



Concello de Lousame

Praza Teodomiro Hidalgo, 1
15214 Lousame
A Coruña
981 82 04 94
www.concellodelousame.com
concellodelousame@concellodelousame.com
C.I.F. P-1504300-c

- REGULAMENTO:

O Concello de Lousame organiza a **V CARREIRA POPULAR “PILAR BARREIRO SENRA” LOUSAME 2019** que se celebrará o domingo, 3 de novembro, na localidade de Portobravo, no entorno da praza D. Teodomiro Hidalgo.

A proba en categoría absoluta disputarase sobre una distancia de 2 voltas de 5 kms (10 Kms) e poderán participar atletas federados e non federados.

As categorías de participación e distancias a percorrer na **V CARREIRA POPULAR “PILAR BARREIRO SENRA” LOUSAME 2019** serán as seguintes:

CATEGORÍAS	ANOS DE NACEMENTO
CHUPETE	Atletas nados no ano 2015 e posteriores
PREBENXAMÍN	Atletas nados nos anos 2012, 2013 e 2014
BENXAMÍN	Atletas nados no ano 2010 e 2011
ALEVÍN	Atletas nados no ano 2008 e 2009
INFANTIL	Atletas nados no ano 2006 e 2007
CADETE	Atletas nados no ano 2004 e 2005
XUVENIL	Atletas nados no ano 2002 e 2003
JUNIOR	Atletas nados no ano 2000 e 2001
PROMESA	Atletas nados no ano 1997, 1998 e 1999
SÉNIOR	Atletas nados entre os anos 1985 e 1996
VETERANOS A	Atletas nados entre os anos 1974 e 1984
VETERANOS B	Atletas nados entre os anos 1964 e 1973
VETERANOS C	Atletas nados no ano 1963 e anteriores

HORA	CATEGORÍA	DISTANCIA
9:00 h	RECOLLIDA DE DORSAIS NA PRAZA D. TEODOMIRO HIDALGO	



Concello de Lousame

Praza Teodomiro Hidalgo, 1
15214 Lousame
A Coruña
981 82 04 94
www.concellodelousame.com
concellodelousame@concellodelousame.com
C.I.F. P-1504300-c

10:15.	INFANTIL /CADETE	1.800 m aprox.
10:40 h.	ALEVÍN	1.000 m aprox.
11:00 h.	BENXAMÍN	500 m aprox.
11:10 h.	PREBENXAMÍN	200 m aprox.
11:20 h.	CHUPETE	50 m aprox.
11:45 h.	XUVENIL (1 volta)	5 Km
	JUNIOR/PROMESA	10 Km
	SÉNIOR E VETERÁN	10 K ou 5 K (según inscrición)
13:20 h.	ENTREGA DE PREMIOS NA PRAZA D. TEODOMIRO HIDALGO	

- **Inscricións:**

As inscricións centralizaranse na páxina web www.emesports.es, sendo a data límite para inscrición o xoves 31 de outubro de 2019 ás 23:59 h.

Os/as participantes, co feito de inscribirse, admiten estar en perfectas condicións para a práctica deportiva. Así mesmo, autorizan á organización, ó uso de imaxes da súa persoa, nas plataformas de difusión utilizadas polo concello de Lousame.

- **Prezo:**

O importe da inscrición é de **6 €** para a categoría absoluta e totalmente **gratuita** para categoría de menores (dende chupete a xuvenil, ambas inclusive), que dá dereito a participar na actividade, seguros, avituallamentos, duchas e agasallos conmemorativos.



Concello de Lousame

Praza Teodomiro Hidalgo, 1
15214 Lousame
A Coruña
981 82 04 94
www.concellodelousame.com
concellodelousame@concellodelousame.com
C.I.F. P-1504300-c

- **Dorsais:**

A recollida de dorsais levarase a cabo o mesmo día da proba, a partir das 9:00 h., na Praza D. Teodomiro Hidalgo (praza do concello). **É imprescindible presentar o D.N.I. ou documento acreditativo (licenza, permiso de condución,) para a recollida do dorsal.**

Está completamente prohibido participar na carreira cun dorsal doutra persoa. A organización non se fará responsable dese corredor/a, e no caso de apreciar esa negligencia, será expulsado, do circuito da carreira, inmediatamente.

- **Sinalización e controis:**

Estarán sinalizados os puntos kilométricos ó longo da carreira, así coma tódolos servizos a disposición do/a atleta (gardarroupa, aseos, avituallamentos, duchas,).

A carreira estará controlada ao longo do percorrido a través dun chip que se entregará a cada corredor/a e que deberá entrelazar no cordón dunha das súas zapatillas antes da saída. Ó remate da proba, devolverá o chip na zona habilitada para a súa recollida. Todo corredor/a que chegue á meta sen o seu dorsal o usen o seu chip, será automaticamente descalificado/a.

- **Avituallamentos:**

Ó remate de cada proba na praza de D. Teodomiro Hidalgo e no kilómetro 5 da carreira en categoría absoluta.

- **Recordos:**

Os participantes da categoría absoluta (Junior, Promesa, Senior e Veterán) serán agasallados cunha camiseta conmemorativa da actividade.

- **Servizos**

- **Duchas:**

Ó longo da mañá, os/as atletas terán a súa disposición o servizo de duchas, no Polideportivo municipal Pilar Barreiro Senra, situado a 2 kms da meta. (estará perfectamente sinalizado)

- **Gardarroupa.-** Haberá servizo de gardarroupa, para o cal entregárase na bolsa de corredor unha pegatina identificativa.

- **TROFEOS**



Concello de Lousame

Praza Teodomiro Hidalgo, 1
15214 Lousame
A Coruña
981 82 04 94
www.concellodelousame.com
concellodelousame@concellodelousame.com
C.I.F. P-1504300-c

CATEGORÍAS	TROFEOS	
CHUPETE	MEDALLAS PARA TÓDOLOS/AS PARTICIPANTES	
PREBENXAMÍN		
BENXAMÍN		
ALEVÍN		
INFANTIL		
CADETE		
	10k	5 k
XUVENIL MASC./FEM.		TROFEOS ÓS/ÁS 3 PRIMEIROS/AS CLASIFICADOS/AS
JUNIOR MASC./FEM.	TROFEOS ÓS/ÁS 3 PRIMEIROS/AS CLASIFICADOS/AS	
PROMESA MASC./FEM.	TROFEOS ÓS/ÁS 3 PRIMEIROS/AS CLASIFICADOS/AS	
CLASIFICACIÓN XERAL	TROFEOS ÓS/ÁS 3 PRIMEIROS/AS CLASIFICADOS/AS	TROFEOS ÓS/ÁS 3 PRIMEIROS/AS ATLETAS DA CLASIFICACIÓN XERAL 5K (<u>CATEGORÍA ÚNICA</u>)
SÉNIOR MASC./FEM.	TROFEOS ÓS/ÁS 3 PRIMEIROS/AS CLASIFICADOS/AS	
VETERANOS A MASC./FEM.	TROFEOS ÓS/ÁS 3 PRIMEIROS/AS CLASIFICADOS/AS	
VETERANOS B MASC./FEM.	TROFEOS ÓS/ÁS 3 PRIMEIROS/AS CLASIFICADOS/AS	
VETERANOS C MAC./FEM.	TROFEOS ÓS/ÁS 3 PRIMEIROS/AS CLASIFICADOS/AS	
ATLETAS LOCAIS	TROFEOS ÓS/ÁS 3 PRIMEIROS/AS CLASIFICADOS/AS	TROFEOS ÓS/ÁS 3 PRIMEIROS/AS CLASIFICADOS/AS
MÁIS VETERANO/A	TROFEO	
CLUB MÁIS NUMEROSO EN PARTICIPANTES TOTAIS (TÓDALAS CATEGORÍAS)	TROFEO	
OS TROFEOS SERÁN ACUMULATIVOS		



Concello de Lousame

Praza Teodomiro Hidalgo, 1
15214 Lousame
A Coruña
981 82 04 94
www.concellodelousame.com
concellodelousame@concellodelousame.com
C.I.F. P-1504300-c

- **Cambios e suspensión:**

A organización resérvase o dereito a realizar as modificacións que considere necesarias para un mellor desenvolvemento da actividade, así como a súa suspensión ou aprazamento se as condicións meteorolóxicas o obrigan por casos de forza maior.

- **Responsabilidade:**

A organización conta cun seguro de responsabilidade civil e contratará outro de accidentes, pero cada participante, polo mero feito de formalizar a inscrición, fáise responsable individualmente dos danos que cause no desempeño da actividade, sempre e cando esta non se realice nas condicións establecidas ou dentro dos circuitos delimitados. A organización tampouco se responsabiliza dos obxectos personais que poidan extraviarse ou danarse.