

# IX CARREIRA PEDESTRE POPULAR

## 1 MAIO - 2024

**PRAZA PÚBLICA DE PONTE CARREIRA AS 10:00 HORAS**

**Inscripcións**

**CATEGORÍAS ESCOLARES: GRATUITO ADULTOS: 5€**

**Trofeos e Medallas para todos os escolares**

**Camisetas técnicas, Bolsa Corredores, bebida e froita para todos os participantes**

**CIRCUITO ESCOLARES 300m a 3K**  
**CIRCUITO RUNNERS 8,6K**

**www.emesports.es www.carreirasgalegas.com www.atletismo.gal**



**IX CARREIRA PEDESTRE POPULAR - 2024**

**PITFO BIBERÓN SUB 6**  
 300 m. aprox.  
 11.15h.

**IX CARREIRA PEDESTRE POPULAR - 2024**

**PREBENXAMIN-SUB 8**  
 500 m. aprox.  
 11.05h.

**IX CARREIRA PEDESTRE POPULAR - 2024**

**ADULTOS**  
 8600 m. aprox.  
 11.30h.

**IX CARREIRA PEDESTRE POPULAR - 2024**

**CADETE SUB 16**  
 3000 m. aprox.  
 10.00h.

**IX CARREIRA PEDESTRE POPULAR - 2024**

**INFANTIL-SUB 14**  
 2000 m. aprox.  
 10.30h.



**NOTA:** Esta proba pertence ao Calendario Oficial da Federación Galega de Atletismo e mediante a súa inscrición, o corredor consente a explotación que os seus datos básicos sexan cedidos a esta entidade para a tramitación, ante a compañía de seguros, dos seguros obrigados de accidentes e Responsabilidade Civil así como a cesión 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/a interesado/a pode exercer no futuro os seus dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición mediante escrito ou correo electrónico a Federación Galega de Atletismo, Avenida de Glasgow, 13-15008 A Coruña.

Poderá consultar os resultados oficiais e toda a información relativa ás probas nas páxinas web:

**www.carreirasgalegas.com**

**PALMARÉS DA CARREIRA DE FRADES**

**www.emesports.es**

2014 MASCULINO	1º VÍCTOR HOBOSO
2014 FEMENINO	1º PAULA MAYOBRE
2014 MASCULINO	2º ROBERTA GERALMIJUS
2014 FEMENINO	2º MELLA PENAS
2015 MASCULINO	2º AKKA ESSAADOUI
2015 FEMENINO	2º RAQUEL SUAREZ
2015 MASCULINO	1º MASSAN LEKIBI
2015 FEMENINO	1º PAULA MAYOBRE
2016 MASCULINO	2º AKKA ESSAADOUI
2016 FEMENINO	2º MELLA PENAS
2016 MASCULINO	1º LOLO PENAS
2016 FEMENINO	1º ESTER NAVARRETE
2016 MASCULINO	2º ALFONSO FERNANDEZ
2016 FEMENINO	2º CLARA SIMAL
2017 MASCULINO	1º DAVID SANTOS
2017 FEMENINO	2º MADOR PENA
2017 MASCULINO	2º AMADOR PENA
2017 FEMENINO	2º ROCÍO ALVITE
2018 MASCULINO	2º JACORO OESTO
2018 FEMENINO	2º RAQUEL SUAREZ
2018 MASCULINO	1º NUÑO COSTA
2018 FEMENINO	2º ANXO CASTRO
2018 MASCULINO	2º ESTHER RODRIGUEZ
2018 FEMENINO	2º AKKA ESSAADOUI
2019 MASCULINO	2º MARIJA JESUS GESTIDO
2019 FEMENINO	1º PAULA MAYOBRE
2020 MASCULINO	1º LOLO PENAS
2020 FEMENINO	2º MELLA PENAS
2020 MASCULINO	2º NUÑO COSTA
2020 FEMENINO	2º JORGE PUIG
2021 MASCULINO	2º NUÑO COSTA
2021 FEMENINO	2º ESTHER RODRIGUEZ
2021 MASCULINO	1º DEYMAR DANIELY BREA ABREU
2021 FEMENINO	2º VICTOR PUVALTO
2022 MASCULINO	2º ALFONSO FERNANDEZ
2022 FEMENINO	2º BEATRIZ BARROSO PEREZ
2023 MASCULINO	1º SANORA MOSQUERA
2023 FEMENINO	2º PABLO BOCELLO
2023 MASCULINO	2º RUBO GARCIA
2023 FEMENINO	2º JORGE PUIG
2023 MASCULINO	2º JORGE PUIG



# IX CARREIRA PEDESTRE POPULAR



O Concello de Frades celebra a súa IX Carreira Pedestre Popular o mércores 1 de maio de 2024 na localidade de Ponte Carreira (estada Carreira DP-3802) baixo o control técnico da Federación Galega de Atletismo (Delegación en Santiago). Esta proba pertence ao X CIRCUITO DE CARREIRAS DA DEPUTACIÓN DA CORUÑA.

CONCELLO DE FRADES

## REGULAMENTO

As probas estarán suxeitas ó seguinte:

1. Poderán participar atletas federados e non federados; haberá unha soa clasificación. O control da carreira

estará a cargo do Comité Galego de Xuíces da Federación Gallega de Atletismo.

2. CATEGORÍAS DOS PARTICIPANTES, DISTANCIAS E HORARIO DAS PROBAS

O percorrido da carreira será dunha distancia de 8,6 km en ruta. A SAÍDA E A CHEGADA ESTARÁ SITUADA NA PRAZA PÚBLICA DE PONTE CARREIRA.

Todos os participantes deberán colocarse na liña de SAÍDA 5 minutos antes do inicio de cada proba. Para recibir os premios reflexados no presente regulamento, será de obrigado cumprimento acudir ao protocolo de entrega de premios.

O percorrido da proba absoluta estará indicado e sinalizado cada kilómetro.

### CARRERA HORA CATEGORÍA (M/F) ANO DE NACEMENTO DISTANCIAS

Menores	10:00h.	Sub 18 (M/F)	2007-2008	3000m. aprox.
Menores	10:00h.	Sub 16 (F/M)	2009-2010	3000m. aprox.
Menores	10:30h.	Sub 14 (F/M)	2011-2012	2000m. aprox.
Menores	10:45h.	Sub 12 (F/M)	2013-2014	800m. aprox.
Menores	10:55h.	Sub 10 (F/M)	2015-2016	800m. aprox.
Menores	11:05h.	Sub 8 (F/M)	2017-2018-2019	500m. aprox.
Menores	11:15h.	Sub 6 (F/M)	Nados 2020 e posteriores	300m. aprox.
Adultos	11:30h.	Sub 20 (M/F)	2005-2006	8600m. aprox.
Adultos	11:30h.	Sub 23 (M/F)	2002-2003-2004	8600m. aprox.
Adultos	11:30h.	Senior (M/F)	Nados/as entre 2001 e 1990	8600m. aprox.
Adultos	11:30h.	Master 1 (M/F)	Nados/as entre 1989 e 1984	8600m. aprox.
Adultos	11:30h.	Master 2 (M/F)	Nados/as en 1983 e 1974	8600m. aprox.
Adultos	11:30h.	Master 3 (M/F)	Nados/as entre 1973 e 1964	8600m. aprox.
Adultos	11:30h.	Master 4 (M/F)	Nados/as 1963 e anteriores	8600m. aprox.

### \*INSCRIPCIÓN POR CLUBES FEDERADO

\*Os equipos, clubes, centros... que desexan optar os premios en metálico deberán formalizar a inscrición individual de cada atleta na web [www.emesports.es](http://www.emesports.es) e remitir un correo electrónico á dirección de correo [santiaago@atletismo.gal](mailto:santiaago@atletismo.gal) cos datos do clube xunto co listado de atletas que participarán na proba, indicando o nome e apelidos do atleta e o número de licencia.

**SEN ESTE CORREO ELECTRONICO NON PODERAN OPTAR OS PREMIOS POR CLUBES.** Na clasificación por clubes poderán entrar os atletas das categorías Sub 20, Sub 23, senior e master.

**SE ALGUN ATLETA DA CATEGORÍA SUB 18, DESEXA PARTICIPAR NA PROBA ABSOLUTA DEBERÁ NOTIFICALO NO EMAIL [santiaago@atletismo.gal](mailto:santiaago@atletismo.gal) NO PRAZO DE INSCRIPCIÓN.**

Admitiránse inscricións ata o domingo 28 de abril as 23:59. **NON SE ADMITIRAN INSCRIPCIONS FORA DO PRAZO ESTABLECIDO.** Para calquer información adicional poderán chamar ao teléfono 600 852 222 (Lino)

4. Haberá servizo de vestuario e duchas a disposición de todos os atletas sen ningún custo no Pavillón Municipal ao carón do CPI de Ponte Carreira (a 700 metros da saída), tamén haberá baños/servizos ao carón da saída/meta. A organización disporá a disposición de todos os atletas un servizo de fisioterapia, quiromasaxe, roupeiro e servizos médicos obrigatorios. Tamén haberá inchables para os máis pequenos.

### 8. USO DATOS E DEREITOS DE IMAXE

Realizaráanse o día da proba na Secretaría da Competición sita na Praza Pública de Ponte Carreira O dorsal irá colocado na parte anterior do corpo, O dorsal visible no que vai incorporado o chip de cronometraxe.

6. O longo do percorrido a organización ubicará control nos cales poderase descalificar a calquera atleta que incumpra a normativa da competición (saíse do percorrido, sacar o dorsal, obstaculizar ou empurrar a outros atletas...).

### 9. PREMIOS ESPECIAIS DA CARREIRA POPULAR

\* Medallas singulares para todos os participantes escolares (de Sub 6 a Sub 18).  
 \* Os trofeos non serán acumulativos agás os correspondentes os atletas locais.  
 \* Entrega de camiseta técnica para todos os participantes e bolsa de corredor.  
 \* Sub 23, senior e master).  
 \* Trofeos para os 3 primeiros clasificados/as empadroxados no Concello na proba absoluta.  
 \* Trofeos para os 3 primeiros equipos masculinos e femeninos clasificados na clasificación final.

### PREMIOS EN METÁLICO (Só para a Carreira Absoluta: de Sub 20 a MASTER).

PREMIOS INDIVIDUAIS		PREMIOS POR CLUBES		VALE MATERIAL DEPORTIVO	
1º	CLASIFICADO/A: 250 euros	1º	CLUBE FEDERADO MASCULINO/FEMENINO: 150 euros	1º	Clasificado: 100 euros
2º	CLASIFICADO/A: 150 euros	2º	CLUBE FEDERADO MASCULINO/FEMENINO: 100 euros	2º	Clasificado: 50 euros
3º	CLASIFICADO/A: 100 euros	3º	CLUBE FEDERADO MASCULINO/FEMENINO: 50 euros	3º	Clasificado: 30 euros
4º	CLASIFICADO/A: 75 euros	50 para a categoría escolar para o clube que máis participantes aporte. (obrigado que sexan federados)			
5º	CLASIFICADO/A: 50 euros				

A clasificación por clubes será establecida a través dos 8 primeiros corredores en cruzar a liña de meta, pola suma dos seus postos, gañando o equipo que menos puntos acadase. En caso de empate gañará o equipo que mellor clasifique o seu 8º componente. **Os equipos poderán ser masculinos ou femeninos (non mixtos).** **SÓ SE ADMITIRÁ A PARTICIPACIÓN DE CLUBES FEDERADOS NOS PREMIOS EN METÁLICO.** Na conexión do clube non poderán entrar atletas pertencentes a outros clubes nin filiais do mesmo. Os premios serán abocados por 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. **E de obrigado cumprimento acudir ao protocolo de entrega de premios-trofeos.**

### 10. PARTICIPACIÓN DE ATLETAS DE OUTRAS FEDERACIÓNS AUTONÓMICAS E EXTRANXEIRAS:

A participación de atletas estranxeiros e de outras federacións autonómicas rexírase segundo o regulamento de competición da Real Federación Española de Atletismo para probas de calendario autonómico. **Mais información de esta norma no ligazón: <http://atletismoa.es/sites/default/files/2023-24/Reglamento%20de%20Competición.pdf>**

### \*PROBAS ESCOLARES (sub 6, sub 8, sub 10, sub 12, sub 14, sub 16 e sub 18).

Realizaráanse a través do formulario online presente na páxina web [www.emesports.es](http://www.emesports.es). Data límite ata o Domingo 28 de abril ás 23:59 horas. As inscricións para as categorías escolares serán GRATUITAS.

\*CATEGORÍAS ADULTOS (sub 20, sub 23, Senior e master.)  
 As inscricións estarán presentes na páxina web [www.emesports.es](http://www.emesports.es).  
 Data límite ata o Domingo 28 de abril ás 23:59 horas. Non se aceptarán inscricións fora de prazo, con datos incompletos ou sin todos os obrigatorios presentes no formulario de inscrición online.

### PREZOS DA INSCRIPCIÓN:

CATEGORÍAS ESCOLARES: GRATUITA  
 ADULTOS (De sub-20 ata master): 5,00€