

Domingo, 27 de noviembre

26ª CARRERA POPULAR

El Corte Inglés



**INSCRIPCIONES
GRATUITAS**

Del lunes 14 al jueves
24 de noviembre de 2011
5ª planta (deportes)
de El Corte Inglés,
Avda. Mesa y López, 18
Horario de lunes a viernes
de 17:00 a 20:00 horas.

El Corte Inglés

LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

C/León y Castillo (junto al Parque Romano)
Las Palmas de Gran Canaria

26ª CARRERA POPULAR

El Corte Inglés

Domingo, 27 de noviembre de 2011

HORA DE COMIENZO: 10:00 h.

LUGAR: C/ León y Castillo (junto al Parque Romano) Las Palmas de Gran Canaria

La Carrera Popular El Corte Inglés es una de las carreras en asfalto con más tradición y solera del calendario oficial de la Federación Canaria de Atletismo.

Este año celebramos la XXV edición patrocinada por El Corte Inglés, contando con el co-patrocinio del Ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria, Instituto Municipal de Deportes, Cabildo Insular de Gran Canaria y con la colaboración de la Federación Canaria de Atletismo, de la Federación Insular de Atletismo de Gran Canaria, y de Embotelladora Canaria, S.A. a través de su marca Seven-Up.

Se disputará el domingo 27 de noviembre de 2011, comenzando con la primera carrera, la juvenil y veteranos, a partir de las 10:00 horas. Las diferentes salidas se darán puntualmente, debiendo los participantes estar colocados unos cinco minutos antes en la zona de llamada, que estará debidamente señalizada por la organización.

REGLAMENTO

1º La prueba está incluida en el calendario de competiciones populares en asfalto de la Federación Canaria de Atletismo para la temporada 2011/12 y cuenta con los permisos oficiales para este tipo de eventos.

2º El control de las diferentes pruebas del programa estará a cargo del Comité de Jueces de la Federación Insular de Atletismo de Gran Canaria.

3º La organización no se hace responsable de accidentes que les pueda ocurrir a los participantes, antes, durante y después de la prueba. No obstante, habrá un servicio de atención sanitaria de la Cruz Roja a disposición de los atletas durante el desarrollo de la competición.

4º Todo participante, por el mero hecho de cursar su inscripción, acepta el presente Reglamento. Para todo lo que no figure en el mismo, decidirá el Comité de Organización, compuesto por el director de la carrera, el organizador y un representante del Colegio de Jueces.

5º Serán descalificados todos aquellos participantes que no completen el recorrido, los que no lleven su dorsal asignado y aquellos otros que, a juicio del Juez Arbitro, incumplan las normas de la prueba y en general, el Reglamento Internacional de Atletismo.

6º Habrán dos circuito, el “A” de 1.000 metros y el “B” de 1.250 metros.

PREMIOS Y REGALOS

Los premios se irán entregando según vaya terminando las carreras. Se instalará una tarima, con los respectivos trofeos, cerca de la línea de meta.

TROFEOS: Se entregarán trofeos a los tres primeros clasificados en cada una de las categorías, tanto masculina como femenina.

MEDALLAS: Sólo los participantes de las categorías Prebenjamín, Benjamín, Alevín e Infantil en masculino y femenino, recibirán medallas desde el cuarto hasta el décimo puesto.

PREMIOS: Se entregarán Tarjetas Regalo de El Corte Inglés a los primeros clasificados, según la siguiente distribución:

PUESTO	PREMIO CATEGORÍA REINA
1º	450€
2º	350€
3º	250€
4º	150€
5º	100€

PREMIOS ESPECIALES

Habr  premios especiales en Tarjeta Regalo de El Corte Inglés, por los siguientes motivos:
Club atlético con mayor número de atletas clasificados desde prebenjamines hasta sénior.

PREMIO

600 

Colegio con mayor número de atletas clasificados en categorías prebenjam n, alevín, infantil, cadete y juvenil:

PRIMER PREMIO 600�	A SU RESPONSABLE 150�
PRIMER PREMIO 300�	A SU RESPONSABLE 150�
PRIMER PREMIO 150�	A SU RESPONSABLE 150�

Todos estos premios especiales se entregarán en El Corte Inglés en fecha a designar oportunamente, una vez se hayan comprobado los resultados.

INSCRIPCIONES

Las inscripciones serán GRATUITAS y deberán efectuarse personalmente a partir del lunes 14 hasta el jueves 24 de noviembre de 2011, en la 5ª planta (Deportes) de El Corte Inglés, situado en Avenida José Mesa y López, 18, de lunes a viernes y en horario de las 17:00 a las 20:00 horas.

Los CENTROS ESCOLARES Y ESCUELAS DEPORTIVAS podrán remitir las Hojas de Inscripción (cada categoría por separado) al correo electrónico javiermanrique@telefonica.net. En esta edición y como en las anteriores, la organización dispone de guaguas gratis para los Centros Escolares y Clubes Deportivos que se desplacen desde fuera del municipio capitalino.

Los dorsales se recogerán en el momento de la inscripción. Se colocarán antes de la prueba, obligatoriamente en el pecho, bien sujetos con imperdibles, sin recortar, ni manipular, ni doblar. El dorsal es personal e intransferible.

CATEGORÍAS

La participación es libre y dirigida a Centros Escolares, Federaciones y Escuelas Deportivas y público en general que estén dentro de las categorías oficiales para la temporada 2011/12, tanto masculina como femenina.

PREBENJAMÍN	Nacidos en 2005 y anteriores
BENJAMÍN	Nacidos en 2003 y 2004
ALEVÍN	Nacidos en 2001 y 2002
INFANTIL	Nacidos en 1999 y 2000
CADETE	Nacidos en 1997 y 1998
JUVENIL	Nacidos en 1995 y 1996
JUNIOR	Nacidos en 1993 y 1994
PROMESA	Nacidos en 1990, 1991 y 1992
SENIOR	Nacidos en 1989 y anteriores
VETERANOS	Desde el día que cumplan 35 años
VETERANAS	Desde el día que cumplan 35 años

HORARIO

1ª CARRERA. 10:00 horas

Juveniles y veteranos:

4.000 m., 4 vueltas. (Circuito A)

2ª CARRERA. 10:35 horas

Popular masculina: (júnior, promesa y senior)

5.000 m., 4 vueltas. (Circuito B)

3ª CARRERA. 11:05 horas

Prebenjamín femenina, 350 m.

4ª CARRERA. 11:15 horas

Prebenjamín masculino, 350 m.

5ª CARRERA. 11:25 horas

Benjamín femenina, 500 m.

6ª CARRERA. 11:35 horas

Benjamín masculino, 500 m.

7ª CARRERA. 11:45 horas

Alevín femenina, 1.000 m., 1 vuelta. (Circuito A)

8ª CARRERA. 12:00 horas

Alevín masculino, 1.000 m., 1 vuelta. (Circuito A)

9ª CARRERA. 12.15 horas

Infantil femenina, 1.000 m., 1 vuelta.

(Circuito A)

10ª CARRERA. 12.30 horas

Infantil masculino, 1.250 m., 1 vuelta.

(Circuito B)

11ª CARRERA. 12.45 horas

Cadete femenina, 1.250 m., 1 vuelta.

(Circuito B)

12ª CARRERA. 13.00 horas

Cadete masculino, 2.500 m., 2 vueltas.

(Circuito B)

13ª CARRERA. 13.20 horas

Reina/Popular absoluta femenina: (juvenil, júnior, promesa, senior y veteranas), 2.500 m., 2 vueltas. (Circuito B)

14ª CARRERA. 13.40 horas

Reina absoluta masculina, 5.000 m., 4 vueltas

(Circuito B)

OBSERVACIONES

1º Cualquier variación en el horario, está supeditado a la participación, comunicándose por la megafonía con antelación a la prueba.

2º Los veteranos serán divididos en sus respectivas categorías, según estipula el Reglamento de la Asociación Nacional de Atletas Veteranos (ANAV). No obstante, la organización ha dispuesto que a partir de 65 años sólo recibirá trofeo el campeón de cada categoría.

3º En la carrera Reina Masculina, el participante que sea doblado será obligado a abandonar la prueba. Para evitar esta circunstancia se recomienda inscribirse en la prueba popular, en donde los participantes doblados no serán obligados a retirarse.

4º Para los premios especiales se tendrá en cuenta el club o colegio en el que se haya inscrito el participante, por lo tanto es muy importante realizar la inscripción correctamente.

5º A los atletas residentes en Canarias y clasificados entre los 5 primeros puestos de las categorías Reina Masculina y Reina Femenina, se les devolverá el importe del billete de desplazamiento a Gran Canaria en una fecha posterior a la finalización de la Carrera y a determinar por la Organización.

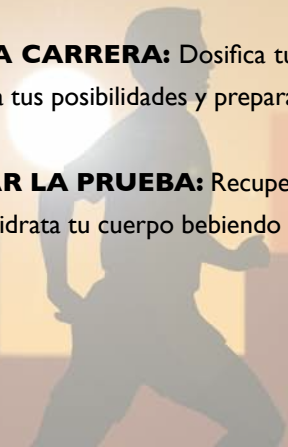
6ª No se inscribirá a nadie fuera del plazo previsto por la organización.

RECOMENDACIONES

1° ANTES DE LA CARRERA: No olvides comer como mínimo, tres horas antes de la salida de la prueba, y no copiosamente. Es recomendable utilizar prendas holgadas y no estrenarlas el día de la carrera.

2° DURANTE LA CARRERA: Dosifica tu esfuerzo tratando de mantener un ritmo regular y adecuado a tus posibilidades y preparación.

3° AL FINALIZAR LA PRUEBA: Recupera el pulso y la respiración trotando suavemente o andando. Hidrata tu cuerpo bebiendo líquidos.



26ª CARRERA POPULAR

Domingo, 27 de noviembre

El Corte Inglés

C/León y Castillo (junto al Parque Romano)
Las Palmas de Gran Canaria

COPATROCINA:



COLABORA:



FEDERACIÓN CANARIA DE ATLETISMO

