

BASES “III CARREIRA POPULAR DAS PRAIAS”

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

DATA: 17 de maio de 2015

HORA: 10.30 H. Proba absoluta – 12.30 H. Probas infantiles

LUGAR: PUNTA ANGUIEIRA – SAN BARTOLO – BARREIROS – LUGO

SAIDAS E CHEGADAS: Diante do Hotel Ría do Masma

COLABORA: Vicepresidencia 1ª da Deputación de Lugo, Area de cultura e deportes

Concello de Barreiros

Xunta de Galicia (Deporte saludable)

Agrupación Protección Civil de Barreiros

INSCRIPCIÓNS:

Inscripción e información a través da web <http://carreirapopular das praias.jimdo.com>

Adultos: 5 €

Nenos ata cadete: gratuita

O prazo remata o día 15 de maio

Tfnos: 625 82 10 44

Datos a aportar polos participantes: Apelidos e Nome, DNI, data nacemento, sexo, tfno. contacto, e-mail.

Recollida de dorsais: Día da carreira ata as 10.15 h. na mesa adicada a tal fin na liña de saída.

CATEGORIAS E DISTANCIAS:

- PITUFOS: NADOS 2011 - 2014 / 100 m. – Carreira non competitiva
- PREBENXAMIN: 2008- 2010/ 200 m. – Carreira non competitiva
- BENXAMIN: 2006 – 2007 / 400 m.
- ALEVIN: 2004 – 2005 / 800 m.
- INFANTIL: 2002 - 2003 / 1.500 m.
- CADETE: 1998- 2001 / 3.000 m.

- PROMESA: 1991 – 1997 / 11 km.
- SENIOR: 1981 – 1990 / 11 km.
- VETERANO A: 1974 – 1980 / 11 km.
- VETERANO B: 1967 – 1973 / 11 km.
- VETERANO C: 1960 - 1966 / 11 km.
- VETERANO D: antes de 1959 / 11 km.
- PARELLA MASCULINA
- PARELLA FEMININA
- PARELLA MIXTA

(Nas categorías parella, computarase o posto do 2º membro da parella en chegar a meta)

PREMIOS:

Haberá trofeos para os tres primeiros clasificados de cada categoría, tanto masculino como feminino.

A organización ofrecerá obsequios varios e avituallamento ós participantes.

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

PERCORRIDO:

Os percorridos infantiles será na propia praia de Altar, con varias distancias dependendo das categorías.

O percorrido para as categorías absolutas será por un tramo de 200 m. de asfalto, 500 m. por paseo marítimo e un 90% pola praia. Saída de Angueira, baixada a ría do masma, percorrido ata a punta do lombo, pola area, cruzar praia de Altar, subida por escaleira ata paseo marítimo, percorrido do mesmo ata 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, a organización non se fai responsable dos danos físicos, materiais, morais e de calquer índole que poidan sufrir-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, coa conseguinte perda de dereitos.

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 pavillón polideportivo de Barreiros.

Aseos e aparcadoiro na área de Punta Angueira.

Os circuitos poderanse consultar na web da carreira.

