

IV SUBIDA Á CUROTA

Serra da Barbanza

A Pobra do Caramiñal (A Coruña) - 5 outubro 2019

CRONOESCALADA DE CICLISMO (BTT

E BICIS DE CARRETERA

E

CARREIRA POPULAR ATLETISMO EN RUTA

O Concello da Pobra do Caramiñal e a Asociación de Atletismo e Deportes do Barbanza, organizan a IV SUBIDA Á CUROTA, nas modalidades de Atletismo e Ciclismo (BTT e bicis de *carretera*), o día 5 de outubro de 2019.

Poderán participar deportistas federados e non federados, na carreira a pé e nas de ciclismo .

REGULAMENTO:

CATEGORÍAS :

CARREIRA A PÉ:

SUB 20.- HOMES E MULLERES – Nados 2000/2001/2002/2003

SENIOR.- HOMES E MULLERES – NADOS 1999/1998/1997/1996 ata MÁSTER

MÁSTER 1.- HOMES E MULLERES- DE 35 A 40 ANOS

MÁSTER 2- HOMES E MULLERES – DE 41 A 49 ANOS

MÁSTER 3.- HOMES E MULLERES – DE 50 ANOS EN DIANTE

BTT:

JUNIOR.- HOMES E MULLERES – Nados 2001/2002

ÉLITE.- HOMES E MULLERES – NADOS 2000/1999/1998/1997/1996 ata MÁSTER

MÁSTER 30.- HOMES E MULLERES- NADOS 1980 A 1989 (DE 30 A 39 ANOS)

MÁSTER 40- HOMES E MULLERES – NADOS 1970 A 1979 (DE 40 A 49 ANOS)

MÁSTER 50.- HOMES E MULLERES – NADOS 1960 A 1969 (DE 50 EN DIANTE)

BICICLETA DE CARRETERA:

CADETE.- HOMES E MULLERES – Nados 2003/2004

JUNIOR.- HOMES E MULLERES – NADOS 2001/2002

SUB 23.- HOMES E MULLERES – 1997/1998/1999/2000

ÉLITE.- HOMES E MULLERES –1996 ata MÁSTER

MÁSTER 30.- HOMES E MULLERES- NADOS 1980 A 1989 (DE 30 A 39 ANOS)

MÁSTER 40- HOMES E MULLERES – NADOS 1970 A 1979 (DE 40 A 49 ANOS)

MÁSTER 50.- HOMES E MULLERES – NADOS 1960 A 1969 (DE 50 EN DIANTE)

Inscripción: en <http://emesports.es> (6 euros), ata ás 23.59h. do día 2 de outubro.

SAÍDAS: Praza Maior

-17.00h.: BTT (cada minuto un participante)

-18.15h.: saída a pé (conxunta)

-18:30h.: bicis de carretera (cada minuto un participante)

META:

-Bicis: estanque do Alto da Curotiña.

-Carreira a pé: Alto do Miradoiro da Curotiña.

DISTANCIA : 9 km.

-As saídas das carreiras en bicis será individual en intervalos de 1 minuto ou 30” según sexa a inscrición, a orde de saída será por orde de inscrición. A carreira a pé farase de maneira conxunta para todas as categorías e participantes.

-Agasallos ós/ás cinco primeiros clasificados/as por modalidade: BTT, BICI DE CARRETERA E CARREIRA A PÉ, homes e mulleres.

-**Trofeos** ós/ás tres primeiros/as clasificados/as por categorías e modalidades (masc. e fem.)

PREMIOS ECONÓMICOS.- Ós tres mellores tempos en carreira a pé, bicicleta de carretera e bicicleta de montaña.

-CARREIRA A PÉ

HOMES

1º) 150 €

2º) 100 €

3º) 75 €

MULLERES

1ª) 150 €

2ª) 100 €

3ª) 75 €

-BICICLETA CARRETERA

HOMES

1º) 150 €

2º) 100 €

3º) 75 €

MULLERES

1ª) 150 €

2ª) 100 €

3ª) 75 €

-BICICLETA MONTAÑA

HOMES

1º) 150 €

2º) 100 €

3º) 75 €

MULLERES

1ª) 150 €

2ª) 100 €

3ª) 75 €

-Seguro de accidentes para todos/as participantes.

-Poderán participar atletas federados/as e non federados/as.

-Os/as participantes nas probas de bicis poden ter acompañamento, sen que isto supoña molestias ó resto dos/as participantes a pé ou en bici.

-Recollida de dorsais na Praza Maior, ata media hora antes do comezo de cada unha das probas.

-A entrega de trofeos farase no lugar da saída (Praza Maior).

-A organización porá autobuses para o traslado dos deportistas dende a meta ó lugar de saída.

-Os/as participantes terán á súa disposición bolsas para gardarroupa a cal se recollerá co dorsal e rotulará o seu número (pódense gardar non autobuses).

-A saída dos autobuses para o Alto da Curotiña será quince minutos antes da saída da primeira carreira e o retorno será cando o/a último participante chegue á meta.

-Disporase dun camión cisterna no lugar da meta para poder asearse, así como tamén poderán facer uso das duchas no Edificio de Usos Náuticos (a 100 m. do lugar da saída)

-A proba discorrerá por o carril dereito da estrada ata o cruce de Moldes.

-Os/as acompañantes que o desexen poderán subir ó lugar da meta antes das 17.00h., a partir desa hora non se permitirá a circulación.

—A ORGANIZACIÓN CONTA COA COLABORACIÓN DA GARDA CIVIL, POLICIA LOCAL E PROTECCIÓN CIVIL PARA O BO DESENVOLVEMENTO E SEGURIDADE DA PROBA.

-O control da proba realizarase a través de emesport.

–Ver percorrido en wikiloc: Cronoescalada á Curota.

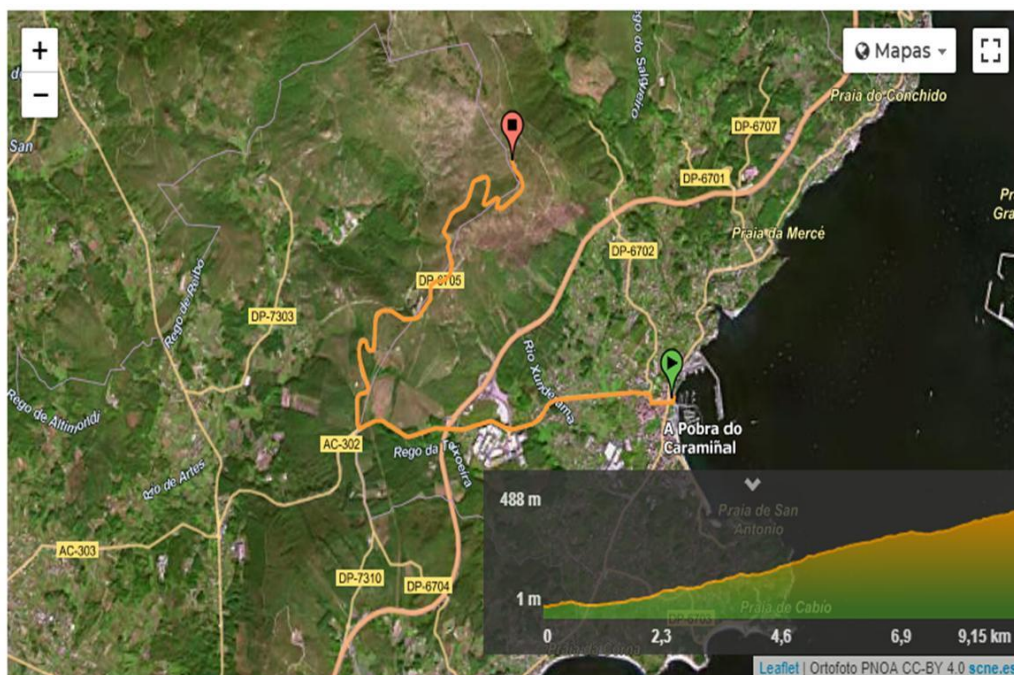
Información: departamento de Deportes do Concello da Pobra, Casa da Cultura e Xuventude “Raquel Fdez. Soler” . Horario: de 9:30h. a 14:30h.
Telf.: 981832590 /981831545 .Telf. móbil (Pepe Moure): 619229946

ORGANIZA: CONCELLO DA POBRA DO CARAMIÑAL E A ASOCIACIÓN DE ATLETISMO E DEPORTES DO BARBANZA. COLABORA: CENTRO SPORT/DEPORTES MANIOTAS, MOTOCUB SIN FRENOS, TRANSPORTES AUTOS BARBANTIA, PUBLICOLOR E SPORT BIKE.



ciclismo (Rutas ciclismo en España → Galicia → Puebla del Caramiñal)

Cronoescalada á Curota 1



→ 9,15 km ↻ No
↗ 492 m ↗ 488 m
↘ 11 m ↘ 1 m
△ Moderado

Coordenadas

178

Fecha de subida

6 de septiembre de 2017