

REGULAMENTO

XI CARREIRA DO ESPÍRITU SANTO

Data: Domingo 09 de Outubro de 2022

Hora: As 11:30 carreira absoluta, a partir das 12:30 categorías menores.

Lugar: No lugar de Campo de Cortes, concello de Muros.

Distancia: 8000 metros.

Inscrición: Ata o 6 de outubro. Ver no regulamento.

Organiza: A.C.R.D "O Rumial".

DESCRIPCIÓN

A A.C.R.D "O Rumial", coa colaboración do concello de Muros, organiza a XI Carreira Popular do Espiritu Santo, o domingo 9 de Outubro no lugar de Campo de Cortes, en Muros.

RECORRIDO

A proba na categoría absoluta contará cun recorrido de 8000 metros, que discorrerá por pistas forestais e asfalto.

O recorrido nesta categoría, estará marcado en cada kilómetro.

INSCRICIÓN

Na páxina web de emesports.com ata o xoves 6 de outubro, facendo constar, nome e apelidos, data de nacemento, DNI, localidade de procedencia, e clube en caso de telo.

A carreira é SOLIDARIA e GRATUITA PARA TÓDOLOS CORREDORES.

O prezo da inscrición será de alo menos un dos produtos dos que máis necesidade teñen no banco de alimentos de Cáritas (lista máis abaixo) que se entregará no momento de recollida do dorsal. Os produtos que se recollan serán doados na sede de "Cáritas" en Muros.

▪ Leite

- Aceite
- Salsa de tomate
- Maionesa
- Papel hixiénico
- Papel cociña
- Servilletas
- Compresas
- Desodorantes
- Esponxas
- Xabón lavadora
- Suavizante
- Lexía
- Fregacháns
- Lavavaixelas
- Fregonas

Poderase retirar os dorsais ata 30 minutos antes do inicio da carreira. Todas as persoas que non aparezan o xoves día 6 de outubro nos listados definitivo da web, non estarán debidamente inscritas.

CATEGORÍAS E PREMIOS

Chupetes, 2019 e posteriores (80m).

Medallas para tódolos participantes.

- Pitufos. Corredores nados en 2016, 2017, e 2018 (300m).

Medallas para tódolos participantes.

- Sub 10. Corredores nados en 2013, 2014 e 2015 (450m)

Trofeos para os tres primeiros clasificados/as e medallas para o resto dos participantes.

- Sub 12 Corredores nados en 2011 e 2012 (600m)

Trofeos para os tres primeiros clasificados/as e medallas para o resto dos participantes.

- Sub 15. Corredores nados en 2008, 2009 e 2010: (1200m)

Trofeos para os tres primeiros clasificados/as e medallas para o resto dos participantes.

- Absoluta, atletas de 2007 e anos anteriores (8000m)

Trofeos para os tres primeiros clasificados/as.

- Veterano A: Atletas entre 36 e 45 anos.(8000m)

Trofeos para o primeiro clasificado, e medallas para o segundo e terceiro clasificados.

- Veterano B: Atletas entre 46 e 55 anos. (8000m). Trofeo para o primeiro clasificado, e medallas para o segundo e terceiro clasificados.

-Veterano C: Atletas de 56 anos ou máis. (8000m).

Trofeo para o primeiro clasificado, e medallas para o segundo e terceiro clasificados.

Haberá unha andaina paralela non competitiva co obxectivo de recoller máis alimentos, que conta cunha distancia de 3000 metros.

-A inscrición nesta proba deportiva conleva a aceptación de todo este regulamento.

- A organización contará ca colaboración dos organismos municipais competentes, que regularán o tráfico.

- Será obrigatorio lucir o dorsal tal como o facilita a organización.

- Será motivo de descalificación correr sen dorsal ou sen chip.

- O rematar a proba haberá un completo avituallamento para tódolos participantes.

- Haberá servizo de duchas no pavillón municipal de "Miraflores".

- Autorízase a organización para a utilización de calquera imaxe obtida durante a proba.
- Dado o espírito deportivo da proba non se admitirán reclamacións.
- Tódolos participantes debidamente inscritos, estarán cubertos por un seguro de responsabilidade civil, e un seguro de accidentes .
- A organización da proba resérvase a facultade de decidir sobre calquera aspecto ou circunstancia non contemplada neste regulamento