

REGLAMENTO V CROSS "OS CASTROS" CANGAS

ART 1. La “**V Carreira Cross "Os Castros ”** tendrá lugar el **DOMINGO 20 de Octubre**. A partir de las 10:00h de la mañana, sobre un circuito de 200 m para Pícaros, 600m Benjamines, 1000 m Alevines, 1600m Infantiles, 2000m Cadetes, 6km para la competición Absoluta y 15km para la andaina. Con salida y meta en Campo de fútbol de Cangas, frente al CENTRO CÍVICO de Cangas de Foz.

ART 2. La competición transcurrirá por un circuito de hierba, dividido en vueltas de distancia aproximada: A 2000m, B 1000m, C 550m y recta de salida/meta 50m. El tiempo máximo para recorrer los 6000m será de 59 minutos. Todo aquel atleta que supere dicho tiempo podrá finalizar la carrera bajo su responsabilidad.

ART 3. La carrera está organizada por el Club de Atletismo Ría de Foz en colaboración con Run Foz Run. Así mismo, la prueba estará supervisada por los voluntarios de la organización y la Policía Local. El corredor estará cubierto por seguro de accidentes y la prueba cuenta con RC y ambulancia.

ART 4. El sistema de cronometraje de la prueba será mediante chip, publicándose la clasificación oficial los días posteriores al evento en la página web sportmaniacs.com, la web carrerasconencanto.com y la web runfozrun.com.

ART 5. La **inscripción** estará limitada a 200 corredores para la carrera absoluta. Los atletas de categorías inferiores pertenecientes al programa Xogade (mutualizados) deberán ser inscritos a través de sus entidades, clubs, colegios... antes del cierre de inscripciones. Para todos aquellos atletas de categorías inferiores que no pertenezcan al programa Xogade, sen populares y quieran participar tendrán que enviar un mail a: atletismoriadefoz@gmail.com antes del cierre de inscripciones.

Las **inscripciones online** podrán realizarse a partir del Domingo **15 de Septiembre hasta** el Martes **15 de Octubre** a las 23:59h. El precio de la inscripción será el siguiente, en función del tramo seleccionado:

- **Del 15 de 30 de Septiembre al : 6€** categoría absoluta, **6€** andaina, **gratis** categorías menores.
- **Del 1 de Octubre al 10 de Octubre: 8€** categoría absoluta, **8€** andaina, **gratis** categorías menores.
- **Del 11 de Octubre al 15 de Octubre: 10€** categoría absoluta, **10€** andaina, **gratis** categorías menores. (inscripciones fuera de plazo +3€)

Las inscripciones son personales e intrasferibles, no se devolverá el importe de la inscripción salvo baja médica acreditada presentada antes del 10 de Octubre y enviada al mail atletismoriadefoz@gmail.com. En caso contrario no se hará el reembolso. No se realizarán **inscripciones presenciales** en ningún caso.

Los atletas (categorías Benxamín, Alevín, Infantil y Cadete) que participen en la preparatoria del programa escolar de Campo a través Xogade deberán ser inscritos por los responsables de su entidad, colegio, club... antes del 15 de Octubre. (Cumplimentar Exel)

ART 6. Todo participante se compromete a aceptar el presente reglamento y cualquier posible modificación de la prueba originada por causas ajenas a la voluntad de la organización. La inscripción implica leer, entender y adquirir los compromisos oportunos que se incluyen en el presente reglamento. Todo participante inscrito declara:

- Que se considera en un estado de salud óptimo para participar en el V Cross Os Castros Cangas.
- Que exime de responsabilidad a la Organización por la pérdida o deterioro de objetos personales, así como por cualquier lesión que pudiera sufrir durante el evento deportivo.
- Que autoriza, sin contraprestación a que la Organización haga uso de cualquier tipo de material audiovisual en el que pueda aparecer el participante, aceptando la publicación de su nombre completo en la clasificación del evento, medios de comunicación o internet.
- Conforme a la L.O. 03/2018, le informamos de que sus datos personales pasarán a formar parte de una base de datos, cuyo responsable es el Atl Ría de Foz. La finalidad del fichero será llevar a cabo la gestión para eventos RUN FOZ RUN, así como informarle de posibles futuras ediciones. Si desea ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición podrá hacerlo dirigiéndose, por escrito a la dirección señalada (atletismoriadefoz@gmail.com) adjuntando fotocopia del DNI.

Todo corredor inscrito acepta los 2 anexos citados a continuación:

Art 6.1. FORMULARIOS INSCRIPCIÓN CARRERAS PARTICIPANTES MAYORES DE EDAD: Ud. consiente, la cesión de sus datos de carácter personal a Atl. Ría de Foz con el objeto de remitir en un futuro información comercial y publicitaria de sus actividades, novedades, servicios y productos, autorizando expresamente a que sus datos puedan ser cedidos a terceras empresas con la finalidad antes señalada, consintiendo que las citadas comunicaciones de carácter publicitario o promocional puedan ser realizadas por cualquier medio, incluido el correo electrónico u otro medio de comunicación electrónica equivalente, de conformidad con lo establecido en el art. 21 de la Ley 34/2002, de 11 de julio, de Servicios de la Información y del Comercio Electrónico. Asimismo, los participantes autorizan al organizador del evento o a sus patrocinadores para la toma de fotografías o la grabación de videos del evento deportivo, consintiendo que su nombre y apellidos, así como su imagen, incluida la voz, pueda ser publicitada en cualquier medio (prensa, televisión, internet, boletines, o cualquier otro acto publipromocional), sin que dicho uso le confiera derecho a percibir compensación económica alguna. En relación a Atl. Ría de Foz, Ud. puede revocar en cualquier momento su consentimiento dirigiéndose al mail atletismoriadefoz@gmail.com. Ud. tiene el derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición, en los términos establecidos en la legislación vigente.

Art 6.1. FORMULARIOS INSCRIPCIÓN CARRERAS PARTICIPANTES MENORES DE EDAD:

MANIFIESTO MI CONFORMIDAD EXPRESA Y AUTORIZO a que mi hijo/tutelado, los datos del cual han sido reseñados en el presente formulario, pueda participar en la Carrera “V CROSS OS CASTROS 24”, autorizando a que los datos personales consignados en el presente formulario sean comunicados al Atl. Ría de Foz con el objeto de remitir en un futuro información comercial y publicitaria de sus actividades, novedades, servicios y productos, autorizando expresamente a que sus datos puedan ser cedidos a terceras empresas con la finalidad antes señalada, consintiendo que las citadas comunicaciones de carácter publicitario o promocional puedan ser realizadas por cualquier medio, incluido el correo electrónico u otro medio de comunicación electrónica equivalente, de conformidad con lo establecido en el art. 21 de la Ley 34/2002, de 11 de julio, de Servicios de la Información y del Comercio Electrónico. Asimismo, los participantes autorizan al organizador del evento o a sus patrocinadores para la toma de fotografías o la grabación de videos del evento deportivo, consintiendo que su nombre y apellidos, así como su imagen, incluida la voz, pueda ser publicitada en cualquier

medio (prensa, televisión, internet, boletines, o cualquier otro acto publicitario), sin que dicho uso le confiera derecho a percibir compensación económica alguna. En relación a Atl. Ría de Foz, Ud. puede revocar en cualquier momento su consentimiento dirigiéndose al mail atletismoriadefoz@gmail.com Ud. tiene el derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición, en los términos establecidos en la legislación vigente.

ART 7. Los dorsales tendrán que ser colocados en el pecho, no pudiendo ocultar, ni doblar, siendo el mismo bien visible. Podrán ser retirados en la tienda **NDORFINA SPORTS LUGO el viernes 18 de Octubre** (10:00h a 20:00h), en el **CENTRO ÓPTICO ELISEO FOZ** (10:00 a 13:00h) o en el **Centro Cívico de Cangas** (17:00 a 20:00h) **el sábado 19 de Octubre** y en la carpa de la organización situada en el **Campo de fútbol de Cangas** el día del evento (09:00h a 11:00h). (Indicar lugar de entrega de dorsal a la hora de inscribirse)

ART 8. Todo aquel que participe en la prueba sin estar inscrito, sin dorsal, no opta a ninguna de las prerrogativas a las que tienen derecho los corredores inscritos oficialmente y podrá ser retirado de la prueba.

ART 9. Será descalificado todo corredor que no realice el recorrido completo, manifieste un comportamiento antideportivo, no atienda las indicaciones de la policía municipal o los voluntarios que cubren el recorrido o no cumpla las normas establecidas en este reglamento. Los reglamentos de la IAAF, de la RFEA y el de la Federación de Atletismo de Galicia tendrán carácter supletorio.

ART 10. Por el mero hecho de inscribirse, el participante declara estar en perfecto estado de salud y apto para la prueba. La organización no se hará responsable de los daños que los participantes puedan causarse a sí mismos o a terceros durante la carrera. Los corredores que presenten un mal estado físico, a juicio de la organización, deberán abandonar la competición.

ART 11. Categorías y premios: Para la competición absoluta se mantienen las categorías de la temporada 2024, para las competiciones de menores se adecúan a la temporada 2025 al estar incluida dentro del programa escolar Xogade.

- Categoría Pícaros (2018 y posteriores): Categoría no competitiva. Medallas para todos.
- Categoría Benjamín (16-17): Premios a los tres primeros clasificados masculino y femenino y diploma hasta el clasificado/a 10º.
- Categoría Alevín (14-15): Premios a los tres primeros clasificados masculino y femenino y diploma hasta el clasificado/a 10º.
- Categoría Infantil (12-13): Premios a los tres primeros clasificados masculino y femenino y diploma hasta el clasificado/a 10º.
- Categoría Cadete (10-11): Premios a los tres primeros clasificados masculino y femenino y diploma hasta el clasificado/a 10º.
- Categoría Absoluta: Premios a los tres primeros clasificados masculino y femenino.
- Categoría Senior (2009 hasta 1989): Premios a los tres primeros clasificados masculino y femenino.
- Categoría Máster A (1988 hasta 1979): Premios a los tres primeros clasificados masculino y femenino.

- Categoría Máster B (1978 hasta 1969): Premios a los tres primeros clasificados masculino y femenino..
- Categoría Máster C (1968 +): Premios a los tres primeros clasificados masculino y femenino.
- Equipos Mixtos: Trofeo + Premio especial a los tres primeros equipos clasificados. (el equipo puede estar compuesto sólo por hombres, sólo por mujeres o al menos un miembro de cada sexo. Mínimo 4 atletas por equipo que deberán indicar en la inscripción el nombre de esta forma: EQUIPO: NOMBRE EXACTAMENTE IGUAL)

ART 12. Los únicos vehículos que podrán seguir la prueba serán los autorizados por los organizadores. No está permitido acompañar a los corredores (marcar el ritmo de cualquier forma). Además, todos los participantes llevarán obligatoriamente en el pecho, durante toda la carrera, el dorsal original perfectamente visible. Se descalificará a todo aquel atleta que entre en meta sin el mismo. Asimismo, se descalificará a todo aquel que en algún momento de la prueba lleve colocado el dorsal asignado a otro participante que no sea él mismo.

ART 13. La entrega de trofeos de las pruebas se realizará al finalizar la última carrera (12:45h aprox). Todo aquel atleta que no esté presente en dicha entrega de trofeos perderá el derecho a los premios establecidos por la organización.

ART 14. Al inscribirse, el corredor (o su representante legal en caso de menor) acepta que la organización de la carrera pueda utilizar, publicar, emitir, incluir en páginas web, etc, cualquier fotografía, diapositiva, video o cualquier otro tipo de grabación realizado durante su participación en este evento.

ART 15. Cualquier reclamación relativa a la competición deberá hacerse por escrito, y presentando el DNI al director de carrera u organizador.¹

ART 16. Cualquier aspecto relativo al evento no recogido en este reglamento quedará bajo supervisión y/o juicio del comité organizador y director de carrera.

ART 17. Si en algún momento se observa algún corredor, persona ajena al evento u objeto que incumpla o pueda incumplir la normativa, esté en peligro o ponga en peligro a terceros rogamos que se comunique al voluntario más cercano para poder valorar la situación e intervenir pertinentemente.

ART 18. La organización podrá modificar los horarios y/o recorrido de la prueba si se viese obligada por causas meteorológicas, de seguridad o cualquier otro motivo de fuerza mayor. De producirse estas modificaciones se informará, lo antes posible, a los participantes a través de la web de inscripción online y las redes sociales de la organización.

ART 19. Se establecen tres zonas de Estacionamiento recomendado para os/as atletas (Ver mapa planning general)

- Estacionamiento A. (Prioritario para autobuses y/o equipos)
- Estacionamiento B.
- Estacionamiento C.

ART 20. Todos los atletas gozarán de un avituallamiento líquido y sólido al finalizar el evento. Se colocarán contenedores para depositar la basura por lo que agradecemos que, al terminar, se deposite la basura en ellos.

Además, disponemos de menú para el V Cross "Os Castros" Cangas de Foz en Bar/Restaurante Os Castros, en las inmediaciones del circuito. Para reservas e información contactar en el tlf:

ART 21. Horarios V CROSS OS CASTROS 2024:

SÁBADO 19 DE OCTUBRE:

- De 17:00h a 20:00h recogida de dorsales en la carpa de la organización situada en Campo de fútbol Cangas/Centro Cívico.
- De 17:30h a 19:30h APERTURA circuito cross para reconocimiento/entrenamientos. MÚSICA y DJ.

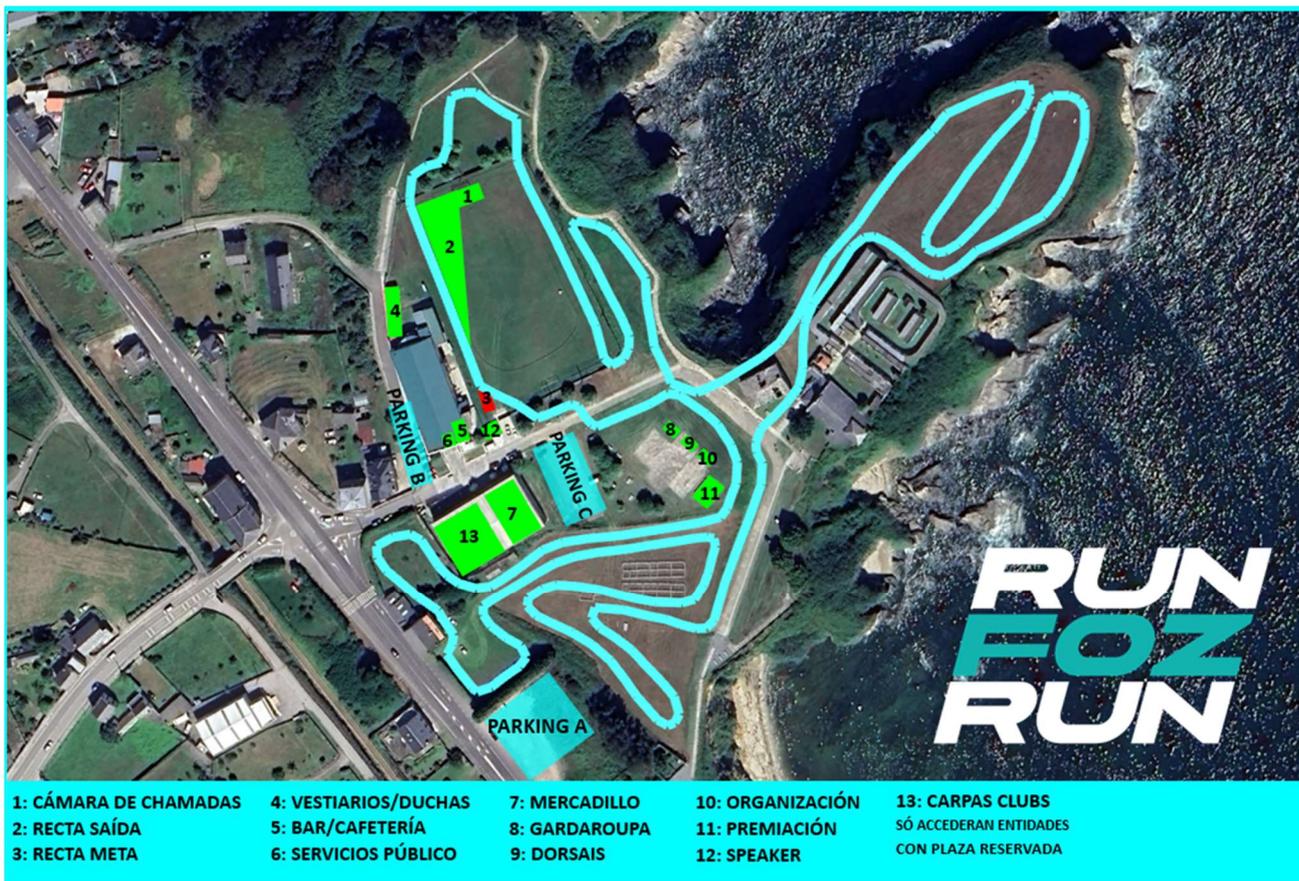
DOMINGO 20 DE OCTUBRE:

- 10:15h Salida ANDAINA.
- 10:20h Salida Carrera categoría Pícaros_Prebenxamín_200m.
- 10:30h Salida Carrera categoría Benxamín_600m. 1C
- 10:40h Salida Carrera categoría Alevín_1000m. 1B
- 10:50h Salida Carrera categoría Infantil_1600m. 1C + 1B
- 11:00h Salida Carrera categoría Cadete_2000m. 2B
- 11:15h Salida Carrera categoría Absoluta_6000m. 3A
- 12:30h Ceremonia de premiación.
- 13:00h Clausura y fin de Feira do corredor.

ART 22. Servicios:

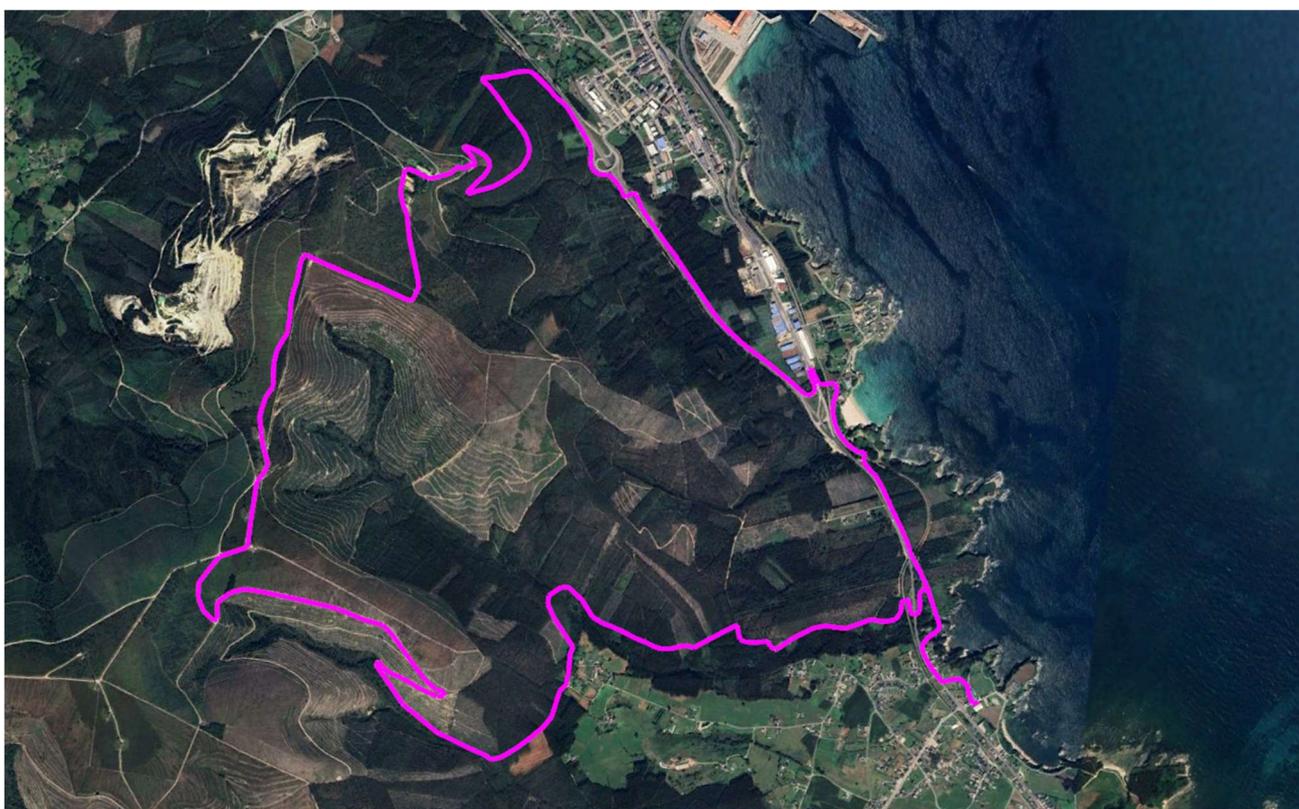
- Avituallamiento final.
- Guardaropa: desde las 09:30h hasta las 12:30h el día del evento.
- Vestuarios y duchas: desde las 09:30h hasta las 13:00h el día del evento.

ART 23. Planning general:



ART 24. Circuitos:

ANDAINA



CROSS

