OPTIMILK CROSS PONTE ROMANA #7EDICIÓN

CCNORTE en colaboración con la **RFEA** (Real federación Española de Atletismo) promueve y organiza el 2 y 3 de Noviembre de 2024 la sexta edición **del CROSS PONTE ROMANA DE LUGO**.

El evento se desarrollará en el parque **PAZO DE FEIRAS E CONGRESOS** y está incluido en el calendario oficial de la RFEA y cuenta con colaboración y el patrocinio institucional de **Concello de Lugo, Diputación de Lugo y Secretaría Xeral Para o deporte.**

PARTICIPACIÓN Y MODALIDADES

- Todos los atletas por el hecho de inscribirse aceptan este reglamento
- Las diferentes competiciones y sus distancias se regirán por la normativa RFEA y en todo caso las posibles variaciones y adaptaciones están consensuadas con la propia RFEA
- **La distancia absoluta masculina y femenina será de 5Km** debido a lo apretado del calendario con campeonatos importantes el fin de semana anterior y posterior a este cross.
- El programa de competiciones ofrecerá pruebas para todas las edades. Los atletas deben hacer constar en el proceso de inscripción su licencia federativa en el caso de tenerla.
- Tras consulta con la RFEA por motivos de organización de horarios y en la búsqueda de un mayor espectáculo el comité organizador ha decidido juntar las categorías SUB18, SUB20 y MASTER junto con la ABSOLUTA y SUB23 (pero siempre separadas por sexos), evitando de esta forma competiciones con baja participación. En consecuencia se ofrecerá una clasificación conjunta y otra por cada categoría que se podrán seguir en vivo.

- **CROSS AUTONÓMICO: CATEGORÍAS SUB10, SUB12, SUB14 SUB16, SUB18 SUB20 Y MÁSTER**
  - Podrán participar los atletas que lo deseen **federados y no federados**. Los atletas sin licencia federativa estarán cubiertos por un seguro de accidentes y RC de acuerdo con la normativa vigente
- **CROSS NACIONAL: CATEGORÍA SUB23, ABSOLUTA**
  - **Atletas con licencia nacional:** Podrán participar todos los atletas españoles y extranjeros que tengan licencia nacional
  - **Atletas con licencia autonómica gallega**: por normativa RFEA sólo podrán participar los atletas con licencia autonómica gallega (en las clasificaciones oficiales finales RFEA aparecerán en listados diferentes aún participando en la misma prueba)
  - **Atletas sin licencia o con licencia autonómica no gallega:** Podrán participar siempre y cuando contraten la licencia de un día
    - https://atletismorfea.es/sites/default/files/2024-03/Reglamento%20de%20Competici%C3%B3n.pdf

- **CROSS POPULAR (competición no federada)**
  - Como actividad paralela se celebrará un cross popular y podrá participar quien lo desee sea federado o no, estarán cubiertos por un seguro de accidentes y RC de acuerdo con la normativa vigente
- **RELEVOS MIXTOS SÁBADO (competición no federada)**
  - Los integrantes e cada equipo deberán ser del **mismo club**
  - **Menores 4x500m:** Inscripción gratuita, pero todos los integrantes deben estar inscritos de forma individual en las pruebas del domingo
    - Categoría SUB10 (2015 y 2016)
    - Categoría SUB12 (2013 y 2014)
    - Categoría SUB14 (2011 y 2012)
    - Categoría SUB16 (2009 y 2010)

ORDEN COMPETICIONES	CÁMARA LLAMADAS	HORA SALIDA	CATEGORÍAS - AÑOS	DISTANCIA	RECORRIDO	PREMIACIÓN
SÁBADO 2 NOVIEMBRE - RELEVOS MIXTOS						
1	de 16:00 a 16:25	16:30	MIXTOS SUB16 2009-2010	**4x500**	4 vueltas pequeñas	AL FINALIZAR TODAS
2	de 16:25 a 16:35	16:40	MIXTOS SUB14 2011-2012	**4x500**	4 vueltas pequeñas	AL FINALIZAR TODAS
3	de 16:35 a 16:45	16:50	MIXTOS SUB12 2013-2014	**4x500**	4 vueltas pequeñas	AL FINALIZAR TODAS
4	de 16:45 a 16:55	17:00	MIXTOS SUB10 2015-2016	**4x500**	4 vueltas pequeñas	AL FINALIZAR TODAS
DOMINGO 3 DE NOVIEMBRE - INDIVIDUALES						
1	de 09:40 a 9:55	10:00	SUB16 FEM 09-10	**3870**	1 vuelta pequeña + 3 medianas	AL FINALIZAR ESTA CARRE
2	de 10:00 a 10:15	10:20	SUB16 MASC 09-10	**3870**	1 vuelta pequeña + 3 medianas	AL FINALIZAR ESTA CARRE
3	de 10:25 a 10:35	10:40	SUB14 FEM 11-12	**2770**	1 vuelta pequeña + 2 medianas	AL FINALIZAR ESTA CARRE
4	de 10:40 a 10:50	10:55	SUB14 MASC 11-12	**2770**	1 vuelta pequeña + 2 medianas	AL FINALIZAR ESTA CARRE
5	de 10:55 a 11:05	11:10	SUB12 FEM 13-14	**1670**	1 vuelta pequeña + 1 mediana	AL FINALIZAR ESTA CARRE
6	de 11:10 a 11:15	11:20	SUB12 MASC 13-14	**1670**	1 vuelta pequeña + 1 mediana	AL FINALIZAR ESTA CARRE
7	de 11:20 a 11:35	11:40	SUB10 FEM 15-16	**1250**	1 vuelta mediana	AL FINALIZAR ESTA CARRE
8	de 11:40 a 11:45	11:50	SUB10 MASC 15-16	**1250**	1 vuelta mediana	AL FINALIZAR ESTA CARRE
13	de 11:50 a 11:55	12:00	POPULAR MIXTA	**4320**	1 vuelta pequeña + 2 vueltas Largas	AL FINALIZAR TODAS
13b	de 11:50 a 11:55	12:01	CATIVOS 2017 y POSTERIORES	**200**	RECTA DE META	MEDALLAS EN META
11	de 12:00 a 12:25	12:30	ABSOLUTA SUB23 SUB 20 SUB18 Y MASTER FEM	**5000**	1 Vuelta mediana y 2 Largas	AL FINALIZAR TODAS
12	de 12:30 a 12:55	13:00	ABSOLUTA SUB23 SUB 20 SUB18 Y MASTER MASC	**5000**	1 Vuelta mediana y 2 Largas	AL FINALIZAR TODAS

- Los atletas deberán estar en la cámara de llamadas a la hora indicada para su competición en el horario oficial. Una vez cerrada no se permitirá competir a ningún atleta. En la cámara de llamadas se podrá continuar con el calentamiento en toda la cola de salida
- No se permite el acompañamiento a ningún atleta en el transcurso de la competición

la organización se reserva el derecho de modificar los horarios y orden de las pruebas por necesidades organizativas, en todo caso se avisará a los participantes con tiempo suficiente

*** se intentarán respetar al máximo las horas de salida por tanto la organización gestionará las diferentes competiciones para que en algún caso convivan en el recorrido***

*** se considerarán fuera de control todos/as los corredores que se encuentren en el recorrido una vez se inicie la siguiente competición***

- Los integrantes de un equipo pueden ser del **mismo club o diferentes**
- Cada club podrá formar tantos equipos como quiera
- El equipo al completo se presentará en la cámara de llamadas a la hora correspondiente
- Integrantes: HOMBRE1 (H1) – MUJER1 (M1) – HOMBRE2 (H2) – MUJER2 (M2) y se identificarán por el dorsal
- Orden relevistas: (H1) – (M1) – (H2) – (M2). El primer relevista saldrá de la Salida y la última relevista llegará a meta. Los relevos se producirán en una zona habilitada para ello.
    - Zona de Entrega: Habrá una zona para la entrega del testigo perfectamente delimitada. El testigo sólo podrá entregarse en dicha zona (M1) – (H2) – (M2), serán ubicados por la organización y jueces. Una vez que se entregue el testigo sólo podrá ser portado por el relevista en carrera
- Será motivo de descalificación:
    - No respetar los años de las categorías (en todo caso podrá ser de una categoría inferior)
    - No respetar el orden de los relevos
    - No obedecer la orden de los jueces
    - Entregar /recibir el testigo fuera de la zona legal
    - Llegar sin el testigo a meta
    - Estorbar conscientemente la trayectoria de otro equipo
    - SUB10, SUB12, SUB14 Y SUB16: No tener todos los integrantes inscritos en las pruebas individuales del Domingo

INSCRIPCIONES

La cuota de inscripción incluye:

- Seguro de accidentes para los no federados
- Camiseta oficial del evento
- Dorsal personalizado
- Cronometraje con chip, resultados en vivo
- Avituallamiento OPTIMILK PRO
- Entrar en los sorteos prendas de nuestr@s atletas de élite
- Entrar en los sorteos de nuestros patrocinadores
- Participar en una gran experiencia atlética con una organización que siempre pretende que sea de primer nivel
    - 20 Personas de montaje y cronometraje
    - 40 voluntarios
    - 20 personas de empresas externas
    - 4 meses de preparativos intensos, 2 semanas de montaje y desmontaje, 2 días de ejecución

Las inscripciones se podrán realizar a través de las webs oficiales del evento:

- www.ccnorte.com
- www.crossponteromana.com

Invitaciones y ayudas atletas no profesionales

Los y las atletas de categoría absoluta o Sub23 con licencia nacional RFEA que puedan acreditar cierto nivel podrán acceder ayudas (viajes, estancia) o fijos para facilitar o premiar su participación en este evento.

Criterios:

- Se valorarán los rankings nacionales de pruebas de fondo y medio fondo
- Se valorarán que se pueda viajar con más gente que cumpla estos requisitos

Plazos, tramos, precios

- Se establecen 2 tramos de precios

- Hasta el 13 de Octubre de 2024 (incluido)
    - Todos: 4,00€ / relevos sábado gratuitos*
- Hasta el 27 de Octubre de 2024 (incluido)
    - Hasta sub16 incluido: 6,00€ / relevos sábado gratuitos*
    - Popular y de sub18 en adelante: 8,00€
- Hasta el 31 de Octubre de 2024 **plazo extra penalizado**
    - Hasta que se agoten dorsales de las plazas disponibles
    - Dorsales sin personalizar
    - Hasta sub16 incluido: 10,00€ / relevos 20€
    - Popular y de sub18 en adelante: 20,00€

- RELEVOS MIXTOS: **Relevos menores hasta categoría SUB16: Inscripción gratuita, pero todos los integrantes deben estar inscritos de forma individual en las pruebas del domingo**
- Política de devoluciones: Una vez realizada la inscripción la organización no devolverá el importe de la misma
- Cancelación de la prueba: La organización no está obligada a ninguna devolución ni compensación económica por los perjuicios derivados causas de fuerza mayor
- La inscripción es personal e intransferible.. Suplantar la identidad de un deportista por parte de otro supone la descalificación inmediata y no estar cubierto por el seguro oficial de la prueba
- Cambios: No se admitirán cambios de titular de la inscripción salvo en los relevos mixtos que se podrán solicitar cambios hasta el cierre de las inscripciones pagando 5€ por cada cambio

CLUBES (INSCRIPCIONES Y SERVICIOS ESPECIALES):

- OPCIONAL: Los clubs o equipos pueden usar la cuenta de usuario CLUB en championchipnorte.com para realizar una inscripción conjunta y así facilitar la entrega de dorsales conjunta. Más info en consulta@championchipnorte.com
- Pueden solicitar un **ESPACIO INDOOR** para colocar una carpa y los elementos necesarios para atender a sus atletas siguiendo los pasos de la web oficial www.crossponteromana.com
- Si se desplazan en **AUTOBÚS** pueden solicitar una zona de PARKING preferente siguiendo los pasos de la web oficial www.crossponteromana.com

RETIRADA DE DORSALES

- En los puntos de recogida oficiales designados por la organización
- Envío a domicilio
- PRESENCIALMENTE EL SÁBADO DÍA 4 DE 15h a 20h y DOMINGO 5 HASTA LAS 11h

CRONOMETRAJE :

- El cronometraje electrónico será realizado por CCNORTE, empresa CERTIFICADA por la RFEA
- Todas las pruebas se podrán seguir en vivo en la web oficial y en la web www.resultados.live

CAMPO DE CROSS (ver en www.racemapp.com)

El campo de cross es hierba en un 99% con cierto desnivel y aunque, en general, el terreno es bastante uniforme consta de alguna zona más irregular y con algunos obstáculos naturales. Hemos diseñado tres tipos de vuelta para poder jugar con todas las distancias, aparte de la cola de salida y la cola de meta.
Cámara de llamadas: Habrá una cámara de llamadas debidamente señalizada y delimitada. Los atletas deberán estar en la misma antes del cierre de su competición

SERVICIOS ATLETAS

- ESPACIO CARPAS CLUBS INDOOR
- VESTUARIOS - DUCHAS
- WCs
- ZONA INDOOR PRECALENTAMIENTO PREVIA A CÁMARA DE LLAMADAS
- SERVICIOS MÉDICOS
- AMBUILANCIAS
- AVITUALLAMIENTO META

OTROS SERVICIOS:

- SECRETARÍA ORGANIZACIÓN
- ZONA DE PRENSA
- CAFETERÍA RESTAURANTE
- ZONA VIP INDOOR
- ZONA VIP RECTA META
- ZONA PODIUM
- PARKING BUSES
- PARKING ORGANIZACIÓN (VIP, JUECES, ORGANIZACIÓN)
- PARKING TURISMOS

TROFEOS Y PREMIOS INDIVIDUALES:

CATEGORÍAS MENORES SUB10 a SUB16*:*

- TROFEOS AL PRIMERO DE CADA CATEGORÍA
- MEDALLAS 2º Y 3ª

CATEGORÍAS SUB18, SUB20, SUB23, MASTER Y ABS*:*

- TROFEOS AL PRIMERO DE CADA CATEGORÍA
- MEDALLAS 2º Y 3ª

- TROFEO A LOS 3 PRIMER@S ABSOLUT@S

POPULAR MIXTA:

- TROFEOS A LOS 3 PRIMER@S POPULARES

TROFEOS Y PREMIOS RELEVOS MIXTOS:

**Todos los relevistas deben estar inscritos en las pruebas individuales del domingo*

MENORES: RELEVOS MIXTOS SUB10, SUB12, SUB14 e SUB16

- CLUB CAMPEÓN: MEDALLAS y PREMIO DE 100€
- CLUB SUBCAMPEÓN: MEDALLAS y PREMIO 50€
- CLUB TERCER CLASIFICADO: MEDALLAS y PREMIO 25€

PREMIOS A LA PARTICIPACIÓN POR CLUBS:

- PRIMER CLUB VALE 600,00€ en material deportivo

REQUISITOS

- Sólo se tendrán en cuenta las categorías federadas
- Mínimo de 30 atletas llegados a meta entre todas las competiciones individuales (sólo federadas)
- Mínimo un equipo por competición de relevos mixtos SUB10, SUB12, SUB14, SUB16

CRITERIOS PARA PUNTUACIÓN

- 1 PUNTO por atleta **llegado** a meta
- 5 puntos por cada equipo de relevos **llegado** a meta
- Para los equipos que no son de Lugo Capital: 2 puntos por cada 10km de distancia entre su sede oficial y Lugo

AYUDAS A CLUBES

- INSCRIPCIÓN GRATUITA para los que cumplan con los siguientes requisitos de participación (llegados a meta)
    - Mínimo 3 equipos de relevos
    - Mínimo 15 participantes individuales