REGLAMENTO MULTISPORT HQR! CARRERA DE OBSTÁCULOS (OCR)

Organizador: Agrupación Deportiva HQR! y Club Multisport Pontevedra
Fecha: 27 de diciembre de 2026
Hora: 10.30
Lugar de salida: Rúa Cruz Vermella
Lugar de meta: Rúa Cruz Vermella

Web oficial: www.diariodepontevedra.es/seccion/hqr/

Horarios de salida y cámara de llamadas: Los participantes deben estar 10 minutos antes de la salida en la cámara de llamadas. El 23 de diciembre se anunciarán los horarios de las mangas.

Circuito: Cruz Vermella, colexio Manuel Vidal Portela, Bos Aires (acera), Padre Gaite (acera), Xosé Malvar (acera) y CGTD)
🕐 1 vuelta de 2,5 km. Para todas las categorías excepto la U-11 que será de 100 metros.



Categorías
🕐 U11.- De 6 a 11
🕐 U14.- De 12 a 14
🕐 U18.- De 15 a 18
🕐 Absoluto.- De 19 a 39
🕐 Máster.- De 40 hacia adelante

🕐 Avituallamiento: Se pondrán a disposición de los corredores contenedores suficientes para la recogida de los residuos, que son de uso obligatorio.
🕐 Avituallamiento en meta: la organización pondrá a disposición de todos los corredores.
fruta variada, barritas energéticas, agua y bebida energética.
🕐 Obligatorio llevar el dorsal en el lado delantero o la camiseta en la que ya está el dorsal. Su no uso es motivo de descalificación.
🕐 Todo el recorrido estará debidamente señalizado y delimitado.
🕐 Con el objetivo de mantener la mayor seguridad el recorrido estará controlado y vigilado por Policía Local, Protección Civil y Voluntarios oficiales de la organización debidamente identificados.

Premios:
🕐 Primer y primera clasificada de cada categoría: trofeo y medalla.
🕐 Del 2 al 10 de cada categoría: trofeo y medalla.

Característica: La prueba es competitiva por lo que habrá clasificaciones.

Inscripción: www.cronotec.es
🕐 Límite de participantes: 250
🕐 Precio: 3,5€ + y gratuita para la U-11. Obligatorio inscripción

Política de cancelaciones:
Solo se devolverá el dinero en caso de cancelación de la prueba o cambio de fecha.
Cambios de titular: No se aceptarán

Recogida de dorsales y chips:
🕐 Entre las 8 y 10 horas del domingo 27 en el hall del Centro Galego de Tecnificación Deportiva.

Datos de interés
🕐 Servicios médicos: La organización dispondrá de servicios médicos y ambulancia
🕐 Seguro RC y accidentes: Todas los participantes estarán cubiertas por un seguro de RC e individual de accidentes.

Aceptación del reglamento:
Todos los deportistas por el mero hecho de inscribirse:
🕐 Aceptan el reglamento en su totalidad.
🕐 Aceptan la publicación de su nombre en los resultados o posibles imágenes en los medios oficiales del evento (rrss, webs, periódicos, etc).
🕐 Declaran estar en una condición física adecuada para la práctica del deporte y para finalizar una carrera de obstáculos de 2,5 kilómetros.
🕐 Aceptan recibir comunicaciones oficiales de la organización vía mail / teléfono móvil referentes a la carrera (avisos, campañas, patrocinios, descuentos, etc).