

X Circuito adultos

CARREIRA	DATA	HORA	CARREIRA	SAIDA	OUTROS
1ª CARREIRA	DOMINGO 22 NOVEMBRO 2009	12:00	PISTAS ATLETISMO GREGORIO PÉREZ RIVERA (Recollida Chips e Dorsais de 10:00 a 11:30)	PISTAS DE ATLETISMO GREGORIO P. RIVERA	Aparcadoiro Pazo Universitario Duchas Pistas Gregorio.P.R.
2ª CARREIRA	SÁBADO 16 XANEIRO 2010	19:00	NOCTURNA DE REIS (CIRCUITO URBAN Avda Ramón Ferreiro)	PRAZA HORTA DO SEMINARIO	Duchas nas Pistas da Cidade Cultural (Parque Rosalia de Castro)
3ª CARREIRA	DOMINGO 21 FEBREIRO 2010	12:00	AVENIDA INFANTA ELENA PARQUE PARADAI	TRAMO NOVO INFANTA ELENA	Aparcadoiro e Duchas Polideportivo Casa do Deporte (FRIGSA)
4ª CARREIRA	SÁBADO 20 MARZO 2010	17:00	ESTRADA DO RIO RATO	RIO RATO CON N-VI	Aparcadoiro Pazo Universitario Duchas Pistas Gregorio.P.R.
5ª CARREIRA	DOMINGO 18 ABRIL 2010	12:00	CENTRO COMERCIAL AS TERMAS CIRCUITO ASFALTO-TERRA	C.C. AS TERMAS	Aparcadoiro C.Comercial As Termas Duchas Piscina Frigsa
6ª CARREIRA	SÁBADO 22 MAIO 2010	17:00	PARQUE RECINTO FEIRAL	RECINTO FEIRAL	Aparcadoiro Estadio Angel Carro Duchas Polideportivo Palomar
7ª CARREIRA	DOMINGO 13 XUÑO 2010	12:00	FINAL DE CIRCUITO COMPLEXO DEPORTIVO FRIGSA	PARQUE DE FRIGSA	Duchas Piscina Frigsa

CATEGORÍAS ADULTOS "X Circuito LARSA Corre con Nós 2009 – 2010"

CATEGORÍA "E" FEM. / MASC.: 1989-1993

CATEGORÍA "F" FEM. / MASC.: 1984 - 1988

CATEGORÍA "G" FEM. / MASC.: 1979 - 1983

CATEGORÍA "H" FEM. / MASC.: 1974 – 1978

CATEGORÍA "I" FEM. / MASC.: 1969 – 1973

CATEGORÍA "J" FEM. / MASC.: 1964 – 1968

CATEGORÍA "K" FEM. / MASC.: 1959 – 1963

CATEGORÍA "L" FEM. / MASC.: 1954 -1958

CATEGORÍA "M" FEM. / MASC.: 1949 – 1953

CATEGORÍA "N" FEM. / MASC.: 1948 e anteriores

REGULAMENTO ADULTOS X Circuito LARSA Corre con Nós 2009 – 2010

- Circuito adultos formado por 7 carreiras.
- Poderán participar nestas carreiras as persoas nadas en 1993 e anteriores.
- **INSCRICIÓN** datas iniciais de inscrición no circuito:
 - Do 06 de Novembro de 2009 ó 19 de novembro de 2009.

FORMATO DE INSCRICIÓN

- Por Internet en www.championchipnorte.com

Para atletas rexistrados en www.championchipnorte.com

- Entra na túa conta particular e confirma a túa inscrición para o circuito.
- Se non tes CHIP propio poderás pagar mediante "pasarela de pago" na propia páxina, e terá un custo de **15 € en concepto de "fianza"** podendo recuperar 10

€ ó devolvelo na Concellería de Deportes cando finalice o circuito 09-10 **no mesmo período de recollida de vales.**

- **Recollida de dorsais do circuito:** na Concellería de Deportes a partir do 16 de Novembro ata o 19 ou ben o día da primeira carreira de 10:00 h a 11:30 .

Para atletas non rexistrados en www.championchipnorte.com

- Crea a túa conta de resultados :
 - Se tes chip de Championship introduce o teu código cos teus datos.
 - Se aínda non tes chip cómpralo a través da páxina web.
 - **Recollida de dorsais** personalizados a partir do 16 de Novembro.
- **Persoalmente na CONCELLERÍA DE DEPORTES** (Polideportivo Casa do Deporte-Frigsa)
 - De Luns a Venres de 10:00 h a 14:00 h.
 - Cubrindo a folia de inscrición cos teus datos persoais.
 - **Se non tes chip propio** doutros anos, deberás aboar a cantidade de **15 € en concepto de "fianza"** (cando o recollas) podendo recuperar 10 € ó devolvelo **cando finalice o circuito 09-10 no mesmo período de recollida de vales.**
 - **Recollida de dorsais do circuito:** na Concellería de Deportes a partir do 16 de Novembro ata o 19 do mesmo mes ou ben o día da primeira carreira de 10:00 a 11:30 h .
- **NOVAS INSCRICIÓN NO CIRCUITO A PARTIR DA 2ª CARREIRA:**
 - Poderán facerse ata o xoves anterior á carreira a disputar esa fin de semana.
 - Unha vez finalizado o 19 de novembro de 2009, o prazo inicial de inscrición para o circuito 09-10, os/as atletas poderán inscribirse para posteriores carreiras **UNICAMENTE** en www.championchipnorte.com.
 - O/A atleta creará a súa conta de usuarios, e unha vez completados os seus datos persoais, aboará a cantidade de **20 € en concepto de "fianza"**, a través da "**pasarela de pago**" disposta para tal efecto, dos que **poderá recuperar 10 €** ó devolvelo na Concellería de Deportes no período establecido para a recollida de vales.
 - A recollida do dorsal e do chip para disputar a súa carreira poderá facela o día da proba na carpa da organización ata ½ hora antes do inicio da primeira carreira de rapaces e rapazas.
 - **NON SE ADMITEN INSCRICIÓNS O MESMO DÍA DAS PROBAS.**

CHIP e DORSAL ADULTOS

USO DO CHIP DE CRONOMETRAXE

- Obrigatorio portar o CHIP na zapatilla para entrar nas clasificacións finais de cada carreira coa cronometraxe oficial a cargo de **CHAMPIONCHIPNORTE** .
- OS CHIPS SON PERSOAIS E INTRANSFERIBLES POLO QUE A SUPLANTACIÓN DA PERSONALIDADE DOS ATLETAS SANCIONARASE COA EXPULSIÓN DO CIRCUITO DO PORTADOR E DO QUE FOI SUPLANTADO, ANULANDO TODOS OS DEREITOS ADQUIRIDOS COA INSCRICIÓN ADEMAIS DE PERDER OS CARTOS DA FIANZA. A ORGANIZACIÓN RESÉRVASE POSIBLES SANCIÓN POSTERIORES POR COMPORTAMENTOS DESTE TIPO OU PARECIDOS QUE AFECTEN AO DESENVOLVEMENTO DO CIRCUITO E DAS SUAS CARREIRAS.
- No caso de perda do chip, o atleta poderá comprar outro ó prezo de 20 €.

OBRIGATORIEDADE DE PORTAR O DORSAL

- O dorsal é **ÚNICO** para todas as carreiras.
- O atleta terá a **OBRIGA DE LEVAR O DORSAL CLARAMENTE VISIBLE** na camiseta de competición no momento de disputar a súa carreira.
- No caso de perda ou rotura del, poderá solicitar unha copia na carpa da organización antes do comezo da carreira.
- De non ter o dorsal a corredora e/ou corredor **poderá ser sancionado/a coa descalificación** na devandita proba que non se terá en conta para acumulación de probas

PUNTUACIÓN CIRCUITO LARSA CCNOS CATEGORÍA INDIVIDUAL:

- Para puntuar neste circuito terán que **participar en 6 das 7 carreiras que compoñen o circuito.**
- Se corres 7 probas poderás rexeitar a peor das túas carreiras**, e puntuarás cos teus mellores 6 resultados para a xeral individual final.
- En caso de empate entre atletas para a xeral final.**
 - Maior número de probas disputadas (6 ou 7).
 - Mellor resultado nas carreiras disputadas.
 - Resultado da Carreira Final (Frígsa).

PUNTUACIÓN CIRCUITO LARSA CCNOS POR EQUIPOS:

Para poder participar como equipo no Circuito LARSA CCNOS:

- Para poder **puntuar en cada carreira** deberán de facelo cun mínimo de **2 mulleres e 4 homes.**
- O equipo deberá de puntuar nas 7 carreiras do circuito.
- No transcurso da tempada non será posible cambiar de equipo.
- Non se poderá inscribir a novos/as atletas nas derradeiras 4 carreiras.
- As corredoras e os corredores na inscrición deberán de reflectir **o mesmo nome** do seu equipo para que se faga efectivo na clasificación.
- As atletas femininas puntúan por postos dentro da xeral feminina e os atletas masculinos o mesmo na xeral masculina.

RESULTADOS DE CADA CARREIRA DO CIRCUITO:

- Aparecerán **o mesmo día da proba** na páxina www.championchipnorte.com, e a partir do luns tamén na páxina web oficial do CCNOS xunto coas clasificacións totais individuais e por equipos do circuito.
- Todas as semanas, a clasificación individual impresa no suplemento do diario **El Progreso** "En Juego"

PREMIOS POR CATEGORÍAS CIRCUITO LARSA CCNOS 09-10

Clasificación individual e premios finais do circuito por categorías:

- Este circuito será puntuable en cada carreira en función da clasificación por **categorías.**
- Para entrar na clasificación final deberá de **participar polo menos en 6 das 7 carreiras** das que compoñen o circuito para poder optar aos premios finais para as/os tres primeiras/os de cada categoría.
- En cada carreira xa polo feito de rematala xa se acumulan puntos para a clasificación final xeral e de cada categoría.
- A puntuación conseguida en cada carreira irá en función do posto alcanzado:
 - 1º=1 pto. / 2º=2 ptos. / 3º=3 ptos./.../150º=150 ptos./ 250º=250 ptos. de xeito que as/os que queden primeiras e primeiros clasificados serán os que menos puntuación teñan e acumulen ao longo das carreiras na súa categoría correspondente.
- Se a/o atleta fai as 7 carreiras do circuito, poderá rexeitar o seu peor resultado para poder escoller as 6 mellores para a súa clasificación final. Ata a finalización da derradeira carreira teranse en conta todas as puntuacións, sendo despois da finalización desta última cando automaticamente se eliminará o peor resultado e sairá automaticamente a clasificación real final.
- Canto menor número de puntos teña a/o atleta, mellor clasificación terá na súa categoría.
- Ao rematar a última proba do circuito (Frígsa) faránelles entrega dos trofeos ás/aos 3 PRIMEIRAS/OS CLASIFICADAS/OS de cada categoría, así como ÁS/ÓS TRES PRIMEIRAS/OS CLASIFICADAS/OS ABSOLUTAS/OS da xeral do Corre con Nós 2009 – 2010.

Clasificación Final por equipos:

- Os **tres primeiros equipos clasificados** terán un trofeo que se lles entregará na cerimonia final de entrega na derradeira carreira.

Premios á participación no circuito

- Participando en **6 das 7 carreiras do circuito.**
 - Vale de material deportivo** por importe de **30 €** a canxear unha vez rematado o circuito na tenda que se indique no vale.
 - O prazo de recollida dos vales na **Concellería de Deportes** comezará o mércores 16 de xuño de 2010 ás 10:00 h, e rematará o mércores 30 de xuño ás 14:00 h.
 - Os vales non serán acumulables a outros descontos ou promocións da tenda en cuestión, e o prazo de troco rematará o **Mércores 30 de xuño de 2010.**
 - Os vales (se non se explicita o contrario) poderán acumularse entre si para poder ser canxeados como se foran un único vale..
 - Na derradeira carreira do circuito (13 de xuño de 2010) todas e todos os participantes que a finalicen obterán un **vale por unha camiseta** para trocar no **CENTRO COMERCIAL AS TERMAS.**



COINCIDINDO COA FINALIZACIÓN DO CIRCUITO TODAS/OS AQUELAS/ES CORREDORAS/ES QUE FINALICEN POLO MENOS 6 CARREIRAS, OBTÉRAN UN DIPLOMA CONMEMORATIVO DA PARTICIPACIÓN NESTA 10ª EDICIÓN DO CIRCUITO LARSA CORRE CON

- OS ORGANIZADORES E COLABORADORES DAS PROBAS NON SE FARÁN RESPONSABLES DOS DANOS MORAIS, MATERIAIS OU PERSOAIS QUE A SI MESMOS E A OUTRAS PERSOAS OCACIONEN OS PARTICIPANTES DAS CARREIRAS.
- DADO O CARÁCTER ESTRITAMENTE DEPORTIVO E POPULAR DESTAS PROBAS, NON SE ADMITIRÁN RECLAMACIÓNS SOBRE DOS RESULTADOS DAS CARREIRAS. A PARTICIPACIÓN LEVA IMPLÍCITA A ACEPTACIÓN DO REGULAMENTO DO CIRCUITO CORRE CON NÓS.
- A PARTIR DA SEGUNDA CARREIRA PODERÁN INSCRIBIRSE TODOS OS NOVOS ATLETAS QUE QUEIRAN SEGUNDO AS CONDICIÓN ANTERIORMENTE EXPOSTAS NO REGULAMENTO, E SEMPRE E CANDO HAXA DISPONIBILIDADE DE DORSAIS E CHIPS.
- OS RESULTADOS DAS CARREIRAS APARECERÁN PUBLICADOS NO DIARIO EL PROGRESO DESPOIS DE CADA CARREIRA ASÍ COMO NA PÁXINA WEB DO CORRE CON NÓS ALOXADA NA PÁXINA DA CONCELLERÍA DE DEPORTES.



DIVINA PASTORA COMO ASEGURADORA OFICIAL DO CIRCUITO 09-10 SORTEARÁ 1 VIAJE PARA 2 PERSONAS PARA EL EUROPEO DE BARCELONA 2010 (ENTRADAS+ HOTEL+TREN O AVIÓN) ENTRE TODOS AQUELLOS CORREDORES QUE CONTRATEN UN SEGURO CON DIVINA PASTORA DESDE MAÑANA HASTA EL DÍA QUE FINALICE EL CIRCUITO