

II 20 KM. VILA DE O BARCO

“SENDAS DO SIL”

O BARCO DE VALDEORRAS 30/06/2013

O Concello de O Barco de Valdeorras coa colaboración da Delegación da F.G.A en Valdeorras, o Clube ADAS-Proinor e Asociación Trotadas de Valdeorras, organiza a **II 20 KM. VILA DE O BARCO “SENDAS DO SIL”**, que se desenrolará o vindeiro 30 de xuño do 2013.

Proba oficial da F.G.A.

REGULAMENTO

CIRCUITO

1º.- As distancias son orientativas e non homologadas, o circuíto consta de unha volta de 10.000 mts., os atletas poderán participar nas seguintes carreiras:

- 5.000 mts. (cadete e xuvenil)
- 10.000 mts.-1 volta- (xunior, absolutos e veterans)
- 20.000 mts. -2 voltas-(absolutos e veterans)

INSCRICIÓN

1º.- As inscricións para a carreira se realizará a través dun formulario de inscrición na páxina web da Delegación Valdeorresa de Atletismo (<http://www.fgatletismo.es/valdeorras/>).

2º.- As INSCRICIONS deberán estar en poder da Organización antes do día **24 de xuño**.

3º.- As inscricións para a carreira absoluta terán un custo de **10€** ata o día **10 de xuño** e ata o día **24 de xuño** terán un custo de **15€**.

4º.- O pago farase mediante transferencia bancaria o ingreso no seguinte número de conta:

2096/0694/33/3479380604 de Caja España

E obrigatorio poñer no concepto da transferencia/ingreso o seguinte texto:“SENDAS” Indicando o seu Nome, Apelidos e número de D.N.I.

5º.-Establece un limite conxunto de inscricións de 300 persoas para as carreiras de 10.000 e 20.000mts, poderase inscribir no mesmo día ata **1 hora** antes do comezo da proba tendo un custo de **3€** o cal **non terán dereito a bolsa do corredor** sempre cando non se hubiera superado o limite anteriormente citado.

6º.- As categorías, pitufos, benxamín, alevín, infantil, cadete y xuvenil inscribíranse ata 1h antes do comezo da súa proba o mesmo día e será gratuíta.

REGULAMENTO

1º.-A retirada de dorsais realizarase na mesa habilitada na Praza Andrés de Prada, no Concello de O Barco de Valdeorras, de 08:20 h. a 09:50 h.

No momento de retirada do dorsal, deberán mostrar o resgardo do pago.

2º.-Tódolos participantes terán asignado un dorsal, este irá situado no peito e terá que ser visible no desenrolo da proba.

3º.-Faranse control de paso en varios puntos do circuíto que a organización establecerá durante o transcurso da proba polos cales terán que pasar os participantes para non ser **descalificados**.

4º.- O peche do control será 1 hora despois de que entre o 1º clasificado en meta.

5º.-As reclamacións deberán ser feitas verbalmente ao xuíz árbitro, non más tarde de 40 minutos despois de comunicarse oficialmente os resultados. Se son desestimadas por este poderase presentar reclamación por escrito e acompañada dun depósito de 30 euros ao Xurado de Apelación.

6º.-Será motivo de **descalificación**, entre outros, os seguintes aspectos: non realizar todo o circuíto da carreira, non levar dorsal ou manipular este, falsificar datos persoais.

7º.- Todo o non disposto na presente normativa rexerese polas normas de Competición da FGA, RFEA e IAAF para a presente tempada, así como todo o regulamentado por instancias superiores

8º.-Todos os participantes o fan baixo a súa propia responsabilidade e polo feito de saír acepta o presente regulamento, e responsabilízase de calquer accidente que poida surxir durante a súa participación na proba, inda que a organización poñerá todos os medios o seu alcance para que non ocorran.

9º- Seguro: todos os participantes estarán amparados por unha póliza de Responsabilidade Civil e accidentes deportivos, excluídos os casos derivados de un padecemento latente, imprudencia o inobservancia das leis, da normativa da competición, etc. Tamén quedan excluídos os casos producidos polo desprazamento; o lugar da competición ou dende o mesmo. Non se permitirá a existencia no percorrido de ningún vehículo axeno a organización, estando estes últimos debidamente identificados.

10º.- A organización dispondrá de **SERVICIOS MÉDICOS E AMBULANCIA** dende una hora antes do comenzo da carreira e ata media hora despois de pechar o acto. Os Servicios médicos, están facultados para retirar da carreira a cualquier participante que manifestase un mal estado físico durante o desenvolvemento da mesma. **Así mesmo, recoméndase a todos os inscritos, leven a cabo antes de tomar parte na carreira un recoñecemento de aptitud médico deportivo que descarte calquer patoloxía que impida a súa participación.**

OUTRAS OBSERVACIÓNS

Podrán participar nas distintas probas todos aqueles atletas que o desexen, por norma xeral en competicións do calendario autonómico non podrán participar atletas españois con axuda económica da RFEA nin atletas extranxeiros que houbesen feito unha marca igual o mellor ca que se indica no seguinte cuadro longo da presente tempada ou as 2 anteriores:

Proba	Homes	Mulleres
800m	1'48"50	2'05"00
1500m	3'42"00	4'17"00
3000m	8'10"00	9'30"00
5000m	13'45"00	15'55"00
10000m	28'50"00	33'50"00
3000m.obst	8'50"00	10'25"00
10km.ruta	29'10"	33'50"
Medio Maratón	1h03'00"	1h13'30"

En ambos casos, esta prohibición non afectará as probas do Calendario Autonómico por la que o atleta teña licencia. A RFEA, atendendo as especiais circunstancias deportivas, podrá autorizar, previa solicitud e de manera excepcional, a participación de atletas extranxeiros (ou españois con axuda económica) nas probas dos respectivos Calendarios Autonómicos. As probas que teñan unha participación de atletas extranxeiros no residentes superior o 5% do total de inscritos deberán obrigatoriamente estar incluídas no Calendario Nacional.

O descoñecemento de este regulamento non exime do seu cumprimento.

Todo o non previsto na presente normativa se rexirá polas normas de competición da FGA, RFEA e IAAF para a presente tempada, así como todo o regulamentado por instancias superiores.

PREMIOS

- Habará trofeo para os tres primeiros da carreira absoluta (10.000 mts.) masculina e feminina.
- Habará trofeo para os tres primeiros da carreira absoluta (20.000 mts.) masculina e feminina.
- Habará trofeo para o primeiro das seguintes categorías: Cadete, Xuvenil, Xunior, veteranos A (M-35 a M-49), veteranos B (M-50 a M-64), veteranos C (M-65 en diante), e medallas para o segundo e terceiro tanto masculino como feminino.
- Obsequiarase cunha bolsa do corredor.

HORARIO-DISTANCIA E CATEGORÍAS

HORA	CATEGORIAS	ANO NACEMENTO	DISTANCIA
10.30H	CADETE/ XUVENIL MASC. e FEM.	1996,97,98 e 99	5.000 M
	XUNIOR MASC. e FEM.	1994 e 95	10.000 M
	ABSOLUTO MASC. e FEM.	Dende o 93 en diante	10.000 M o
	VETERANS MASC. FEM.		20.000 M
12:45	INFANTIL MASC. e FEM.	2001 e 2000	1000 M
12:55	ALEVIN MASC. e FEM.	2003 e 2002	500 M
13:05	BENXAMIN MASC. e FEM.	2004 e 2005	300 M
13:10	PITUFOS MASC.e FEM.	2006 e anteriores	150 M
13:15	ENTREGA DE TROFEOS		



II 20Km. VILA DE O BARCO

ORGANIZA:

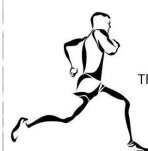


CONCELLO DE O BARCO
DEPORTES

COLABORAN:



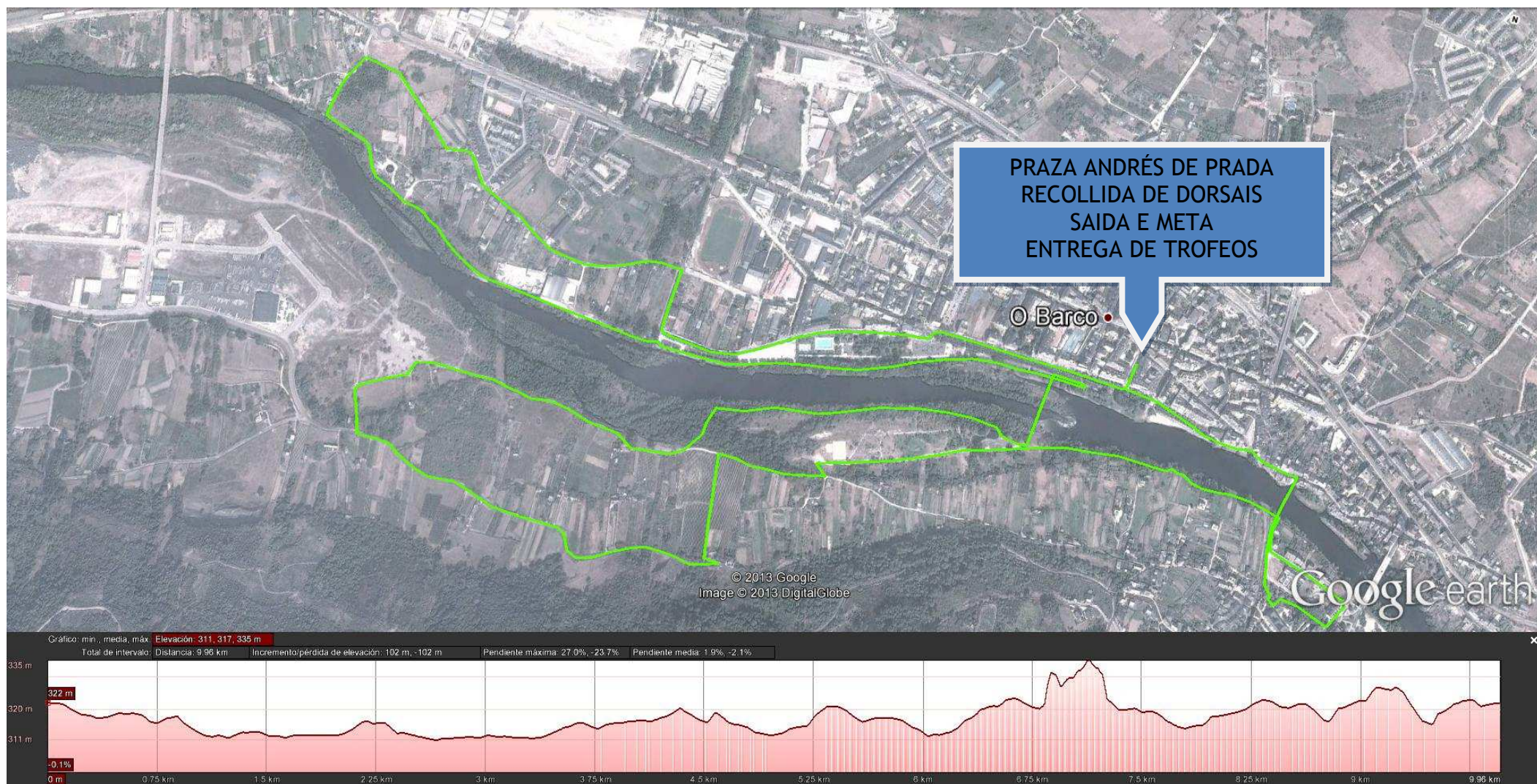
FEDERACIÓN GALEGA
DE ATLETISMO



TROTADAS DE VALDEORRAS

GADIS





**IIº 20 Km. Vila de O Barco
“Sendas do Sil”
30/06/2013**



**CONCELLO DE O BARCO
DEPORTES**