



Benvidos/as á “XI edición do circuíto de Carreiras Saudables CorreSAN 2025, un programa de carreiras organizadas pola Federación Galega de Atletismo e patrocinadas polo Concello de Santiago de Compostela a través do seu departamento municipal de deportes. Este circuíto entra dentro do labor de concienciación sobre os beneficios que a actividade física regular provoca na mellora da calidade de vida da nosa cidadanía.

O circuíto CorreSan representa unha iniciativa para Compostela que traslada o deporte ata os barrios e zonas onde normalmente xa se practican diferentes deportes, en especial o atletismo na súa vertente máis popular.

O circuíto estará aberto á participación de calquera deportista habitual ou eventual que desexe acceder á práctica libre do exercicio físico nos diferentes contornos da cidade. Nas probas terán cabida atletas de case todas as idades, de sub 10 a máster, con distancias adaptadas a cada categoría que participen nas carreiras das que consta este circuíto, o que integrará un aliciente de motivación como é a competición.

A participación poderá ser individual ou formando parte de equipos, tanto federados como populares. As categorías escolares poderán a maiores formar grupos por centros escolares.

A continuación exporemos o regulamento xeral do circuíto, pero antes de rematar gustaríame animarvos a que tomedes parte deste proxecto que continua adiante por décimo primeira vez, desta volta mantendo 5 probas e 5 barrios da cidade e velando polo noso interese por promover a práctica libre do deporte no concello de Compostela.

**A Concelleira de Deportes
Pilar Lueiro García**

REGULAMENTO XERAL

A décimo primeira edición do circuíto de carreiras saudables de Santiago **CorreSAN 2025** constará de 5 probas que se disputarán entre os meses de xuño e novembro de 2025, tendo no mes de decembro a carreira San Silvestre que, aínda que non forme parte deste circuíto, da continuidade a práctica deportiva durante o 2025.

En cada proba haberá un percorrido para escolares das categorías Sub 10 e sub 12, un percorrido para as categorías sub 14 e sub 16, e outro para adultos a partir da categoría sub 18. As probas comezarán de xeito habitual polas probas de escolares e rematarán coa disputa da proba de adultos. Os horarios e circuíto das carreiras estarán expostos na páxina web do circuíto <https://corresan.carreirasgalegas.com/> e na web www.carreirasgalegas.com e estarán baixo o control técnico do Comité Galego de Xuíces da Federación Galega de Atletismo, empregando o sistema de chip-dorsal que **deberá conservarse durante o transcurso do circuíto para os atletas que se inscriban nas 5 probas na modalidade de circuíto**, e poderá desbotarse no caso de atletas que só se inscriban a unha proba independente.

Todos os atletas inscritos no circuíto que perdan este elemento deberán aboar a cantidade de 3 € para adquirir un novo dorsal - chip.

CATEGORIAS DE PARTICIPACION INDIVIDUAIS

As categorías* de participación individuais serán as seguintes:

SUB 10	Nadas/os en 2016 e 2017
SUB 12	Nadas/os en 2014 e 2015
SUB 14	Nadas/os en 2012 e 2013
SUB 16	Nadas/os en 2010 e 2011
SUB 18	Nadas/os en 2008 e 2009
SUB 20	Nadas/os en 2006 e 2007
SUB 23	Nadas/os en 2003, 2004 e 2005
SENIOR	De 2002 ata máster
MASTER 1	De 35 a 44 anos
MASTER 2	De 45 a 54 anos
MASTER 3	De 55 anos en adiante

E= Escolares:(sub 10, sub 12, sub 14 e sub 16)

A= Adultos (dende sub 18 a máster)

MODALIDADE DE PARTICIPACION POR EQUIPOS

As categorías de participación por equipos serán as seguintes (**non se poderá duplicar a participación nun clube federado e equipo popular ou nun centro escolar e clube federado**). Tampouco un mesmo equipo poderá ter dúas ou máis seccións (A, B, ...):

CLUBES FEDERADOS ADULTOS	Atletas con licenza federativa
EQUIPOS POPULARES ADULTOS	Corredores con ou sen licencia federativa
CENTROS ESCOLARES	Corredores pertencentes a centros escolares
CLUBES ESCOLARES	Corredores Escolares pertencentes a clubes federados

CLASIFICACIÓN

En cada proba establecerase unha clasificación individual por orde de chegada. Os participantes no circuíto levarán un número de puntos igual ao posto obtido en cada carreira **SÓ TENDO EN CONTA OS PARTICIPANTES NA MODALIDADE DE CIRCUÍTO** e diferenciando a clasificación masculina da feminina (1ª muller ... 1 punto, 1º home ... 1 punto ..., 2ª muller ... 2 puntos, 2º home ... 2 puntos ... e así sucesivamente ...).

OS ATLETAS QUE NON PARTICIPEN NALGUNHA PROBA DARÁSELLE UN NÚMERO DE PUNTOS SIMILAR AO NÚMERO TOTAL DE PARTICIPANTES NA MODALIDADE DE CIRCUÍTO NA MESMA, DE XEITO QUE NON OBTENAN VANTAXE ALGUNHA DA NON PARTICIPACIÓN. Para tomar parte nas clasificacións finais de circuíto, os participantes deberán completar un mínimo de 4 das 5 probas do circuíto.

Tamén se poderá participar individualmente inscribíndose soamente a calquera das catro probas do circuíto sen participar na modalidade de circuíto nin na súa clasificación.

Haberá unha clasificación de cada carreira e unha xeral do circuíto en cada categoría, que será modificada despois de cada carreira. A clasificación do circuíto realizarase en orde inverso, segundo se teña un menor número de puntos.

NA CLASIFICACIÓN FINAL INDIVIDUAL DO CIRCUÍTO ELIMINARASE O PEOR RESULTADO OBTIDO NAS 5 PROBAS DO MESMO.

PARA A CLASIFICACIÓN FINAL DE CLUBES E EQUIPOS POPULARES APLICARASE A SUMA DOS 6 MELLORES RESULTADOS DOS 6 MELLORES ATLETAS QUE OS COMPOÑAN. OS EQUIPOS ESTARÁN FORMADOS POR UN NÚMERO MÍNIMO DE 6 COMPOÑENTES, SEN DETERMINAR UN NÚMERO MÁXIMO.

Tamén estableceranse dous tipos de clasificacións:

- Clubes federados adultos, sumando os puntos obtidos polos 6 mellores compoñentes do club que deberán estar inscritos todos na modalidade de circuíto e completar 4 das 5 probas (imprescindible realizar a inscrición **reflexando o mesmo nome de equipo** no formulario habilitado).
- Equipos populares, nos cales poderán entrar atletas federados e non federados formando equipos cunha denominación "popular". Imprescindible realizar a inscrición **reflexando o mesmo nome de equipo** no formulario habilitado. Sumaranse os puntos obtidos polos 6 mellores compoñentes do equipo que deberán estar inscritos todos na modalidade de circuíto e completar 4 das 5 probas (imprescindible realizar a inscrición **reflexando o mesmo nome de equipo** no formulario habilitado).
- Centros escolares. Formando parte de centros escolares. As clasificacións dos clubs federados escolares e centros escolares realizarase unicamente por **criterios de volume de participación**.

Os equipos poderán ser masculinos ou femininos. Non se admitirán equipos mixtos nestas clasificacións.

CALENDARIO DE PROBAS E CIRCUÍTO

As probas celebraranse nas datas que se expoñen a continuación. Os circuítos serán expostos nos días previos á celebración da carreira nas páxinas web <https://corresan.carreirasgalegas.com/> e www.carreirasgalegas.com.

DATA	PROBA	DISTANCIAS APROX.
8 de xuño de 2025	CORRESAN BARRIO DE CONXO	900 m (E1) 2300 m (E2) 5300 m (A)
12 de xullo de 2025	CORRESAN NOCTURNA CIDADE VELLA	1050 m (E1) 1800 m (E2) 5000 m (A)
14 de setembro de 2025	CORRESAN UTA DOS PARQUES	1100 m (E1) 2100 m (E2) 5500 m (A)
11 de outubro de 2025	CORRESAN BARRIO DE SAN PEDRO	1250 m (E1) 2500 m (E2) 5000 m (A)
15 de novembro de 2025	CORRESAN UTA DA PRATA-ANGROIS	1200 m (E1) 2400 m (E2) 5200 m (A)

E1= ESCOLARES Sub 10 – Sub 12

E2= ESCOLARES Sub 14 – Sub 16

A= ADULTOS

INSCRICIÓNS

INSCRICIÓN INDIVIDUAL: A inscrición nas 5 probas do circuío (**opción recomendable**), tanto para escolares como para adultos, poderán realizala a través da seguinte vía:

- ONLINE:

A través das páxinas web <https://corresan.carreirasgalegas.com/> e www.carreirasgalegas.com.

INSCRICIÓN POR CLUBES FEDERADOS, EQUIPOS POPULARES E CENTROS ESCOLARES

Todos os **clubes federados**, tanto de adultos (de sub 18 en diante) como de **atletas escolares**, **equipos populares de adultos** e **centros escolares** (categorías sub 10, sub 12, sub 14 e sub 16) que desexen entrar nos premios outorgados a eles deberán remitir un correo electrónico á dirección info@carreirasgalegas.com indicando a súa intención de tomar parte nestas clasificacións e achegando a listaxe dos atletas que comporán o clube federado, equipo popular ou centro escolar. Ditos atletas deberán estar inscritos individualmente e de xeito previo o inicio das probas indicando claramente o nome do clube, equipo popular ou centro escolar. É moi importante que os atletas poñan correctamente escrito do mesmo xeito o nome do clube, equipo ou centro escolar.

PREZOS DA INSCRICION

- **ESCOLARES** (de sub 10 a sub 16) GRATUITA
- **ADULTOS** (de sub 18 a máster):
 - Xeral nas 5 probas do circuío 20 €
 - Inscrición individual por proba 6 €

Os participantes adultos e escolares NA MODALIDADE DE CIRCUÍTO, recibirán unha camiseta técnica conmemorativa da décima edición do circuío e un dorsal-chip coa que poderán participar nas 5 probas e que poderán recoller no lugar indicado nas páxinas web <https://corresan.carreirasgalegas.com/> e www.carreirasgalegas.com previamente á disputa da primeira ou segunda proba. Os atletas que se inscriban individualmente en cada proba **NON PERCIBIRÁN CAMISETA POLA SUA PARTICIPACIÓN**.

O dorsal empregárase para as 5 probas e deberá conservarse axeitadamente en todas as probas do circuío.

Os participantes de cada proba individual que non se inscribieran no circuío só recollerán o dorsal na zona de saída de cada proba, agás na 1ª que se recollerá no mesmo lugar que os participantes no circuío.

CALENDARIO DE INSCRICIÓNS

A inscrición xeral no circuío CorreSan (5 probas) abrirá o luns 31 de marzo ás 11:00 horas e pechará o mércores 4 de xuño ás 23.59 horas. Abrirase un 2º prazo antes da carreira CorreSan Nocturna Cidade Vella.

A inscrición individual en cada proba do circuío terá o seguinte calendario de inscricións:

PROBA	PAZOS DE INSCRICIÓN
CorreSan – Barrio de Conxo	Do 31/03/2025 ao 04/06/2025
CorreSan - Nocturna Cidade Vella	Do 12/06/2025 ao 09/07/2025
CorreSan - Ruta dos Parques	Do 21/07/2025 ao 10/09/2025
CorreSan - Barrio de San Pedro	Do 18/09/2025 ao 08/10/2025
CorreSan - Ruta da Prata-Angrois	Do 16/10/2025 ao 12/11/2025

PREMIOS

Os premios ó circuío serán entregados nas semanas posteriores á conclusión da derradeira proba nunha gala xeral do circuío 2025.

Outorgaranse premio aos 3 primeiros clasificados de cada categoría establecida no presente regulamento.

Tamén entregaranse premios especiais aos 3 primeiros clasificados das clasificacións xerais de escolares e de adultos.

Os 3 centros escolares e clubs federados que acheguen máis participantes á categoría de escolares percibirán premio especial.

Os 3 clubs federados **MASCULINOS** e **FEMENINOS** e os 3 equipos populares **MASCULINOS** e **FEMENINOS** que obteñan menos puntos na clasificación das probas do circuío (sumando os puntos dos seus 6 mellores compoñentes).

Para poder tomar parte nestas clasificación é imprescindible inscribirse indicando o nome do clube ou equipo ou centro escolar (escrito do mesmo xeito) no formulario e remitir ao correo info@carreirasgalegas.com o listado cos compoñentes dos mesmos.

Toda a información relativa a circuíos, lugares de recollida de dorsais,... poderá consultarse nas páxinas web www.carreirasgalegas.com e atletismo.gal.

Todo o non recollido no presente regulamento rexerase pola normativa de probas en ruta da **FGA** e da **RFEA** en vigor, por esta orde.

RESPONSABILIDADE

A organización non se fará responsable dos danos que puidesen causar ou causarse os participantes por imprudencias ou negligencias destes. Igualmente, o participante declara, baixo a súa responsabilidade, terse realizado o oportuno recoñecemento médico que lle permite estar en condicións óptimas para realizar a proba, eximindo á organización da devandita responsabilidade.

A organización dispón dun Seguro de Accidentes e Responsabilidade Civil que cubrirá as incidencias inherentes ás probas do circuío.

LOPD

Todos os corredores/as ó realizar a inscrición aceptan a publicación do seu nome e imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e/ou internet.

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 licenza de día e ranking popular de 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 Praza Agustín Díaz S/N - 15008 A Coruña.