



## IV TROFEO DE NADAL VERXEL NUTRICIÓN DEPORTIVA

22 de DECEMBRO do 2018

O club Verxel Nutrición Deportiva organiza o **IV Trofeo Nadal Verxel Indoor**, o **SÁBADO 22 de decembro**, en xornada de tarde, en Lugo, *no Módulo cuberto do Estado Gregorio Pérez Rivera*, coa colaboración da Delegación en Lugo da Federación Galega de Atletismo.

### REGULAMENTO

**Art. 1)** Poderán participar todos os atletas federados que se atopen en calquera das seguintes condicións:

- Atletas que teñan fichado ó longo da tempada actual (2018/19) por algún Club pertencente a Galicia.
- Atletas con ficha pola Federación Galega de Atletismo aínda que pertezcan a clubs de outras Comunidades Autónomas.
- Atletas non galegos ou estranxeiros convidados expresamente pola Federación Galega de Atletismo, que non reúnan ningunha das dúas anteriores condicións
- Atletas de categoría **cadete ata veteranás**.

**Art. 2)** A inscrición terá un custo de 2€ por atleta, **cobrarase no momento da retirada do dorsal**.

**Art. 3)** As inscricións faranse a través da extranet da RFEA (<https://isis.rfea.es/sirfea2/>) ata as **23:59 horas do martes anterior** á celebración da proba.

**As inscricións realizadas fora de prazo, cobrarase 5 € coa entrega do dorsal.**

**Art. 4)** Cada **atleta retirará o seu dorsal** na secretaría da competición **ata 60 minutos antes da saída de cada proba**. Pasado este período non se admitirá a participación do atleta.

**Art. 5)** O **acceso ao módulo** será **restrinxido**, existindo cámara de chamadas. Os adestradores que queiran acceder, deberán enviar un **email a [clubverxel@gmail.com](mailto:clubverxel@gmail.com)** antes do sábado 15 para recibir acreditación para o acceso as zonas habilitadas para eles.

**Art. 6)** Nas **probas de velocidade indicárase a mellor marca**. As series realizaránse agrupando os atletas por marcas, aqueles atletas que non indiquen mellor marca serán incluídos aleatoriamente no resto das series.

**Art. 7)** No salto de lonxitude, se o número de participantes é de 14 ou menos, faránse 3 intentos + 3 de mellora, se son máis de 14, todos os participantes farán 4 saltos. **No salto de lonxitude mixta, todos os atletas terán 4 intentos e os 4 mellores homes e mulleres terán +2 saltos de mellora.**

**Art. 8)** Os atletas deberán empregar o dorsal outorgado pola organización de forma totalmente visible, en toda a superficie. O incumprimento desta norma será motivo de descalificación. Será responsabilidade dos atletas levar consigo 4 imperdibles para a colocación do dorsal, a organización non facilitará imperdibles.

**Art. 9)** Ao vencedor de cada final entregaráselle un agasallo. Tamén á mellor marca, tanto de homes como de mulleres, segundo a táboa IAAF; faráselle entrega por cortesía de **TORRE DE NUÑEZ** dun **lote de embutidos IMPERIAL**. Os primeiros 200 atletas en retirar o dorsal recibirán unha **mochila conmemorativa** do IV Trofeo Verxel de Nadal patrocinada por **ABANCA**, empresa colaboradora co evento.

**Art. 10) FINALES 60 M.L.** Clasificaránse para a final as 18 mellores marcas das series previas.



#### Art. 11) RELEVOS.

- Nesta proba non haberá premios para os gañadores xa que é de carácter lúdico.
- No relevo poderán participar atletas de diferentes clubs.
- Para inscribirse deberán enviar un email cos integrantes do equipo a [clubverxel@gmail.com](mailto:clubverxel@gmail.com) antes do martes anterior á proba. Coa inscrición deberán enviar as mellores marcas do 60ml dos atletas participantes no relevo.
- Cada equipo terá dúas rúas, unha de ida e outra de volta, e terán que usar tacos de saída.
- No relevo MIXTO participarán os 6 mellores equipos.
- No relevo 4x50m participarán os 12 mellores equipos de homes e mulleres.

#### Art. 12)

### HORARIO DEFINITIVO

HOMES	HORA	MULLERES
Salto de Lonxitude (6 mellores)	<b>16:15</b>	Salto de Lonxitude (6 mellores)
60 m.v. (0.99 - 1.06)	<b>16:20</b>	
60 m.v.(0.91) xuvenil	<b>16:30</b>	Salto de Altura
60 m.v.(0.91) cadete	<b>16:40</b>	
	<b>16:50</b>	60 m.v. (0.84)
	<b>17:00</b>	60 m.v. (0.76)
<b>60 m.l. (series)</b>	<b>17:20</b>	
Salto de Lonxitude	<b>17:30</b>	
	<b>18:00</b>	<b>60 m.l. (series)</b>
Salto de Altura	<b>18:00</b>	
<b>60 m.l.- FINAL - C</b>	<b>19:00</b>	<b>Salto de Lonxitude</b>
<b>60 m.l.- FINAL - B</b>	<b>19:05</b>	
<b>60 m.l.- FINAL - A</b>	<b>19:10</b>	
	<b>19:20</b>	<b>60 m.l.- FINAL - C</b>
	<b>19:25</b>	<b>60 m.l.- FINAL - B</b>
	<b>19:30</b>	<b>60 m.l.- FINAL - A</b>
<b>Relevo 4x50m MIXTO</b>	<b>19:40</b>	<b>Relevo 4x50m MIXTO</b>
<b>Relevo 4x50m</b>	<b>19:55</b>	
	<b>20:05</b>	<b>Relevo 4x50m</b>

Art. 13) Todo o non disposto no presente Regulamento resolverase de acordo coas normas da I.A.A.F

En Lugo, a 29 de Outubro de 2018



Asdo.

Director Técnico da Delegación da FGA en Lugo



**ORGANIZA:**



**COLABORAN:**

