

## PREMIOS ECONÓMICOS DA CARREIRA ABSOLUTA MASCULINA

- 1º Clasificado: .....Trofeo e 1.200 €
- 2º Clasificado:.....Trofeo e 600 €
- 3º Clasificado:.....Trofeo e 300 €
- 4º Clasificado:.....200 €
- 5º Clasificado:.....100 €
- 6º Clasificado:.....50 €

## PREMIOS ECONÓMICOS DA CARREIRA ABSOLUTA FEMININA

- 1ª Clasificada: .....Trofeo e 1.200 €
- 2ª Clasificada:.....Trofeo e 600 €
- 3ª Clasificada:.....Trofeo e 300 €
- 4ª Clasificada:.....200 €
- 5ª Clasificada:.....100 €
- 6ª Clasificada:.....50 €

## PREMIOS POR CATEGORÍAS ADULT@S

- Primeir@ clasificad@ de cada categoría:.....Trofeo
- Segund@ clasificad@ de cada categoría: .....Medalla
- Terceir@ clasificad@ de cada categoría: .....Medalla

A tódolos premios en metálico seralles aplicado o 15% de retención en concepto de I.R.P.F. ós/ás atletas nacionais e do 24% ós/ás atletas estranxeiros/as

## Premios Especiais da Carreira Absoluta

- Primeiro Clasificado Local Trofeo + 500 €
- Segundo Clasificado Local Medalla +300 €
- Terceiro Clasificado Local Medalla + 200 €
- Cuarto Clasificado Local Medalla + 100 €
- Quinto Clasificado Local Medalla + 50 €

- Primeira Clasificada Local Trofeo + 500 €
- Segunda Clasificada Local Medalla + 300 €
- Terceira Clasificada Local Medalla + 200 €
- Cuarta Clasificada Local Medalla + 100 €
- Quinta Clasificada Local Medalla + 50 €

- 1º CLASIFICADO NADO EN GALICIA no paso pola Meta Voante **GRAN PREMIO DIARIO EL PROGRESO** fronte á sede do diario na Rúa Ribadeo (pto km 3,8): UNHA VIAXE PARA DUAS PERSOAS (Según Bases do diario El Progreso)

- Mellora da marca volta á muralla categoría masculina.....300,00 €  
Gustavo Platas, 11 de decembro de 2005.....06:34 (CLASIFICADO ENTRE OS 20 PRIMEIROS DA XERAL)

- Mellora da marca volta á muralla categoría feminina: .....300,00 €  
Nancy Kiprop, 11 de decembro de 2005 .....07:44 (CLASIFICADA ENTRE OS 20 PRIMEIROS DA XERAL)

**Divina Pastora**

Aseguradora Oficial da Carreira

### TROFEO DIVINA PASTORA

ó atleta máis veteran masculino e a máis veterana feminina da carreira Absoluta.

-1 Lación doado por LACÓN GALEGO, para ós/ás atletas clasificados/as nos postos 200-400-600-800-1000 da clasificación xeral da carreira publicada polo diario ELPROGRESO (recollerano nas oficinas da CONCELLERÍA de DEPORTES dentro dos seguintes 20 días despois da súa publicación).



-PAR DE ZAPATILLAS da marca deportiva JOMA patrocinadora da carreira ,para ós/ás atletas clasificados/as nos postos 1300-1350-1400-1450-1500 da clasificación xeral da carreira publicada polo diario ELPROGRESO (recollerano nas oficinas da CONCELLERÍA de DEPORTES dentro dos seguintes 20 días despois da súa publicación).



-TARXETA REGALO con 50 € de saldo para canxear por servizos no Centro de Estética, Bronceado e Fitness JIMBARÁN, para ós/ás atletas clasificados/as nos postos 300-500-700-900-1100-1200 da clasificación xeral da carreira publicada polo diario ELPROGRESO (recollerano nas oficinas da CONCELLERÍA de DEPORTES dentro dos seguintes 20 días despois da súa publicación).

AGASALLO OFICIAL DA CARREIRA, E AVITUALLAMENTO FINAL PARA TODOS/AS ÓS/ÁS ATLETAS CHEGAD@S Á META, NO LUGAR HABILITADO POLA ORGANIZACIÓN.

TÓDOLOS PREMIOS RECIBIDOS POLOS ATLETAS SON ACUMULATIVOS



**Concello de Lugo**

Concellería de Deportes



**F.F.M.**

# VIII CARREIRA SOLIDARIA lugo monumental

**DOMINGO 20 DECEMBRO 2009**

**RAPAZAS/CES 11:00 H**  
**ADULTOS 12:00 H**



## PATROCINAN

**ELPROGRESO**  
www.elprogreso.es



**Divina Pastora**

Aseguradora Oficial da Carreira

## COLABORAN

**JOMA**



Inscripcións limitadas a 1.500 atletas

**Cuota Inscripción**  
**Adult@s 2 €**

**Peche inscricións**  
Mércores 16 ás 20:00h

**INSCRICIÓN ON LINE 1.300 prazas**  
Desde o Venres 4 de Decembro  
www.championchipnorte.com  
www.lugo.es  
www.elprogreso.es

**INSCRICIÓN PRESENCIAIS 200 prazas**  
Desde MÉRCORES 9 ata MÉRCORES 16 de Decembro  
Formulario Oficial da Proba +  
Pago da inscrición en metálico de 2 € a entregar na Concellería de Deportes (Polideportivo Municipal Casa do Deporte) de Luns a Venres de 09:00 a 14:00

# REGULAMENTO

## CARREIRA ABSOLUTA

A VIII EDICIÓN DA CARREIRA SOLIDARIA  
LUGO MONUMENTAL REXIRASE  
POLO SEGUINTE REGULAMENTO.

## PERCORRIDO

A saída terá lugar no tramo peatonal da Ronda da Muralla fronte o Edificio Administrativo do Concello (Seminario) e discorrerá polo seguinte percorrido cunha distancia aproximada de 10 km:  
Saída Ronda Muralla con xiro a esquerda en dirección á rúa Vilalba- Avda. Ramón Ferreiro, xiro á esquerda (180°) na glorieta da rúa Mariña Española (áncora), para voltar pola avda. Ramón Ferreiro, rúa Anxo López Pérez, praza da Constitución, ronda da Muralla ata a altura da Porta de Santiago, onde os corredores desviaránse cara á rúa Recatelo, rúa Ribadeo (meta voante El Progreso), rúa Xeneral Tella, Praza de Avilés, xiro á esquerda en dirección Avda Rodríguez Mourelo, xiro á dereita cara á avda. Ramón Ferreiro, xiro á esquerda (180°) na glorieta da rúa Mariña Española (áncora), para voltar pola avda. Ramón Ferreiro, rúa Anxo López Pérez, praza da Constitución, ronda da Muralla ata a altura da Porta de Santiago, onde os corredores subirán ao adarve da Muralla pola rampa fronte á Catedral para xirar á esquerda e afrontar unha volta polo adarve da Muralla ata chegar de novo á rampa, onde os corredores baixarán cara á praza Pío XII, rúa Bo Xesús, praza Sta. María, Alférez Provisional, rúa do Colexio dos R.R.P.P. Franciscanos, e chegada á Meta situada á altura da Casa do Concello.

Non estará permitido o acompañamento dos participantes mediante o uso de vehículos de axuda. A non observancia desta norma implicará a inmediata descalificación dos atletas acompañados.

Estableceranse controis de cronometraxe de chip por todo o percorrido co fin de verificar que todos/as ós/as atletas percorren a totalidade do circuito. Estes controis rexistrarán tamén os tempos de paso parciais e totais. POR TANTO, É OBRIGATORIO PASAR POR ENRRIBA DAS ALFOMBRAS DE CRONOMETRAXE DISPOSTAS Ó LONGO DO PERCORRIDO. Os atletas que non reúnan todos os rexistros serán descalificad@s.

O control da carreira pecharase 1h despois da chegada do primeiro clasificado.

Ao rematar a proba os/as corredores/as, unha vez entregado o CHIP de cronometraxe, poderán acceder á zona reservada para eles, onde atoparán os servizos de fisioterapia a cargo de:

**CENTRO MUÑOZ-BALAGUER** e **OSYFIC Ismael Carballo**

Os participantes terán aberto a súa disposición o centro **Jimbarán** (Ronda da Muralla nº 59) en horario de 11:00 h a 15:00 h para disfrutar dunha sesión de relaxación nas PLATAFORMAS VIBRATORIAS que este centro ten.

# EL PROGRESO

## CATEGORIAS ABSOLUTAS

Estableceranse as seguintes categorías Masculinas e Femeninas:

- Categoría E -----Nadas/os entre 1989 e 1993
- Categoría F -----Nadas/os entre 1984 e 1988
- Categoría G -----Nadas/os entre 1974 e 1983
- Categoría H -----Nadas/os entre 1964 e 1973
- Categoría I -----Nadas/os entre 1954 e 1963
- Categoría J -----Nadas/os entre 1944 e 1953
- Categoría K -----Nadas/os entre 1943 e anteriores

## INSCRICIÓN : donativo de 2 €

A INSCRICIÓN ESTARÁ LIMITADA A 1.500 ATLETAS ENTRE A CATEGORÍA MASCULINA E FEMININA

Inscripcións **ON-LINE 1300 PRAZAS** a partires do Venres 4 de Decembro pagamento on-line de 2 € na web de [www.championchipnorte.com](http://www.championchipnorte.com) tamén se pode acceder a través de [www.lugo.es](http://www.lugo.es) [www.elprogreso.es](http://www.elprogreso.es)

Inscripción **PRESENCIAL 200 PRAZAS** Entrega do **Formulario Oficial da carreira + Pagamento Inscripción 2€** na **Concellería de Deportes** (Casa do Deporte) ou no **Diario EL PROGRESO** (Rúa Ribadeo) -Concellería de Deportes (Casa do Deporte) Pódese descargar en [www.lugo.es](http://www.lugo.es) e en [www.elprogreso.es](http://www.elprogreso.es)

**PECHARASE O MERCORES 16 DE DECEMBRO ás 20:00 h, OU NO MOMENTO NO QUE SE CHEGUE AOS 1.500 ATLETAS INSCRITOS, MOMENTO A PARTIR DO QUE NON SE RECOLLERÁN MÁIS INSCRICIÓN, PECHÁNDOSE DEFINITIVAMENTE TODA POSIBILIDADE DE INSCRICIÓN.**

**NON SE ACEPTAN INSCRICIÓN POR TELÉFONO OU FAX**

Para poderse inscribir debora de ser obrigatorio tanto on-line como de xeito presencial cubrir os datos requeridos

### DORSAIS PREFERENTES

Marca acreditada igual ou inferior a 00:36:00 en 10 km Para solicitar un Dorsal Preferente, será necesario solicitarlo expresamente no proceso de inscripción. Se deberá de enviar un email á dirección [deportes@concellodelugo.org](mailto:deportes@concellodelugo.org) co Asunto : "DORSAL ELITE LUGO MONUMENTAL" indicando : Datos Personais - Marca - Proba e Data da mesma

HABILITARÁNSE 3 CAIXÓN DE SAÍDA EN FUNCION DA COR DO DORSAL ASIGNADO POLA ORGANIZACIÓN.

A ORGANIZACION RESERVARASE O DEREITO DE NON INSCRIBIR Ó ATLETA QUE NON CUBRA CORRECTAMENTE OS DATOS REQUERIDOS E, POLO TANTO, NON DEIXAL@ PARTICIPAR NA CARREIRA.

# Divina Pastora

Aseguradora Oficial da Carreira

O dorsal deberá ser colocado visiblemente na parte dianteira do/a corredor/a, sen poder facer ningunha modificación nel de ningún tipo

- DADO O ESPÍRITO ESTRITAMENTE DEPORTIVO E POPULAR DESTA PROBA NON SE ADMITIRÁN RECLAMACIÓN. A PARTICIPACIÓN LEVA IMPLÍCITA A ACEPTACIÓN DO REGULAMENTO DA PROBA

- A comisión organizadora e os seus colaboradores non se fan responsables dos danos morais ou materiais que a si mesmos ou a outras persoas ocasionen os participantes nas carreiras.

- A organización da proba reservase a facultade de decidir sobre calquera aspecto ou circunstancia non contemplada no presente regulamento.

## ENTREGA DE DORSAIS E CHIPS DE CRONOMETRAXE CHAMPIONCHIP

- Os dorsais e os chips de cronometraxe entregaranse o día anterior da proba (19 de decembro de 2009) na **CARPA DA ORGANIZACIÓN** situada na parte traseira da Casa do Concello na Praza Maior en horario das 17:00 h ás 20:30 h e o día da carreira (20 de decembro de 2009) desde as 09:00 h ata ás 10:30 h dentro da mesma carpa.

## INFORMACIÓN DE INTERESE PARA O ATLETA

- **APARCADOIROS:** os atletas que se despracen en grupo e veñan en autobús disporán dunha zona de estacionamento ubicada na explanada do Pavillón Municipal (rúa Santiago).

- **GARDARROUPA:** Os atletas que queiran poderán dispoñer do servizo de gardarroupa.

- **DUCHAS:** os atletas unha vez rematada a carreira terán á súa disposición ás duchas das Pistas de Atletismo da Cidade Cultural (Parque Rosalía de Castro)

## INFORMACIÓN E RESULTADOS:

Publicación no diario **EL PROGRESO** e na súa paxina web [www.elprogreso.es](http://www.elprogreso.es)

Na paxina web oficial da carreira [www.championchipnorte.com](http://www.championchipnorte.com)



## CARREIRA RAPACES/ZAS

### 2ª PROBA PUNTUABLE DO CIRCUITO



**Catg Mini (04-05)- 11:00 h.....300 mt**  
Saída Ronda peatonal cara abaixo / xiro dereita por Bispo Aguirre cara á Praza Maior con xiro a dereita e subida pola recta de meta.  
Os/as corredores/as correran sos ,non poderán ser acompañados

**Catg. A(01/02/03)- 11:10 h.....600 mt**  
Saída Ronda peatonal cara abaixo/xiro esquerda rúa Vilalba e xiro a esquerda por Bispo Aguirre cara a Praza Maior con xiro a dereita e subida pola recta de meta.  
Os/as corredores/as correran sos ,non poderán ser acompañados

**Catg. B (98/99/00)- 11:20 h.....1000 mt**  
Saída Ronda peatonal cara abaixo/xiro a esquerda Rúa Vilalba/xiro a dereita Rodríguez Mourelo/volta con xiro a esquerda Praza de Avilés/Rodríguez Mourelo/xiro esquerda Bispo Aguirre/xiro dereita recta de meta.

**Catg. C e D (96/97) (94/95)- 11.30 h.....1.500 mt**  
Saída Ronda peatonal cara abaixo/xiro a esquerda Rúa Vilalba/xiro a dereita Rodríguez Mourelo/Dtor Portela /volta con xiro a esquerda final de Dtor Portela /Rodríguez Mourelo/xiro esquerda Bispo Aguirre/xiro dereita recta de meta.

**Premios**  
1º Trofeo para @primeir@ de cada categoría.  
2º Medalla para @segund@ de cada categoría.  
3º Medalla para @terceir@ de cada categoría.

AGASALLO OFICIAL DA PROBA E AVITUALLAMENTO PARA TODOS/AS AQUELES/AS CORREDORES/AS CHEGADOS/AS Á META.

4.O control da carreira pecharase aos 20 minutos da chegada do/da primeiro/a corredor/a

"SERÁ NECESARIO XUSTIFICAR A IDADE DOS PARTICIPANTES PARA A RECOLLIDA DOS PREMIOS".

5. A **RECOLLIDA DE DORSAIS NOVAS INSCRICIÓN:** será nas mesmas datas e lugar que na carreira absoluta (sábado 19 de decembro na carpa da organización situada na parte traseira da Casa do Concello na praza Maior en horario das 17:00 ás 20:30 h) e o día da carreira d as 09:00 ás 10:30 h na mesma carpa.

OS PARTICIPANTES NESTA CARREIRA **NON LEVARÁN O CHIP DE CRONOMETRAXE.**

OS PARTICIPANTES NESTA CARREIRA **NON LEVARÁN O CHIP DE CRONOMETRAXE**

As rapazas e rapaces participantes no circuito LARSA Corre con Nós 2009-2010 xa figurán como preinscritos participando nesta carreira co seu dorsal do circuito Larsa Corre con Nós 09-10