



REGULAMENTO DO XXI MEDIO MARATÓN PONTEVEDRA



CaixaBank

2016

(Circuito de Carreiras de Pontevedra)



CAMPIONATO GALEGO DE MEDIO MARATÓN 2016



FEDERACION GALEGA
FEDEDE ATLETISMO
DE ATLETISMO

CAMPIONATO GALEGO DE MEDIO MARATÓN 2016



MMP

MEDIO MARATON PONTEVEDRA



2016

DOM 16 OUT 11:00H

Inscripcións ata o 13 de Outubro en www.championchiporte.com



MEDIOMARATONPONTEVEDRA

#mmpcaixabank2016

PATROCINA



CONCELLO DE
PONTEVEDRA

ORGANIZAN



MARCAS OFICIAIS



POWERADE

COLABORADOR INSTITUCIONAL



COLABORAN



Facultade de Educación
Universidade de Vigo



PREVIO Á CARREIRA

1. DATA: A Sociedad Gimnástica de Pontevedra, o Concello de Pontevedra e o Instituto Municipal de Deportes de Pontevedra, baixo o control técnico do Colexio Galego de Xuices da Federación Galega de Atletismo, organiza o domingo 16 de outubro de 2016, a partir das 11,00 horas, o “XXI Medio Maratón Pontevedra CaixaBank 2016” de forma “individual” ou/e formando parte dun “equipo mixto 3”, e que será tamén Campionato Galego de Medio Maratón 2016 de forma “individual”, para as persoas federadas expresamente inscritas.

2. PARTICIPANTES. Haberá dous tipos de participación en dúas carreiras paralelas e independentes.

a) No XXI Medio Maratón Pontevedra CaixaBank 2016 poderán participar todas aquelas persoas (federadas en atletismo ou non) que o desexen (segundo as categorías do pto. 21 deste mesmo regulamento), sempre que estean inscritas nos prazos establecidos ao efecto pola organización, e cumpran as condicións de participación.

b) No Campionato Galego de Medio Maratón 2016 poderán participar todas aquelas persoas (só federadas en atletismo), sempre cumprindo as condicións que a Federación Galega de Atletismo impoña, polos seus canles habituais. Calquera deportista inscrito no Campionato Galego tamén o poderá facer voluntariamente no XXI Medio Maratón Pontevedra CaixaBank 2016 dándose de alta na web de inscrición en ChampionchipNorte.com poidendo, deste xeito, poderá optar aos premios correspondentes.

3. CONDICIÓN DE PARTICIPACIÓN. As persoas participantes comprométese a aceptar estritamente o presente regulamento e calquera posible modificación da proba, obrigada por causas alleas á vontade da organización.

A realización da inscrición implica ter lido, entendido e adquirido os compromisos que a continuación se expoñen:

- Certifico que estou en bo estado físico e teño pasado os pertinentes recoñecementos de saúde que me habilite para participar en competicións de longa duración.
- Eximo de toda responsabilidade á organización que puidera derivar da miña participación no evento (Ex: perda de obxectos persoais por roubo ou outras circunstancias, perigo de lesión, atropelos, agresións,...).
- Autorizo a organización para a utilización da miña imaxe en publicacións, carteis,... para a promoción do deporte. Calquera persoa inscrita poderá prohibir a utilización da súa imaxe previa solicitude expresa por escrito á Sociedad Gimnástica de Pontevedra (Pavillón Municipal de Deportes de Pontevedra, rúa Xoán Manuel Pintos, s/n (36005) de Pontevedra) ou no correo-e info@sgontevedra.com
- Conforme á L.O. 15/1999, informámoslle de que os seus datos persoais pasarán a formar parte dun ficheiro, do que é responsable a Sociedad Gimnástica de Pontevedra. A finalidade do ficheiro é levar a cabo a xestión de datos para a Medio Maratón así como informarlle de futuras edicións. Se desexa exercitar os dereitos de acceso, rectificación, cancelación e oposición; poderá facelo dirixíndose por escrito á dirección sinalada no punto anterior, xuntando unha fotocopia do seu DNI.

A Organización resérvase o dereito de rexeitar calquera inscrición que non acepte os termos e condicións que queden expostos no presente regulamento. En caso de dúbida, ou de xurdir algunha situación non reflectida no mesmo, estarase ao que dispoña a Organización.

A Organización non será responsable de calquera lesión ou padecemento por imprudencia, negligencia ou falta de forma física do/a atleta.

4. INSCRICIÓN NO XXI MEDIO MARATÓN PONTEVEDRA CAIXABANK 2016. Todas as categorías (agás a inscrición ao Campionato Galego de Medio Maratón Pontevedra 2016 que a farán seguindo as instrucións da FGA) faranse en www.championchipnorte.com ata as 23:59 horas do día 11 de outubro de 2016 e non se admitirán inscricións posteriores.

Para a carreira haberá dous prazos para inscribirse:

- Ata as 23:59 horas do 30 de setembro e na que o/a deportista pagará a cota “Reducida” de 15 € máis, de ser o caso, 1 € de aluguer de chip.
- Dende o 01 ata o 11 de outubro e na que o/a deportista pagará a cota “Xeral” de 20 € máis, de ser o caso, 1 € de aluguer de chip.

No caso de que o/a deportista se inscriban como desempregado/a devolveráselle a cota de participación polo mesmo sistema de pago (non o aluguer do chip); a persoa beneficiaria terá que contar cun “Documento Acreditativo de Rexistro como Demandante de Emprego” (D.A.R.D.E.) dun Servizo Público

de Emprego en vigor ese día (que terá que presentar inescusablemente ao recoller o seu dorsal). En caso da non presentación do documento acreditativo, non se lle devolverá a cota de participación.

As persoas inscritas no Circuito de Carreiras de Pontevedra 2016 xa teñen a inscrición pagada polo que non terán que formalizar a súa, e só terán que ter actualizada a súa marca en medio maratón en ChampionchipNorte, en caso de querer acceder aos caixóns preferentes.

A inscrición da carreira é persoal e intransferible. Non se admitirán devolucións da cota de participación excepto en caso de lesión, ou enfermidade, si se presenta un certificado médico á Organización, antes do 16 de outubro. En caso contrario, non se fará o reembolso.

Para a carreira por EQUIPOS MIXTOS DE 3 os compoñentes do equipo deberán estar inscritos previamente de xeito individual na propia web, un dos tres atletas sinalarase capitán que será o encargado de crear o equipo e enviar e xestionar as invitacións aos outros compoñentes do equipo, sempre dentro da web de ChampionchipNorte. Para máis información no enlace www.championchipnorte.com/ayuda-equipos

O EQUIPO MIXTO 3 terá que estar formado por, alomenos, un home e unha muller e o/a terceiro/a compoñente a discreción do equipo, e puntuarán as tres persoas ao seu paso por liña de meta, coa suma dos tempos dos tres compoñentes. A clasificación dos "Equipos Mixtos 3" determinarase pola suma dos tempos totais dos 3 membros do equipo que entren en liña de meta, en caso de que algún deportista dese equipo non entre en liña de meta sumaráselles o tempo do último deportista que entre, por cada deportista que falte do equipo.

5. HOTEL OFICIAL. A Organización conta con hoteis oficiais que ofrecerán un prezo especial en aloxamento o sábado 16 e almorzo para o día da carreira, aínda que teñen outras opcións de pensión. Para poder acceder a este servizo terán que poñerse en contacto directamente cos hoteis e dar a referencia "Medio Maratón".

Estes hoteis ofrecerán a saída do hotel (Late Check Out) ata as 17,00 horas do domingo (para ducharse e xantar con calma), así como a recollida, na mesma recepción do hotel (sempre e cando se rexistren co nome do deportista), da bolsa de corredor e o dorsal, sen ter que pasar pola secretaria do CGTD.

6. ACCIÓN SOCIAL. Voluntariamente todas os deportistas e persoas da Organización que desexen colaborar coa Rede Axuda poderán facelo entregando un produto alimenticio non perecedeiro xusto no momento de recoller o seu dorsal que entregaremos no seu nome a esta Institución.

7. PERCORRIDO DE RECOÑECIMENTO PREVIO. A tradicional "quedada" de deportistas os días previos ao día da carreira será o luns 10 de outubro ás 20.30 horas, e de acceso libre, e sairá de diante da porta principal do Centro Galego de Tecnificación Deportiva. O ritmo de carreira será moi asequible e pensado para dar a coñecer todo o percorrido. Prégase acudir con prendas exteriores de cores chamativos.

DURANTE A XORNADA DA CARREIRA

8. GARDARROUPA. Antes da saída os/as participantes terán un servizo de gardarroupa a súa disposición no Pavillón Universitario.

9. A ENTREGA DE DORSAIS E CHIPS. Será para todos os deportistas (federados ou non) que participen tanto no XXI Medio Maratón Pontevedra CaixaBank 2016 como para os do Campionato Galego de Medio Maratón 2016 e farase no Pavillón Universitario (Maxisterio) na r/ Padre Gaité o día venres 14/10 de 17.00 a 20.30 e o sábado 15 de outubro de 10.30 a 13.30 horas e de 17.00 a 20.30 horas. Excepcionalmente o día da proba de 08:30 horas a 10:00 horas.

Os participantes no Campionato Galego de Medio Maratón 2016 terán que correr co dorsal que lles entregaremos a Organización nos horarios e lugares anteriormente descritos (non co dorsal da FGA).

10. CAIXÓN PREFERENTE. Haberá dúas zonas preferentes reservadas para todos os deportistas

- A primeira zona (dorsal de cor amarelo) será diante da saída, para os que acrediten unha marca inferior a 1 hora, 20 minutos e 00 segundos, e para as mulleres que acrediten un tempo inferior a 1 hora, 42 minutos e 00 segundos.

- A segunda zona (dorsal de cor azul) será para os homes que acrediten unha marca entre 1 hora, 20 minutos e 01 segundos e 1 hora, 40 minutos e 00 segundos, así como para as mulleres que acrediten unha marca entre 1 hora, 42 minutos e 01 segundos e 1 hora, 52 minutos.

Haberá que indicar o lugar e data de consecución. Dita marca tivo que ser obtida nos últimos 24 meses nunha carreira de medio maratón; e as persoas inscritas no Circuito de Carreiras de Pontevedra 2016 que queiran acceder aos caixóns preferentes terán que ter actualizada a súa marca en medio maratón en ChampionchipNorte.

Os participantes federados que disputen o Campionato Galego de Medio Maratón 2016 terán que pasar obrigatoriamente pola cámara de chamadas antes de acceder aos caixóns preferentes.

11. SERVICIOS SANITARIOS E SEGURO DE ACCIDENTES. Todos as persoas participantes estarán cubertas cunha póliza de "Seguro de Responsabilidade Civil" e dun "Seguro de Accidentes". Habereá dúas ambulancias e dous médicos para a atención.

12. PERCORRIDO. Terá unha lonxitude de 21.097 metros, homologado pola Real Federación Española de Atletismo, nun circuito urbano pechado sobre asfalto ao que se lle dará dúas voltas. Cada kilómetro sinalarase visualmente, e o tempo máximo para percorrer a distancia será de 2 horas e 25 minutos. A chegada será na pista de atletismo do Centro Galego de Tecnificación Deportiva (C.G.T.D.) de Pontevedra.



A SAÍDA será dende a ponte dos Tirantes, de seguido Avd. de Bos Aires, Avda. Uruguay, Corbaceiras (xiro de 180°, fronte a praza do Gremio dos Mareantes), Corbaceiras, Avda. Uruguay, Avda. Bos Aires, travesía Galera, rúa Arzobispo Malvar, Praza de España, Marqués de Riestra, Praza San Xosé, rúa Augusto González Besada, praza de Galicia, Augusto García Sánchez (polo carril de sentido contrario a circulación), rúa Xeneral Rubín, paseo de Valle Inclán, Iglesias Vilarelle (accédese despois da intersección coa rúa Taboada Nieto), Alcalde Hevia, San Pedro Alcántara, Peregrina, Andrés Mellado, Andrés Muruáis, Peregrina, praza da Peregrina, Odriozola, rúa dos Soportais, praza de Curros Enríquez, rúa Real, praza Celso García de La Riega, Valentín García Escudero, Avda. Bos Aires, rúa Padre Gaité, Padre Fernando Olmedo, camino vello de Castilla, rotonda Xosé Malvar e Figueroa (deixándoa a dereita), novo vial que rodea a antiga Tafisa (polo carril esquerdo), ao chegar a rotonda, deixala a dereita, para saír a Avda. de Bos Aires, incorpórase a mesma xirando a dereita, xiro de 180° xusto antes da ponte vella do tren, Avda. de Bos Aires, rotonda da ponte dos Tirantes (comeza a segunda volta).

Despois do segundo xiro ao circuito, ao chegar a rotonda da ponte dos Tirantes, deixala a dereita para entrar na rúa Padre Gaité, Padre Fernando Olmedo, acceso a pistas de atletismo do CGTD, os atletas correrán pola rúa 1 da mesma, para dar case unha volta completa e chegada a META.

13. AVITUALLAMENTO. Cada 5 quilómetros dispórase do líquido necesario.

14. DESCUALIFICACIÓNS. O servizo médico da competición, ou o persoal de Organización, están facultados para retirar da carreira a calquera atleta que manifeste un mal estado físico evidente, que non realice o percorrido completo, que non teña dorsal, que manipule a publicidade do dorsal, que manifeste un comportamento non deportivo, que se reitere en protestas ante a Organización ou non cumpra o tempo máximo de remate.

15. CHIP. Estableceranse controis de cronometraxe "alfombras" de Chip por todo o percorrido co propósito de verificar que todos os/as atletas cobren a totalidade do percorrido no mesmo sentido da carreira. Estes controis rexistrarán tamén os tempos de paso parciais e totais, polo que é obrigatorio pasar por enriba das alfombras de cronometraxe dispostas ao longo do percorrido. Os atletas que non teñan todos os rexistros no orden axeitado serán descualificados.

Na zona de meta haberá recipientes para a devolución do chip. A non devolución do chip supón non entrar na clasificación final e polo tanto a perda dos dereitos a agasallos, premios e trofeos, así como unha penalización de 30 (trinta) euros.

16. REGULAMENTOS. O XXI Medio Maratón Pontevedra CaixaBank 2016 está engadido no calendario oficial do Circuito de Carreiras Pedestres de Pontevedra 2016 (CCCP) e rexirase polo alí disposto xunto a o presente regulamento. O Campionato Galego de Medio Maratón 2016 está engadido no calendario da Federación Galega de Atletismo e desenvolverase baixo as normas do seu regulamento tanto da F.G.A, como da R.F.E.A. como da I.A.A.F.

Neste XXI Medio Maratón de Pontevedra CaixaBank 2016 non poderán participar (agás os federados na Federación Galega de Atletismo) nin atletas españois con axuda económica da RFEA nin atletas extranxeiros que realizen (durante a presente tempada ou as 2 anteriores) unha marca cun valor igual ou superior a 900 puntos de taboa IAAF vixente, poidendo obter máis información no Regulamento para Competicións da R.F.E.A. para esta tempada no enlace http://www.rfea.es/normas/pdf/reglamento2016/03_reglamento_comp.pdf (páxina 41).

17. PERSOAS NON INSCRITAS. Toda aquela persoa que corra sen estar inscrita, faíno baixo a súa responsabilidade e non estará cuberta pola Organización. Se é advertida a súa presenza se lle instará a abandonar o circuíto.

POSTERIOR Á CARREIRA

18. OUTROS. Na liña de meta, os participantes terán un servizo de duchas, unha bolsa de produtos alimenticios, bebidas, servizo de fisioterapia, servizo médico,...

19. PREMIOS. Recibirán trofeo os tres primeiros clasificados de cada categoría individual masculina e feminina; os tres primeiros "Equipos Mixtos 3" recibirán medallas.

Establécense os seguintes premios en metálico para a categoría absoluta:

		1º	2º	3º	4º	5º
ABSOLUTA	MASCULINA	300 €	200 €	100 €	80 €	50 €
	FEMININA					

Premios aos corredores locais:

		1º	2º	3º
LOCAL	MASCULINA	100 €	50 €	25 €
	FEMININA			

Será considerado deportista local calquera inscrito que esté nalgún dos seguintes casos:

- Nado en Pontevedra (segundo o seu DNI)
- Empadroadado/a en Pontevedra (segundo o DNI ou certificado de empadroadamento)
- Pertenza a clubs federados de atletismo no Concello de Pontevedra.

Ningún deportista poderá acumular dous premios en metálico.

Para ter opción aos premios en metálico é requisito imprescindible facer un tempo igual ou inferior a 1 hora 14 minutos en homes e 1 hora 30 minutos en mulleres. Requerirase o D.N.I. ou documento análogo, aos atletas premiados.

A clasificación dos "Equipos Mixtos 3" determinarase pola suma dos tempos totais dos 3 membros do equipo que entren en liña de meta, en caso de que algún deportista dese equipo non entre en liña de meta sumaráselles o tempo do último deportista que entre, por cada deportista que falte do equipo.

Efectuarase un sorteo de agasallos entre todos os inscritos.

20. PROTOCOLO DE PREMIACIÓN. A cerimonia de entrega de premios do XXI Medio Maratón Pontevedra CaixaBank 2016 efectuarase a partir das 13.30 horas na zona de meta (C.G.T.D. Pontevedra). Os atletas con dereito aos premios deberán estar presentes na mesma, podendo delegar noutra persoa; se non estivesen presentes, entenderase que renuncian ao premio material e económico.

Tamén haberá una cerimonia de premiación para os deportistas federados que disputen o Campionato Galego de Medio Maratón Pontevedra 2016.

Para mais información en Facebook <https://www.facebook.com/mediomaratondepontevedra> ou www.sgpontevedra.com

PATROCINADOR PRINCIPAL



CaixaBank

PATROCINADOR INSTITUCIONAL



CONCELLO DE
PONTEVEDRA

MARCAS OFICIAIS



COLABORADOR INSTITUCIONAL



COLABORADORES

Facultade de Fisioterapia
Universidade de Vigo



ORGANIZADOR



XXI MEDIO MARATÓN CAIXABANK PONTEVEDRA 2016

MASCULINA FEMININA	IDADE MENOR Dende	IDADE MAIOR Ata	COR DO DORSAL	SAÍDA	INSCRICIÓN	COTA PARTICIPACIÓN	ALUGUER DO CHIP
EQUIPOS MIXTOS 3							
Equipo Mixto 3 (Un home e unha muller obrigatorios, e o 3º compoñente a discreción do equipo)			CCCP Vermello Caixón 1 Amarelo Caixón 2 Azul Carreira Branco	11.00	Primeiro inscribirse individualmente a través de www.championchipnorte.com Logo, para formar o Equipo Mixto, máis información en www.championchipnorte.com/ayuda-equipos	Reducida 15 €, e Xeral 20 € por deportista As persoas desempregadas con D.A.R.D.E. devolveráselles os cartos se se inscriben como tales e o poden acreditar o día da recollida do dorsal.	1 € por deportista (En caso de non telo en propiedade) A non devolución supón unha penalización de 30 €
INDIVIDUAIS							
Junior	1997 e 1998		CCCP Vermello Caixón 1 Amarelo Caixón 2 Azul Carreira Branco	11.00	Inscribirse a través de www.championchipnorte.com	Reducida 15 €, e Xeral 20 € por deportista As persoas desempregadas con D.A.R.D.E. devolveráselles os cartos se se inscriben como tales e o poden acreditar o día da recollida do dorsal.	1 € por deportista (En caso de non telo en propiedade) A non devolución supón unha penalización de 30 €
Promesa	1996 a 1994						
Senior	1993 ata veterano/a						
Veteráns 1	35 anos	39 anos					
Veteráns 2	40 anos	44 anos					
Veteráns 3	45 anos	49 anos					
Veteráns 4	50 anos	54 anos					
Veteráns 5	55 anos	59 anos					
Veteráns 6	60 anos	64 anos					
Veteráns 7	65 anos	En diante					

Nota aclaratoria: As categorías corresponden a normativa federada, excepto Veteráns 7