



CONCELLO DE  
DODRO



TERRAS DE IRIA  
*Ande naco o Cantio*



## XV Carreira Pedestre Lestrove 2013-Terras de Iria

O sábado 12 de outubro celébrase na localidade de Lestrove-Dodro e baixo o control técnico da Federación Galega de Atletismo (Delegación en Santiago) a décimo cuarta edición da carreira popular de lestroke de acordo co seguinte:

### **REGULAMENTO**

1. Poderán participar atletas federados e non federados; haberá unha sola clasificación conxunta. O control técnico das probas estará a cargo do Comité de Xuices da Federación Galega de Atletismo, Delegación de Santiago de Compostela.

### **2. CATEGORÍAS E DISTANCIAS DOS PARTICIPANTES:**

<b>CATEGORÍA</b>	<b>ANOS DE NACEMENTO</b>	<b>DISTANCIAS</b>
<b>PITUFOS</b>	2006 e posteriores	150 metros
<b>BENXAMÍN</b>	2004-2005	1055 metros
<b>ALEVÍN</b>	2002-2003	1055 metros
<b>INFANTIL</b>	2000-2001	2110 metros
<b>CADETE</b>	1998-1999	2110 metros
<b>XUVENIL/JUNIOR</b>	1994-1995-1996-1997	10000 metros aprox
<b>PROMESA/SENIOR</b>	1979-1993	10000 metros aprox
<b>VETERANOS A</b>	nados entre 1973 e 1978	10000 metros aprox
<b>VETERANOS B</b>	nados entre 1963 e 1972	10000 metros aprox
<b>VETERANOS C</b>	nados entre 1953 e 1962	10000 metros aprox
<b>VETERANOS D</b>	nados en 1952 e anteriores	10000 metros aprox
<b>VETERANAS A</b>	nadas entre 1969 e 1978	10000 metros aprox
<b>VETERANAS B</b>	nadas en 1968 e anteriores	10000 metros aprox

\*A categoría **PITUFO** non é categoría federada.

### 3. HORARIO DAS PROBAS

Todos os participantes deberán colocarse na liña de SAÍDA **5 minutos** antes do inicio de cada proba, sita a mesma no lugar de A Devesa, xunto F.P. e o POLIDEPORTIVO Novo de Padron.

**OS ATLETAS DA CATEGORIA XUVENIL / JUNIOR DARAN UNHA SOA VOLTA O CIRCUITO LONGO SAINDO CONXUNTAMENTE COS ATLETAS DA CATEGORIA PROMESA/SENIOR E VETERANS**

HORA	CATEGORÍA
17:15 h	<b>Pitufo</b> (150 metros aprox)
17:30 h	<b>Benxamín e Alevín</b> (1055 metros aprox)
17:45 h	<b>Infantil e cadete</b> (2110 metros aprox)
18:15 h	<b>Xuvenil/Junior</b> (5000 m aprox)
18:15 h	<b>Promesa/Senior e Veteranos</b> (10000 m aprox)
20:00 h	<b>ENTREGA DE PREMIOS</b> (Polideportivo Novo)

### 4. INSCRICIONS

[www.atletismogalego.org](http://www.atletismogalego.org) e [www.fgatletismo.es/santiago](http://www.fgatletismo.es/santiago)

O prezo da inscrición será o seguinte:

- **ESCOLARES** (de pitufo a cadete)..... **GRATUITA**
- **ABSOLUTA** (de xuvenil/junior a veteranos).. **5,00 €**

As inscricións realizaranse a través das páxinas web da Federación Galega de Atletismo [www.atletismogalego.org](http://www.atletismogalego.org) e [www.fgatletismo.es/santiago](http://www.fgatletismo.es/santiago) onde será obrigatorio cubrir todos os datos solicitados e facer o pago da cota de inscrición de **5 €** (atletas das categorías xuvenil/junior ata veteran) na pasarela de pago da Federación Galega de Atletismo **até as 22:00 h do mércores 9 de outubro de 2013**. Non se admitirán inscricións fora do prazo establecido nin o día da proba.

Todos os atletas teñen a obriga de comprobar que a súa inscrición está correctamente formalizada nas páxinas web [www.atletismogalego.org](http://www.atletismogalego.org) e [www.fgatletismo.es/santiago](http://www.fgatletismo.es/santiago)

Os atletas das categorías pitufo, benxamín, alevín, infantil e cadete están exentos do pago da cota de inscrición. Deberán facer a súa inscrición tamén a través das páxinas web [www.atletismogalego.org](http://www.atletismogalego.org) e [www.fgatletismo.es/santiago](http://www.fgatletismo.es/santiago).

As probas serán cronometradas co sistema de chips da Federación Galega de Atletismo. O dorsal deberá ser levado en todo momento na zona do peito, sen arrugas e perfectametne visible.

## 5. PREMIOS e AGASALLOS

- Medalla para todos os Pitufos
- Ramo de flores e Cerámica Galos para a 1ª clasificada e o 1º clasificado da Carreira absoluta.
- Trofeo os 3 primeiros de cada categoría agás os da categoría pitufo (desta proba non haberá clasificación).
- Trofeo os 3 primeiros equipos clasificados (puntúan os 5 primeiros de cada equipo).
- Trofeo o atleta máis veterano.
- Trofeo para a 1ª clasificada e 1º clasificado local de cada carreira.
- Camisetas Terras de Iria para os participantes (500).
- Avituallamento líquido e sólido.

PREMIOS NON ACUMULATIVOS.

6. As reclamacións ós resultados oficiais deberán formularse verbalmente ó xuíz árbitro da Competición non máis tarde de 30 minutos despois da publicación dos mesmos.
7. Todo o non previsto no presente regulamento, resolverase de acordo co Regulamento da RFEA en vigor.
8. Retirada de dorsais, entrega de trofeos e duchas, no Pabellón Novo de Padrón.

**PATROCINA**

**TERRAS DE IRIA**

**COLABORAN**

**Concello de Padrón  
Diputación da Coruña**

**Coca Cola**

**Eroski**

**Construcciones Caamaño**

**Gadis**

**Emerxencias Rois**

Máis información en:

[www.lestrove.es](http://www.lestrove.es)

[www.fgatletismo.es/santiago](http://www.fgatletismo.es/santiago)

[www.atletismoqalego.org](http://www.atletismoqalego.org)

[www.correren Galicia.org](http://www.correren Galicia.org)

## GAÑADORES DE EDICIONS ANTERIORES

HOMES	ANO	MULLERES
Eleuterio Couceiro Eirís	1992	Angeles Rodríguez del Río
Manolo Louro Insua	1993	Angeles Rodríguez del Río
Jesús Becerra Rodríguez	1994	Esther Pedrosa Carrete
Antón Amoedo Giménez	1995	Esther Pedrosa Carrete
Rafael Fuentes Lubián	1996	Rosario Gesto González
Rafael Fuentes Lubián	1997	Rosario Gesto González
Xaquín Dosil Díaz	1998	Amalia Dopazo Otero
Eduardo Álvarez Morais	2006	Chus Valiño Novo
Alejandro Pesado Fernández	2007	M <sup>a</sup> Jesús Gestido Rodríguez
Alejandro Pesado Fernández	2008	Chus Valiño Novo
Uxío Abuín Ares	2009	Isabel Sáez Batallán
Juan Pablo Fernández Rguez	2010	Esther Pedrosa Carrete
Alejandro Begega Ordiz	2011	Esther Pedrosa Carrete
Luis Calvo Castro	2012	M <sup>a</sup> Yolanda Gutiérrez Robles

## CLUBES

CLUBES	ANO
Atletismo Boiro	1992
Atletismo Boiro	1993
CDU Santiago	1994
CDU Santiago	1995
Amigos Larga Distancia	1996
Amigos Larga Distancia	1997
Atletismo Esteirana	1998
Atletismo Milladoiro	2006
Atletismo Sar	2007
Atletismo Sar	2008
Atletismo Sar	2009
Atletismo Sar	2010
Atletismo Sar	2011
Atletismo Sar	2012