

Reglamento de la Carrera Ponle Freno Madrid 2020

FICHA TECNICA

- Evento CARRERA PONLE FRENO 2020 (12ª edición)
- Fecha DOMINGO 29 NOVIEMBRE 2020
- Hora A LAS 9:00H
- Salida PASEO RECOLETOS ALTURA JORGE JUAN
- Meta PASEO RECOLETOS ALTURA JORGE JUAN

DISTANCIA

- CIRCUITO DE 5 KM
- CIRCUITO DE 5 KM-JUNIOR
- CIRCUITO DE 10 KM
- CIRCUITO DE 10 KM HANDBIKE

PARTICIPACIÓN 20.000 CORREDORES

CATEGORIAS :

- 5KM MASC Y FEM
- 5KM JUNIOR (Nacidos a partir del 29 de Noviembre 2004) masc + fem
- 10 KM ABSOLUTA MASC + FEM
- 10 KM HANDBIKE MASC + FEM

Recorrido carrera 5Km:

SALIDA >> PASEO RECOLETOS ALTURA C/ARMADA ESPAÑOLA, DIRECCION PLZA CASTILLA. CARRIL CENTRAL.

- CASTELLANA HASTA PLAZA SAN JUAN DE LA CRUZ. GIRO EN DICHA PLAZA A LA DCHA POR CALLE VITRUVIO

- C/ VITRUVIO HASTA JORGE MANRIQUE A LA DCHA

- C/ JORGE MANRIQUE HASTA SERRANO A LA DCHA

- C/ SERRANO HASTA CRUCE CON C/ ARMADA ESPAÑOLA

- META >> : C/ ARMADA ESPAÑOLA CON META A 50m ANTES DE LLEGAR A PASEO RECOLETOS

Recorrido carrera 10Km:

- SALIDA >>

PASEO RECOLETOS ALTURA JORGE JUAN, DIRECCION PLAZA CASTILLA. CARRIL CENTRAL.

- CASTELLANA HASTA PLAZA CASTILLA. GIRO EN DICHA PLAZA.

- VUELTA DIRECCIÓN CIBELES.

- GIRO ANTES DE LLEGARA A GLORIETA CIBELES

META >> PASEO RECOLETOS ALTURA JORGE JUAN, DIRECCION PLAZA CASTILLA. CARRIL CENTRAL.

Inscripciones:

La cuota de inscripción es de 10€ y se puede formalizar en la web www.carrerasponlefreño.com . El plazo de inscripción finaliza el sab 28 Nov a las 14h o fin dorsales.

RETIRADA DE DORSAL-CHIP + CAMISETA:

Serán los días 26, 27 y 28 de Noviembre en horario de 11h a 20h ininterrumpido. La ubicación de la recogida de la camiseta conmemorativa y el dorsal-chip se notificará los días previos a la carrera en la web oficial del circuito.

NOTA: Las tallas de las camisetas se entregarán por estricto orden de recogida del dorsal-chip.

Descalificaciones:

El servicio médico de la competición y los jueces árbitros están facultados para retirar durante la prueba:

1. A cualquier atleta que manifieste un mal estado físico.
2. A la atleta que no realice el recorrido completo.
3. A la atleta que manifieste un comportamiento no deportivo.

Clasificaciones y Categorías:

- 5KM MASC Y FEM
- 5KM JUNIOR (Nacidos a partir del 29 de Noviembre 2004) MASC + FEM
- 10 KM ABSOLUTA MASC + FEM
- 10 KM HANDBIKE MASC + FEM

El tiempo máximo para completar la prueba es 45 min para la carrera de 5km, y 1 hora y 15min para 10 km. Pasado este tiempo, el corredor que permanezca en carrera deberá continuar bajo su responsabilidad respetando las normas de circulación.

-Se entregarán trofeos a los 3 primeros clasificados de la general (hombres y mujeres)

5KM JUNIOR: Será para niños y niñas nacidos a partir del 29 de Noviembre del 2004 (es decir, hasta 16 años) y exclusivamente para la distancia de 5KM

HandBike: es exclusiva para aquellos corredores con alguna discapacidad física que les impida hacer la carrera a pie, y en la distancia de 10Km. No será categoría competitiva y dichos participantes deberán adaptarse al ritmo de carrera, sin poder en ningún caso adelantar a coche cabeza de carrera.

-Cada corredor participará bajo su entera responsabilidad, afirma poseer un nivel de condición física suficiente para afrontar la prueba y se compromete a aceptar estrictamente este reglamento.

-La inscripción es personal e intransferible y supone la aceptación del presente reglamento. Bajo ningún concepto, una vez hecha la inscripción, se podrá transferir la participación a otra persona, amigo o familiar por motivo de no poder acudir el día de la prueba.

-No se admitirán corredores que no estén inscritos o corran sin dorsal con chip, impidiendo que tenga acceso a la carrera en defensa de los derechos de los reglamentariamente inscritos.

-Los únicos vehículos autorizados a seguir la prueba serán los designados por la organización. Por cuestiones de seguridad queda totalmente prohibido seguir a los corredores en bicicleta, moto o cualquier otro vehículo. La policía local y la organización de la prueba los retirarán del circuito para evitar incidentes.

-El punto de avituallamiento de agua se encontrará en el kilómetro 5, y meta.

-Todo lo no previsto en este reglamento se resolverá según la normativa vigente de la I.A.A.F

