



Concello de Lugo
Concellería de Deportes

XIII



circuíto de carreiras populares

corre con nós[®]



**CAIXA RURAL
GALEGA**

+ Información

www.lugo.es > casa do concello > concellerías > deportes
www.championchipnorte.com www.leitelarsa.es

email : deportes@concellodelugo.org

Tfono : 982 297 423 - Fax: 982 297424





Circuito Adultos

CARREIRA	DATA	HORA	CARREIRA	SAÍDA	OUTROS
1ª CARREIRA	DOMINGO 20 NOVEMBRO 2011	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 14 XANEIRO 2012	19:00	NOCTURNA DE REIS	Novo Poligono Industrial de As Gándaras	Duchas Campo Municipal As Gándaras
3ª CARREIRA	SÁBADO 11 FEBREIRO 2012	17:00	AVENIDA INFANTA ELENA PARQUE PARADAI	TRAMO NOVO INFANTA ELENA	Duchas Piscina Municipal (FRIGSA)
4ª CARREIRA	DOMINGO 4 MARZO 2012	12:00	BARRIO DE MONTIRÓN/SANFIZ	Cruce Virxe da Esperanza con Rof Codina	Duchas Pistas Gregorio.P.R.
5ª CARREIRA	DOMINGO 15 ABRIL 2012	12:00	CENTRO COMERCIAL AS TERMAS CIRCUÍTO ASFALTO -TERRA	C.C. AS TERMAS	Aparcadoiro C.Comercial As Termas Duchas Piscina Frigsa
6ª CARREIRA	DOMINGO 20 MAIO 2012	12:00	PARQUE RECINTO FEIRAL	RECINTO FEIRAL	Aparcadoiro Estadio Angel Carro Duchas Polideportivo Palamar
7ª CARREIRA	DOMINGO 17 XUÑO 2012	12:00	FINAL DE CIRCUÍTO COMPLEXO DEPORTIVO FRIGSA	PARQUE DE FRIGSA	Duchas Piscina Frigsa



- CATEGORÍA "E" fem/mas (1991-1995)
- CATEGORÍA "F" fem/mas (1986-1990)
- CATEGORÍA "G" fem/mas (1981-1985)
- CATEGORÍA "H" fem/mas (1976-1980)
- CATEGORÍA "I" fem/mas (1971-1975)
- CATEGORÍA "J" fem/mas (1966-1970)
- CATEGORÍA "K" fem/mas (1961-1965)
- CATEGORÍA "L" fem/mas (1956-1960)
- CATEGORÍA "M" fem/mas (1951-1955)
- CATEGORÍA "N" fem/mas (1950 e ant.)



Aseguradora Oficial do CCNOS



Regulamento Adultos XII CIRCUITO **LARSA** CORRE CON NÓS

Circuito de Adultos formado por 7 carreiras.
Poderán participar nestas probas ás persoas nadas en 1995 e anos anteriores.
INSCRICIÓN INICIAIS ENTRE O 4 E O 17 DE NOVEMBRO DE 2011

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 un método seguro como é a "PASARELA DE PAGO" na propia páxina e terá un custo de 20 € en concepto de "fianza" podendo recuperar 10 € ó devolvelo na Concellería de Deportes cando finalice o circuito 2011-2012 entre os días 18 e 29 de Xuño de 2012.

Para Atletas NON Rexistrados en www.championchipnorte.com:

- Crea a túa conta de resultados:
- Se tes Chip de Championchip introduce o código cos teus datos.
- Se aínda non tes chip cómpralo a través da páxina web.

PERSOALMENTE NA CONCELLERÍA DE DEPORTES (Piscina Municipal de Frigsa)

- De Luns a Venres de 10:00 h a 14:00 h
- Cubrindo a folia de inscrición cos teus datos persoais.

PERSOALMENTE NAS OFICINAS DE DIVINA PASTORA EN LUGO

- En horario de Oficina na súa sede da Rúa da Raiña 18 - 2ºB

RECOLLIDA DE DORSAIS PARA A PRIMEIRA CARREIRA

- Na Concellería de Deportes a partires do Luns 14 de Novembro ata o Venres 18 e o día carreira de 10:00 a 11:30 na carpa de Organización.
- Resto de Carreiras do circuito: na carpa da Organización ata MEDIA HORA antes do comezo da 1ª proba do día.

RECOLLIDA DE CHIPS INSCRITOS PARA A PRIMEIRA CARREIRA

- Se non tes CHIP propio doutros anos, deberás de aboar a cantidade de 20 € en concepto de "fianza" e na primeira carreira a que asistas, podes recollelo na Carpa de Championchip,, podendo recuperar 10 € na Concellería de Deportes cando finalice o circuito 2011-2012 entre os días 18 e 29 de Xuño en horario de oficinas ao devolvelo.

NOVAS INSCRICIÓN NO CIRCUITO A PARTIR DA 2ª CARREIRA

Poderán facerse ata o xoves anterior ás 14:00 h carreira a disputar ese fin de semana.

Unha vez rematado o prazo inicial de inscrición para o circuito 2011-2012, os/as atletas poderán inscribirse para posteriores carreiras UNICAMENTE vía INTERNET na páxina web de www.championchipnorte.com.

O/A atleta creará a súa conta de usuario/a, 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 se poderá recuperar 10 € ó devolvelo na Concellería de Deportes no período establecido no regulamento Xeral.

A recollida do dorsal e do chip para disputar a súa carreira poderá facela o día da proba na carpa de Organización ata MEDIA HORA ANTES do inicio da primeira carreira de rapaces e rapazas.

NON SE ADMITEN INSCRICIÓN O MESMO DÍA DA PROBA

CHIPS e DORSAL ADULTOS - USO DO CHIP DE CRONOMETRAXE

- E OBRIGATORIO LEVAR O CHIP NA ZAPATILLA NO TRANSCURSO DAS CARREIRAS PARA PODER ENTRAR NAS CLASIFICACIÓNS FINAIS DE CADA CARREIRA COA CRONOMETRAXE OFICIAL 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 POLA COMPRA DO CHIP.

- A ORGANIZACIÓN RESERVARASE A POSIBILIDADE DE POSTERIORES SANCIÓN POR COMPORTAMENTOS DESTE TIPO OU SEMELLANTES QUE POIDAN AFECTAR O DESENVOLVEMENTO DO CIRCUITO E DAS SUAS CARREIRAS.

- NO CASO DA PERDADO CHIP, O ATLETA PODERÁ MERCAR OUTRO Ó PREZO DE 20 €.

OBRIGATORIEDADE DO/A CORREDOR/A DE LEVAR O DORSAL

- O dorsal é UNICO para todas as carreiras.
- O atleta terá a OBRIGADE LEVAR O DORSAL CLARAMENTE VISIBLE na camiseta de competición no momento da disputa das súas carreiras.
- No caso de perda ou rotura del, poderá solicitar unha copia ata o xoves anterior á carreira a disputar ou ben se a organización dispón de dorsais en branco poderás solicitalo na mesma carreira.
- De non ter o dorsal o/a corredor/a poderás ser sancionado/a coa descualificación na devandita proba que non puntuará para a xeral





XII CIRCUÍTO LARSA CCNOS XERAL INDIVIDUAL

- Para puntuar neste circuito terán que participar en 6 das 7 carreiras que compoñen o circuito.

- Se corres 7 probas poderás rexeitas a peor das túas carreiras, e puntuarás cos teus mellores 6 resultados para a xeral individual.

- En caso de empate entre atletas para a xeral final.

- 1- Maior número de probas disputadas (6 ou 7)
- 2- Mellor resultado nas carreiras disputadas
- 3- Resultado da carreira final. (Frigsa)

XII CIRCUÍTO LARSA CCNOS XERAL 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.

- Deberás de definir o teu equipo na túa primeira inscrición, que non poderás cambiar en todo o 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 reflexar o mesmo nome do seu equipo para que se faga efectivo na clasificación (TODOS CON MESMO NOME E SIGLAS)

- As atletas femininas puntúan por postos dentro da xeral feminina e os atletas masculinos o mesmo na xeral masculina.

- O Equipo Gañador do Circuito terá como premio o desprazamento gratuito nun autobús a unha proba atlética calquera que sexa, dentro da comunidade autónoma galega antes do 31 de Decembro de 2012.

CLASIFICACIÓN FINAL POR EQUIPOS

os 3 primeiros equipos clasificados terán trofeo que se lles entregará na cerimonia final de entrega na derradeira carreira

TROFEOS POR CATEGORÍAS CIRCUÍTO LARSA CCNOS

Clasificación individual e premios finais do circuito por categorías:

1. Este circuito será puntuable en cada carreira en función da clasificación por categorías.

2. Para entrar na clasificación final deberá de participar polo menos en 6 das 7 carreiras das que compón o circuito para poder optar aos trofeos finais para as/os tres primeiras/os de cada categoría.

3. En cada carreira xa polo feito de rematala xa se acumulan puntos para a clasificación final xeral e de cada categoría.

4. 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.

5. 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.

6. Canto menor número de puntos teña a/o atleta, mellor clasificación terá na súa categoría.

7. Ao rematar a última proba do circuito (Frigsa) faránselles entrega dos trofeos ás/aos 3 PRIMEIRAS/OS CLASIFICADAS/OS de cada categoría, así como AS/OS TRES PRIMEIRAS/OS CLASIFICADAS/OS ABSOLUTAS/OS da xeral do Corre con Nós 2011 – 2012.





RESULTADOS DE CADA CARREIRA DO CIRCUÍTO

-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 circuíto.

-Todas as semanas despois das carreiras, a clasificación individual impresa no suplemento do diario El Progreso.

PREMIOS Á PARTICIPACIÓN NO CIRCUÍTO

Sorteo final de 100 vales de 40€ en material deportivo entre os/as adultos/as que remataran 6 carreiras do circuíto. Na derradeira carreira (17 de xuño de 2012) todas e todos os participantes que a finalicen obterán un vale por unha CAMISETA OFICIAL DO CIRCUITO para trocar no CENTRO COMERCIALAS TERMAS.

Outros Agasallos:

O longo do circuíto os nosos patrocinadores sortearán entre todos/as os/as participantes adultos chegados á meta, diversos agasallos que serán anunciados coincidindo coa publicación dos resultados, nas páxinas de clasificacións do suplemento En Juego do diario local El Progreso.

COINCIDINDO COA FINALIZACIÓN DO CIRCUÍTO TODAS/OS AQUELAS/ES CORREDORAS/ES QUE FINALICEN POLO MENOS 6 CARREIRAS, OBTERÁN UN DIPLOMA CONMEMORATIVO DA PARTICIPACIÓN NESTA 12ª EDICIÓN DO CIRCUÍTO LARSA CORRE CON NÓS 2010-2011 A RECOLLER NAS OFICINAS DO NOSO COLABORADOR MACROCOPIA



-OS ORGANIZADORES E COLABORADORES DAS PROBAS NON SE FARÁN RESPONSABLES DOS DANOS MORAIS, MATERIAIS OU PERSONAIS 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 OS RESULTADOS DAS CARREIRAS. A PARTICIPACIÓN LEVA IMPLÍCITA A ACEPTACIÓN DO REGULAMENTO DO CIRCUÍTO CORRE CON NÓS.


-A PARTIR DA SEGUNDA CARREIRA PODERÁN INSCRIBIRSE TODOS OS NOVOS ATLETAS QUE QUEIRAN SEGUNDO AS CONDICIÓNS ANTERIORMENTE EXPOSTAS NO REGULAMENTO, E SEMPRE E CANDO HAXA DISPOÑIBILIDADE 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.



CIRCUÍTO RAPAZAS E RAPACES

CARREIRA	DATA	HORA	CARREIRA	SAÍDA	OUTROS
1ª CARREIRA	DOMINGO 20 NOVEMBRO 2011	12:00	PISTAS ATLETISMO GREGORIO PÉREZ RIVERA (Recollida Chips e Dorsais de 10:00 a 11:30)	PISTAS ATLETISMO GREGORIO P. RIVERA	Aparcadoiro Pazo Universitario Duchas Pistas Gregorio.P.R.
2ª CARREIRA	DOMINGO 18 DECEMBRO 2011	11:00	X LUGO MONUMENTAL	PORTA MURALLA CAMPO CASTELO	DUCHAS PISTAS CIDADE CULTURAL
3ª CARREIRA	SÁBADO 14 XANEIRO 2012	19:00	NOCTURNA DE REIS (Polígono As Gándaras)	Novo Polígono Industrial de AS GÁNDARAS	Duchas Campo de Fútbol de As Gándaras
4ª CARREIRA	SÁBADO 11 FEBREIRO 2012	17:00	AVENIDA INFANTA ELENA PARQUE PARADAI	NOVO TRAMO AVENIDA INFANTA ELENA	Duchas Piscina Municipal de Frigsa
5ª CARREIRA	DOMINGO 4 MARZO 2012	12:00	BARRIO DE MONTIRON/SANFIZ	Cruce Virxe da Esperanza con Ref Codina	Duchas Pistas Gregorio.P.R.
6ª CARREIRA	DOMINGO 15 ABRIL 2012	12:00	CENTRO COMERCIAL AS TERMAS CIRCUÍTO ASFALTO-TERRA	C. C. AS TERMAS	Aparcadoiro C.Comercial As Termas Duchas Piscina Mpal de Frigsa
7ª CARREIRA	DOMINGO 20 MAIO 2012	12:00	PARQUE RECINTO FEIRAL	RECINTO FEIRAL	Aparcadoiro Estadio Angel Carro Duchas Polideportivo Palomar
8ª CARREIRA	DOMINGO 10 XUÑO 2012	12:00	FINAL RAPAZAS/CES (Proba Combinada)	PISTAS ATLETISMO CIDADE CULTURAL	FINAL RAPACES/ZAS



CATEGORÍA MINI
Feminina / Masculina 2006 - 2007
distancias inferiores a 0,5 km

CATEGORÍA "A"
Feminina / Masculina 2003-2004-2005
distancias inferiores a 1 km

CATEGORÍA "B"
Feminina / Masculina 2000-2001-2002
distancias entre 1,5 km e 2 km

CATEGORÍA "C"
Feminina / Masculina 1998 - 1999
distancias entre 2km e 3 km

CATEGORÍA "D"
Feminina / Masculina 1996 - 1997
distancias entre 2 km e 3 km





Inscripcións

Rapazas e Rapaces

Os rapaces e rapazas que queiran correr neste circuito deberán de INSCRIBIRSE DO 04 ao 17 DE NOVEMBRO.

- Por Internet na páxina web oficial do CCNOS:

www.lugo.es > Casa do Concello > Concellerías > Deportes > Corre con Nós, cubrindo o formulario de inscrición

- Presencialmente na Concellería de Deportes cubrindo a ficha de inscrición de Luns a Venres de 10:00 h a 14:00 h.

- Quen se queira inscribir despois da primeira proba poderá seguilo facendo ata o xoves anterior ao día da proba.

- Estas categorías de rapazas e rapaces NON LEVAN CHIP, sendo o seu control de postos manual e regulado pola organización.

- O DORSAL que se lles entrega aos corredores e corredoras deberán de conservalo para todas as demais carreiras nas que compita, e será obrigatorio portalo en cada unha delas para entrar nas clasificacións.

- No caso de PERDA do DORSAL, deberán de indicalo previamente ANTES DA SAÍDA na carpa da organización o mesmo día da proba para que lle entreguen un DUPLICADO.

- Confirmarán a súa participación en cada carreira presentándose na liña de saída co seu dorsal e pasando a liña de meta.

- As inscricións serán soamente individuais e non por grupos, clubs ou colexios.

Os 3 primeiros e primeiras clasificadas de cada categoría obterán trofeo e medallas que se entregarán ao final de cada carreira



PREMIOS á participación das Rapazas e Rapaces



Participando en 6 das 8 carreiras do circuito: Vale de material deportivo por importe de 40€ a canxear unha vez rematado o circuito na tenda que se indique.

- O prazo de recollida dos vales na Concellería de Deportes comezará o mércores 13 de xuño de 2012 ás 10:00 h. e rematará o Venres 29 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 Sábado 30 de xuño de 2012.

- 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 (10 de maio de 2012) todas e todos os participantes que a finalicen obterán un vale por unha camiseta para trocar no CENTRO COMERCIAL AS TERMAS.

- 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 ESTRICTAMENTE DEPORTIVO E POPULAR DESTAS PROBAS, NON SE ADMITIRÁN RECLAMACIÓNS SOBRE DOS RESULTADOS DAS CARREIRAS. A PARTICIPACIÓN LEVA IMPLÍCITA A ACEPTACIÓN DO REGULAMENTO DO CIRCUÍTO 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 DISPOÑIBILIDADE DE DORSAIS.





MACROCOPIA



AGASALLOS SOGAMA

DEPORTE LIMPO

O recoller o dorsal antes do inicio da vosa primeira carreira, recibiredes xunto co mesmo, un DIARIO DE CARREIRA cortesía do noso colaborador **SOGAMA** xunto con un grupo de adhesivos co "CONSELLO SOGAMA" que deberedes de colocar no voso diario despois de cada carreira, identificado cun número.

Despois da derradeira carreira procederase ó sorteo, entre todos os números, de 80 balóns de fútbol e 20 vales de 50 € en material deportivo entre rapaces/zas e adultos.

A organización do CCNOS comprobará no seu momento que os diarios estean debidamente cumprimentados con todos os consellos de Sogama.

Deberán de ter finalizadas polo menos 6 carreiras para poder optar os sorteos sempre e cando presenten no momento da recollida cumprimentado o DIARIO DE CARREIRA xunto con todos os adhesivos.