



Concello de  
Redondela



Redondela é Deporte  
CONCELLERÍA DE DEPORTES  
Concello de Redondela

## REGULAMENTO III CONTRARRELOJ POR EQUIPOS CONCELLO DE REDONDELA

O **SÁBADO 21 de SETEMBRO de 2024**, terá lugar en Redondela a III edición da CONTRARRELOJ POR EQUIPOS CONCELLO DE REDONDELA, organizada polo CONCELLO DE REDONDELA, e contando co patrocinio de RODAVIGO e coa colaboración da ASOCIACIÓN DEPORTIVA C.A.R.

### 1- PARTICIPANTES:

Poderán participar na contrarreloj todas aquelas persoas nadas dende o ano 2010 (incluído) que o desexen, sempre que estean inscritas nos prazos e formas establecidos ao efecto pola Organización. Os equipos estarán formados entre **4 e 6 compoñentes** (no caso dos equipos mixtos un mínimo de 2 compoñentes terán que pertencer ao xénero contrario), tendo que chegar a meta xuntos, como mínimo, 4 dos compoñentes (no caso dos equipos mixtos dous compoñentes serán masculinos e dous femininos)

### 2- CATEGORÍAS DE COMPETICIÓN:

As categorías de competición, tanto para xénero masculino como feminino, serán as seguintes, podendo participar tódalas persoas nadas despois do ano 2010, este último incluído.

<b>Equipos masculinos</b>	Nados no ano 2010 e anteriores
<b>Equipos femininos</b>	Nadas no ano 2010 e anteriores
<b>Equipos mixtos</b>	Nados e nadas no ano 2010 e anteriores

### 3- HORARIO DA PROBA, DISTANCIA E PERCORRIDO:

A proba comezará ás **19h do sábado 21 de setembro**, e discurrirá por un percorrido urbano, completamente cerrado ao tráfico, que ten unha distancia aproximada de 5 km. Haberá que dar dúas voltas: unha pequena (1600m) e unha grande (3400m), pasando por liña de meta entre unha e outra. O perfil do mesmo é completamente plano e 100% asfalto (nos días previos á carreira colgaremos na páxina web da Asociación deportiva C.A.R imaxes do percorrido, así como o perfil do mesmo). Os equipos saíran cada minuto, tendo que presentarse na zona de saída con 5 minutos de antelación ao momento da súa saída. A organización publicará a orde de saída con antelación á celebración da proba.

#### **4- INFORMACIÓN E INSCRICIÓN:**

As inscricións realizaranse online na plataforma de **CRNOTEC**.

As inscricións pecharán o mércores, día 18 de setembro. Non poderá inscribirse ningún equipo fóra desta data.

A cota de inscrición será de 6€ por atleta se se inscriben antes do día 8 de setembro. A partir desa data, e ata peche de inscricións, a cota será de 8€ por atleta.

Haberá un teléfono de contacto, 667833100 (Manuel) para resolver calquera dúbida que lle poida xurdir ás persoas interesadas en participar.

#### **5- RECOLLIDA DE DORSAIS:**

**Os dorsais de competición poderán recollese nos soportais do Concello de Redondela ata TRINTA MINUTOS ANTES DO INICIO DA CARREIRA.**

#### **6- SAÍDA E CHEGADA DAS PROBAS:**

A saída das probas estará ubicada na ALAMEDA DO CONCELLO. A meta estará ubicada na rúa Alfonso XII, concretamente fronte á **Casa do Concello**.

O primeiro equipo en saír farao ás 19h. A partir de aí, a cada minuto, poranse en carreira os distintos equipos. Con antelación, a organización publicará a orde de saída dos distintos equipos.

#### **7- PREMIOS E AGASALLOS:**

Haberá unha cesta con produtos gourmet (valoradas en 150, 100 e 75€, respectivamente) para os tres primeiros equipos en cada unha das tres categorías establecidas pola organización.

Ademais, a organización está traballando para acadar diferentes agasallos para os participantes nas probas.

#### **8- AVITUALLAMENTO / OUTROS:**

Todos/as os/as inscritos gozarán dun avituallamento líquido e sólido ao finalizar o evento. Haberá a disposición dos atletas colectores de lixo polo que agradecemos que ao rematar depositen o lixo neles.

Este ano haberá servizo de duchas nun dos polideportivos municipais (o mesmo está situado a uns 400m da liña de saída e meta).

#### **9- SERVIZOS MÉDICOS:**

A organización disporá dos servizos médicos obrigatorios, seguro de accidentes deportivos e responsabilidade civil.