

BASES "II CARREIRA POPULAR DAS PRAIAS"

ORGANIZA: Café Bar Moderno – Hotel Ría do Masma – Peña Barcelonista San Miguel

DATA: 17 de maio de 2.014

HORA: 11.00 H. Probas infantiles – 12.30 H. Proba absoluta

LUGAR: PUNTA ANGUIEIRA – SAN BARTOLO – BARREIROS – LUGO

SAIDAS E CHEGADAS: Categorias infantiles na praia de Altar. Categorias adultas diante do Hotel Ría do Masma.

COLABORAN: Vicepresidencia 1ª da Deputación de Lugo (Area de cultura e deporte), Concello de Barreiros, Protección civil de Barreiros, Gadisa, Eroski Barreiros, Eroski Ribadeo, Pastelería Obradoiro, Miro Pan, Distribuciones Anduriña, Mobles Folgueira, Torvar, Coca-Cola (Begano), Deportes Docobo (Ribadeo), Diario Sport, Mundo Deportivo, Mesón Oliñas do Mar (Playa de Benquerencia), Hotel Amadora (Santiago de Reinante), Restaurante Asador (Barreiros), Construcciones San Miguel, El Palacio de los niños (Oviedo), SOGAMA, Restaurante El Huerto (Vilaframil-Ribadeo), Decathlon Lugo.

INSCRIPCIÓNS:

A inscrición será totalmente gratuita.

O prazo remata o día 14 de maio.

Fora deste prazo de inscrición poderase participar sen dorsal nin dereito a premios.

As inscricións faranse a través da web: <http://carreirapopularaspriais.jimdo.com>

Tfno. de información: 625 82 10 44

Correo electrónico: xose9@hotmail.com

Datos a aportar polos participantes: Nome e apelidos, DNI, data nacemento, sexo, tfno. contacto, e-mail, localidade, clube ó que representan (opcional). En caso de optar por categoría parella deberán indicar os nomes dos dous compoñentes no mesmo correo.

Recollida de dorsais: O día da proba ata media hora antes da saída, na mesa habilitada a tales efectos na zona de saída e meta.

CATEGORIAS E DISTANCIAS:

- PITUFOS: NADOS 2010 - 2014 / 100 m.
- PREBENXAMIN: 2007- 2009/ 200 m.
- BENXAMIN: 2005 – 2006 / 500 m.
- ALEVIN: 2003 – 2004 / 1.000 m.
- INFANTIL: 2001 - 2002 / 1.500 m.
- CADETE: 1997- 2000 / 2.000 m.
- PROMESA: 1992 – 1996 / 11 km.
- SENIOR: 1980 – 1991 / 11 km.
- VETERANO A: 1975 – 1979 / 11 km.
- VETERANO B: 1970 – 1974 / 11 km.
- VETERANO C: 1965 - 1969 / 11 km.
- VETERANO D: 1960 – 1964/ 11 km.
- VETERANO E: 1959 / 11 km.
- PARELLA FEMININA / 11 km.
- PARELLA MASCULINA / 11 km.
- PARELLA MIXTA / 11 km.

PREMIOS:

A entrega de trofeos será ás 13.45 horas.

A categoría Pitufos será non competitiva e haberá medalla para todo-los participantes.

Nas categorías individuais haberá trofeos para os tres primeiros clasificados, tanto masculino como feminino.

Nas categorías de parella haberá trofeo para os 1º clasificados. Os inscritos nas categorías parella, non poderán optar ós trofeos individuais. A efectos de posición, computarase o posto do 2º compoñente da parella en chegar á meta.

Trofeo para os primeiros absolutos, masculino e feminino.

A organización ofrecerá obsequios varios e avituallamento ós participantes.

Por tratarse dunha proba deportiva popular non haberá premios en metálico.

PERCORRIDO:

O percorrido para as categorías infantiles será por aera dura (na praia de Altar).

O percorrido para as categorías promesa e absoluta será 10% por asfalto e paseo marítimo e un 90% pola praia (area dura). Saída de Punta Angueira, baixada a ría do masma, percorrido ata a punta do lombo, pola area cruzar praia de Altar, subida a paseo marítimo (400 m.) baixada a praia de San Bartolo pola fonte de ferro, percorrendo as praias de Remior, Coto, Benquerencia, Balea, Fontela, ata o remate da praia de Lóngara (4,5 km. aproximados de praia , onde haberá un control de paso e avituallamento de auga), volta po-la mesma ruta, agás que na praia de Altar colleremos desvío directo hacia a meta sita no punto de saída.

Distancia aproximada 11 km.

VARIOS:

Por tratarse dunha proba deportiva e popular, sen ánimo de lucro e totalmente gratuita, a organización non se fai responsable dos danos físicos, materiais, morais e de calquer índole que poidan sufri-los participantes ou os seus acompañantes.

Os participantes deberán levar sempre visible e na parte dianteira o dorsal que facilitará a organización. En caso contrario poderán ser descalificados.

Os participantes deberán pasar por todo-los puntos sinalados do percorrido. O incumprimento disto, dará lugar á descalificación do infractor.

Os participantes poderán ser descalificados por comportamento antideportivo ou outro tipo de accións que a organización considere inapropiadas.

Os participantes aceptan o regulamento desta proba, así como autorizan á organización á publicación de fotografías, vídeos, e clasificacións nas que poidan aparecer.

A organización poderá pedir un documento acreditativo da identidade.

Haberá servizo de duchas no pabellón polideportivo de Barreiros.

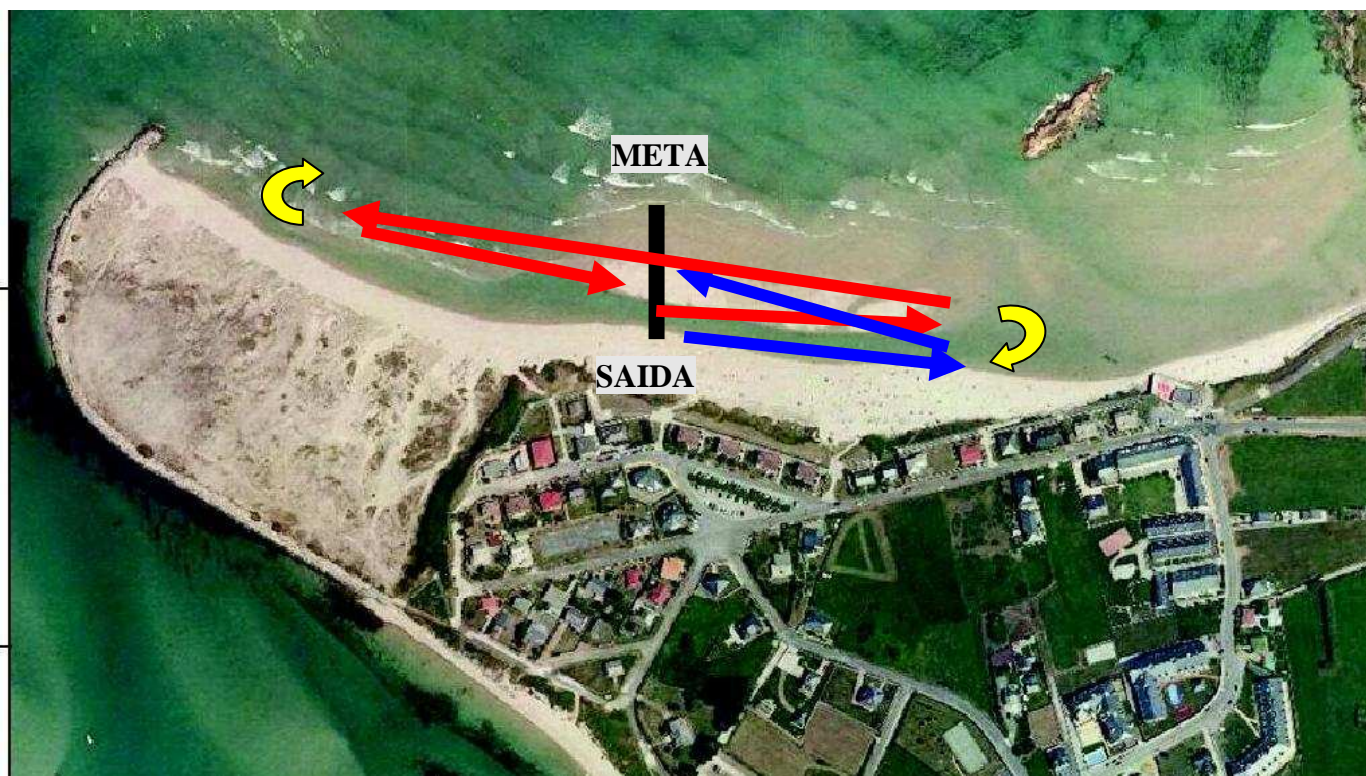
Aseos e aparcadoiro na área de Punta Angueira.

PERCORRIDO PITUFOS

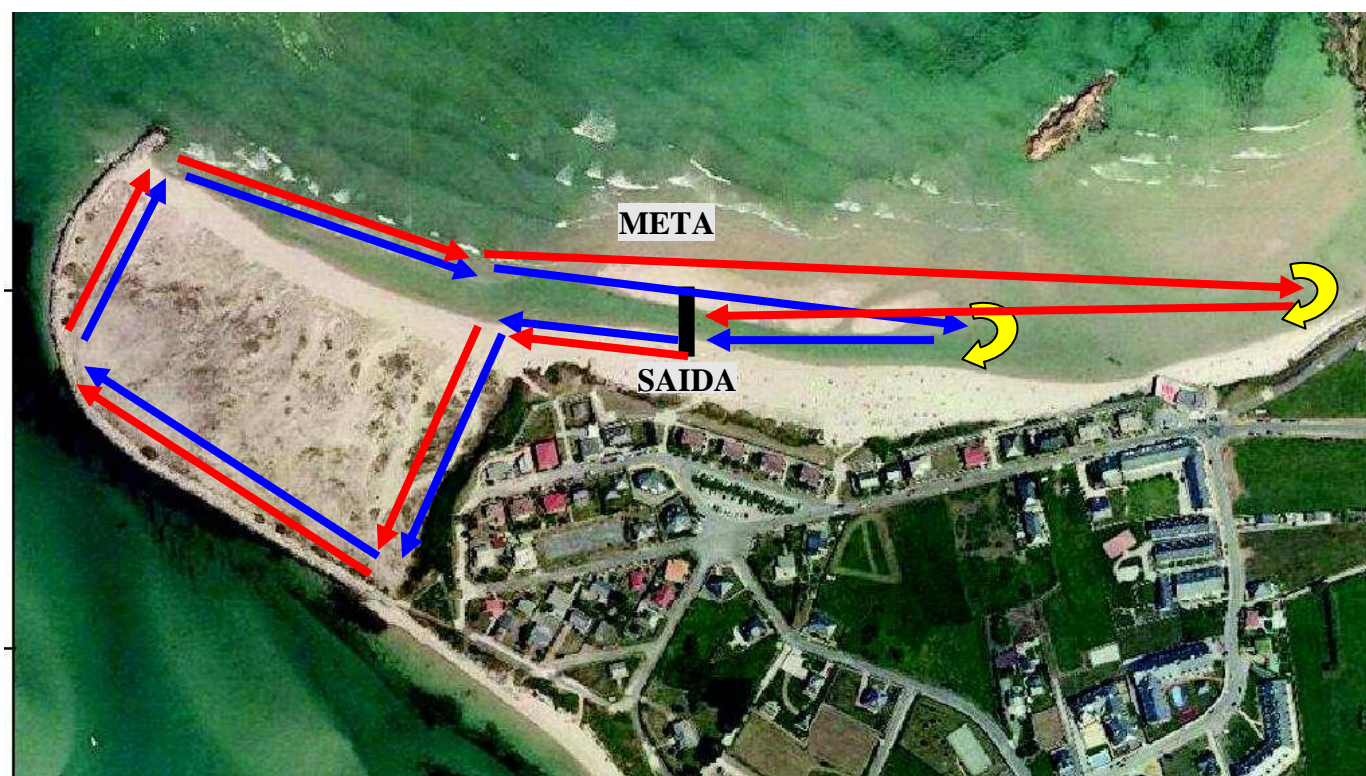
PERCORRIDO PREBENXAMIN



PERCORRIDO BENAXAMIN
PERCORRIDO ALEVIN



PERCORRIDO INFANTIL
PERCORRIDO CADETE



PERCORRIDO ABSOLUTO



COLABORADORES

torvar, s.l.u.

Maquinaria de construcción - Obras públicas

HOTEL AMADORA

Santiago de Reinante

Barreiros (Lugo) - 982 134 044

*DISTRIBUCIONES
ANDURIÑA*

A Rochela - Ribadeo (Lugo) - 982 123 026

Pizzeria • Cervexeria • Raxeria



DEPUTACIÓN DE LUGO
VICEPRESIDENCIA PRIMEIRA





BENQUERENCIA (BARREIROS) – RIBADEO
TFNO. 982 106 303

**Especialidades Caseras, Empanada Galega, Pan de Leña,
Tartas de Queso y todo tipo de Bollería**

Tels. 982 13 44 13 -- 607 22 15 58 - 607 22 16 81
BENQUERENCIA - BARREIROS (Lugo)



mobles folgueira

BARREIROS – FOZ

TFNO. 982 124 146



EROSKI

contigo

CONSTRUCCIONES
SAN MIGUEL 

REFORMAS EN GENERAL
CUBIERTAS • ALBAÑILERÍA • ESTRUCTURAS

RETIRADA DE URALITA

Valgas, s/n • 27793 SAN MIGUEL DE REINANTE
BARREIROS (Lugo)
sanmiguelconstrucciones@gmail.com
651 44 81 38 • 699 03 76 29



ATENCIÓN
CONTIENE
AMIANTO

Respirar el polvo
de amianto es
peligroso para
la salud

Seguir las normas
de seguridad

RESTAURANTE



CAFETERÍA

(O'ASADOR DEL ALBA)

Teléfono: 982 124 403

restauranteasador@hotmail.com

Cruz do Lobo
SAN COSME DE BARREIROS (Lugo)

www.restauranteoasador.com

DEPORTES DO COBO

Rua Virgen del Camino 6-8 Bajo

Ribadeo (Lugo) – 982 130 265

MESÓN OLIÑAS DO MAR

Tfno. 982 124 120

PRAIA DE BENQUERENCIA (LUGO)



BEGANO