



Concello de
Pontecesures

gama
DESARROLLOS INDUSTRIALES

Cruz Vermella

O Concello de Pontecesures organiza a “ XXI Carreira Popular de Pontecesures ” que se celebrará o **Domingo 16 de xaneiro de 2022** a partir das **11:00 horas**.

Tras o éxito da anterior edición, na que puidemos mostrar o noso perfil máis solidario na loita contra a violencia de xénero, non queremos deixar de comprometernos coas persoas que peor o están a pasar e, polo tanto, A “**XXI CARREIRA POPULAR_RUN FOR THEM**”, en esta ocasión, servirá para recadar fondos, en colaboración con **Cruz Vermella**, que serán destinados a axudar ás persoas damnificadas polo volcán de La Palma, que está a deixar tras de sí perdas incalculables tanto a nivel material como persoal.

REGULAMENTO

1. LUGAR

As probas disputaranse na data sinalada a partir das **11:00 horas** da mañá na localidade de Pontecesures nun circuito urbano con saída e chegada na **Praza do Coche de Pedra**.

A entrega de dorsais realizarase a partir das 9:00 horas na mesma praza (en caso de chuvia, na Praza de Abastos).

Asimismo, as persoas que o desexen poderán recoller os dorsais o sábado 15 de xaneiro nas oficinas da Casa do Concello de Pontecesures de 18:00 a 20.00 horas (Avenida de Vigo, nº 2).

2. CATEGORIAS E HORARIOS

CATEGORIAS	ANO NACEMENTO	DISTANCIA	HORA
Biberón	2017 e posteriores	+/- 200 m.	12:40
Pitufos/as	2015-2016	+/- 500 m.	12:30
Benjamín (sub10)	2013-2014	+/- 1.000 m	12:15
Alevín (sub 12)	2011-2012	+/- 1.000 m	12:00
Infantil (sub 14)	2009-2010	+/- 1.800 m	11:45
Cadete (sub 16)	2007-2008	+/- 1.800 m	11:45
Junior (sub 18)	2003-2006	4K/8K	11:00
Sénior	1987-2002	4K/8K	
Máster A	1977-1986	4K/8K	
Máster B	Anteriores a 1977	4K/8K	

Os/as atletas de categoría JUNIOR ou superiores poderán, no momento de inscribirse, elixir entre participar no **circuito 4K** ou **8k**, significando isto que o tempo que se terá en conta para as clasificacións será aquel que o/a atleta obteña no percorrido para o que estea inscrito/a.

O resto de categorías escolares realizarán circuitos deseñados para cada unha segundo o ano de nacemento.



Concello de
Pontecesures

gama
DESARROLLOS INDUSTRIALES

 Cruz Vermella

As persoas participantes deberán situarse na saída 5 minutos antes da hora prevista para o comezo de cada proba segundo categorías.

3. PARTICIPANTES

Poderán participar todas aquelas persoas que o desexen, con ou sen licenza federativa.

O control das carreiras estará a cargo da empresa **Emesports Events** e a cronometraxe das diferentes probas levarase a cabo de xeito electrónico mediante chips (excepto biberóns e pitufos) que serán entregados a todas e todos os corredores inscritos xunto cos dorsais.

As/os atletas participarán cos dorsais tal e como son asignados pola organización e deberán colocalos na parte anterior do corpo e de xeito visible.

Debido á situación sanitaria derivada da **COVID-19**, todas as persoas participantes **deberán levar a máscara posta no momento da saída e durante os primeiros 500 metros do circuito así como no momento de rematar a proba ou no caso de abandonar.**

Poderás consultar a clasificación e os teus tempos na páxina web de Emesports; <http://emesports.es/>

4. INSCRICIÓNS

Todas as persoas que desexen participar no 21 aniversario do evento (e *correr por eles*) poderán facer a súa inscrición ata o **13 de xaneiro de 2022 ás 23:59** no sitio <http://emesports.es/>, onde deberán cubrir os datos do formulario de inscrición dun xeito moi sinxelo e, mediante a modalidade de pago por tarxeta, efectuar o pago, se corresponde.

O prezo da inscrición para todas as categorías de **JUNIOR** a **MÁSTER** é de **6 euros**, os cales serán **donados íntegramente a Cruz Vermella.**

Todas as **categorías escolares**, de **BIBERÓNS** a **CADETE**, poderán correr **de balde**, aínda que deberán formalizar a súa inscrición tamén.

No momento de formalizar a inscrición, todas as persoas participantes terán a opción de facer un donativo a título persoal para contribuir a incrementar a recadación.

Poderás coñecer o estado da túa inscrición entrando na listaxe de inscritos na web da carreira en <http://emesports.es/>

Non se aceptarán inscricións no mesmo día da carreira nin fóra de prazo. Para calquera dúbida, poderás poñerte en contacto no mail soporte@emesports.es



Concello de
Pontecesures

gama
DESARROLLOS INDUSTRIALES

 **Cruz Vermella**

5. PREMIOS E AGASALLOS

A entrega de premios será ás 13:00 horas na propia Praza do Coche de Pedra, ou na Praza de Abastos, en caso de choiva.

-Camisetas:

Todas e todos os participantes inscritos/as na proba recibirán unha camiseta técnica no momento de recoller o seu dorsal.

-Medallas:

3 primeiros/as de cada categoría escolar establecida neste regulamento, agás nas categorías biberón e Pitufx, onde se entregará medalla a cada participante.

3 primeiros/as de cada categoría das probas absolutas.

-Trofeos:

3 primeiros/as na clasificación xeral do 4K

3 primeiros/as na clasificación xeral do 8K

Á persoa participante de máis idade que logre concluir a proba polos seus propios medios.

-Premios para clubs (*)

1º Clasificado — 300€

2º Clasificado — 200€

3º Clasificado — 100€

*A clasificación de clubs establecerase a través dos 8 primeiros clasificados do mesmo pola suma dos seus postos na clasificación xeral das probas absolutas. Os clubs deberán estar compostos por alomenos 8 compoñentes, homes e/ou mulleres, que logren cruzar a liña de meta. Os premios non serán acumulables en ningún caso.



Concello de
Pontecesures

gama
DESARROLLOS INDUSTRIALES

Cruz Vermella

6. OUTRAS CONSIDERACIÓNS

i).- A celebración do evento queda suxeita a posibles cambios en función da evolución da situación epidemiolóxica e da normativa en materia sanitaria debido á **COVID-19**.

A ORGANIZACIÓN PODERÁ SUSPENDER OU ADIAR A PROBA DEPENDENDO DA SITUACIÓN SANITARIA, DEBENDO FACELO PÚBLICO POLOS CANAIS QUE CONSIDERE OPORTUNOS (PRENSA, RRSS, ...)

ii).- Está rigurosamente prohibido o acompañamento dos participantes e tamén a entrada ao circuíto de toda persoa allea á carreira.

iii).- A Organización resérvase a facultade de decidir sobre calquera aspecto ou circunstancia non contemplada neste regulamento. A participación nas probas suporá a total aceptación deste Regulamento.

iv).- Haberá **servizo de duchas** no Pavillón Polideportivo Municipal e no Club Náutico de Pontecesures, agás no caso de prohibición por parte das autoridades sanitarias.

v).- **ASISTENCIA MÉDICA:** A organización contará con servizos médicos e ambulancia na zona de saída/meta. Os servizos médicos e os organizadores da competición están facultados para retirar da carreira a calquera participante que manifeste un mal estado físico durante o desenvolvemento da mesma.

vi).- **SEGURO:** Todos as persoas participantes estarán amparadas por unha póliza de Responsabilidade Civil que cubrirá os accidentes que se produzan como consecuencia directa do desenvolvemento da proba. Quedan excluídos os casos derivados dun padecemento latente, imprudencia ou inobservancia das leis, da normativa da competición, etc. Tamén quedan excluídos os casos producidos polo desprazamento ao lugar da competición ou desde o mesmo. A inscrición implica ler, entender e adquirir o compromiso que a continuación se expón: ***Certifico que estou en bo estado físico. Eximo de toda responsabilidade que da participación no evento puidese derivarse, á organización, patrocinadores comerciais ou sponsors, empregados e demais organizadores.***

Coa realización da inscrición, todo participante cede os seus dereitos de imaxe á organización, que utilizará as imaxes de acordo coa Lei de Protección de Datos.

vii).- **ACEPTACIÓN DO REGULAMENTO:** Todas as persoas participantes, polo feito de inscribirse e tomar a saída na carreira, aceptan o presente regulamento, e no caso de dúbida ou de xurdir alguna situación non prevista no mesmo, resolverase de acordo ao que dispoña a Organización.



7. PROTOCOLO ADAPTACIÓN COVID-19

As persoas participantes deben coñecer e asumir o risco inherente á práctica deportiva en canto a un posible contaxio e iso aínda cando a organización adopte toda unha serie de medidas para que isto non se produza. Nalgúns casos a adopción de tales medidas por parte da organización do evento poderá alterar ou modificar a dinámica habitual de desenvolvemento do evento.

Todos/as os/as atletas deberán permanecer en todo momento coa máscara posta salvo no momento da actividade deportiva en sí (tendo en conta a medida de manter a máscara posta durante os primeiros 500 metros).

Unha vez finalizada a carreira, os/as atletas deberán colocar a máscara, ben empregando unha persoal ou a facilitada pola organización.

Condições de participación (12 anos e maiores)

Para a participación e a entrega do dorsal, será imprescindible amosar o certificado de vacinación COVID ou a aportación do certificado da realización dun test de antíxenos ou PCR negativo cunha antelación máxima de 72h á celebración da proba ou ben a aportación de certificado médico conforme se superou a infección por COVID-19 nun período comprendido entre os 11 e os 180 días anteriores a celebración da proba. **Calquera de unha destas tres condicións deberá ser amosada á organización no momento da recollida do dorsal.**

-No caso de haber mais de 300 atletas nalgunha das categorías, procederá a establecer saídas escalonadas mediante caixóns, medida que será comunicada en minutos previos ao desenvolvemento da proba.

Condições de participación (menores de 12 anos).

Non será preciso nin o certificado de vacinación, test de antíxenos ou certificado médico conforme se superou a infección por COVID-19. No seu defecto, sí que será preciso a entrega da Declaración Responsable, dispoñible neste regulamento, no momento da recollida de dorsais.

-Aplicarase a excepcionalidade de saídas individuais ou en quendas de ata 20 atletas, so en atletas menores de 12 anos, que deberán manter a distancia de seguridade de 1,5m na saída, e que poderán retirar a máscara no momento da indicación do xuíz de saídas ou da organización, momentos antes da saída cando todos/as os/as atletas se achegan a posición de: aos seus postos antes do disparo. Sendo a cadencia mínima entre quendas de 20 segundos. Unha vez finalizada a carreira, o/a atleta deberá colocar a máscara, ben empregando unha persoal ou a facilitada pola organización.

- Recoméndase o uso de máscara por parte dos/as atletas menores de 6 anos.



Concello de
Pontecesures

gama
DESARROLLOS INDUSTRIALES

Cruz Vermella

8. ANEXO I. DECLARACIÓN RESPONSABLE

DECLARACIÓN RESPONSABLE PARTICIPANTE NA ACTIVIDADE

D/D^a _____ con nº de DNI/NIE _____

Como pai/nai ou tutor/a do/a interesado/a

D/D^a _____ con nº de DNI/NIE _____

Para a actividade: CARREIRA POPULAR_RUN FOR THEM PONTECESURES 2022
Organiza: CONCELLO DE PONTECESURES

SOLICITO:

Que a persoa cos datos que figuran no encabezamento (o/a interesado/a) participe na actividade, para o cal lín con detalle a información proporcionada pola propia organización, acepto as condicións de participación e expreso o meu compromiso coas medidas persoais de hixiene e prevención do protocolo da entidade e asimesmo

DECLARO:

- Que a persoa interesada cumpre os requisitos de admisión establecidos no documento de aceptación de condicións de participación, obriga de información e consentimento informado, non sendo grupo de risco
- Que a persoa interesada non convive con nadie que sexa grupo de risco, o que no caso de que así sexa, participa na actividade baixo a súa propia responsabilidade
- Que lín e acepto os compromisos contidos nos diferentes protocolos e normas de hixiene e sanidade para previr a COVID-19
- Que son consciente dos riscos que implica a participación da persoa interesada na actividade no contexto da crisis sanitaria provocada pola COVID-19, o cal asumo baixo a miña propia responsabilidade

Asimesmo, autorizo expresamente á Organización para o uso das imaxes en soporte fotográfico e/ou audiovisual que se capten durante a referida carreira sen limitación alguna territorial nin temporal, polo que as imaxes fotográficas e/ou audiovisuais, poderán ser utilizadas, de forma total ou parcial, pola Organización para a súa publicación en medios de comunicación, distintos soportes para a promoción e difusión da carreira por un prazo de tempo ilimitado e sen contraprestación algunha.

En _____, a _____ de _____ de 2022



Concello de
Pontecesures

gama
DESARROLLOS INDUSTRIALES

Cruz Vermella

Asinado

9. ANEXO (CIRCUITOS)

XXI CARREIRA POPULAR DE PONTECESURES (16/01/2022) – RUN FOR THEM

RUTA 8 KM (categorías: de Junior ata máster)

<https://es.wikiloc.com/rutas-carrera/xx-carreira-popular-de-pontecesures-run-for-them-12-xaneiro-2020-8km-44410180>

RUTA 4 KM (categorías: de Junior ata máster)

<https://es.wikiloc.com/rutas-carrera/xx-carreira-popular-de-pontecesures-run-for-them-12-xaneiro-2020-4km-44409398>

1.800 metros (sub14 e sub16) cadete e infantil.

<https://es.wikiloc.com/rutas-carrera/xx-carreira-popular-de-pontecesures-run-for-them-12-xaneiro-2020-1-800-metros-44604026>

1.000 metros (sub10 e sub12) alevín e benxamín.

<https://es.wikiloc.com/rutas-carrera/xx-carreira-popular-de-pontecesures-12-xaneiro-2020-run-for-them-1-000-metros-44604120>

500 metros, categoría PITUFOS/AS

<https://es.wikiloc.com/rutas-carrera/xx-carreira-popular-de-pontecesures-12-xaneiro-2020-run-for-them-500-metros-44604285>

UBICACIÓN CASA DO CONCELLO (recollida dorsais sábado 15 de xaneiro de 18.00 a 20.00 h.):

<https://www.google.com/maps/place/Concello+de+Pontecesures/@42.7221267,-8.6504737,18.25z/data=!4m5!3m4!1s0xd2f0530dd5bf3eb:0x4d5b2d95edcd1c24!8m2!3d42.7218483!4d-8.651151>

UBICACIÓN PRAZA DE ABASTOS (recollida de dorsais domingo 16 de xaneiro 9.00 horas):

<https://www.google.com/maps/place/Tr.%C2%AA+Mercado,+36640+Puentecesures,+Pontevedra/@42.7217538,-8.6521566,17.5z/data=!4m5!3m4!1s0xd2f0531e063121d:0x2f9919cad3d4489c!8m2!3d42.7214238!4d-8.6532477>

UBICACIÓN PRAZA DO COCHE DE PEDRA (Saída/Chegada/Entrega de trofeos):

<https://www.google.com/maps/@42.722116,-8.6528767,19.75z>
