

REGULAMENTO

GRAN FONDO CAIXABANK PONTEVEDRA 24

1. DATA E HORA

20 de outubro de 2024; 10:15 cativos, 10:30 h. 10 K., 10:35 Mini GF, 11:00 h. MM.

2. PARTICIPANTES

Persoas nadas no ano 2006 ou anteriores. Límites de participación: 300 menores, 500 10 K. e 1100 no medio maratón.

3. INSCRICIÓNS

En <https://mmpontevedra.com/> cos seguintes períodos e prezos:

Prazo	Proba	Inicio	Fin	€	Desconto de desemprego
Primeiro	Medio Maratón	15/III	31/V	15	Si
Segundo	Medio Maratón	1/VI	30/IX	20	Si
Terceiro	Medio Maratón	1/X	13/X	30	Non
Primeiro	10 K	15/III	30/IX	8	Si
Segundo	10 K	1/X	13/X	15	Non
Único	Menores	15/III	17/X	1	Non

Tempo máximo de 01:10:00 para rematar o 10K. e 02:20:00 para rematar o Medio Maratón sendo o límite de paso intermedio no último xiro de Corbaceiras (15K) en 01:39:00.

A inscrición da carreira é persoal e intransferible, e non se devolverá o importe da inscrición agás baixa médica documentada e enviada a info@sgpontevedra.com antes das 23.59h do 19 de outubro. En caso contrario, non se fará o reembolso.

PROMOCIÓN INSCRICIÓN GRATUÍTA. Coa compra igual ou superior a 125€ na tenda Miler Vintage Running Club na rúa Peregrina nº6 soto, en Pontevedra; conseguirás a inscrición gratuíta no Medio Maratón. Promoción válida ata 30 de setembro 2024.

4. PERCORRIDO DE RECOÑECIMENTO PREVIO.

A “quedada” para dar unha volta a todo o percorrido, será o venres 18/10/24 dende a porta principal do Centro Galego de Tecnificación Deportiva.

5. ENTREGA DE DORSAIS E CHIPS.

OPCIÓN	DATA	LUGAR
1	Do 16/X ao 19/X	Tenda Miler (Peregrina 6, Pontevedra)
2	20/X de 8:30 a 10:00 a.m.	Só deportistas de fóra de Pontevedra (Pavillón Universitario de Pontevedra)

Máis info www.mmpontevedra.com / www.sgpontevedra.com



6. PERCORRIDO.

Circuíto **HOMOLOGADO** 21.097 metros para o medio maratón e de 10.000 metros para o 10K.



7. PREMIOS.

A partir das 13:30 h. recibirán trofeo os/as tres primeiros/as clasificados/as individuais da categoría ABSOLUTA masculina e feminina do medio maratón e do 10K.

Ademais, no medio maratón haberá medallas para os tres primeiros homes tres primeiras mulleres das seguintes categorías:

Máster 1	Máster 2	Máster 3	Máster 4
Maiores de 35	Maiores de 40	Maiores de 50	Maiores de 60

Establécense os seguintes premios en metálico para a categoría absoluta do medio maratón:

		1º	2º	3º	4º	5º
ABSOL.	Mas. e Fem.	300€	200€	150€	100€	50€
LOCAL	Mas. e Fem.	100€	-	-	-	-

Para ter opción aos premios en metálico é requisito imprescindible facer un tempo igual ou inferior a 1h14'00" en homes e 1h30'00" en mulleres.

Poderán optar ao premio local atletas do concello de Pontevedra ou vencellados aos Clubs federados do mesmo concello. Este premio non é acumulable, optando o/a atleta polo premio de maior contía, cedendo o outro premio ao seguinte participante que cumpra os requisitos.

8. SERVIZOS

Os participantes recibirán unha camiseta, dous puntos de avituallamento no circuíto, unha bolsa de produtos alimenticios e bebida na meta; e contarán con servizos de gardarroupa, duchas, fisioterapia, médico, ambulancia, etc.

8.1 TRANSPORTE

Ofrecemos servizo de transporte con saída dende A Coruña as 7:45 h. (lugar a determinar), parada en Santiago de Compostela 8:25 (lugar a determinar) e chegada a Pontevedra ás 9:15 h. e regreso ás 14:00 h. O custo do servizo será de 2€.

**Horario aproximado, contactaremos cos usuarios para confirmar horario e lugar de saída.*