

REGULAMENTO
XI CARREIRA POPULAR
Concello de San Sadurniño



**carreira
popular**

Concello de San Sadurniño



INDICE DO DOCUMENTO

Art. 1- Data de celebración	3
Art. 2- Horarios, distancias e circuíto	3
Art. 3- Lugar	3
Art 4- Entidade Organizadora	4
Art 5- Categorias	4
Art 6- Regulamento específico	5
Art. 7- Responsabilidade	7
Art. 8- Outras Observacións	7
Art. 9- Control técnico da carreira	8
Art. 10- Sistema de cronometraxe	8
Art. 11- Clasificación	8
Art. 12- Peche da Carreira	8
Art. 13- Inscripción	8
13.1- Taxa	8
13.2- Forma de pago	9
13.3- Devolución da inscrición	9
13.4- Número de prazas	9
13.5- Prazo	9
13.6- Lugar e forma de inscribirse	9
Art. 14- Retirada de dorsais e chips	9
Art. 15- Avituallamento	10
Art. 16- Servizo de fisioterapia	10
Art. 17- Aparcadoiro	10
Art. 18- Duchas	10
Art. 19- Ambigú	11
Art. 20- Agasallos	11
Art. 21- Premios	11
Art. 22- Compromiso	12
Art. 23- Servizos ás persoas inscritas	13
Art. 24- Circuitos	13
24.1- Sinalización	13
24.2- Circuitos	13
24.3- Vehículos	15
24.4- Acceso aos circuitos	15
24.5- Saídas	15
24.6- Meta	15
Art. 25- Descrición dos circuitos	15
25.1- Circuito 1 (Peques)	15
25.2- Circuito 2 (SUB 10, SUB 12, SUB 14 e SUB 16)	16
25.3- Circuito 3 (SÉNIOR ata MÁSTER 3)	17
Art. 26- Dispositivo de seguridade	19
Art. 27- ¿Cómo chegar ao lugar da carreira?	20
Art. 28- Comité Organizador	21

Art. 1- DATA DE CELEBRACIÓN.

DOMINGO 7 DE XUÑO DE 2026

Art. 2- HORARIOS, DISTANCIAS, CATEGORÍAS E CIRCUÍTO.

	HORA	CATEGORÍAS	DISTANCIA	CIRCUÍTO	Nº DE VOLTAS
ABSOLUTA	11:30h	SÉNIOR. Fem. e Masc. MÁSTER 1. Fem. e Masc. MÁSTER 2. Fem. e Masc. MÁSTER 3. Fem. e Masc.	5 Kms.	Circuíto 3	1
ESCOLARES	11:00h	SUB 14. Fem. e Masc. SUB 16. Fem. e Masc.	900 mtrs.	Circuíto 2	3
	12:20h	SUB12. Fem. e Masc.	600 mtrs.	Circuíto 2	2
	12:35h	SUB 10. Fem. e Masc.	300 mtrs.	Circuíto 2	1
	12:45h	PEQUES. Fem. e Masc.	60 mtrs.	Circuíto 1	0

Art. 3- LUGAR.

A *Carreira Popular de San Sadurniño* terá lugar na Finca da Cortiña (lugar de Bidueiro. San Sadurniño).

<https://goo.gl/maps/r4Xy4J9m3SE2>

<https://goo.gl/maps/g3totvB78T62>

CARREIRA POPULAR

Concello de San Sadurniño



Art. 4- ENTIDADE ORGANIZADORA.

Concello de San Sadurniño

Concellería de Deportes



Colabora



Art. 5- CATEGORÍAS.

	CATEGORÍA	IDADES
ABSOLUTA	SÉNIOR	Nadas/os no ano 2010 e anteriores
	MÁSTER 1	Nadas/os 1990 ata 1985
	MÁSTER 2	Nadas/os 1984 ata 1975
	MÁSTER 3	Nadas/os no ano 1974 e anteriores
	SUB 16	Nadas/os 2011 e 2012

ESCOLARES	SUB 14	Nadas/os 2013 e 2014
	SUB12	Nadas/os 2015 e 2016
	SUB 10	Nadas/os 2017 e 2018
	PEQUES	Nadas/os 2019 e posteriores

Art. 6- REGULAMENTO ESPECÍFICO.

1. A proba está incluída no Calendario Oficial da Federación Galega de Atletismo (FGA). "Proba oficial da FGA con distancia non homologada".
2. A proba está aberta a todas as persoas, atletas federados ou non, sen distinción de sexo ou nacionalidade.
3. As persoas participantes nesta proba deportiva, coas excepcións previstas neste regulamento, están obrigadas ao cumprimento das normas específicas do regulamento da proba e ás que nun momento determinado estableza ou adopte, por seguridade, o responsable da proba ou a autoridade competente.
4. As categorías serán dende **Peques ata Máster 3**.
5. Cada atleta participa baixo a súa responsabilidade é suponse que dispón dun nivel de condición física óptimo para afrontar a proba.
6. Todas as persoas participantes terán asignado un dorsal, este irá situado no peito e terá que ser visible o longo de toda a proba.
7. Todas as categorías, exceptuando a categoría de **peques**, estarán controladas con chip e controlado polos xuíces da Federación Galega de Atletismo.
8. Durante o transcurso da proba absoluta poderán facerse controis de paso en varios puntos do circuíto, polos cales terán que pasar todas as persoas participantes para non ser **descualificadas**.
9. As **reclamacións** deberán ser feitas verbalmente ao xuíz árbitro, non máis tarde de 30 minutos despois de comunicarse oficialmente os resultados.
10. Ningún atleta federado poderá competir con outro Club que non sexa o que figure na súa licenza correspondente. No caso de que se producise esta situación, será descualificado automaticamente.
11. O servizo médico da competición está facultado para retirar da carreira a calquera atleta que manifeste un mal estado físico.
12. A proba estará controlada polo Comité Galego de Xuíces da FGA que estarán autorizados a descualificar. Consideraranse as seguintes condutas antirreglamentarias:
 - Non levar o dorsal perfectamente colocado en toda a súa extensión (no peito durante todo o percorrido) ata a súa entrada na meta.

- Participar cun dorsal que corresponde a outro corredor/a.
 - Non pasar polos controis de carreira establecidos.
 - Non realizar o percorrido de carreira completo.
 - Non atender as indicacións dos membros da organización ou xuíces.
 - Entrar fóra da hora prevista pola organización como tempo máximo de duración da proba.
 - Pretender participar na carreira sen terse inscrito previamente.
 - Aquela conduta que sexa estimada como antideportiva, sempre que non sexa motivo de expulsión do circuíto.
 - Calquera outra de análoga natureza, que a xuízo da organización da carreira poida ser considerada como conduta antideportiva merecedora de sanción disciplinaria.
 - Ser reincidente nalgunha infracción de descualificación de carreira.
 - Realizar a inscrición alterando os datos de forma maliciosa.
 - Manter unha actitude groseira, violenta, ou que en xeral atente en contra do espírito deportivo.
 - Tirar lixo ao chan.
13. Todo o non disposto na presente normativa rexerese polas normas de competición da FGA (Federación Galega de Atletismo), RFEA (Real Federación Española de Atletismo) e World Athletics para a presente tempada, así como todo o regulamentado por instancias superiores.
14. Todas as persoas participantes na proba o fan baixo a súa propia responsabilidade e polo feito de inscribirse aceptan o presente regulamento.
15. **Seguro:** Cada participante estará amparado por unha póliza de Responsabilidade Civil e de accidentes deportivos, excluídos os casos derivados dun padecemento latente, imprudencia ou inobservancia das leis ou da normativa da competición, etc. Tamén quedan excluídos os casos producidos polo desprazamento ao lugar da competición ou dende o mesmo.
16. Non se permitirá a existencia no percorrido de ningún vehículo alleo á organización, estando estes últimos debidamente identificados.
17. A organización disporá de **SERVICIO MÉDICO E AMBULANCIA CON SOPORTE VITAL AVANZADO** dende unha hora antes do comezo da primeira proba e ata que finalice a última proba. A Organización recomenda aos participantes que, con anterioridade á proba, efectúen un recoñecemento médico específico e que realicen un adestramento axeitado para as características desta competición.
18. Todas as persoas participantes, polo feito de formalizar a inscrición, dan o seu consentimento para que a organización trate informaticamente e con finalidade exclusivamente deportiva e/ou promocional os seus datos de carácter persoal, así como a súa imaxe dentro da proba mediante fotografías, vídeo, redes sociais, etc.

19. En función do número de participantes, a organización poderá establecer varias saídas.
20. A organización poderá solicitar a documentación, onde conste a data de nacemento da persoa participante. A non aportación desta, poderá ser motivo de descualificación.
21. Non está permitido o acompañamento en ningunha das probas de ningún vehículo alleo á organización. Nin tampouco con bicicletas, patíns ou de persoas non inscritas na proba que poidan acompañar, avituallar ou marcar ritmos ós participantes. Asemade non se permite a participación con coches ou cadeiras, nin correr acompañados destes en ningún momento.
22. A organización resérvase o dereito de modificar o que considere oportuno. O mal tempo non será motivo de suspender a proba, agás que axa aviso de alerta vermella e quede suspendido todo tipo de actividade deportiva ao aire libre.
23. Todo participante que non entre na liña de meta co dorsal ben visible colocado na zona do peito ou que incumpra as normas establecidas no regulamento, poderá ser descualificado.
24. A carreira da categoría absoluta (5 quilómetros) poderase realizar correndo ou correndo-camiñando, sendo o tempo máximo para realizar a carreira de 50 minutos.
25. En caso de retirada, avisarase ao persoal da organización. No caso de lesión ou impedimento para regresar polos propios medios á meta, solicitarase axuda á organización, que xestionará a recollida.
26. Os premios non son acumulativos, exceptuando o participante de maior idade masculino e feminino, o primeiro clasificado da xeral masculino e feminino e primeiro clasificado da xeral masculino e feminino do Concello de San Sadurniño.
27. Todas as carreiras estarán pechadas ao tráfico, excepto na carreira absoluta.

Art. 7-RESPONSABILIDADE.

A organización non se fai responsable dos danos que puidesen sufrir as persoas participantes por imprudencias ou descoidos delas mesmas.

A persoa participante declara, baixo a súa responsabilidade, que realizou o oportuno recoñecemento médico que lle permite estar en condicións óptimas para realizar a proba, e exime á organización da devandita responsabilidade.

A organización dispón dun Seguro de Accidentes e de Responsabilidade Civil que cubrirá os incidentes inherentes á proba.

Art. 8-OUTRAS OBSERVACIÓNS.

Poderán participar todos aqueles atletas que o desexen, por norma xeral, en competicións do calendario autonómico non porán participar atletas españois con axuda económica da RFEA, salvo invitación da propia organización.

O descoñecemento do presente regulamento non exime do seu cumprimento. Todo o non previsto na presente normativa rexerese polas normas de competición da FGA, RFEA e World Athletics para a presente tempada, así como todo o regulamentado por instancias superiores.

Art. 9-CONTROL TÉCNICO DA CARREIRA.

A carreira estará controlada polo Comité Galego de Xuíces da FGA.

Art. 10-SISTEMA DE CRONOMETRAXE.

A cronometraxe realizarase mediante o sistema de chip, excepto na categoría de peques. As persoas participantes que non cumpran co paso por todos os puntos poderán ser descalificadas coa consecuente non aparición nos resultados finais.

Art. 11-CLASIFICACIÓN.

- **ABSOLUTA.**

A clasificación e a cronometraxe realizarase mediante chip e estará controlado tecnicamente polos xuíces da Federación Galega de Atletismo.

- **ESCOLARES.**

A clasificación e a cronometraxe realizarase mediante chip e estará controlado tecnicamente polos xuíces da Federación Galega de Atletismo. Na categoría de **Peques** non haberá clasificación nin cronometraxe, estará controlado tecnicamente polos xuíces da Federación Galega de Atletismo. Correrán co dorsal número 1.

As diferentes clasificacións da carreira poderán ser consultadas:

- No lugar habilitado para tal efecto no lugar da carreira.
- Na páxina web do Concello de San Sadurniño www.sansadurnino.gal
- Na páxina web www.emesport.es
- Na web da FGA: www.carreirasgalegas.com

Art. 12- PECHE DE CONTROL DA CARREIRA ABSOLUTA.

O tempo de realización máxima da carreira absoluta será de **50 minutos**. Ao cumprirse este tempo, todas as persoas que aínda continúen no circuíto consideraráselles **“fóra de carreira”** e non figurarán nas clasificacións. Se deciden continuar, estarán a facelo baixo a súa exclusiva responsabilidade.

Art. 13- INSCRICIÓN.

Por razóns organizativas, así como pola calidade do servizo, é imprescindible que as persoas participantes formalicen a súa inscrición dentro dos prazos indicados. A inscrición haberá que realizala a través da plataforma habilitada para tal efecto.

13.1.- Taxa:

	CATEGORÍA	TAXA
ABSOLUTA	SÉNIOR MÁSTER 1 MÁSTER 2 MÁSTER 3	5,00 €
ESCOLARES	SUB 16	Gratis
	SUB 14	Gratis
	SUB12	Gratis
	SUB 10	Gratis
	PEQUES	Gratis

13.2.- Forma de pago.

A forma de pago será na mesma **plataforma** de inscrición (pasarela de pago).

13.3.- Devolución da inscrición.

Se a persoa participante decide anular voluntariamente a inscrición, a organización **non** devolverá o importe de dita inscrición. Tampouco devolverase o importe da inscrición se é descualificado.

13.4.- Nº de Prazas:

- Categoría Absoluta: 400 prazas
- Categorias Escolares sen límite de prazas.

13.5.- Prazo de inscrición.

O prazo de inscrición remata o día **1 de xuño ás 14:00h.** (Non se realizarán inscricións o mesmo día da proba).

13.6.- Lugar e forma de inscribirse.

Na web <https://emesports.es>

Art. 14- RETIRADA DE DORSAIS E CHIPS.

A retirada dos dorsais e chips realizarase o **mesmo día no lugar da proba**. Haberá unha zona habilitada para a retirada dos dorsais e chips.

Horario de retirada será:

- Categoría Absoluta. De **9:00 a 11:15 horas**
- Categorias Escolares. **40 minutos antes** do inicio de cada proba.

Art.15- AVITUALLAMENTO.

A carreira popular de San Sadurniño **prescinde dos plásticos**, o avituallamiento das carreiras non utilizarán plásticos dun só uso. De feito, as botellas substituiranse por bebidas isotónicas embotellada en briks de 5 litros (aptas para veganos, dieta keto e gluten free), sen azucre nin aditivos artificiais e, ademais, proporcionaranse vasos biodegradables. Na meta colocarse un avituallamento líquido e sólido ó final da proba para todas as persoas participantes. Ademais, poñeranse ao dispor dos corredores/as colectores para a recollida selectiva de residuos e que son de uso obrigatorio, polo que a non utilización destes por parte das persoas participantes poderá supoñer a descualificación.

Art. 16- SERVIZO DE FISIOTERAPIA.

A organización porá a disposición das persoas participantes na carreira absoluta un servizo de fisioterapia para aquelas persoas que sufran algún tipo de incidente durante a carreira. Colabora a clínica local **Fisio-Che-Ben**.

Art. 17- APARCADOIRO.

A organización habilitará unha zona de aparcadoiro o carón dos circuitos para que tanto as persoas participantes como o público poidan deixar o coche.

<https://goo.gl/maps/c5rAhqYPrfK2>



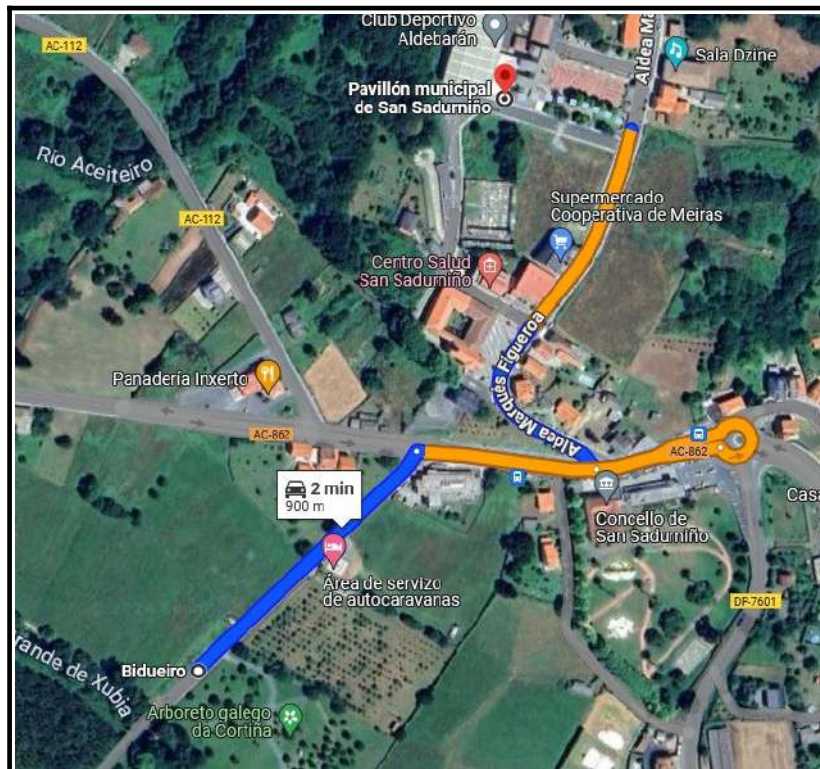
Art. 18- DUCHAS.

Aquelas persoas que o rematar a proba desexen ducharse terán a súa disposición os vestiarios do pavillón polideportivo municipal. O Pavillón Polideportivo Municipal non se atopa no mesmo lugar da proba (Avda. Marqués de Figueroa nº 19).

<https://goo.gl/maps/oCw2X4ULcP32>

CARREIRA POPULAR

Concello de San Sadurniño



Art. 19- AMBIGÚ.

Para as persoas acompañantes e as que desexen repoñer forzas logo da carreira haberá habilitado un servizo de ambigú no mesmo lugar da carreira.

Art. 20- AGASALLOS.

Cada participante recibirá un agasallo por participar.

Art. 21- PREMIOS.

Para a recollida dos premios haberá que situarse na zona próxima á entrega de trofeos no momento no que pola megafonía se faga o anuncio do seu comezo, así como estar pendentes da chamada de cada unha das categorías.

Con carácter xeral, as persoas participantes que non se presenten no momento da entrega do seu trofeo, perderán o dereito a recollelo. Exclusivamente poderán subir ao podio as persoas nomeadas. Non se lle entregará o trofeo a ninguén que non sexa a/o propio atleta.

Aquelas persoas que poidan alegar unha causa xustificada pola súa ausencia no momento da entrega deberanse poñer en contacto co Servizo Municipal de Deportes, durante un prazo máximo 10 de 15 días, onde se custodiarán os trofeos non recollidos. Se non se recollen no prazo sinalado, entenderase que renuncian.

Premios:

CATEGORÍA	PREMIOS
PEQUES	Medalla para cada participantes
SUB 10	Trofeo para os tres primeiros clasificados feminino e masculino e medalla para cada participante
SUB 12	Trofeo para os tres primeiros clasificados feminino e masculino
SUB 14	Trofeo para os tres primeiros clasificados feminino e masculino
SUB 16	Trofeo para os tres primeiros clasificados feminino e masculino
SÉNIOR	Trofeo para os tres primeiros clasificados feminino e masculino
MÁSTER 1	Trofeo para os tres primeiros clasificados feminino e masculino
MÁSTER 2	Trofeo para os tres primeiros clasificados feminino e masculino
MÁSTER 3	Trofeo para os tres primeiros clasificados feminino e masculino
Participante de Maior Idade	Placa ao participante feminino e masculino de maior idade
ABSOLUTA	Trofeo para os tres primeiros clasificados da xeral feminino e masculino
ABSOLUTA	Trofeo ao primeiro clasificado feminino e masculino da xeral do Concello de San Sadurniño

Art. 22- COMPROMISO.

Cada participante comprométese a:

- 1.- Aceptar estritamente todos os artigos do presente regulamento.
- 2.- Aceptar as posibles modificacións da proba as que a organización véxase obrigada a modificar por causas alleas a súa vontade.
- 3.- A inscrición da carreira é persoal e intransferible. **Non se realizará devolución** do importe da inscrición baixo ningunha causa.
- 4.- A realización da inscrición implica ter lido, entendido e adquirido o compromiso que a continuación se expón:

“Certifico que estou en bo estado físico. Eximo á organización, ós sponsors ou patrocinadores comerciais, directivos/as e demais persoal organizador de toda responsabilidade que da participación no evento puidera derivarse tal como lesión, perda de obxectos persoais por roubo ou outras circunstancias”.

5.- A organización reservase o dereito a rexeitar calquera inscrición que non acepte os termos e condicións do evento expostos no presente regulamento. No caso de dúbida ou de xurdir algunha situación non reflectida no mesmo, estarase ao que dispoña a organización.

6.- Dar o seu consentimento para que a organización trate informaticamente e con finalidade exclusivamente deportiva ou promocional, os seus datos de carácter persoal, así como a súa imaxe dentro da proba mediante fotografías, vídeo, redes sociais, etc.

Art. 23- SERVIZOS ÁS PERSOAS INSCRITAS.

A inscrición inclúe os seguintes servizos:

- Dereito a participar na proba.
- Avituallamento líquido e sólido na meta.
- Seguro de responsabilidade civil e de accidentes.
- Agasalho.
- Aparcadoiro.
- Duchas.
- Dorsal.
- Cronometraxe con chip.
- Servizo médico axustándose á normativa legal deste tipo de eventos.
- Servizo de fisioterapia.

Art. 24- CIRCUITOS.

Haberá **3 circuítos** debidamente sinalizados:

Circuíto 1: Categoría Pequenos

Circuíto 2: Categoría SUB 10, SUB 12, SUB 14 e SUB 16

Circuíto 3: Categoría Absoluta

24.1.- Sinalización.

Os circuítos estarán balizados. Os diferentes circuítos estarán sinalizados con valos, conos, cinta e marcas no chan, que será retirado pola organización unha vez remate a proba.

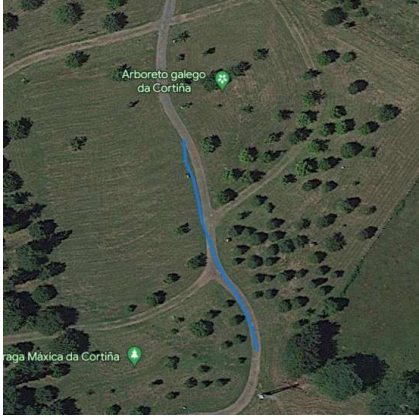



A **saída** e a **meta** será común para tódalas categorías, estará sinalizada cun arco.


Tanto nas categorías inferiores como na absoluta a organización colocará na cabeza da carreira uns ciclistas que dirixirán e abrirán a carreira e na parte final outros/as ciclistas como peche da mesma, contribuíndo deste xeito a reducir a pegada ambiental.

24.2.- Circuítos.

CARREIRA POPULAR

Concello de San Sadurniño

<p>Circuíto 1 60 mtrs.</p>	<p>PEQUES</p>	
<p>Circuíto 2 300 mtrs.</p>	<p>SUB 10</p>	
<p>Circuíto 2 600 mtrs. (2 voltas)</p>	<p>SUB 12</p>	
<p>Circuíto 2 900 mtrs. (3 voltas)</p>	<p>SUB 14 e SUB 16</p>	

Circuíto 3 5 Kms.	ABSOLUTA Sénior ata Máster 3	
------------------------------------	---------------------------------	--

* Ver descripción de cada circuíto (Art. 24)

24.3.- Vehículos.

Nas diferentes carreiras o tráfico rodado estará pechado. Non está permitido o acompañamento en ningunha das probas de ningún vehículo alleo á organización. Nin tampouco con bicicletas, patíns ou de persoas non inscritas na proba que poidan acompañar, avituallar ou marcar ritmos ós participantes.

24.4.- Acceso os circuítos.

Só se poderá acceder os circuítos andando, tanto o público como as persoas participantes na carreira.

24.5.- Saída:

Común para todas as carreiras. A saída é dende o camiño principal do **arboreto**. A saída estará sinalizada cun arco.

24.6.- Meta:

Común para todas as carreiras. A meta está no camiño principal do **arboreto**. Estará sinalizada cun arco (mesmo arco que o da saída).

Art. 25- DESCRICIÓN DOS CIRCUÍTOS.

25.1.- **Circuíto 1.**

● **Categoría: Peques**

A saída desta categoría será dende o camiño principal do arboreto.

- Descrición:

Os/as atletas unha vez tomada a saída e transcorridos 60 mtrs en liña recta farán a entrada en meta.

Poderán darse varias saídas en función do número de participantes inscritos.

Todos os atletas correrán co dorsal Nº 1.

- Distancia: 60 mtrs.
- O tempo estimado da proba é de 8 minutos.
- Mapa.



Circuíto 1

25.2.- **Circuíto 2.**

● **Categoría: SUB 10, SUB 12, SUB 14 e SUB 16**

A saída desta categoría será dende o camiño principal do arboreto.

O circuíto será o mesmo para as **categorías SUB 10, SUB 12, SUB 14 e SUB 16** coa diferenza de que os/as atletas terán que dar **1, 2 ou 3 voltas** ao circuíto antes de realizar a entrada en meta.

- **Descrición:**

O pouco de tomar a saída, realizarase un xiro á esquerda para dirixirse por un camiño cara o paseo fluvial, o final deste camiño novo xiro de 90° á esquerda para coller o paseo fluvial, transcurridos 150 mtrs polo paseo novo xiro de 90° á esquerda para coller un novo camiño, o final deste camiño novo xiro á esquerda para incorporarse ao camiño principal do arboreto e dirixirse a realizar a entrada en meta ou para dar unha segunda ou terceira volta.

Poderán darse varias saídas en función do número de participantes.

- **Nº de voltas:**

Categoría SUB 10: 1 volta
Categoría SUB 12: 2 voltas
Categoría SUB 14 e SUB 16: 3 voltas

- **O tempo estimado é de 14 minutos.**

CARREIRA POPULAR

Concello de San Sadurniño

- Distancia:
 - Categoría SUB 10: 300 mtrs.
 - Categoría SUB 12: 600 mtrs.
 - Categoría SUB 14: 900 mtrs.
 - Categoría SUB 16: 900 mtrs.
- Mapa.



Circuíto 2

25.3.- **Circuíto 3 (Absoluta)**

• **Categorías: SÉNIOR ata MÁSTER 3**

A saída desta categoría será dende o camiño principal do arboreto.

- Descrición:

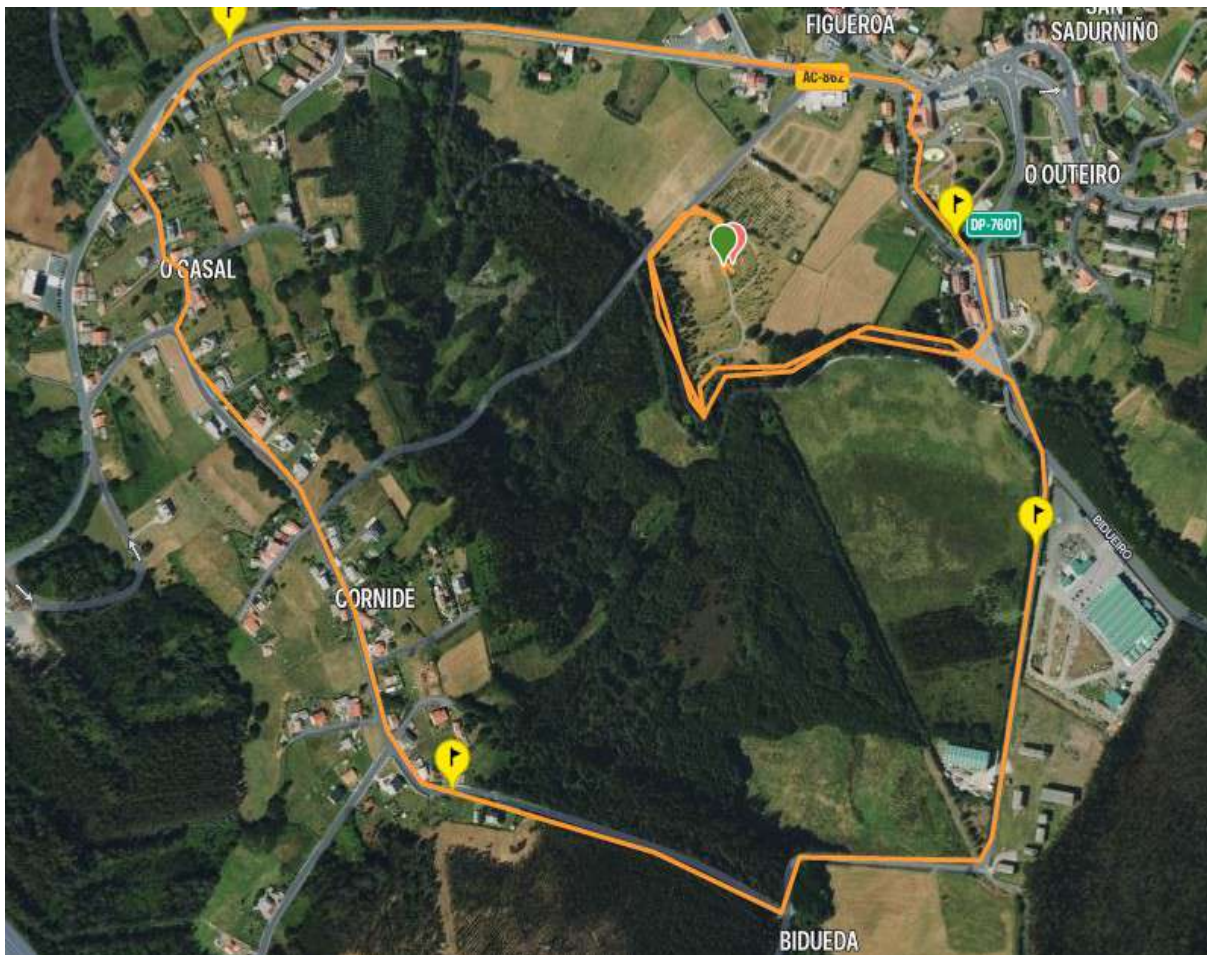
Unha vez realizada a saída e transcorridos 95 mtrs, realizamos o primeiro xiro de 90° á esquerda, logo de 90 mtrs realízase un novo xiro cara a esquerda para coller o paseo fluvial do río Xubia ata o final do paseo e cruzar tódolo aparcadoiro do mesón A Granxa, para incorporarnos á estrada DP 7601 xirando á dereita, de seguido realizar un xiro á dereita dirección Bidueda. Logo de 270 metros por esta estrada realizaremos un novo xiro á dereita en forte subida de case 90° para ir dirección Cornide. Logo duns 700 mtrs en baixada, novo xiro á dereita e case inmediatamente xiro suave a esquerda para seguir baixando ata chegar ao cruce onde realizamos un novo xiro a dereita e incorporarse á

CARREIRA POPULAR

Concello de San Sadurniño

estrada provincial AC862 (a carerira vai polo arcén) delimitado con conos, ata chegar á entrada da Casa do Concello onde xiramos á dereita para baixar polos xardíns. Ao final dos xardís atravesamos a porta e xiro de 90° á dereita para incorporarse a estrada DP7601 (a carerira vai polo arcén) delimitado con conos ata chegar de novo ao aparcadoiro do mesón a granxa, atravesamos o aparcadoiro para volver a coller o paseo fluvial do río Xubia en sentido inverso ao de saída e dirixirnos ata o final do paseo onde o chegar ao cruce realizamos un novo xiro á dereita para dirixirnos pola estrada hacia a finca a Cortiña, logo de 90 mtrs realizamos o último xiro á dereita para entrar na finca A Cortiña (de onde saímos) e realizar a entrada en meta.

- O tempo máximo estimado da proba é de 50 minutos
- Distancia total: 4.850 mtrs.
- Desnivel positivo: 54 metros
- Mapa:



Circuíto 3 (Absoluta)

- Track

<https://gl.wikiloc.com/rutas-carreira/carreira-popular-categoria-absoluta-2024-164391746>

CARREIRA POPULAR

Concello de San Sadurniño



- Altimetría



Art. 26- DISPOSITIVOS DE SEGURIDADE

Categoría Absoluta.

A proba non se disputará co tráfico completamente pechado, as persoas participantes gozarán dunha parte do espazo de estrada (arcén). Dito espazo será balizado mediante conos e/ou valos. Noutra parte do percorrido si se disputará dentro do espazo denominado “Finca A Cortiña” onde non existe nin estradas nin circulación de vehículos.

Na carreira da categoría absoluta a organización disporá de 2 vehículos:

Vehículo piloto de apertura:

Cartel coa inscrición «Atención proba deportiva. STOP»

Luces de avería e de cruce acesas.

Vehículo piloto de peche:

Cartel coa inscrición «fin de carrera. CONTINÚE»

Luces de avería e de cruce acesas.

Cando a proba discorre por estrada, os accesos laterais inmediatamente anteriores á posición ocupada polo coche da organización coa bandeira vermella se pecharán por persoal autorizado pola organización con antelación cun valado para garantir que non existe circulación en sentido contrario entre o vehículo de apertura e o de bandeira vermella e permanecerán pechados ata que pase o vehículo da organización de peche coa bandeira verde.

Cando a proba discorra por vías interurbanas de propiedade municipal sen arcén, ditas estradas estarán pechadas ao tráfico e será sinalizado mediante un valado coa correspondente sinal de prohibido o paso e haberá persoal autorizado pola organización avisando.

Categorías escolares.

Todas as categorías discorren dentro do espazo denominado “Finca A Cortiña” onde non existe nin estradas nin circulación de vehículos xa que é un espazo de lecer pechado à circulación de vehículos a motor.

A organización disporá de **SERVICIO MÉDICO E AMBULANCIA CON SOPORTE VITAL AVANZADO** dende unha hora antes da primeira proba e ata que finalice a última proba.

Art. 27- ¿CÓMO CHEGAR AO LUGAR DA CARREIRA?.

- **Ferrol.**

<https://goo.gl/maps/tC2vNUrzMpp>

- **As Pontes**

<https://goo.gl/maps/Hrv2xJ225MF2>

- **Cedeira**

<https://goo.gl/maps/xzX5jchqPS62>

- **A Coruña**

<https://goo.gl/maps/zvKmfKmvF22>

Art. 28- COMITÉ ORGANIZADOR

Estará integrado por:

- Presidente/a: Alcalde do Concello de San Sadurniño. Secundino García Casal
- Director/a da executivo da proba: Agustín Pérez Tenreiro
- Responsable de seguridade vial e aspectos técnicos: F. David Guiñazú
- Control da proba: Comité Galego de Xuíces da FGA
- Persoal voluntario habilitado.



Plano xeral