



Concello da Pobra do Caramiñal



III CARREIRA POPULAR

"CONCELLO DA POBRA DO CARAMIÑAL"

Al Coruña



28 AGOSTO 2011

Às 11.00h. da mañá

Saída e meta: Praza Alcalde Segundo Durán

Información e inscrición no Dpto. de Deportes da Pobra,
casa da Cultura e Xuventude "Raquel Fdez. Soler"

Horario: de 9:30h. a 14:30h.

Telf./fax: 981832590

www.apobradeportes.com

[Información e inscrición](#) no Dpto. de Deportes da Pobra, Casa da Cultura e Xuventude "Raquel Fdez. Soler" . A partir do 10 de agosto 2011. Horario: de 9:30h. a 14:30h.

Telf./fax: 981832590 — Teléfono móvil (Pepe Moure): 639029182

Páxina web:www.apobradeportes.com

DATA LÍMITE INSCRICIÓN: 25 agosto 2011, ás 14:30h.

RECOLLIDA DE DORSAIS ATA MEDIA HORA ANTES DA CARREIRA

CATEGORÍAS:

CHUPETE: 2,3 4 anos de idade.
PREBENXAMÍN masc. e fem.: nados no 2004 e posteriores.
BENXAMÍN masc. e fem.: nados no 2002-2003.
ALEVÍN masc. e fem.: nados no 2000-2001.
INFANTIL masc. e fem.: nados no 1998-1999.
CADETE masc. e fem.: nados no 1996-1997.
XUVENIL/JUNIOR masc. e fem.: nados no 1992-93-94-95.
PROMESA/SENIOR masc. e fem: nados no 1991 e anteriores.
VETERANO A: 35-40 anos.
VETERANO B: 41-45 anos.
VETERANO C: 46-50 anos.
VETERANO D: 51-55 anos.
VETERANO E: 56-60 anos.
MÁSTER masc.: máis de 60 anos.
VETERANA A: 35-40 anos.
VETERANA B: 41-50 anos.
VETERANA C: 51 anos en diante.

<u>CATEGORÍAS</u>	<u>HORARIOS</u>	<u>DISTANCIAS</u>
Prebenxamín masc./fem.	11.00 h..	250 m.l.
Benxamín masc./ fem.	11.15h.	650 m.l.
Alevín masc./fem.	11.30h.	1.300m.l.
Infantil e Cadete masc./fem.	12.00h. - 1 volta-	3.500 m.l.
Resto categorías	12.00h. - 2 voltas-	6.500 m.l.
Chupetes	12.45h.	

ENTREGA TROFEOS: Menores:12.00h.—Resto categorías: 13.15h.

PREMIOS:

-Trofeos aos tres primeiros clasificados/as por categoría.

-Premios en metálico aos 5 primeiros/as clasificados/as da carreira absoluta.

HOMES

1º) 200 €+R

2º) 100 €

3º) 75 €

4º) 50 €

5º) 30 €

MULLERES

1ª) 200 €+R

2ª) 100€

3ª) 75 €

4ª) 50 €

5ª) 30 €

RÉCORD ABSOLUTO DA PROBA (masculino e femenino)..100 €

Paula Mayobre González.....21.57 (2010)

Manuel Hurtado Sanjurjo.....18.35 (2010)

-Medallas para todos/as participantes prebenxamíns e benxamíns.

-Camisetas conmemorativas para todos/as os/as participantes.

-Sorteo de material deportivo entre todos/as participantes da proba.

-Duchas no Edificio de Usos Náuticos.

-Degustación de produtos para todos/as participantes.

-Servizo médico e de fisioterapia no hospital de campaña.