

## REGLAMENTO IV CROSS POPULAR SIBERIA EXTREMEÑA.

- **ORGANIZA:** Asociación Deportiva Helechosa (ADH).
- **LUGAR:** Helechosa de los Montes
- **FECHA:** domingo 22 de noviembre de 2015.
- **HORA:** 11:00 Horas (General)
- **HORA:** 10:00 Horas (Categorías inferiores)

### Inscripciones

El coste de la inscripción es el que se indica a continuación:

Para la categoría general (a partir de 16 años cumplidos).

- Hasta el 19 de noviembre (inclusive) **10€**
- Desde el 20 de noviembre hasta el 22 de noviembre (ambos inclusive). **15€**

Para la categoría de cadetes (10-15 años), será de **5€** hasta el 22 de noviembre.

Para los más pequeños (hasta 9 años, inclusive) la inscripción es gratuita.

La inscripción y pago se realizarán de la siguiente manera:

- 1) Hasta el 19 de Noviembre (inclusive). A través de la plataforma de inscripciones:

<https://www.avaibooksports.com/inscripcion/iv-cross-popular-siberia-extremena/2759>

- 2) Desde el 20 de noviembre hasta el día de la prueba:

Personalmente en:

- COVIRÁN. Avenida Extremadura, 55 (Helechosa de los Montes)  
663184372

- El día de la prueba, en la mesa de la Organización, hasta 30 minutos antes.

Aquellos corredores que hayan efectuado su inscripción pero no el pago, no podrán participar en la prueba.

Las inscripciones están limitadas a 300 corredores en la prueba de 10 km.

- Para cualquier consulta pueden llamar a los siguientes teléfonos:

663 18 43 72 o 649 21 03 45

## **Bases de la prueba**

1.- Podrán participar todos los corredores, sin distinción de sexo, raza o religión, federados y no federados.

2.- Será descalificado el corredor que no cumpla con las indicaciones de la Organización, no cubra la distancia reglamentaria o no acate las decisiones del personal de la Organización.

3.- La salida y la meta estarán ubicadas en la Plaza de las Cuatro Calles de Helechosa de los Montes para todas las categorías.

4.- Para la carrera de adultos el circuito tendrá una extensión de 10 km, discurriendo casi en su totalidad por pistas de tierra y, en algunos tramos, por las calles del pueblo.

5.- Las distancias de las carreras de categorías inferiores serán aproximadamente de 300 m para los más pequeños y 1.500 m. para cadetes y discurrirán por las calles del pueblo.

6.- La recogida de los dorsales se realizará el día de la prueba hasta media hora antes de cada una de las carreras.

7.- Se consideran participantes locales aquellos que lleven 1 año empadronados en el pueblo o vivan continuamente en él.

8.- La categoría de niños (hasta 9 años) será no competitiva, recibiendo medalla todos los participantes.

9.- El desarrollo de la prueba será atendido por una ambulancia equipada para primeros auxilios y personal sanitario.

10.- La carrera estará señalizada con marcas de yeso en el suelo y cintas de señalización en los cruces, disponiéndose voluntarios en los puntos más conflictivos del recorrido.

11.- Habrá un punto de avituallamiento líquido (agua) aproximadamente en el kilómetro 5 del recorrido.

12.- La carrera será lanzada por una moto en cabeza y cerrará la carrera un coche escoba.

13.- La Organización declina cualquier responsabilidad o daño que no derive de la Organización de la prueba y que el participante pueda realizar o realizarse.

14.- La organización se reserva el derecho a modificar el presente reglamento, así como el recorrido si las circunstancias lo requieren.

15.- Durante el evento se tomarán fotografías de los participantes en las distintas carreras para después colgarlas en la web de la asociación ([www.adhelechosa.es](http://www.adhelechosa.es)) y/o en la página de Facebook que la Asociación Deportiva Helechosa tiene abierta al público, por lo que cualquier persona que se inscriba en cualquiera de las pruebas da su consentimiento a los miembros de la asociación para la realización de estas fotografías y su publicación posterior en la web de la asociación.

16.- Todos los participantes por el mero hecho de tomar la salida asumen la aceptación de este reglamento, debiendo todos los corredores participar con su respectivo dorsal siempre visible en el pecho.

## **RECORRIDO:**

Pincha en este enlace para ver el recorrido:

<http://www.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=7786626>

## **CATEGORIAS Y DISTANCIAS:**

- **Junior y Sénior:** desde los 16 años cumplidos hasta 34 años. 10 km.
- **Veteranos:** Desde 35 años cumplidos. 10 km.

Nota: Se realizará ranking de tiempos para todas las categorías.

### Categorías inferiores

- **Benjamines:** niños hasta 9 años. Aprox 300 metros
- **Cadetes:** desde 10 cumplidos hasta 15 años. Aprox. 1.500 metros
- 

### **PREMIOS:**

#### **General masculino y femenino**

- 1º y 1ª Clasificado/a: 100€ y Trofeo.
- 2º y 2ª Clasificado/a: 75 € y Trofeo.
- 3º y 3ª Clasificado/a: Paletilla de jamón y Trofeo.

#### **Veterano masculino y femenino**

- 1º Clasificado y 1ª Clasificada: Trofeo.

#### **Locales**

- 1º Clasificado y 1ª Clasificada: Paletilla de Jamón y Trofeo

#### **Cadete (10 a 15 años).**

- 1º y 1ª Clasificado/a: Trofeo.
- 2º y 2ª Clasificado/a: Trofeo.
- 3º y 3ª Clasificado/a: Trofeo.

#### **Benjamines (hasta 9 años)**

Medalla para todos.

#### **Notas:**

- Los premios son acumulables con la condición de que haya un mínimo de participación que aspiren a cada premio de 3 corredores o corredoras.
- Todos los participantes inscritos y que terminen la prueba recibirán una bolsa de corredor y camiseta conmemorativa de regalo.

- La carrera de 10 km será cronometrada y registrados los records de las diferentes categorías con el fin de establecer un ranking que se irá ampliando en ediciones venideras.
- Todos los participantes gozarán de una cobertura de seguro individual de accidente. Este seguro está incluido en el precio de la inscripción.

Los Records de la prueba de 10 km son los siguientes:

#### **SENIOR**

Femenino: 40'33 (Cristina Durán Calleja, año 2014)

Masculino: 33'41 (Rubén Morales Fernández, año 2013)

Local masculino: 46'25 (Manuel Alejandro Leranca, año 2014)

#### **VETERANO**

Femenino: 43'17 (Mónica Montoro Ortiz, año 2014)

Masculino: 37'06 (Antonio Borrego Hernández, año 2013)

*Atrévete a superarlos!!!*

***DESPUÉS DE LA CARRERA LA ORGANIZACIÓN OBSEQUIARÁ A TODOS LOS PARTICIPANTES CON UN APERITIVO.***