

XI CARREIRA POPULAR SAN XIÁN DE ARTES

A CARREIRA DO DEMO

- Distancia: 6.666 metros “A Carreira do Demo”
 - Fecha: 18 de Agosto
 - Hora: 10:30 de la mañana
 - Lugar: Parroquia de Artes, Ayuntamiento de Riveira.
- ¿Cómo llegar? Vía Rápida del Barbanza (VRG 11) hasta fin de la misma en Riveira, en la rotonda del barco, ir a la derecha hacia siguiente rotonda y tomar dirección a Corrubedo, en la parroquia de Artes (1ª población después de la rotonda) tomar el desvío que pone Museo Etnográfico, a mano derecha (son +- 1000 metros desde la rotonda de la VRG 11).

CATEGORÍAS

ADULTOS

HOMBRES

- ❖ A) Nacidos entre 2000-2004
- ❖ B) Nacidos entre 1991-1999
- ❖ C) Nacidos entre 1982-1990
- ❖ D) Nacidos entre 1971-1981
- ❖ E) Nacidos entre 1957-1970
- ❖ F) Nacidos antes de 1956
- ❖ ZAPATILLA INCLUSIVA

MUJERES

- G) Nacidas entre 2000-2004
- H) Nacidas entre 1988-1999
- I) Nacidas entre 1976-1987
- J) Nacidas antes de 1975
- * ZAPATILLA INCLUSIVE

INFANTILES

- ❖ Diabliños/as: De 3 a 5 años (Nacidos entre 2014 y 2016)
- ❖ De 6 a 8 años (Nacidos entre 2011 y 2013)
- ❖ De 9 a 11 años (Nacidos entre 2008 y 2010)
- ❖ De 12 a 14 años (Nacidos entre 2005 y 2007)

RECORRIDO Y HORARIO DE CARRERAS

- De 9 a 11 años: 1.200 metros ➡ 10:30 h.
- De 12 a 14 años: 2.400 metros ➡ Aprox. 10:45 h.
- Resto Categorías: 6.666 metros ➡ Aprox. 11:00 h.
- De 6 a 8 años: 700 metros ➡ Aprox. 12:00 h.
- Diabliños/as: 100 metros ➡ Aprox. 12:15 h.

INSCRIPCIONES

- **Adultos (6,00 €)** – Las inscripciones y el pago se realizarán a través de la página web www.galitiming.com

O tope de inscritos será de 300 corredores adultos

- **Categorías infantiles (3-5 / 6-8 / 9-11 / 12-14 años)**

La inscripción para estas categorías es GRATUITA, y se realizará en:

- ✓ Rosa Orellán: 687.719.435 (Por WhatsApp ou chamando)
- ✓ En la página Web: www.museoetnograficodeartes.com

Plazo de inscripciones: Hasta las 24 horas del día 15 de Agosto

Bajo ningún concepto se admitirán fuera de plazo

RECOGIDA DE DORSALES Y CHIPS DE CRONOMETRAJE

- Los dorsales y los chips de cronometraje para la categoría absoluta se entregarán el día de la prueba en el recinto del Centro Recreativo de Artes a partir de las 10 h.
- Los dorsales para las categorías infantiles, también se recogerán en el recinto del Centro Recreativo, el mismo día de la prueba a partir de las 10 h.

PREMIOS EN METÁLICO

- | <u>Clasificación absoluta masculina</u> | <u>Clasificación absoluta femenina</u> |
|---|--|
| 1º 100 € | 1ª 100 € |
| 2º 50 € | 2ª 50 € |
| 3º 25 € | 3ª 25 € |
- Premio de 100,00 € al club más numeroso y que participen en la carrera absoluta.
 - Premio record de la prueba (700 € - Hombres) (100 € - Mujeres)

Masculino: Lolo Penas - 19:44 (Año 2008)

Femenino: Paula Mayobre – 22:40 (Año 2016)

Nota: El premio record de la prueba se acumulará para el año siguiente siempre y cuando se mantenga el mismo circuito.

TROFEOS, REGALOS Y MEDALLAS

- TROFEO ARTESANAL PARA LOS TRES PRIMEROS DE LAS CATEGORIAS DE LA CARRERA ABSOLUTA: (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)
- MEDALLA “ORO” DEL 1º a 10º CLASIFICADO GENERAL CARRERA DE 6.666 m
- MEDALLA “PLATA” PARA LOS CLASIFICADOS DEL 11 al 20 CARRERA DE 6.666 m
- MEDALLA “BRONCE” PARA LOS CLASIFICADOS DEL 21 al 30 CARRERA DE 6.666 m
- TROFEO PARA LOS TRES PRIMEROS CLASIFICADOS Y LAS TRES PRIMERAS CLASIFICADAS DE LA CATEGORIA “ZAPATILLA INCLUSIVA”
- TROFEO PARA LOS TRES PRIMEROS LLEGADOS EN LA CATEGORIA DE 12 A 14 AÑOS.
- MEDALLAS Y BOLSA DE GOLOSINAS PARA TODOS LOS LLEGADOS DE LAS CATEGORIAS INFANTILES

REGALOS

- PELUCHE MASCOTA DE LA PRUEBA PARA EL GANADOR Y GANADORA DE LA CARRERA ABSOLUTA.
- VALE (20,00 € - 15,00 € - 10,00 €) A LOS TRES PRIMEROS/AS DEL CONCELLO DE RIVEIRA. (Requisito: Tener residencia actual y con un mínimo de 5 años)
- VALE (20,00 € - 15,00 € - 10,00 €) PARA LOS TRES PRIMEROS CLASIFICADOS DE LA PARROQUIA DE ARTES (Nacido)
- SORTEO DE TRES “BUENOS” REGALOS SORPRESA ENTRE TODOS LOS PARTICIPANTES DE LA CARRERA ABSOLUTA (Para optar al regalo es necesario estar presente en el momento del sorteo)
- FRUTA VARIADA, BEBIDA Y MINIBOCATAS PARA LOS QUE TERMINEN LAS PRUEBAS.

¡Y MUCHAS SORPRESAS MAS!

INFORMACION DE INTERES

- Habrá servicio de duchas y vestuarios disponibles en el Polideportivo situado en el recinto del Centro Recreativo.
- Habrá servicio de guardarropa y llaves al lado de la recogida de dorsales

REGLAMENTO

- No está permitido el acompañamiento de los participantes mediante el uso de vehículos de ayuda. El incumplimiento de esta norma implicará la descalificación de los atletas acompañados.
- El dorsal deberá ser colocado visiblemente en la parte delantera del corredor/a, sin poder hacer ninguna modificación en el mismo.
- En la prueba absoluta será obligatoria la utilización del chip de cronometraje suministrado por la organización.
- Dado el espíritu deportivo y popular de la prueba no se admitirán reclamaciones. La participación lleva implícita la aceptación del reglamento de la prueba.
- Los trofeos no serán acumulativos, excepto los regalos.
- La organización y sus colaboradores no se harán cargo de daños morales o físicos a resultas de la prueba.

CARACTERISTICAS DEMONIACAS DEL CIRCUITO

- Primeros 600 metros: *Levemente de subida.*
- De los 600 mts al km 2: *Llano y en ligero descenso, ¿aquí a dar zapatilla!. Preparados para la foto que pasamos por meta.*
- Del km 2 hasta el km 4.700: *De subida constante, tramo de “eliminación”, ¿os que lle falte un puntito de forza, a sufrir un pouco!.*
- Del km 4.700 al km 5.300: *Bajada de 200 metros algo incómoda por la estrechez de la carretera ¿ojo con una curva cerrada a izquierda - ¿pedaso pelouro a directa!-. Una vez que tomemos llano pica hacia arriba, 100 metros “durillos” entre el cruceiro y la carretera general.*
- Del km 5.300 al 5.500: *Ligero respiro cruzando la general y luego 200 metros de subida constante, ¿¿si queres deixar pola popa o teu rival este é o momento, xa queda pouco!.*

- Del km 5.500 al 5.800: Trescientos metros ondulados y preparamos las rodillas para una bajada muy fuerte de 100 metros. Salvada esta “bajadita” todo llano hasta la meta, ojo con los 50 últimos metros son “falsetes”, pican un poco hacia arriba.

Firmado: “ O Demo”



ORGANIZAN Y PATROCINAN

CENTRO RECREATIVO DE ARTES

CONCELLO DE RIVEIRA

COMUNIDAD DE MONTES DE ARTES

COLABORAN

Arousa Natureza e Ocio (Organizadores Carreira do Corgo)

Asociación de veciños de Carreira (Organizadores Carreira Virxe da Guía)

Comunidade Veciñal de Montes de Artes

Digar de Artes, S.L.

Tienda deportes REVOLUTRION

Bar TENERIFE de Carreira

Abraham Benitez