

CROSS CAJA RURAL LLANGRÉU

PISTA ATLETISMO DE LADA
5KM 11:00 24ABR2016



CAJA RURAL

Ayuntamiento de Llangréu

EL ARCO
alimentos frescos

GRUPO
Empat F

Coca-Cola



STUDIOFUNCIONAL
Entrenamiento Personal

café **Scala 9**

SOLO**RUNNERS**



RUNMARC
NORTH COAST PROJECT

G.M.
CUMBRE
Llangréu



RECORRIDO

La prueba de cinco kilómetros (**POR ASFALTO**) con salida y meta en los alrededores de la pista de atletismo de Lada, discurrirá casi íntegramente por el paseo que discurre paralelo al río Nalón. Los corredores se dirigirán hacia Sama por el dicho paseo llegando al puente de hierro. Seguirán por el Parque de Sama hasta el Adaro donde cruzaran el puente de la Montera para regresar a Lada por la otra orilla. Otra vez el cruce del puente de hierro, donde la sidrería La Mula Torna. Siguiendo ya todo el paseo hasta el puente de Lada, en dirección a la Pista de Lada donde para terminar en la mismo punto de salida. Puede sufrir modificaciones por motivos organizativos, siempre manteniendo la misma distancia.



Plano del recorrido de la prueba.

La carrera tendrá lugar el domingo 24 de Abril a las 11:00. La recogida de dorsales se realizará el sábado 23 de Abril de 16:00 a 20:00 en el Polideportivo de La Felguera y en el mismo día de la prueba, en la zona de la salida, hasta 1 hora antes de la salida esta. La prueba estará organizada por el Club Deportivo Estadio Gijón Langreo.

INSCRIPCIONES.

Para participar es necesario ingresar la cuota de inscripción (6 €), a través de la empresa de Cronometraje y Chips CRONOEMPATE <http://inscripciones.empa-t.com/inscripcion/index.php?id=3263>. Las inscripciones se abrirán el día 18 de Marzo y se cerraran el día 21 de Abril ó al agotarse las 300 plazas.

CATEGORÍAS	AÑOS DE NACIMIENTO
Juvenil	2002 - 2001 - 2000 - 1999
Promesa	1998 - 1997 - 1996 - 1995 - 1994
Senior	1993 - 1979
Veteranos A	1978 - 1971
Veteranos B	1970 - 1963
Veteranos C	1962 - 1956
Veteranos D	1955 y anteriores
Por equipos	*Cinco atletas, teniendo que ser dos mujeres

* Para poder participar en esta categoría, deberán de tomar la salida los 5 componentes del equipo. Puntuarán 4, siendo como mínimo uno de ellos, una mujer. Para poder participar en esta categoría será requisito indispensable que todos los miembros se inscriban con el mismo nombre, ya que no se tendrá en cuenta los errores tipográficos y / o de nomenclatura. No es necesario que los atletas ni el equipo este federado (ni siquiera que sean de un mismo equipo federado o popular).

PREMIOS Y SORTEOS

Habrà premio para los 3 primeros de cada categoría (3 mujeres, 3 hombres) y a los 3 primeros equipos, dando los trofeos a las 12:30 en la pista de atletismo de Lada (en caso de lluvia en el Hogar del Pensionista de Lada). Los ganadores absolutos, tanto femenino como masculino, se llevarán unos **playeros Adidas por cortesía de SoloRunners A Fuego**.

El premio por equipos será una cena para los cinco primeros clasificados del equipo vencedor (o los designados por el equipo) **en el Scala 9** (La Felguera).

A cada corredor se entregará una bolsa de corredor con un vale de descuento de **SoloRunners**, una **bolsa de cuerdas de la prueba** y **productos alimenticios de Arco**.

Antes de la entrega de premios se sortearan los siguientes lotes:

2/3 bonos para un mes de entrenamiento bajo la marca **RunMarc**

2/3 bonos para un mes de entrenamiento bajo con el control técnico de las **Escuelas Deportivas de Atletismo del PMD de Langreo que el Estadio G. Langreo gestiona**

2/3 bonos para un mes de entrenamiento en el **Studio Funcional "Centro de entrenamiento personal"**

2/3 sesiones de **Deporbiotica**

REGLAMENTO

El próximo día 24 de Abril de 2016, se celebrará en Langreo la I edición del Cross Caja Rural Llangréu; prueba que se realiza sobre una distancia no homologada por la RFEA. El Club Deportivo Estadio Gijón-Langreo, promueve este evento deportivo en colaboración con el Ayuntamiento de Langreo que cuenta con la organización de los clubes Estadio G. Langreo y Estadio Gijón.

El I Cross Caja Rural Llangréu nace con el objetivo de fomentar los valores de equipo entre los compañeros de un mismo equipo e integrar los valores del deporte y los beneficios para la salud dentro de la sociedad. De ahí su modalidad de equipos.

Todos los participantes en el momento de realizar la inscripción aceptan y se someten al reglamento de la carrera, teniendo el deber de conocerlo y cumplirlo en todo momento y declaran:

1º Tener 14 años (o cumplirlos durante el 2016), que todos los datos incluidos en la inscripción son verdaderos, certifican estar en buen estado físico y que se encuentran en condiciones óptimas para participar en el I Cross del Pilar.

2º La organización se reserva el derecho de modificar esta normativa si la meteorología u otras causas imprevistas así lo aconsejan. Las modificaciones serán comunicadas a los participantes por los medios estipulados, web, boletines, o en los momentos previos a la salida.

3º En caso de duda o de surgir alguna situación no reflejada en el mismo, se estará a lo que disponga La Organización.

4º El horario de comienzo de la prueba será las 11:00 La salida se producirá en los alrededores de la pista de atletismo de Lada. El orden de salida y las diferentes categorías serán las especificadas en el apartado correspondiente de este tríptico.

5º Los atletas que pueden participar en la misma son los siguientes:

*Atletas con licencia Federada Autonómica y Federada Nacional

*Atletas sin licencia Federada.

6º La distancia será de 5 kilómetros. Aunque la carrera no está homologada, la organización velará porque la distancia sea lo más exacta posible y estará bajo el control y supervisión de la organización de la carrera.

7º Excepcionalmente, y por causa justificada se podrá solicitar a la organización la sustitución de alguno de los componentes del equipo. En función de la causa la Organización decidirá si accede a realizar el cambio; hasta que este no sea comunicado al equipo no se considerará realizado.

8º Todos los participantes inscritos correctamente en la prueba estarán cubiertos con un seguro de responsabilidad civil y de accidentes según la normativa legal vigente para este tipo de carreras. La organización dispone del correspondiente seguro de responsabilidad civil. Queda totalmente prohibida la participación de corredores no inscritos.

9º La organización recomienda hacerse una revisión médica y / o prueba de esfuerzo a todos los participantes que antes de empezar los entrenamientos para la carrera se realicen una revisión médica para comprobar que su estado de salud es apto para este tipo de esfuerzos.

10º Por el mero hecho de inscribirse, cada participante declara estar en buen estado de salud y apto para la realización de la prueba y descarga a la Organización de cualquier responsabilidad en cuanto a su Salud se refiere.

La prueba contará con el mencionado Seguro de Accidentes, que cubrirá los accidentes que se produzcan como consecuencia directa del desarrollo de la prueba, y nunca como derivación de una patología o tara latente, lesión, imprudencia, negligencia, inobservancia de las leyes y del articulado del Reglamento, etc., ni los producidos en los desplazamientos al y desde el lugar en que se desarrolle la carrera.

11° La Organización contará con un servicio médico y ambulancia, desde media hora antes del inicio y hasta media hora después de la finalización de la prueba.

12° Exclusivamente tendrán derecho a disfrutar de cualquiera de los servicios de la carrera instalados a lo largo del recorrido o en la meta, tales como avituallamiento, asistencia sanitaria, etc.; los participantes oficialmente inscritos que acrediten estarlo mediante el dorsal oficial y original de la carrera.

13° El circuito estará completamente cerrado al tráfico y los únicos vehículos que podrán seguir la prueba serán los designados por la Organización debidamente autorizados e identificados.

DESCALIFICACIONES

Por el mero hecho de participar en la prueba el atleta tiene la obligación de acatar la normas, en caso contrario se producirá a su descalificación. Serán descalificados los atletas que:

*No realicen el recorrido completo.

*Alteren la publicidad del dorsal o lo lleven doblado sin que se vean los logotipos pertinentes.

*Entren en meta sin dorsal o no lo muestren a la llegada.

*No pasen por los puntos de control establecidos o no enseñen el dorsal en el paso por los mismos.

*No lleven el dorsal en el pecho totalmente extendido y sujeto al menos con cuatro imperdibles.

*Manifiesten un comportamiento antideportivo.

*Participe con otro dorsal, chip distinto al que le correspondiera o con dos o mas chips, dorsales; a la vez.

*No atiendan a las indicaciones de los miembros de la Organización, Fuerzas de Seguridad y Servicios Médicos.

*Alteren los datos personales de la inscripción.

*Sean acompañados por cualquier persona no inscrita o cualquier artilugio rodado que no esté autorizado por la Organización.

*Reciban avituallamiento fuera de las zonas asignadas o por personas no habilitadas para ello.

*Entren en meta con niños y personas no participantes en la prueba.

Por motivos de seguridad de los participantes no está permitido correr acompañado de personas no participantes en la misma, vayan a pie o en algún tipo de vehículo, ni llevar niños en brazos o en cochecitos, así como tampoco se permite correr con animales, carros, etc. Esta prohibición se extiende a toda la carrera y muy especialmente en la llegada a meta, siendo su inobservancia motivo de posible descalificación.

Los corredores descalificados perderán automáticamente toda opción a los premios y producirán la descalificación de su equipo.

De acuerdo con la LEY ORGANICA de 15/1999, de 13 de diciembre de Protección de Datos de Carácter Personal, se informa a todos los participantes que sus datos personales se incorporarán a un fichero propiedad de la plataforma de inscripciones, autorizando; sin límite temporal, a ésta el tratamiento de los datos personales para el mantenimiento y gestión de la actividad deportiva.

Asimismo cada participante al realizar la inscripción a la I Cross Caja Rural Llangréu, autoriza expresamente a la plataforma de inscripciones:

- Tratar automáticamente y con finalidad exclusivamente deportiva, promocional o comercial, sus datos de carácter personal.

- A reproducir el nombre y apellidos, el puesto obtenido en la clasificación general y la propia del participante, la categoría, la marca deportiva realizada y su imagen.

- A publicar imágenes y fotografías de la prueba, publicación de listados clasificatorios, etc.) mediante cualquier dispositivo (Internet, publicidad, etc.).

PATROCINADORES



CAJA RURAL

