

## **REGULAMENTO DA PROBA**

### **XXV CARREIRA PEDESTRE POPULAR CONCELLO DE AMES**

**DATA:** 18 de outubro de 2026

**LUGAR:** Rúa Alcalde Lorenzo de Bertamiráns (arredores da Casa do Concello)

#### **1. ORGANIZACIÓN**

O Concello de Ames organiza co control técnico da Federación Galega de Atletismo a vixésima quinta edición da Carreira Pedestre Popular Concello de Ames, o domingo 18 de outubro de 2026. Esta proba pertence ao **XII CIRCUITO PROVINCIAL DE CARREIRAS POPULARES DA DEPUTACIÓN**.

#### **2. DATA E LUGAR DE CELEBRACIÓN**

As probas realizaranse o domingo, 18 de outubro, na localidade de Bertamiráns. A saída e chegada de cada proba farase na Rúa Alcalde Lorenzo de Bertamiráns (inmediacións da Casa do Concello). O circuito da proba absoluta estará debidamente sinalizado, contará con indicacións en cada quilómetro e estará homologado na distancia de 10 km pola **Real Federación Española de Atletismo**.

#### **3. PARTICIPACIÓN**

Na carreira poderán participar todas aquelas persoas que o desexen, con ou sen licenza federativa. O control da carreira estará a cargo do Comité de Xuíces da Federación Galega de Atletismo.

#### **4. INSCRICIÓNS**

As inscricións da carreira en todas as súas categorías realizaranse a través da web **[www.emesports.es](http://www.emesports.es)** enchendo o formulario de inscrición.

*O prazo de inscrición para a carreira popular rematará o **mércores 14 de outubro ás 23:59 horas**.*

#### **PREZOS DA INSCRICIÓN**

 Categorias escolares (de pitufo a xuvenil):

**GRATUÍTA**

 Proba absoluta (de júnior a veterano):

**8 €**

\* Poderase formalizar o pagamento a través da pasarela de pago na propia web.

\*\* Non se admitirán inscricións fora do prazo establecido, nin o día da carreira.

**NO MOMENTO DA INSCRICIÓN DEBERÁ ACREDITARSE A MARCA NA DISTANCIA DE 10 K EN RUTA (SÓ EN PROBAS OFICIAIS HOMOLOGADAS).**

#### **5. RETIRADA DE DORSAIS**

Os dorsais retiraranse na secretaría da organización sita na Casa do Concello (Praza do Concello nº 2- Bertamiráns) nos seguintes días e horarios:

- Sábado 17 de outubro en horario das 17:00 ás 20:00 horas.
- Domingo 18 de outubro ata media hora antes da proba correspondente.

**Para non gardar colas recoméndase recoller o dorsal o día anterior no lugar establecido.**

## 6. CONTROL DA CARREIRA

A carreira estará controlada ao longo de todo o percorrido a través dun chip que se entregará a cada corredor/a xunto cun dorsal de competición. Todo/a corredor/a que chegue á meta sen o seu dorsal ou sen o seu chip ou non o leve o dorsal colocado de xeito correcto, na parte anterior do corpo, será automaticamente descualificado/a.

## 7. TROFEOS E PREMIOS EN METÁLICO

- Recibirán un trofeo os/as tres primeiros/as clasificados/as de cada categoría establecida no presente regulamento e tamén os/as tres primeiros/as clasificados/as da proba absoluta.
- Na proba absoluta recibirán un trofeo os/as tres primeiros/as clasificados/as locais empadroados/as no Concello de Ames. Tamén recibirá, o gañador/a local, tanto feminino coma masculino, un abono trimestral no **Centro Deportivo Municipal A Telleira de Bertamiráns**.
- Tamén recibirán 1 trofeo os 3 primeiros clubs da carreira absoluta.

Os premios non serán acumulativos, de xeito que ningún corredor/a poderá recibir dous trofeos (agás os premios aos/ás atletas locais).

### PREMIOS EN METÁLICO INDIVIDUAIS DA PROBA ABSOLUTA:

|                            |                 |
|----------------------------|-----------------|
| <b>1º/1ª CLASIFICADO/A</b> | <b>250,00 €</b> |
| <b>2º/2ª CLASIFICADO/A</b> | <b>200,00 €</b> |
| <b>3º/3ª CLASIFICADO/A</b> | <b>100,00 €</b> |
| <b>4º/4ª CLASIFICADO/A</b> | <b>50,00 €</b>  |

### PREMIOS EN METÁLICO A CLUBS FEDERADOS DA PROBA ABSOLUTA:

|                                     |                 |
|-------------------------------------|-----------------|
| <b>1º CLUB FEDERADO CLASIFICADO</b> | <b>250,00 €</b> |
| <b>2º CLUB FEDERADO CLASIFICADO</b> | <b>175,00 €</b> |
| <b>3º CLUB FEDERADO CLASIFICADO</b> | <b>100,00 €</b> |
| <b>4º CLUB FEDERADO CLASIFICADO</b> | <b>75,00 €</b>  |

A clasificación de clubs establecerase a través das 10 primeiras persoas clasificadas do mesmo, sexan homes ou mulleres, pola suma dos seus postos. Os mesmos deberán estar compostos polo menos por 10 compoñentes que crucen a liña de meta e que teñan a licenza federativa en vigor. Para entrar nestes premios os clubs deberán remitir a relación de inscritos co seu nome e apelidos e o seu número de licenza ao enderezo electrónico [soporte@emesports.es](mailto:soporte@emesports.es) antes do peche das inscricións. A entrega de trofeos farase nos seguintes horarios:

- **11:30 horas:** entrega de premios das categorías sub-18 e superiores.
- **13:20 horas:** entrega de premios das categorías escolares.

Non haberá premios nin trofeos para os/as participantes das categorías prebenxamín e pitufo. Nestas categorías entregaráselle unha medalla de chocolate a cada participante.

Aos/ás atletas que obteñan algún premio poderáselles solicitar que acrediten a súa idade coa presentación do DNI ou pasaporte.

## 8. PARTICIPACIÓN DE ATLETAS DOUTRAS FEDERACIÓNS AUTONÓMICAS E ESTRANXEIROS/AS:

Esta carreira está incluída no calendario autonómico da Federación Galega de Atletismo, polo cal a participación de atletas estranxeiros/as e doutras federacións autonómicas rexeráse de acordo co disposto na sección terceira, artigos 16, 17 e 18 do regulamento de competicións da Real Federación Española de Atletismo, que se pode consultar no seguinte ligazón:

[https://atletismorfea.es/sites/default/files/2026-07/Reglamento\\_de\\_Competiciones\\_DILIGENCIADO\\_CD\\_18.06.2026.pdf](https://atletismorfea.es/sites/default/files/2026-07/Reglamento_de_Competiciones_DILIGENCIADO_CD_18.06.2026.pdf)

## 9. SAÍDAS

Os e as participantes deberán colocarse na zona de saída 10 minutos antes do comezo da súa proba. Na proba absoluta estableceranse caixóns de saída, polo cal os/as atletas participantes deberán acreditar no momento da inscrición a súa marca en 10 km en ruta.

## 10. RECLAMACIÓNS

Aínda que a proba sexa de carácter estritamente deportivo e popular, admitiranse reclamacións, pero agárdase un espírito e un comportamento deportivo por parte de todos os e as participantes. As reclamacións dos resultados oficiais formularánselle ao xuíz árbitro da competición sen sobrepasar os 30 minutos despois da publicación dos resultados.

## 11. OUTROS ASPECTOS PARA TER EN CONTA

- Os horarios das saídas poderán ser modificados, a criterio do xuíz árbitro da proba, en función do número de participantes de cada categoría.
- Haberá servizo de duchas a disposición dos atletas no Pavillón Polideportivo Municipal de Bertamiráns. Tamén haberá servizo de roupeiro no lugar de recollida dos dorsais.
- Todo o non recollido neste regulamento resolverase de acordo co Regulamento da FGA, RFEA e WA, por esta orde, en vigor para probas en ruta.

## 12. CATEGORÍAS E HORARIOS

Establécense as seguintes categorías e horarios, segundo o ano de nacemento:

| HORARIOS              |                                |                             |             |
|-----------------------|--------------------------------|-----------------------------|-------------|
| CATEGORÍA             | ANO DE NACEMENTO               | DISTANCIA                   | HORARIO     |
| PITUFO FEMININO       | nados/as no 2022 e posteriores | 200 m aprox                 | 12:00 horas |
| PITUFO MASCULINO      |                                |                             | 12:05 horas |
| PREBENXAMÍN FEMININO  | nados/as no 2019, 2020 e 2021  | 350 m aprox                 | 12:10 horas |
| PREBENXAMÍN MASCULINO |                                |                             | 12:20 horas |
| SUB 10 FEMININO       | nados/as no 2017 e 2018        | 1.000 m aprox               | 12:30 horas |
| SUB 10 MASCULINO      |                                |                             | 12:40 horas |
| SUB 12 FEMININO       | nados/as no 2015 e 2016        | 1.000 m aprox               | 12:50 horas |
| SUB 12 MASCULINO      |                                |                             |             |
| SUB 14                | nados/as no 2013 e 2014        | 2.000 m aprox               | 13:00 horas |
| SUB 16                | nados/as no 2011 e 2012        |                             |             |
| SUB 18                | nados/as no 2009 e 2010        |                             |             |
| SUB 20                | nados/as no 2007 e 2008        | 10 km homologados pola RFEA | 10:00 horas |
| SUB 23                | nados/as no 2004, 2005 e 2006  |                             |             |
| SÉNIOR                | nados/as entre 1992 e 2003     |                             |             |
| MASTER 1 MASC/FMNO    | nados/as entre 1986 e 1991     |                             |             |
| MASTER 2 MASC/FMNO    | nados/as entre 1976 e 1985     |                             |             |
| MASTER 3 MASC/FMNO    | nados/as entre 1966 e 1975     |                             |             |
| MASTER 4 MASC/FMNO    | nados/as en 1965 e anteriores  |                             |             |

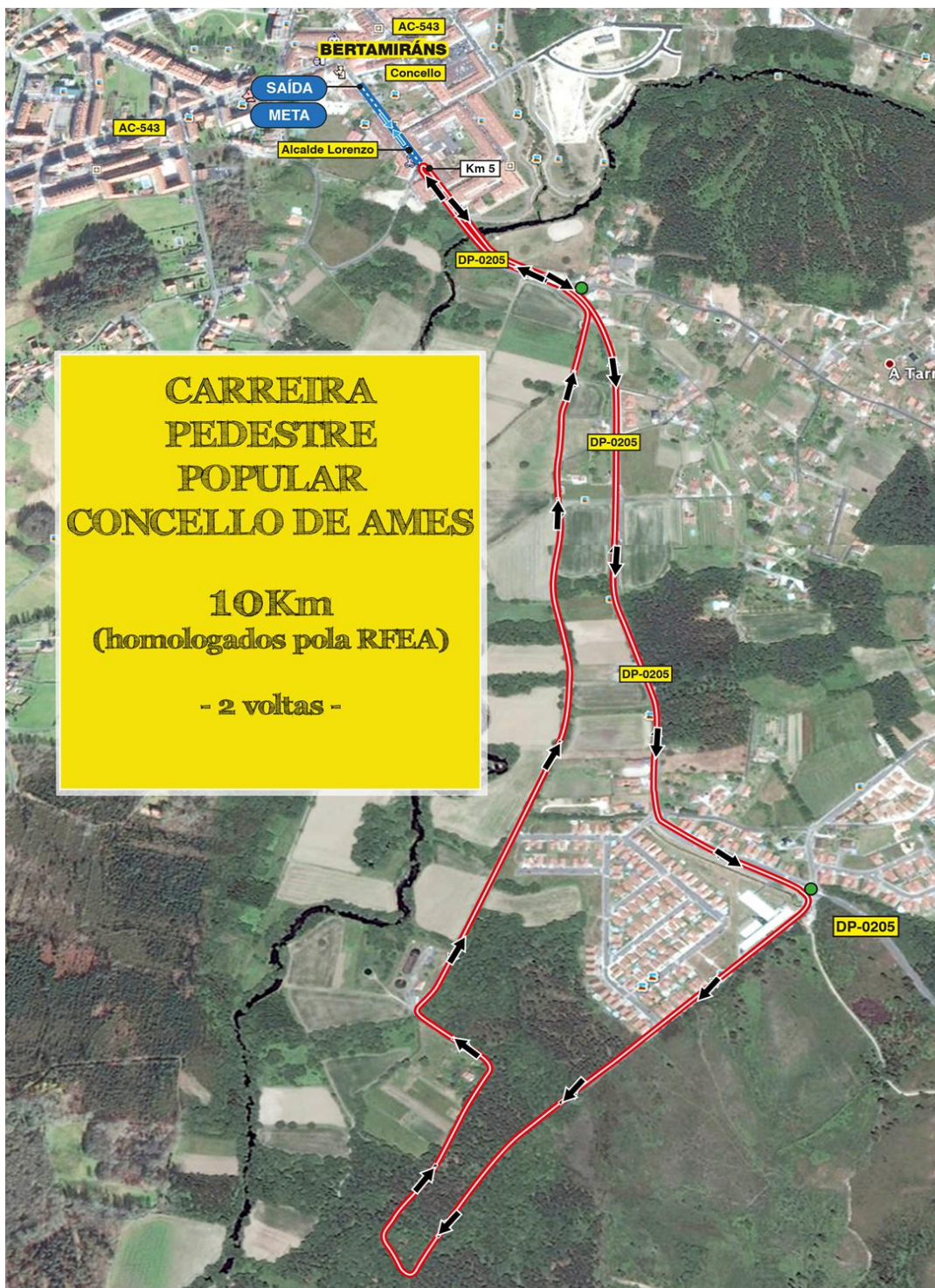
## 13. HORARIOS DAS ENTREGAS DE PREMIOS

A entrega de trofeos farase nos seguintes horarios:

- 11:30 horas: **Entrega de premios das categorías sub-18 e superiores.**
- 13:20 horas: **Entrega de premios das categorías escolares.**

#### 14. PERCORRIDOS

Sub 18 (1 volta), sub 20, sub 23, sénior e máster 1, máster 2, máster 3 e máster 4 (10 km): 10:00 h  
PLANO PROBA ABSOLUTA (2 VOLTAS)



## PLANOS DAS PROBAS ESCOLARES

### PERCORRIDOS E HORARIOS

|                       |                             |             |             |
|-----------------------|-----------------------------|-------------|-------------|
| PITUFO FEMININO       | nadas no 2022 e posteriores | 200 m aprox | 12:00 horas |
| PITUFO MASCULINO      | nados no 2022 e posteriores | 200 m aprox | 12:05 horas |
| PREBENXAMÍN FEMININO  | nadas no 2019, 2020 e 2021  | 350 m aprox | 12:10 horas |
| PREBENXAMÍN MASCULINO | nados no 2019, 2020 e 2021  | 350 m aprox | 12:20 horas |



\* Percorrido de 350 metros

|                  |                         |                             |             |
|------------------|-------------------------|-----------------------------|-------------|
| SUB 10 FEMININO  | nadas no 2017 e 2018    | 1.000 m aprox               | 12:30 horas |
| SUB 10 MASCULINO | nados no 2017 e 2018    | 1.000 m aprox               | 12:40 horas |
| SUB 12           | nados/as no 2015 e 2016 | 1.000 m aprox               | 12:50 horas |
| SUB 14           | nados/as no 2013 e 2014 | 2.000 m aprox<br>(2 voltas) | 13:00 horas |
| SUB 16 CADETE    | nados/as no 2011 e 2012 | 2.000 m aprox<br>(2 voltas) | 13:00 horas |



\* Percorrido de 1000 metros