



patrocinan y colaboran:



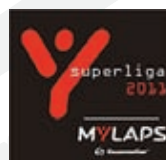
galivivienda XXI
sociedad cooperativa



FerroAtlántica



edp renováveis



colaboran os concellos de:



5ª

CARREIRA Pedestre Popular

LUGAR

Zas (A Coruña)

DATA

3 de abril de 2011

SAÍDA

Rúa Progreso
(10:30 h. adultos,
11:30 h. escolares)

CHEGADA

Praza do Concello

INFORMACIÓN:

981 747 718

comercialcostadamorte@elcorreogallego.es

www.elcorreogallego.es

Costa da Morte

Organizan:



Concello de Zas

El Correo Gallego

REGULAMENTO XERAL

1. A V Carreira Pedestre Popular Costa da Morte, organizada polo GRUPO CORREO GALLEGO, celebrarase o domingo, día 3 de abril de 2011, na localidade de ZAS ás 10.30 horas.

2. A saída situarase na Rúa Progreso e a meta na Praza do Concello (Zas).

3. Os participantes deberán colocarse na zona de saída 15 minutos antes do comezo da proba.

4. Correrase un total de 10 Km dándolle dúas voltas a un circuíto de 5 km, que discurrirá polas seguintes rúas: Rúa Progreso, Lugar de San Adrián, Lugar de Loroño, Lugar de Baizana, Rueiro de Abaixo e Praza do Concello.

5. A clasificación será absoluta e por categorías.

6. A Organización contará coa axuda dos organismos municipais competentes que regularán o tráfico ó longo de todo o percorrido.

7. En todo o circuíto non se permitirá a presenza de ningún vehículo, con ou sin motor, que non esté acreditado.

8. O percorrido estará sinalizado en cada quilómetro.

9. Os corredores estarán controlados ó longo de todo o percorrido a través dun chip que se lles entregará a cada corredor, xunto co dorsal o mesmo día da proba, e que deberán colocar nas súas zapatillas antes da saída. Sendo obrigatorio entrar na línea de meta co dorsal e co chip, serán descalificados aqueles que cheguen sen algún destes elementos. OS CHIPS SON DE OBRIGADA DEVOLUCIÓN, OS QUE ASÍ NON O FIXERAN NON ENTRARÁN NAS CLASIFICACIÓNS, NIN RECIBIRÁN NINGÚN TIPO DE AGASALLO.

10. O CONTROL DE CHEGADA PECHARASE UNHA HORA DESPOIS DE QUE ENTRE EN META O PRIMEIRO ATLETA CLASIFICADO.

11. As inscricións poderanse formalizar a partir do sábado, día 12 ata o mércores día 30 de marzo, por ONLINE a través de www.elcorreogallego.es, seguindo as instrucións que figuren nesa páxina. De forma presencial poderanse formalizar, dentro destes prazos, pero de luns a venres, na delegación do GRUPO CORREO GALLEGO situada na Avda. Fernando Blanco, 47A – 1º A de Cee, de 10.00 a 14.00 horas e de 16.00 a 19.30 horas. Tamén nos centros socioculturais de Zas, de luns a venres de 9.30 ás 14.00 horas e no de Baio, de martes a sábados de 15.00 ás 20.00 horas. Teléfono de información: 981 747 718. NON SE ADMITIRÁN INSCRICIÓNS FÓRA DESTES PRAZOS.

12. Nas inscricións deberá constar OBRIGATORIAMENTE: nome, apelidos, sexo (F= Feminino e M = Masculino), nº DNI con letra ou pasaporte, nº de licenza federativa (só corredores federados), data de nacemento completa (día, mes e ano), poboación de nacemento e teléfono. Os nados nos 17 concellos da Costa da Morte deberán marcar cunha X a casilla correspondente, e a maiores os nados do concello de Zas. O SISTEMA RECHAZARÁ AS INSCRICIÓNS ÁS QUE LLE FALTEN ALGÚN DESTES DATOS.

13. Os dorsais e chips recolleranse na zona da saída o mesmo día da proba dende as 8.15 ata as 10.00 horas.

14. NON SE ACEPTARÁN INSCRICIÓN POR TELÉFONO, NIN FÓRA DOS PRAZOS INDICADOS.

15. Establécense as seguintes categorías segundo o ano de nacemento

CATEGORÍA FEMININA:

- A) Mulleres nadas entre 1988 e 1994
- B) Mulleres nadas entre 1981 e 1987
- C) Mulleres nadas entre 1971 e 1980
- D) Mulleres nadas en 1970 ou antes.

16. Establécense os seguintes premios:

CATEGORÍA FEMININA:

- 1ª Clasificada: Trofeo e 650 euros.
- 2ª Clasificada: Trofeo e 500 euros.
- 3ª Clasificada: Trofeo e 350 euros.

CATEGORÍA MASCULINA:

- E) Homes nados entre 1988 e 1994
- F) Homes nados entre 1976 e 1987
- G) Homes nados entre 1966 e 1975
- H) Homes nados entre 1951 e 1965
- I) Homes nados en 1950 ou antes.

CATEGORÍA MASCULINA:

- 1º Clasificado: Trofeo e 650 euros.
- 2º Clasificado: Trofeo e 500 euros.
- 3º Clasificado: Trofeo e 350 euros.

Trofeo á 1ª clasificada das CATRO categorías establecidas, exceptuando as tres primeiras.

Trofeo ó 1º clasificado das CINCO categorías establecidas, exceptuando os tres primeiros.

Trofeo e 200 euros ó primeiro clasificado da categoría masculina e feminina, entre os corredores nados en calquera dos 16 concellos da Costa da Morte, excepto os nados no concello organizador.

Trofeo e 200 euros ó primeiro e primeira clasificados entre os participantes nados no Concello de Zas.

NOTA: En ningún caso, un mesmo atleta poderá recibir dous premios á vez, percibindo únicamente o de maior cuantía.

17. Os premios en metálico, seranlle aboados ós atletas o mesmo día da proba, previa presentación da súa documentación (DNI ou pasaporte), quedando descalificados os que non o presenten.

18. TODOS os corredores que entren en meta co control aberto e entreguen correctamente o chip, recibirán unha camiseta.

REGULAMENTO CATEGORÍAS ALEVÍN, INFANTIL E CADETE

1. A V Carreira Pedestre Popular Costa da Morte – El Correo Gallego, celebrarase o domingo día 3 de abril de 2011 na localidade de Zas ás 11.30 horas.

2. Esta Carreira está reservada para todos os corredores nados entre 1995 e 2001.

3. A saída situarase no Rúa Progreso e a meta na Praza do Concello de Zas.

4. Os participantes deberán colocarse na zona de saída 15 minutos antes do comezo da proba.

5. O percorrido será de 5 quilómetros e será a través das rúas seguintes: Rúa Progreso, Lugar de San Adrián, Lugar de Loroño, Lugar de Baizana, Rueiro de Abaixo e Praza do Concello.

6. Os premios estableceranse por participación individual e por equipos (colexios ou institutos).

7. Por participación individual, establécense seis categorías, tres femininas e tres masculinas, distribuídas da seguinte forma:

- 1) ALEVÍN FEMININA: nadas en 2000 e 2001.
- 2) ALEVÍN MASCULINA: nados en 2000 e 2001.
- 3) INFANTIL FEMININA: nadas en 1998 e 1999.
- 4) INFANTIL MASCULINA: nados en 1998 e 1999.
- 5) CADETE FEMININA: nadas en 1995 e 1997.
- 6) CADETE MASCULINA: nados en 1995 e 1997.

8. Recibirán un trofeo e un agasallo os primeir@s de cada categoría.

9. Recibirán trofeo os segund@s e terceir@s clasificad@s de cada categoría.

10. O Centro Escolar con maior número de alumn@s en liña de meta, recibirá un trofeo e 200 euros, sexan da categoría que sexan, sen importar o orde de chegada, e que estén inscritos oficialmente a través do colexio. Non puntuarán os rapaces/as inscritos de forma individual.

11. Esta carreira estará controlada en TODO o percorrido por chip, que se entregará xunto cos dorsais o mesmo día da proba dende as 8:15 ata as 10:30 horas na zona de saída. RECÓRDASE QUE OS CHIPS SON DE OBRIGADA DEVOLUCIÓN, NON ENTRARÁN NAS CLASIFICACIÓNS NINGÚN ESCOLAR QUE NON O FIXERA, NIN TAMPOUCO RECIBIRÁ MEDALLA NIN AGASALLO. O CENTRO ESCOLAR SERÁ O RESPONSABLE DA DEVOLUCIÓN DESTES CHIPS.

12. O CONTROL DE CHEGADA PECHARASE 45 MINUTOS DESPOIS DE QUE ENTRE EN META O PRIMEIRO CORREDOR CLASIFICADO.

13. Os prazos de inscrición son os establecidos no regulamento xeral. INSCRIPCIONS POR EQUIPOS: Para a participación por Centro Escolar, deberán formalizar na súa totalidade as follas de inscrición facilitadas pola organización, en formato excell, que descargarán en www.elcorreogallego.es. INSCRICIÓNES ESCOLARES INDIVIDUAIS (non puntuarán na clasificación por colexios): Existen dúas modalidades, primeiro para aqueles que teñen DNI, que deberán facelo do mesmo xeito que o establecido na categoría xeral, por ONLINE. E segundo, os rapaces/as que non teñan DNI deberán facelo a través do e-mail: comercialcostadamorte@elcorreogallego.es, ou ben de forma presencial, nos mesmos lugares e prazos establecidos no regulamento xeral. NON SE ADMITIRÁN INSCRICIÓNES FÓRA DESTES PRAZOS.

14. En TODAS as inscricións (individuais e por equipos) deberán figurar OBRIGATORIAMENTE os seguintes datos: nome, apelidos, sexo (F= Feminino e M= Masculino), nº DNI con letra, nº de licenza federativa (só corredores federados), data de nacemento completa (día, mes e ano), poboación de nacemento e teléfono.

15. TODOS os escolares que entren en meta co control aberto e entregaran o chip correctamente, recibirán unha medalla e unha camiseta.

16. Será necesario documentar a idade para poder acceder ós premios.

17. A Carreira Pedestre na categoría escolar, salvo o especificado por este regulamento, rexerase polo xeral da V CARREIRA PEDESTRE POPULAR COSTA DA MORTE – EL CORREO GALLEGO.

REGULAMENTO PARA BENXAMÍNS

1. Esta carreira está reservada para os nenos e nenas nados entre 2002 e 2004.

2. Sairá da Rúa Progreso o día 3 de abril ás 11.35 horas.

3. Os participantes deberán colocarse na zona de saída 15 minutos antes do comezo da proba.

4. O percorrido será de 1 quilómetro a través da Rúa Progreso, Rúa do Centro Social, Rúa Nogueira, Rúa Progreso e Praza do Concello.

5. Establécense dúas categorías, unha feminina e outra masculina:

- 1) BENXAMÍN FEMININA: nenas nadas entre 2002 e 2004
- 2) BENXAMÍN MASCULINA: nenos nados entre 2002 e 2004.

6. Recibirán un agasallo e trofeo os primeir@s de cada categoría. Recibirán un trofeo @s segund@s e terceir@s clasificad@s de cada categoría.

8. O CONTROL DE CHEGADA PECHARASE QUINCE MINUTOS DESPOIS DE QUE ENTRE EN META O PRIMEIRO CORREDOR CLASIFICADO.

9. TODOS os escolares que entren en meta co control aberto, recibirán unha medalla e unha camiseta.

10. Será necesario documentar a idade para poder acceder ós premios.

11. A Carreira Benxamín non entra na clasificación por colexios.