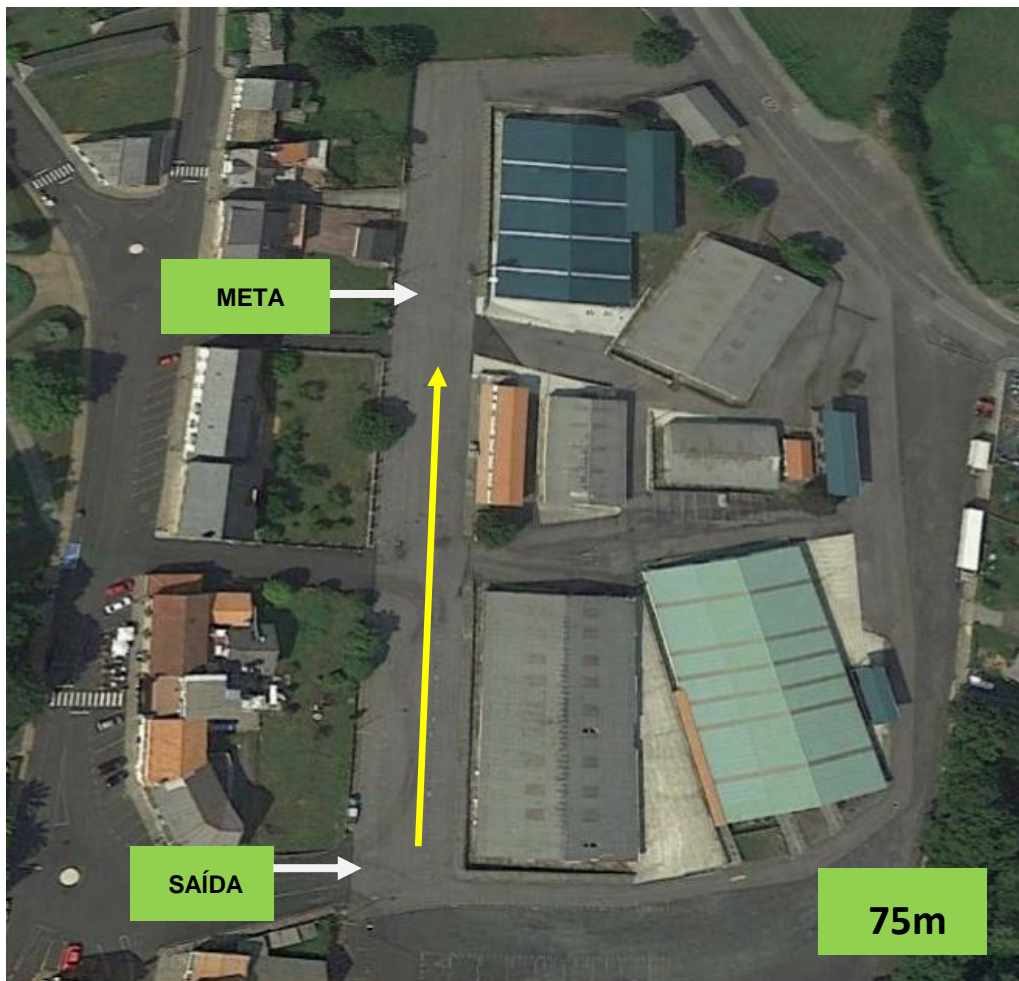
<https://goo.gl/maps/j6x8Eqzx5GLyjubP8>

#### 10. PERCORRIDOS:

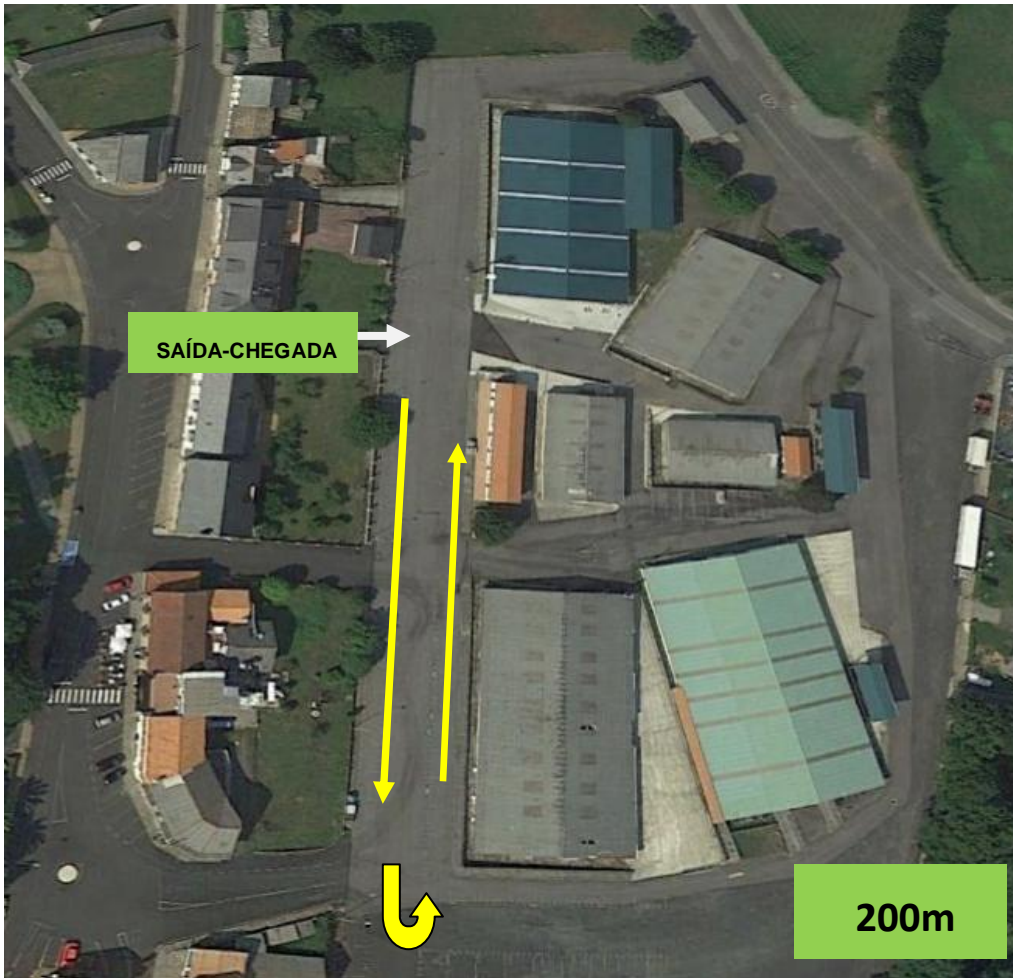
- A saída e meta situaranse diante da nave do Mercado do recinto feiral e as diferentes carreiras realizaranse no entorno próximo arredor de toda a localidade.
- É obrigatorio que os corredores leven durante toda a carreira o dorsal no peito, debendo chegar á meta con el.
- En todas as carreiras haberá ciclistas abrindo e pechando o grupo de atletas.
- Na carreira de adultos, en caso de haber dobrados, estes deberán facilitar o paso dos/as atletas máis rápidos/as botándose cara a esquerda do trazado.
- Nos tramos de dobre sentido de carreira, os/as corredores/as deberán ir pola esquerda da calzada para non entorpecer o paso dos/as demais corredores/as.
- O percorrido da categoría absoluta é maioritariamente sobre asfalto, con pequenos tramos de herba e terra.
- As distancias sinaladas son aproximadas.
- A organización resérvase o dereito de realizar modificacións ou cambios no percorrido se a seguridade o require; e na distribución das saídas dependendo da cantidade de inscritos.

**PLANOS DOS PERCORRIDOS**

**CATEGORÍA PITUFOS ( 2019 - 2020 – 2021 )**



**CATEGORÍA PREBENXAMÍN (2017 - 2018)**



## CATEGORÍA BENXAMÍN (2015 - 2016)





**CATEGORÍA ALEVÍN (2013-2014)-INFANTIL (2011-2012)**

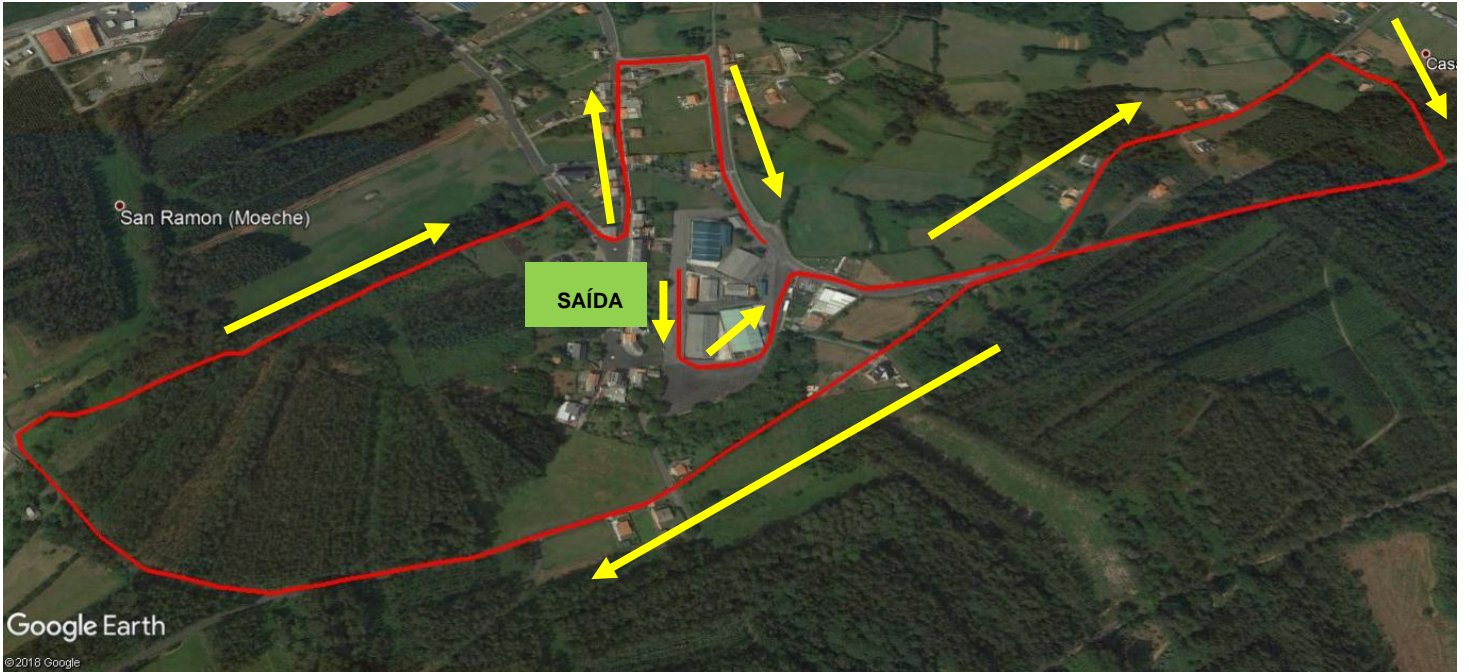


**CATEGORÍA CADETE (2007 - 2008 – 2009 - 2010)**  
**(2 VOLTAS DE 1000 METROS)**

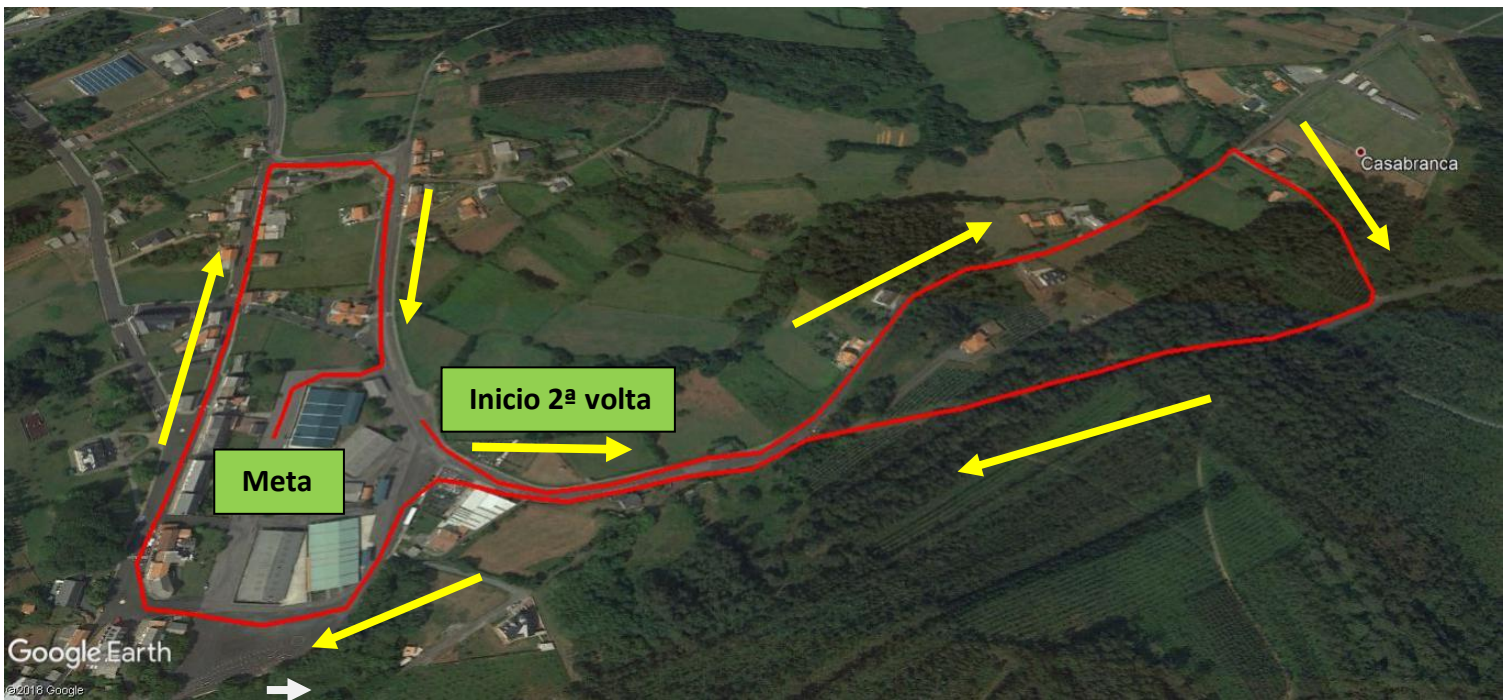


**CATEGORÍA ABSOLUTA 6800 METROS  
(DÚAS VOLTAS)**

**1ª VOLTA: 3800 M**



**2ª VOLTA: 3000 M**



## PERFIL DE DESNIVEL

1ª VOLTA

2ª VOLTA



### 11. AVITUALLAMENTO:

Haberá servizo de avituallamento sólido e líquido ao final da proba por cortesía de SUPERMERCADO A TENDIÑA MOECHE , SUPERMERCADO O CRUCE , A TENDIÑA DE IRIA e BAR - TENDA TOÑITO. En caso de que a temperatura sexa excepcionalmente alta para a época do ano, habilitarase un avituallamento líquido no punto intermedio da carreira absoluta.

### 12. VEHÍCULOS:

Os únicos vehículos autorizados a seguir a proba son os designados pola organización, que regularán o tráfico ao longo do percorrido. Queda totalmente prohibido seguir aos corredores en coche, moto ou bicicleta, polo perigo que puidera supoñer para os atletas, así como a participación de animais.

### 13. APARCADOIROS:

No núcleo urbano de San Ramón hai suficientes prazas de aparcadoiro sempre que non entorpeza o circuíto das carreiras. Recoméndase estacionar nas inmediacións do Pavillón polideportivo ou da casa do Concello

#### **14. PREMIOS :**

- A organización premiará aos tres primeiros/ras clasificados/as de cada categoría Masculina e Feminina a partir da categoría PreBenxamín . Os/as primeiros/as clasificados/as de cada categoría masculina e feminina tamén levarán como agasallo un queixo doado por LÁCTEOS MOECHE.
- Os/as corredores da categoría Pitufos recibirán todos/as unha medalla, xa que estas non son probas competitivas.
- Trofeo para o mellor Modestino e mellor Modestina (empadroados no Concello de Moeche) en categoría absoluta.
- A entrega de trofeos realizarase unha vez remate a proba da categoría absoluta (ás 13:00 horas aprox.) Os premios non son acumulativos, a excepción dos trofeos a mellor modestino/a.

#### **15. SEGURO:**

A proba conta cun seguro de accidentes para todos/as os/as corredores/as que cubre os posibles danos e responsabilidade civil durante o transcurso do evento.

Esta carreira disporá de ambulancia medicalizada para atender posibles incidencias.

Igualmente o atleta declara estar en condicións físicas óptimas para realizar dita proba. Todos/as os/as participantes polo feito de inscribirse, aceptan o presente regulamento i en caso de dúbida ou de surxir algunha situación non reflexada no mesmo, acatarase o que dispoña o Comité Organizador da proba.

A organización non se fai responsable dos danos que puidesen sufrir as persoas participantes por imprudencias ou descoidos delas mesmas.

## **15. DESCUALIFICACIÓN:**

A proba estará controlada por técnicos da empresa de servizos deportivos Galitimng e polo persoal do concello de Moeche; e estarán capacitados para descualificar a calquera atleta que incumpra o regulamento ou mostre unha actitude antideportiva e irrespetuosa contra participantes, organización, espectadores e medioambiente.

## **16. DEVOLUCIÓN DO CHIP DE CRONOMETRAXE:**

Os/as participantes deberán devolver o chip de cronometraxe ao finalizar a proba, no lugar habilitado pola organización (preto da liña de meta). En caso de non facelo, a empresa cronometradora poderá cargar na tarxeta do participante o gasto ocasionado.