

**CONCELLO DE PONTECESO**

Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL.: 01150682
RELG.: MU 2000/15

REGULAMENTO

5ª POPULAR FARO RONCUDO

1-Organización

A **5ª Popular Faro Roncudo** está organizada polo Concello de Ponteceso e contará co control técnico da Federación Galega de Atletismo, delegación da Coruña.

Esta proba deportiva ten un carácter aberto e popular, na que poderán participar calquera atleta, federado ou non, tendo en conta as categorías establecidas.

2-Data e lugar

Data: Domingo, 27 de abril a partir das 11:00h.

Lugar: Praza da Ribeira en Corme Porto (Ponteceso)

3-Horarios e categorías establecidas.

Establécense as seguintes categorías:

ABSOLUTA				
HORARIO	CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	ANO NACEMENTO	DISTANCIAS
11:00 h	Sub 20	Masculino e feminino	2006 e 2007	6,2 km aprox.
	Sub 23	Masculino e feminino	2003, 2004 e 2005	
	Sénior	Masculino e feminino	1991 - 2002	
	Master 1	Masculino e feminino	1985 - 1990	
	Master 2	Masculino e feminino	1975 - 1984	
	Master 3	Masculino e feminino	1965 - 1974	
	Master 4	Masculino e feminino	Antes do 1965	

**CONCELLO DE PONTECESO**

Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL.: 01150682
RELG.: MU 2000/15

MENORES				
HORARIO	CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	ANO NACEMENTO	DISTANCIAS
12:00 h	Sub 18	Masculino e feminino	2008 e 2009	2.000 m
	Sub 16	Masculino e feminino	2010 e 2011	
12:10 h	Sub 14	Masculino e feminino	2012 e 2013	1.000 m
	Sub 12	Masculino e feminino	2014 e 2015	
12:20 h	Sub 10	Masculino e feminino	2016 e 2017	500 m
12:25 h	Sub 8	Masculino e feminino	2018 e 2019	200 m

4-Itinerario, imaxe do percorrido e perfil (anexos)**ITINERARIO PROBA ABSOLUTA**

A proba absoluta terá un percorrido aproximado de 6 km 200 metros, ida e volta por estrada de asfalto que vai dende a Praza da Ribeira (Corme Porto) ata o Cabo Faro Roncudo. Non hai que coller ningún desvío, nin cruce. A saída e chegada estará pegada a praza da Ribeira.

- A hora de saída será ás 11:00h.
- Peche da meta ás 11:50h.

ITINERARIO PROBA MENORES

O percorrido para os/as menores será polo mesmo espazo ca dos/as maiores (ida e volta), adaptando as distancias a cada categoría e no caso dos sub 8 o traxecto será dirección única, cara a praza da Ribeira.

A imaxe do percorrido e o perfil da carreira van non anexos finais

5-Lugar e prazo de inscrición

As inscricións formalizaranse a través da páxina web www.carreirasgalegas.com ata o mércores, 23 de abril ás 23:59h.

Inscribirse supón, por parte do/a participante a declaración de que:

- Está en bo estado físico para participar na carreira.
- Autoriza e acepta a publicación dos seus datos e fotografías nos medios de comunicación, internet, etc., para a promoción desta actividade. Calquera persoa inscrita poderá prohibir o uso da súa imaxe, previa solicitude expresa por escrito.



CONCELLO DE PONTECESO

Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL.: 01150682
RELG.: MU 2000/15

6-Retirada de dorsais.

As/os atletas participantes levarán un chip que controle o tempo invertido na carreira. A retirada destes chips e dos dorsais farase ese mesmo día na secretaría que estará situada na praza da Ribeira (Corme Porto). Será a partir das 9:15 h e permanecerá aberta ata 30 minutos antes do inicio de cada carreira.

Calquera atleta con circunstancias médicas a ter en conta (alerxia, atencións especiais...) deberá facelo constar no momento de recollelo dorsal e levarao anotado no reverso do dorsal durante a proba.

7- Clasificación e trofeos.

- A entrega de medallas-trofeos farase ao remate das carreiras, aproximadamente ás 12:40h. Serán premiados os tres primeiros clasificados en cada categoría diferenciados por xénero, os máis pequenos levarán tamén medallas de participación.
- Agasallo especial para o gañador e gañadora absoluta.
- Haberá trofeo especial ao atleta local de maior idade (masculino e feminino) e tamén para o participante máis maior da carreira.

As reclamacións que haxa ao respecto deberán facerse verbalmente ao xuíz árbitro, non máis tarde de 15 minutos despois de comunicarse oficialmente os resultados.

8-Condicións xerais

- Cada atleta participa baixo a súa responsabilidade entendendo que dispón dunha condición física suficiente para soportar a proba.
- Persoa que non está inscrita na carreira non pode participar, se aínda así o fai, farao baixo a súa responsabilidade e non estará cuberta polos seguros correspondentes nin terá dereito aos premios.
- Esta é unha proba oficial da FGA con distancia non homologada.
- A organización contará con Policía Local, Protección Civil e voluntarios que regularán o tránsito o longo do percorrido.



CONCELLO DE PONTECESO

Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL.: 01150682
RELG.: MU 2000/15

- Só se permite aos membros da organización a utilización de vehículos para o seguimento e control da proba, estando prohibido o acompañamento dos participantes mediante o uso de vehículos de axuda, sendo motivo de descualificación.
- O evento contará con servizo de ambulancia e médico.
- Na carreira absoluta, na metade do percorrido, se o tempo o permite, proporcionarase a cada corredor/a auga. Ao final da proba ofreceráselle aos participantes un **petisco**.
- Os participantes poderán facer uso do pavillón municipal de Corme para ducharse.
- A organización resérvase o dereito de decidir sobre calquera aspecto ou circunstancia non contemplada neste regulamento e o dereito de “modificar ou suspender o que sexa necesario” por razóns de seguridade.
- Os participantes que tomen saída na 5ª Popular “Faro Roncudo”, aceptan este regulamento, e no caso de dúbida ou de xurdir algunha situación non reflectida, no mesmo, estarase ao que dispoña a organización. Todo o aquí non recollido rexerase polas normas da FGA.

DESCUALIFICACIÓNS

- O servizo médico da competición está facultado para retirar durante a proba a calquera atleta que manifeste un mal estado físico.
- Quen corra por fóra do percorrido ou non o realice completo
- Quen non pase polos controis da carreira establecidos
- Quen non leve o dorsal perfectamente colocado en toda a súa extensión (no peito durante o percorrido) ata a súa entrada na meta.
- Quen chegue á meta sen dorsal ou chip.
- Quen participe cun dorsal que corresponda a outro corredor.
- Quen pretenda participar na carreira popular sen terse inscrito previamente.



CONCELLO DE PONTECESO

Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL.: 01150682
RELG.: MU 2000/15

- Quen entre fóra da hora prevista pola organización como tempo máximo da duración da proba.
- Facer a inscrición alterando os datos de forma maliciosa.
- O atleta que manifeste un comportamento non deportivo ou se reitere en protestas ante a organización.
- O atleta que manteña unha actitude groseira, violenta ou que en xeral atente en contra do espírito deportivo.
- Non atender as indicacións dos membros da organización ou xuíces/zas.
- Calquera outra actuación de análoga natureza, que a xuízo da organización e/ou xuíces/zas poidan ser consideradas como conduta antideportiva merecedora de sanción disciplinaria

9º. Seguros de responsabilidade civil e de accidentes.

Os/as participantes inscritos/as estarán cubertos por unha póliza de seguro de accidentes da Federación Galega de Atletismo e a organización por unha póliza de responsabilidade civil do concello.

Estarán excluídos os derivados dun padecemento latente, imprudencia, negligencia inobservancia das leis, etc., tamén estarán excluídos os producidos por desprazamentos a ou dende o lugar no que se desenvolva a proba.

10.- Identificación dos responsables da organización:

-Director executivo da proba: Raquel Fondo Pérez, Concelleira de Deportes

-Responsable da seguridade viaria: Juan Ramón Vidal Torrado, Concelleiro de Seguridade, Servizos e emerxencias.

LOPD: Todos/as os/as corredores/as ó realizar a inscrición aceptan a publicación do seu nome e imaxe nas clasificacións, medios de comunicación e/ou internet. Así mesmo autorizan á gravación e realización de fotografías e vídeos para a difusión da proba e publicidade por parte da organización e da Federación Galega de Atletismo.

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 de ránking 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 e oposición mediante escrito ou correo electrónico á Federación Galega de Atletismo. Praza Agustín Díaz, s/n. 15008. A Coruña.



CONCELLO DE PONTECESO

Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL.: 01150682
REL.G.: MU 2000/15

11. Medidas de seguridade.

Ás 10:00 h Policía Local cortará:

1. Acceso da estrada que vai ao Faro Roncudo á altura da praza da Ribeira (CORME PORTO).

Na imaxe punto A, Policía Local

2. Saída do Porto, na imaxe punto B, con persoal de Protección civil
3. Acceso a Rúa Atalaia, na imaxe punto C, con persoal Protección civil

Unha vez cortados os accesos ao percorrido por onde van pasar as probas, un membro da Policía Local, fará un recoñecemento onde constate que non hai vehículos no percorrido.



CATEGORÍA ABSOLUTA.

A proba absoluta comezará ás 11:00h con peche de meta ás 11:50h. Circuito pechado ao tráfico excepto a urxencias da Autoridade Portuaria.

CATEGORÍAS MENORES. É polo mesmo espazo co da proba absoluta pero coa distancia adaptada a cada categoría. Permanecerá pechado ao tráfico.

12.00 h	Sub 16 e Sub 18	2000 metros
12.10 h	Sub 12 e Sub 14	1000 metros
12.20 h	Sub 10	500 metros
12.25 h	Sub 8	200 metros



CONCELLO DE PONTECESO

Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL.: 01150682
RELG.: MU 2000/15

ANEXOS

1. Imaxe do percorrido da categoría absoluta.

Ida e volta, dende a praza da Ribeira ao Faro Roncudo.





CONCELLO DE PONTECESO

Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL.: 01150682
RELG.: MU 2000/15

2. Imaxe do percorrido da categoría sub 16 e sub 18 (2000m)



3. Imaxe do percorrido da categoría sub 12 e sub 14 (1000 m)





CONCELLO DE PONTECESO

Rúa do Concello, 18 - 15110 Ponteceso (A Coruña)

Tel.: 981 71 40 00
Fax: 981 71 50 28
E-mail: concello.ponteceso@retemail.es
www.ponteceso.es
CIF: P1506900H
REL.: 01150682
RELG.: MU 2000/15

4. Imaxe do percorrido da categoría sub 10 (500m)



5. Imaxe do percorrido da categoría sub 8 (200m)

