

CORREMOS POR ELES

5ª Carreira Solidaria a prol das
Vítimas dos Sinistros Viarios

📅 Domingo 24 de maio | 11:00h

📍 Saída: Praza de Armas

🏃 Distancia: 5K



¡INSCRÍBETE XA E SUMA A TÚA PEGADA!

<https://www.carreirasgalegas.com/>

Semana da
seguridade viaria de Ferrol

FERROL
POLICÍA LOCAL

ANEXO I.

REGULAMENTO DE PARTICIPACIÓN NA V CARREIRA POLA SEGURIDADE VIARIA.

Artigo 1: Organización:

A **V CARREIRA POLA SEGURIDADE VIARIA**, organizada polo Concello de Ferrol co control técnico da Delegación en Ferrol da Federación Galega de Atletismo, terá lugar o domingo **24 de maio de 2026** a partir das **10:00 horas as categorías de menores e das 11.00 h as categorías absolutas**. A proba está suxeita ás seguintes normas:

Artigo 2: Participación:

Participación: A proba estará aberta a todos os atletas, ATA UN MÁXIMO DE 900 atletas absolutos e 500 atletas de categorías de menores, federados ou non, sen distinción de sexo ou nacionalidade.

Cada atleta participa baixo a súa responsabilidade entendendo que dispón de unha condición física suficiente para rematar a proba. A Organización ten subscrito un seguro colectivo de accidentes e responsabilidade civil. De todos os xeitos, a *Organización recoméndalles aos participantes que, con anterioridade á proba, efectúen un recoñecemento médico específico e que realicen un adestramento axeitado para as características desta competición.*

Artigo 3: Percorrido, categorías, distancias e horarios.

- 1.- O percorrido da proba absoluta será de 5.000 metros aproximadamente, e discorrerá polo Concello de Ferrol. A saída e a chegada situaranse nas proximidades da Praza de Armas.
- 2.- A proba discorrerá por un circuito de acordo co plano deseñado anexo a este regulamento.
- 3.- A organización contará coa axuda da Policía Local, Protección Civil, persoal do Servizo de Deportes e voluntarios, que regularan o tránsito o longo do percorrido.
- 4.- Prohíbese o acompañamento dos participantes e o uso de coches ou bicicletas de apoio. O incumprimento desta norma implicará a inmediata descualificación dos corredores que a infrinxisen. Os únicos vehículos autorizados que poderán seguir a proba serán os das forzas de seguridade e os de apoio a organización, que irán debidamente identificados.
- 5.- A proba estará controlada polo Comité Galego de Xuíces, que establecerá os correspondentes controis ao longo do circuito
- 6.- O percorrido estará sinalizado e estableceranse controis.

7.- Categorías : Establécense as seguintes categorías masculinas e femininas:

V CARREIRA POLA SEGURIDADE VIARIA . ABSOLUTA. 11:00 horas	
Sub 20:	Nacidos/as no ano 2007 e 2008
Sub 23:	Nacidos/as no ano 2006 – 2005 - 2004
Sénior	Nacidos/as no ano 2003 ata o 1991
Master A	Nacidos/as en 1990 ata 1985
Master B	Nacidos/as en 1984 ata 1976
Master C	Nacidos/as en 1975 ata 1966
Master D	Nacidos/as 1965 e anteriores
Handbike*	
Invidentes*	
*Considéranse categorías non oficiais da F.G.A.	

V CARREIRA POLA SEGURIDADE VIARIA .CATEGORÍAS DE MENORES			
CATEGORÍA		HORARIO	DISTANCIA
Sub 18	Nacidos/as no 2010 - 2009	10:00	2. 000 mts
Sub 16	Nacidos/as no 2012 - 2011		
Sub 14	Nacidos/as no 2014 - 2013	10:20	1.000 mts
Sub 12	Nacidos/as no 2016 - 2015		
Sub 10	Nacidos/as no 2018 - 2017	10:35	800 mts
Sub 8	Nacidos/as 2019 – 2020 - 2021	10:50	250 mts
Peques	Posteriores o 2021	* despois da saída da absoluta (11:00)	50 mts

Artigo 4: Peche de control:

O control de chegada pecharase unha hora despois de que entre en meta o primeiro clasificado. Cando un participante exceda o tempo previsto de peche de control (unha hora dende que entre o primeiro clasificado), será avisado pola organización e deberá subir ao coche oficial que pecha a carreira e abandonar a proba coa fin de non entorpecer o tráfico automobilístico e o desenvolvemento da propia actividade. No caso de continuar, farao baixo a súa responsabilidade, debendo cumprir as normas e sinais, e considerarase un usuario máis da vía, e quedará eximida a organización de toda responsabilidade do que puidese acontecer (Regulamento xeral de circulación R.D. 1428/2003).

Artigo 5: Inscricións e retirada de dorsais.

Inscricións. O custo será de **5 euros para a participación na carreira absoluta e de balde para resto das categorías.**

Establecerase o “*dorsal 0*” para todas aquelas persoas interesadas en colaborar e que non poidan acudir o evento.

As inscricións poderán efectuarse **a partir do día 24 de abril ata as 22.00 h do día 20 de maio** a través da páxina **www.carreirasgalegas.com** ou ata o fin de dorsais.

Poranse a disposición das persoas interesadas un máximo de 900 dorsais para as categorías absolutas e 500 para as de menores.

Os datos necesarios para a inscrición son: nome e apelidos, NIF, sexo, data de nacemento, enderezo, concello de empadramento, teléfono móbil, correo electrónico e club.

Asimesmo, no momento da inscrición, os participantes deberán poñer un teléfono e persoa de contacto en caso de emerxencia.

Tamén deberán sinalar se corre como popular ou federado, e neste caso facilitarase o número de licenza e o club.

No caso dos menores de idade, o pai/nai ou titor legal deberá asinar a autorización da inscrición da carreira do menor.

No caso dos atletas discapacitados, deberán facer constar a circunstancia no momento da inscrición así como entregar copia da licenza coa valoración da discapacidade recoñecida. Os atletas da categoría de invidentes, deberán proporcionar os toda a información citada anteriormente da persoa que actuará como guía.

Non se admitirá outra vía de inscrición que a sinalada anteriormente.

Artigo 6: Retirada de Dorsais. A retirada de Chips e dorsais poderase efectuar ao longo do venres 22 de 11:00 a 13:0 e de 16:30 a 20:30 e o sábado 23 de maio de 10:00 a 13:30 no Pavillón polideportivo da Malata así como o domingo dende as 8:00 horas na Praza de Armas.

O acto de recollida de dorsal e Chips entenderase como confirmación da participación.

A organización non se fai responsable das consecuencias derivadas dunha inscrición defectuosa ou errónea por parte dos corredores ou a persoa na que deleguen.

Artigo 7: Premios: A organización premiará aos tres primeiros clasificados masculinos e femininos de cada unha das categorías absolutas e de menores agás a categoría peques. A entrega de trofeos realizarase ao finalizar a carreira. Estimase sobre ás 13:00 horas

Artigo 8: Seguro: Todos os participantes estarán amparados por unha póliza de Responsabilidade Civil e accidentes deportivos, que cubrirá os accidentes que se produzan como consecuencia directa do desenvolvemento da proba.

Quedan excluídos os casos derivados dun padecemento latente, imprudencia ou inobservancia das leis, da normativa da competición, etc. Tamén quedan excluídos os casos producidos polo desprazamento ao lugar da competición ou desde o mesmo.

Artigo 9: Condicións de Participación

1.- Coa inscrición na proba enténdense aceptadas todas as normas e demais consideracións reflectidas neste regulamento. A inscrición implica ler, entender e adquirir o compromiso que a continuación se expón: Certifico que estou en bo estado físico. Eximo de toda responsabilidade que da participación no evento puidese derivarse á organización, patrocinadores comerciais ou sponsors, empregados e demais organizadores.

2.- No caso de que xurda algunha dúbida ou discrepancia acerca do regulamento, a decisión quedará en mans da organización. Dado o espírito estritamente deportivo e popular desta proba, non se admitirán reclamacións.

3.- A proba estará controlada pola Federación Galega de Atletismo, e estarán capacitados para descualificar a calquera atleta que incumpra o regulamento.

Serán motivo de descualificación, entre outros, os seguintes aspectos:

- Non respectar as indicacións dadas pola organización.
- Non realizar todo o circuíto da carreira.
- Non levar o dorsal ou a manipulación do mesmo.
- Falsificar datos persoais.

Todo o non disposto neste regulamento rexerese polas normas de Competición da FGA, RFEA e WA para a presente tempada, así como todo o regulamentado por instancias superiores.

4 - *Cadeiras de rodas e handbike.* As cadeiras deberán ter un mínimo de 2 rodas grandes e 1 pequena. Non se permitirá a participación en cadeiras de rodas de paseo, que non foran deseñadas para a actividade de atletismo.

Os atletas aseguraranse que ningunha parte dos seus membros inferiores toquen o chan durante a carreira.

Será responsabilidade do competidor que a cadeira de rodas estea conforme ás regras enriba indicadas e de non demorar a carreira mentres fai os axustes á cadeira.

Todos os atletas en cadeiras de rodas levarán obrigatoriamente casco durante toda a

carreira.

O desprazamento mediante algún método, excepto o empuxe do corredor sobre as rodas ou aros de impulsión suporía a descualificación.

5.- *Discapacidade visual*. Todos os atletas deberán obrigatoriamente participar cun guía. Este guía identificarase cun peto de cor brillante facilitado pola organización. Se algún atleta con discapacidade visual non ten guía, a organización non permitirá participar na proba, por motivos de seguridade.

Cando o corredor con discapacidade visual cruce a liña de chegada o guía deberá estar por detrás del.

O método de guía poderá ser elixido polo atleta. Poderá escoller entre ser dirixido por un guía que lle suxeite o cóbado, ou por medio de atadura ou ben correr sen suxeición. Non se permitirá soste o atleta, suxeitarase da súa roupa ou atar as mans do atleta coas dos guía. A atadura deberá deixar un espazo de polo menos 5 cm entre as mans do atleta e as do guía. Ademais o corredor poderá recibir instrucións verbais do guía.

Os guías non poderán usar bicicleta ou outros medios mecánicos de transporte.

O guía non poderá en ningún momento tirar do atleta ou empurralo para darlle impulso. A infracción suporá a descualificación. Independentemente de que se empregue atadura ou non, entre o atleta e o guía non poderá haber en ningún momento unha distancia maior de 0,50 m

6- O Concello de Ferrol e a Federación Galega de Atletismo non se fan responsables dos danos morais ou materiais sufridos polas persoas participantes nesta proba ou que estas ocasionen a outras persoas.

7.- A organización poderá modificar este regulamento ou o circuíto polo que discorrerá a carreira sen aviso previo. Así mesmo, resérvase a facultade de decidir sobre calquera circunstancia ou aspecto que non se considere neste regulamento.

8.- Ao se inscribiren, todos os corredores aceptan e consenten a publicación do seu nome e a súa imaxe nas clasificacións, medios de comunicación ou en internet. De igual maneira, mediante a inscrición o/a corredor/a consente expresamente que os seus datos sexan empregados pola organización e a empresa que ésta contrate para a xestión das inscricións e clasificacións para comunicacións respecto da súa actividade.

En calquera caso, tal e como establece a Lei de protección de datos de carácter persoal, as persoas interesadas poden exercer os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición a través dun escrito ou correo electrónico dirixido ao Servizo de Deportes do Concello de Ferrol, praza de Armas s/n, 15402 Ferrol, <deportes@ferrol.es>.

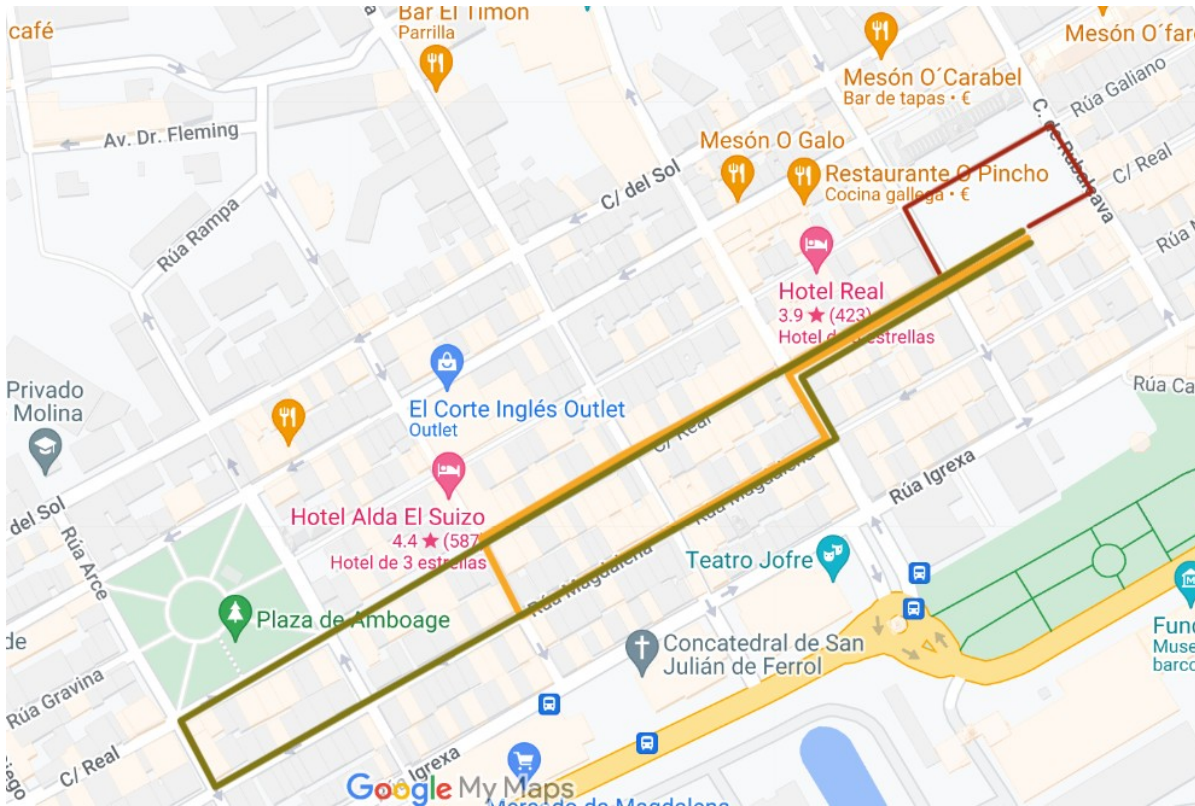
Dado que esta proba pertence ao Calendario Oficial da Federación Galega de Atletismo e mediante a súa inscrición o corredor consente expresamente que os seus datos

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 Atletismo. Avenida de Glasgow 13- 15008 A Coruña .

Artigo 9: Servizos para os participantes: Non se disporá de gardarroupa e servizo de duchas.

NOTA: Esta proba pertence ao Calendario Oficial da Federación Galega de Atletismo e mediante a súa inscrición o corredor consinte 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.

CATEGORIAS MENORES



CATEGORÍA	DISTANCIA
Peques	Recta dende c/ Terra ata meta. 50 mts aprox
SUB 8	Percorrido vermello. 250 mts aprox SAIDA, Real, Terra, praza de armas, Rubalcava, Real, META
Sub 10	Percorrido amarelo 700 mts aprox. SAIDA; Real, Sánchez Barcaiztegui; Magdalena, Concepcion Arenal, Real; META
Sub 12 - 14	Percorrido verde 1,100 mts aprox. SAIDA, Real, Arce, Magdalena, Concepcion Arenal, Real, META

CARREIRA SUB 16 – 18 (2000 mts aprox);

SAIDA: Rúa Real ; Rua Espertero; C. De San Antonio; Rua San Francisco; Rua Espartero, Rúa Real ; META

