XXII CARREIRA DO NADAL (10K)
CONCELLO SAN CIBRAO DAS VIÑAS
21 de Decembro de 2025

SAÍDA E META

PISCINAS MUNICIPAIS DE PONTE NOALLA

(Lugar a Ponte Noalla, 10, 32915 A Ponte Noalla, San Cibrao das Viñas – Ourense)

O Concello de San Cibrao das Viñas organiza coa colaboración da Delegación Ourensana de Atletismo a **XXII Carreira Pedestre do Nadal de San Cibrao das Viñas.**

A comisión técnica está formada por:

- Marta Nóvoa Iglesias (alcaldesa do concello).
- Javier González Fernandez (concelleiro de deportes do concello).
- Juan Otero Rodríguez (coordinador de deportes do concello).
- Jorge Cid Perez (Organización).
- Jose Manuel Iglesias Rodríguez (Organización).
- Enrique Blanco (Organización).

INSCRICIÓNS

Presenciais: Runmaniak (Rúa Samuel Eiján, 9 - bajo, 32003 Ourense) ata o martes **16** de decembro ás 20:00h.

On-line: a través da plataforma de inscripción da F.G.A https://www.carreirasgalegas.com ata o mércores **17** de decembro ás 23:59h.

Carreira de adultos: está limitada a **450** participantes e a colaboración coa carreira será de 10€ ata o domingo día **07** de decembro as 24:00 horas e 12€ dende o día **08** ata o día **17** de decembro as 23:59h..

Carreira de escolares: está limitada a 100 participantes e a colaboración coa carreira será de 2€. Prazo límite de inscripción ata o día **16** de decembro en Runmaniak (Rúa Samuel Eiján, 9 - bajo, 32003 Ourense) e on-line a través da plataforma de inscripción da F.G.A https://www.carreirasgalegas.com ata o mércores **17** de decembro ás 23:59h.

Carreira de pitufos: non ten límite de participación e as inscricións son gratuítas

INFORMACIÓN

https://www.carreirasgalegas.com

www.sancibrao.es

Teléfonos: 608275776 - 637901516

HORARIOS

11:30 horas: saída carreira absolutos (2 voltas de 5kms)

11:30 horas: saída carreira categoría sub18 (1 volta de 5kms aprox.)

11:35 horas: saída carreira escolares do 2010 o 2017 (1,2 kms aprox.)

12:45 horas aprox: saída carreira pitufos (100 mts aprox.)

13:00: Ágape para os participantes e entrega de trofeos ós escolares e sorteo de vales os pitufos

13:30 horas: entrega de trofeos adultos e sorteo de agasallos

REGULAMENTO XERAL

A Carreira Pedestre do Concello de San Cibrao é unha proba incluída no calendario oficial de probas en ruta da Federación Galega de Atletismo con distancia homologada de 10.000 mts. A organización contará co asesoramento da Delegación en Ourense da Federación Galega de Atletismo, o Comité de Xuíces e a colaboración de organismos municipais competentes, que regularán o tráfico ó longo de todo o percorrido.

1. **SAÍDA E META:** estarán situadas nas piscinas municipais de ponte Noalla, nas inmediacións do Polígono de San Cibrao das Viñas. As coordenadas da saída son as seguintes:

   GPS (WGS84) 42º17'01", 7º50'15"O - UTM x:595802 y:4681920

2. **DORSAIS E CHIPS:** a recollida de dorsais e chips efectuarase na tenda de deportes Runmaniak (Rúa Samuel Eiján, 9 - bajo, 32003 Ourense) dende o venres día **19** ata o sábado día **20** de decembro e na secretaría da competición o día da proba ata media hora antes da saída de cada carreira.

3. **CLASIFICACIÓNS:** será absoluta e por categorías. Os premios son acumulables. A carreira da categoría Pitufos non é competitiva e non se entregarán premios ós vencedores/as.

4. **DESCUALIFICACIÓNS:**

Será motivo de descualificación, entre outros, os seguintes aspectos: non realizar todo o circuíto da carreira, non levar dorsal ou manipular éste, falsificar datos persoais, competir co dorsal ou chip de outra persoa, correr con cascos ou non levar o chip durante toda a proba.

Non está permitido o acompañamento na proba de ningún vehículo alleo á organización; nin bicicletas, patíns ou persoas non inscritas na proba que poidan acompañar, avituallar ou marcar ritmos aos participantes.

Os atletas con licenza federativa terán que aterse ó regulamento de Disciplina Deportiva en vigor. Os atletas con licenza federativa pola FGA deberán competir coa camiseta oficial do seu clube.

5. **PECHE DE CONTROL:** o control de chegada pecha 40’ despois de que entre o primeiro corredor clasificado.

6. **SERVIZOS EN CARREIRA:** o percorrido estará sinalado cada km. Os abastecementos estarán situados no kilómetro 5 de carreira e á chegada no recinto das piscinas municipais de Ponte Noalla.

7. **SEGURO:** todos os participantes estarán amparados por unha póliza de Responsabilidade Civil e accidentes deportivos, que cubrirá os accidentes que se produzan como consecuencia directa do desenvolvemento da proba. Quedan excluídos os casos derivados dun padecemento latente, imprudencia ou inobservancia das leis, da normativa da competición, etc. Tamén quedan excluídos os casos producidos polo desprazamento ao lugar da competición ou desde o mesmo. A inscrición implica ler, entender e adquirir o compromiso que a continuación se expón: Certifico que estou en bo estado físico. Eximo de toda responsabilidade que da participación no evento puidese derivarse, á

organización, patrocinadores comerciais ou sponsors, empregados e demais organizadores. Coa realización da inscrición, todo participante cede os seus dereitos de imaxe á organización, que utilizará as imaxes de acordo coa Lei de Protección de Datos. As persoas non inscritas oficialmente e que tomen parte da carreira a modo particular, sen ser autorizadas polo organizador, non están amparadas polos seguros da proba. A FGA non se fará responsable dos danos que estas persoas podan causar ou causarse.

8. **PREMIOS CARREIRA POPULAR:** establécense os seguintes premios:

a. Vale de 180€ - 150€ - 120€ ós 3 primeiros clasificados e clasificadas absolutos/as en material deportivo.
b. Chaqueta exclusiva para ó gañador e gañadora absolutos da proba.
c. Vale de 75€ ós tres primeiros e tres primeiras clasificados/as do Concello de San Cibrao das Viñas en material deportivo (imprescindible estar empadroado no Concello de San Cibrao das Viñas).
d. Premio especial de 100€ en material deportivo o primeiro corredor e corredora en pasar polo Km 5 de carreira (obrigatorio rematar a proba).
e. Medalla e Trofeo aos 3 primeiros e primeiras clasificados/as en cada categoría.
f. Obsequio conmemorativo para todos os/as participantes inscritos na proba absoluta (a organización fará entrega do agasallo por orden de retirada de dorsais, non se fará cargo do tallaje do mesmo unha vez se esgoten as existencias, tendo que adaptarse o/ corredor/a o tallaje do stock..
g. Medalla e agasallo para todos os Pitufos participantes ata esgotar existencias e sorteo de dos vales de 60€ en material deportivo e dúas cestas de chuches.
h. Medalla e trofeo para os primeiros participantes escolares e sorteo de dos patíns eléctricos.
i. Trofeo os 3 primeiros equipos absolutos (puntuarán os 4 primeiros/as clasificados en línea de meta).
j. Sortearanse numerosos agasallos e produtos gastronómicos entre os participantes absolutos..

9. PARTICIPACIÓN DE ATLETAS EXTRANXEIROS E DOUTRAS FEDERACIÓNS AUTONÓMICAS: rexerase polas normas recollidas no REGULAMENTO DE COMPETICIÓNS TEMPADA 2023 RFEA.

https://atletismo.gal/wp-content/uploads/2023/12/Normas-Tecnicas-2024-Act.pdf

CAPÍTULO SEGUNDO: DE LAS CATEGORÍAS DE LAS COMPETICIONES

10. CATEGORÍAS: establécense as seguintes categorías:

Carreira de escolares:

Sub10: 2016 e 2017 Sub12: 2014 e 2015 Sub14: 2012 e 2013 Sub16: 2010 e 2011	Distancia a percorrer: 1,2 kms. (3 voltas circuito de terra zona ximnasio municipal)
Sub18: 2008 e 2009	Distancia a percorrer: 5 kms. (1 volta o circuito carreira absoluta)

Carreira de adultos:

Sub20-23: 2003, 2004, 2005, 2006 e 2007 Sénior: 2002 ata 34 anos F35: de 35 a 39 anos F40: de 40 a 44 anos F45: de 45 a 49 anos F50: de 50 A 54 anos F55: de 55 a 59 anos F60: de 60 a 64 anos F65: de 65 a 69 anos F70: de 70 en adiante	Distancia a percorrer: 10 kms. (2 voltas)

Trofeo especial o participante masculino e femenino de maior idade que remate a proba absoluta

Carreira de Pitufos:

2018 e posteriores

Distancia a percorrer: 150 mts aprox. (circuito de terra zona ximnasio municipal)

11. RECLAMACIÓNS: poderanse efectuar reclamacións ante o Xuíz Árbitro da proba non máis tarde de 30 minutos despois de publicarse oficialmente os resultados. A participación é libre e leva implícito a aceptación do Regulamento Xeral da proba. O non recollido no mesmo resolverase de acordo, por esta orde, as norma da FGA, RFEA e WA en vigor.

12. SERVIZOS AO FINALIZAR A CARREIRA: a Organización obsequiará cun ágape a todos os/as participantes da proba. Haberá servizos de guardarropía, vestiarios e aseos para home es mulleres e servizo de duchas.

13. ACEPTACIÓNS: o atleta inscrito autoriza e acepta a publicación do seu nome e apelidos e a súa imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e internet para a promoción do deporte. Calquera persoa inscrita poderá prohibir a utilización da súa imaxe previa solicitude expresa por escrito. Todos os participantes, polo feito de inscribirse e tomar a saída na carreira, aceptan o presente regulamento, e no caso de dúbida ou de xurdir alguna situación non prevista no mesmo, resolverase de acordo ao que dispoña o Comité Organizador e polas normas da FGA, RFEA e IAAF en vigor.

14. ASISTENCIA MÉDICA E SEGUROS: A organización contará con servizos médicos e ambulancia. Os servizos médicos e o xuíz árbitro da competición están facultados para retirar da carreira a calquera participante que manifeste un mal estado físico durante o desenvolvemento da mesma.

15. NOTA: Esta proba pertence ao Calendario Oficial da Federación Galega de Atletismo e mediante a súa inscrición o corredor consente expresamente que os seus datos básicos sexan cedidos a esta entidade para a tramitación, ante a compañía de seguros, dos seguros obrigatorios de accidentes e Responsabilidade Civil así como a xestión da licencia de día de ranking popular e probas de ruta. En todo caso e tal como establece a lei de Protección de Datos, o interesado pode exercer no futuro os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante escrito ou correo electrónico á Federación Galega de Atletismo. Avda. de Glasgow 13 15008 A Coruña.