



## REGULAMENTO DA PROBA

# XXII CARREIRA PEDESTRE POPULAR

20/10/2024  
A PARTIR DAS 10 HORAS

BERTAMIRÁNS (PRAZA DO CONCELLO DE AMES)

# CONCELLO DE AMES

PROBA ABSOLUTA DE 10 KM HOMOLOGADOS  
POLA REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ATLETISMO

INSCRICIÓN: [WWW.EMESPORTS.ES](http://WWW.EMESPORTS.ES) ATA O MÉRCORES 16 DE OUTUBRO ÁS 23.59 HORAS





## XXIII CARREIRA PEDESTRE POPULAR CONCELLO DE AMES

**DATA:** 20 de outubro de 2024

**LUGAR:** Rúa Alcalde Lorenzo de Bertamiráns (Inmediacións da Casa do Concello)

1. O Concello de Ames organiza co control técnico da Federación Galega de Atletismo a vixésima terceira edición da Carreira Pedestre Popular Concello de Ames, o domingo 20 de outubro. Esta proba pertence ao **X CIRCUITO PROVINCIAL DE CARREIRAS POPULARES DA DEPUTACIÓN.**

2. As probas realizaranse o domingo, 20 de outubro, na localidade de Bertamiráns. A saída e chegada de cada proba farase na Rúa Alcalde Lorenzo de Bertamiráns (inmediacións da Casa do Concello). O circuito da proba absoluta estará debidamente sinalizado, contará con indicacións en cada quilómetro e estará homologado na distancia de 10 km pola **Real Federación Española de Atletismo.**

3. Na carreira poderán participar todas aquelas persoas que o desexen, con ou sen licenza federativa. O control da carreira estará a cargo do Comité de Xuíces da Federación Galega de Atletismo.

4. As inscricións da carreira en todas as súas categorías realizaranse a través da web **www.emesports.es** enchendo o formulario de inscrición.

*O prazo de inscrición para a carreira popular rematará o **mércores 16 de outubro ás 23:59 horas.***

### PREZOS DA INSCRICIÓN

🚦 Categorias escolares (de pitufo a xuvenil):

**GRATUÍTA**

🚦 Proba absoluta (de júnior a veterano):

**7 €**

\* Poderase formalizar o pagamento a través da pasarela de pago na propia web.

\*\* Non se admitirán inscricións fora do prazo establecido, nin o día da carreira.

### NO MOMENTO DA INSCRICIÓN DEBERÁ ACREDITARSE A MARCA NA DISTANCIA DE 10 KM EN RUTA (SÓ EN PROBAS HOMOLOGADAS)

5. Os dorsais retiraranse na secretaría da organización situada na Casa do Concello (Praza do Concello nº 2- Bertamiráns) o día anterior á carreira (sábado, 19 de outubro) en horario de 17:00 a 20:00 horas ou no mesmo día da carreira ata media hora antes da proba correspondente. **Para non gardar colas recoméndase recoller o dorsal o día anterior no lugar establecido.**

6. A carreira estará controlada ao longo de todo o percorrido a través dun chip que se entregará a cada corredor/a xunto cun dorsal de competición. Todo/a corredor/a que chegue á meta sen o seu dorsal ou sen o seu chip ou non o leve o dorsal colocado de xeito correcto, na parte anterior do corpo, será automaticamente desqualificado/a.

## 7. TROFEOS E PREMIOS EN METÁLICO

- Recibirán un trofeo os/as tres primeiros/as clasificados/as de cada categoría establecida no presente regulamento e tamén os/as tres primeiros/as clasificados/as da proba absoluta.
- Na proba absoluta recibirán un trofeo os/as tres primeiros/as clasificados/as locais empadroados/as no Concello de Ames. Tamén recibirá, o gañador/a local, tanto feminino coma masculino, un abono trimestral no Centro Deportivo Municipal A Telleira de Bertamiráns.
- Tamén recibirán un trofeo os 3 primeiros clubs da carreira absoluta.

Os premios non serán acumulativos, de xeito que ningún corredor/a poderá recibir dous trofeos (agás os premios aos/ás atletas locais).

### PREMIOS EN METÁLICO INDIVIDUAIS DA PROBA ABSOLUTA:

<b>1º/1ª CLASIFICADO/A</b>	<b>250,00 €</b>
<b>2º/2ª CLASIFICADO/A</b>	<b>200,00 €</b>
<b>3º/3ª CLASIFICADO/A</b>	<b>100,00 €</b>
<b>4º/4ª CLASIFICADO/A</b>	<b>50,00 €</b>

### PREMIOS EN METÁLICO A CLUBS FEDERADOS DA PROBA ABSOLUTA:

<b>1º CLUB FEDERADO CLASIFICADO</b>	<b>250,00 €</b>
<b>2º CLUB FEDERADO CLASIFICADO</b>	<b>175,00 €</b>
<b>3º CLUB FEDERADO CLASIFICADO</b>	<b>100,00 €</b>
<b>4º CLUB FEDERADO CLASIFICADO</b>	<b>75,00 €</b>

A clasificación de clubs establecerase a través das 10 primeiras persoas clasificadas do mesmo, sexan homes ou mulleres, pola suma dos seus postos. Os mesmos deberán estar compostos polo menos por 10 compoñentes que crucen a liña de meta e que teñan a licenza federativa en vigor. Para entrar nestes premios os clubs deberán remitir a relación de inscritos co seu nome e apelidos e o seu número de licenza ao enderezo electrónico [santiago@atletismo.gal](mailto:santiago@atletismo.gal) antes do peche de inscricións.

A entrega de trofeos farase nos seguintes horarios:

- 11:30 horas: entrega de premios das categorías sub-18 e superiores.
- 13:20 horas: entrega de premios das categorías escolares.

Non haberá premios nin trofeos para os/as participantes das categorías prebenxamín e pitufo. Nestas categorías entregaráselle unha medalla de chocolate a cada participante.

Aos/ás atletas que obteñan algún premio poderáselles solicitar que acrediten a súa idade coa presentación do DNI ou pasaporte.

## 8. PARTICIPACIÓN DE ATLETAS DOUTRAS FEDERACIÓNS AUTONÓMICAS E ESTRANXEIROS/AS:

Esta carreira está incluída no calendario autonómico da Federación Galega de Atletismo, polo cal a participación de atletas estranxeiros/as e doutras federacións autonómicas rexerese de acordo co disposto na sección terceira, artigos 16, 17 e 18 do regulamento de competicións da Real Federación Española de Atletismo, que se pode consultar no seguinte ligazón:

<https://atletismorfea.es/sites/default/files/2024-03/Reglamento%20de%20Competici%C3%B3n.pdf>

9. Os e as participantes deberán colocarse na zona de saída 10 minutos antes do comezo da súa proba. Na proba absoluta estableceranse caixóns de saída, polo cal os/as atletas participantes deberán acreditar no momento da inscrición a súa marca en 10 km en ruta.

10. Aínda que a proba sexa de carácter estritamente deportivo e popular, admitiranse reclamacións, pero agárdase un espírito e un comportamento deportivo por parte de todos os e as participantes.

As reclamacións dos resultados oficiais formularánselle ao xuíz árbitro da competición sen sobrepasar os 30 minutos despois da publicación dos resultados.

11. Os horarios das saídas poderán ser modificados, a criterio do xuíz árbitro da proba, en función do número de participantes de cada categoría.

12. Haberá servizo de duchas a disposición dos atletas no Pavillón Polideportivo Municipal de Bertamiráns. Tamén haberá servizo de roupeiro no lugar de recollida dos dorsais.

13. Todo o non recollido neste regulamento resolverase de acordo co Regulamento da **FGA**, **RFEA** e **WA**, por esta orde, en vigor para proas en ruta.

14. Establécense as seguintes categorías e horarios, segundo o ano de nacemento:

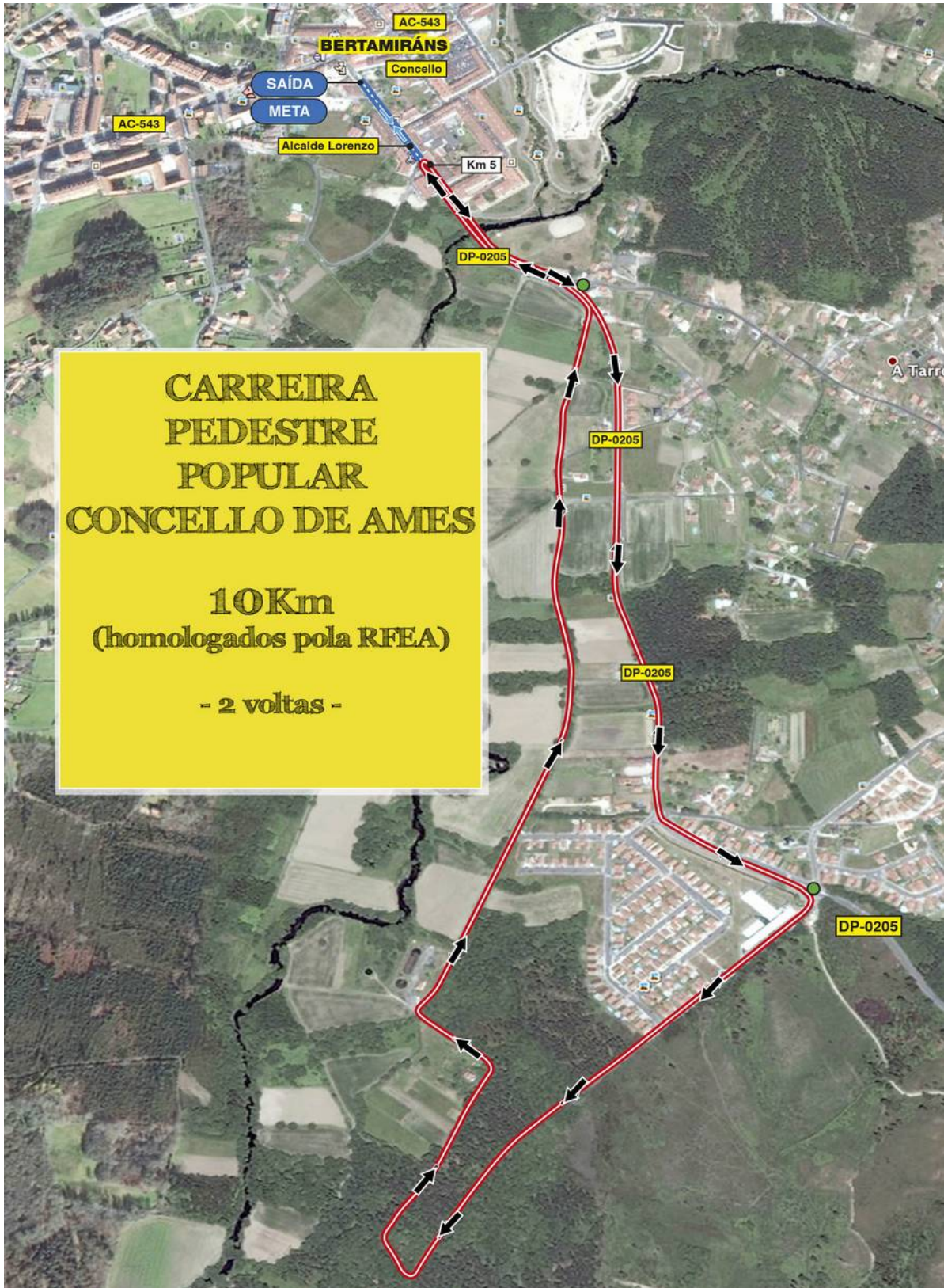
HORARIOS			
CATEGORÍA	ANO DE NACEMENTO	DISTANCIA	HORARIO
PITUFO FEMININO	<i>nados/as no 2020 e posteriores</i>	200 m aprox	12:00 horas
PITUFO MASCULINO			12:05 horas
PREBENXAMÍN FEMININO	<i>nados/as no 2017, 2018 e 2019</i>	350 m aprox	12:10 horas
PREBENXAMÍN MASCULINO			12:20 horas
SUB 10 FEMININO	<i>nados/as no 2015 e 2016</i>	1.000 m aprox	12:30 horas
SUB 10 MASCULINO			12:40 horas
SUB 12 FEMININO	<i>nados/as no 2013 e 2014</i>	1.000 m aprox	12:50 horas
SUB 12 MASCULINO			
SUB 14	<i>nados/as no 2011 e 2012</i>	2.000 m aprox	13:00 horas
SUB 16	<i>nados/as no 2009 e 2010</i>		
SUB 18	<i>nados/as no 2007 e 2008</i>	5,25 km (1 volta)	10:00 horas
SUB 20	<i>nados/as no 2005 e 2006</i>	10 km homologados pola RFEA	
SUB 23	<i>nados/as no 2002, 2003 e 2004</i>		
SÉNIOR	<i>nados/as entre 1990 e 2001</i>		
MASTER 1 MASC/FMNO	<i>nados/as entre 1984 e 1989</i>		
MASTER 2 MASC/FMNO	<i>nados/as entre 1974 e 1983</i>		
MASTER 3 MASC/FMNO	<i>nados/as entre 1964 e 1973</i>		
MASTER 4 MASC/FMNO	<i>nados/as en 1963 e anteriores</i>		

\* 11:30 horas: entrega de premios das categorías sub-18 e superiores.

13:20 horas: entrega de premios das categorías escolares.

## PERCORSOS

Sub 18 (1 volta) sub 20, sub 23, sénior e máster 1, máster 2, máster 3 e máster 4  
(10 km): 10:30 horas. PLANO PROBA ABSOLUTA (2 VOLTAS)



## PLANOS DAS PROBAS ESCOLARES

PITUFO FEMININO	nadas no 2020 e posteriores	200 m aprox	12:00 horas
PITUFO MASCULINO	nados no 2020 e posteriores	200 m aprox	12:05 horas
PREBENXAMÍN FEMININO	nadas no 2017, 2018 e 2019	350 m aprox	12:10 horas
PREBENXAMÍN MASCULINO	nados no 2017, 2018 e 2019	350 m aprox	12:20 horas



\* Percorrido de 350 metros



\* Percorrido de 1000 metros

SUB 10 FEMININO	nadas no 2015 e 2016	1.000 m aprox	12:30 horas
SUB 10 MASCULINO	nados no 2015 e 2016	1.000 m aprox	12:40 horas
SUB 12	nados/as no 2013 e 2014	1.000 m aprox	12:50 horas
SUB 14	nados/as no 2011 e 2012	2.000 m aprox (2 voltas)	13:00 horas
SUB 16 CADETE	nados/as no 2009 e 2010	2.000 m aprox (2 voltas)	13:00 horas