



XIX CARREIRA PEDESTRE POPULAR CONCELLO DE O PINO 2024

O Concello de O Pino celebra a décimo novena edición da súa Carreira Pedestre Popular o **domingo 22 de setembro de 2024** a partir das 10 horas na localidade de Arca – Pedrouzo (N-547 Santiago-Lugo, a 20 km de Santiago de Compostela) baixo o control técnico da **Federación Galega de Atletismo (Delegación en Santiago)**. Esta proba pertence ao [X CIRCUITO DE CARREIRAS POPULARES DA DEPUTACIÓN DA CORUÑA](#). As probas estarán suxeitas ó seguinte:



REGULAMENTO

1. Poderán participar atletas federados e non federados; haberá unha sola clasificación conxunta. O control da carreira estará a cargo do Comité de Xuices da Federación Galega de Atletismo.

2. CATEGORIAS DOS PARTICIPANTES:

	CATEGORIA	IDADE
MENORES	Sub 6	Nados/as en 2019 e anteriores
	Sub 8	Nados/as en 2017 - 2018
	Sub 10	Nados/as en 2015 - 2016
	Sub 12	Nados/as en 2013 - 2014
	Sub 14	Nados/as en 2011 - 2012
	Sub 16	Nados/as en 2009 - 2010
	Sub 18	Nados/as en 2007 - 2008
ADULTOS	Sub 20	Nados/as en 2005 - 2006
	Sub 23	Nados/as en 2002 - 2003 - 2004
	Senior	Nados/as en 2001 ata 1990
	Master 1	Nados/as en 1989 ata 1984
	Master 2	Nados/as en 1983 ata 1974
	Master 3	Nados/as en 1973 ata 1964
	Master 4	Nados/as a partir do ano 1963



3. DISTANCIAS E HORARIOS:

HORA	PROBA	DISTANCIA
10:00 h	SUB 20, SUB 23, SENIOR e MASTER (M/F)	8000 m aprox. 2 Voltas Grandes
11:00 h	SUB 16 e SUB 18 (M/F)	2800 m aprox. 1 Volta Mediana
11:30 h	SUB 14 (M/F)	2000 m aprox. 2 Voltas circuito Sub 14
11:45 h	SUB 12 (M/F)	1000 m aprox. 1 Volta circuito Sub 12
11:55 h	SUB 10 (M/F)	1000 m aprox. 1 Volta circuito Sub 10
12:05 h	SUB 8 (M/F)	505 m aprox. 1 Volta pequena + 1 Mini
12:10 h	SUB 6 (M/F)	340 m aprox. 1 Volta pequena
12:45 h	ENTREGA DE TROFEOS	PRAZA DE FORCAREI

A SECRETARÍA E A SAIDA DE TODAS AS PROBAS SERÁ NA PRAZA DE FORCAREI

4. INSCRICIONS

› **PROBAS ESCOLARES** (de sub 6 a sub 18).

Poderán realizarse a través da páxina web www.carreirasgalegas.com, cubrindo os datos solicitados nos campos dos formularios de inscrición.

Teléfono de información: **981 511002**.

A inscrición será **GRATUITA** para as probas escolares.

› **CATEGORIAS DE ADULTOS** (de sub 20 a máster).

As inscricións realizaranse a través da páxina web www.carreirasgalegas.com. O prezo da inscrición será de **5 €** que deberán abonar no momento da inscrición pola pasarela habilitada a tal efecto.

Para calquer dúbida relacionada co proceso de inscrición poderán chamar ó teléfono **981 511 002** ou **981 291 783** en horario: 10:00 - 14:00 horas de luns a venres.

› **INSCRICION POR CLUBES**

Para a entrar na premiación por clubes deberán inscribirse os atletas individualmente na web www.carreirasgalegas.com e remitir un correo electrónico a dirección david.castineiras@opino.gal cos datos do clube xunto co listado de atletas que participarán na proba selado pola **Federación Galega de Atletismo** ou **Delegación** correspondente no seu defecto. **SEN ESTE CORREO ELECTRÓNICO NON PODERAN OPTAR OS PREMIOS POR CLUBES**. Na clasificación por clubes poderán entrar os atletas das categorías **Sub 20, Sub 23, Senior e Máster**. **Excepcionalmente poderá solicitarse no email david.castineiras@opino.gal a participación de atletas da categoría Sub 18, os cales terán que renunciar a participación na proba da súa categoría.**

Admitiranse inscricións ata o **xoves 19 de setembro de 2024 ás 23:59 horas**. **NON SE ADMITIRAN INSCRICIONS FORA DO PRAZO ESTABLECIDO NIN O DIA DA PROBA.**



Os dorsais recolleranse na **SECRETARÍA DA COMPETICIÓN** sita na **PRAZA DE FORCAREI** ubicada preto da casa do Concello con prazo límite 30' antes do inicio de cada proba.

5. PREMIOS

- › Trofeo para as 3 primeiras mulleres e os 3 primeiros homes de cada categoría establecida no presente regulamento **agás na categoría sub 6** que non haberá clasificación nin premios.
- › Trofeo para a primeira e o primeiro atleta local empadroadado/a no Concello das categorías escolares (**de Sub 8 a Sub 18**).
- › Trofeo para as 3 primeiras mulleres e os 3 primeiros homes da carreira absoluta (**Sub 20, Sub 23, Senior e Máster**).
- › Trofeo o/a **participante máis veterano/a** que logre concluir a proba polos seus propios medios e sen axudas externas.
- › Trofeo para as 3 primeiras mulleres e os 3 primeiros homes clasificadas/os **empadroados no Concello de O Pino** da proba absoluta.
- › Trofeo para os 3 primeiros clubs federados femeninos e masculinos clasificados na proba absoluta na súa clasificación final.
- › Trofeo para o club e a entidade ou colectivo que aporte máis participantes á proba.
- › Agasallo técnico, bebida e avituallamento sólido para todas/os as/os participantes na proba de todas as categorías.
- › Medallas para todos os participantes de todas as categorías escolares (de Sub 6 a Sub 12).

OS TROFEOS NON SERÁN ACUMULATIVOS AGÁS OS CORRESPONDENTES ÓS ATLETAS LOCAIS

PREMIOS EN METÁLICO

(Só para a proba **ABSOLUTA**)

PREMIOS POR CLUBES

1º Clube federado masculino: 150 €	1º Clube federado femenino: 150 €
2º Clube federado masculino: 100 €	2º Clube federado femenino: 100 €
3º Clube federado masculino: 50 €	3º Clube federado femenino: 50 €

*A clasificación por clubs será establecida a través dos 6 primeiros/as corredores/as en cruzar a liña de meta, pola suma dos seus postos, gañando o equipo que menos puntos acade. En caso de empate gañará o equipo que mellor clasifique o seu 6ºª compoñente. **Os clubs poderán ser masculinos ou femeninos, pero non poderán ser mixtos.***

SÓ SE ADMITIRÁ A PARTICIPACIÓN DE CLUBES FEDERADOS NOS PREMIOS EN METALICO, que terán que presentar o listado dos atletas co selo oficial da Federación Galega de Atletismo ou no seu defecto da Delegación correspondente. Na confección do club non poderán entrar atletas pertencentes a outros clubs nin filiais do mesmo.

Os premios serán aboados a través de transferencia bancaria, para o cal os atletas e equipos gañadores terán que facilitar os datos bancarios e persoais (fotocopia do DNI) unha vez finalizada a carreira.



6. As reclamacións ós resultados oficiais deberán formularse verbalmente ó xuíz árbitro da Competición non máis tarde de 30 minutos despois da publicación dos mesmos. Todo o non previsto no presente regulamento, resolverase de acordo cos regulamentos para probas en ruta da **FGA** e **RFEA** en vigor.

7. Haberá Servicio de Duchas no **Polideportivo Municipal de Lameiro** e no **Campo de Fútbol Municipal**.

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. Así mesmo autoriza a publicación da súa imaxe nas rrss propias do evento. En todo caso e tal como establece a lei de Protección de Datos, o/a interesado/a pode exercer no futuro os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante escrito ou correo electrónico á Federación Galega de Atletismo. Avenida de Glasgow ,13 - 15008 A Coruña.

PALMARES DA PROBA

2004	2005	2006	2007	2008	2009
1º Manuel Penas 2º Jesús d la Fuente 3º Carlos Silva	1º Manuel Penas 2º Jesús d Fuente 3º Luis Sá	1º Manuel Penas 2º Pedro Nimo 3º Elías Domínguez	1º Manuel Penas 2º Elías Domínguez 3º Robertas Geralav	1º Manuel Penas 2º Elías Domínguez 3º Filipe Costa	1º Manuel Penas 2º Bruno Jesus 3º Robertas Geralav
1º Rocío Rodríguez 2º Natalia Raña 3º Margarita Pérez	1º Rocío Rodríguez 2º Patricia Pereira 3º Fátima Paz	1º Margarita Pérez 2º M.J. Gestido 3º Rocío Rodríguez	1º Mª Jesús Gestido 2º Rocío Rodríguez 3º Margarita Pérez	1º Elsa M. Barros 2º M Jesús Gestido 3º Liliana Alves	1º Dorotea Peixoto 2º Patricia Pereira 3º M.J. Gestido
2010	2011	2012	2013	2014	2015
1º Manuel Penas 2º Hassan Lekhili 3º Robertas Geralav	1º Hassan Lekhili 2º Pedro Nimo 3º Robertas Geralav.	1º Robertas Geralav. 2º Akka Essaadaoui 3º Juan Pena	1º Alejandro Fdez 2º Carlos Villamor 3º Víctor Rioboo	1º Lolo Penas 2º Nuno Costa 3º Robertas Geralav	1º Lolo Penas 2º Hassan Lekhili 3º Nuno Costa
1º María Abel 2º Mª Jesús Gestido 3º Paula Mayobre	1º Patricia Pereira 2º Paula Mayobre 3º Noemí Villar	1º Yolanda Gutierrez 2º Mª Jesús Gestido 3º Mª Carmen Penas	1º Ester Navarrete 2º Solange Pereira 3º Mª Jesús Gestido	1º Ester Navarrete 2º Paula Mayobre 3º Raquel Suárez	1º Ester Navarrete 2º Raquel Suárez 3º Mela Penas Blanco
2016	2017	2018	2019	2022	2023
1º Alejandro Fdez 2º Lolo Penas 3º Hassan Lekhili	1º Rubén Diz Díaz 2º David Santos D. 3º Akka Essaadoui	1º Iván Roade Lago 2º Gustavo Platas 3º Amadeo Abal	1º Lolo Penas 2º Jorge Puig M. 3º Amador Pena	1º Juan Álvarez Cures 2º Abel Barros 3º Alejandro Pesado	1º Amador Pena 2º Ricardo León 3º Xan Collazo Areosa
1º Ester Navarrete 2º Rocío Alvite 3º Raquel Suárez	1º Paula Mayobre 2º Rocío Alvite 3º Raquel Suárez	1º Edymar D. Brea 2º Esther Rodríguez 3º Carla Castaño	1º Paula Mayobre 2º Sandra Mosquera 3º Tina Fernández	1º Zelinda Spencer 2º Rocío Alvite 3º Lucía Peón	1º Silvia García 2º Inés Ramos Trasar 3º Verónica Calvo



8. PLANO DAS DIFERENTES RUTAS PARA A CARREIRA:





Máis información na web www.atletismogalego.gal.

