

**RUN  
FOZ  
RUN**



**REGLAMENTO  
XIV EDICIÓN**

**RUN FOZ RUN**



**13 DE AGOSTO  
EN FOZ**



# CARREIRA PUNTUABLE 2023

## CIRCUÍTO DUACODE RUN FOZ RUN

**15K A MARIÑA:** 11/JUNIO

**5K URBANA CAMPO DA CABANA:** 25/JULIO

**5K BURELA BONITA:** 29/JULIO

**XIV RUN FOZ RUN:** 13/AGOSTO

**V NOCTURNA RINLO-RIBADEO:** 19/AGOSTO

**CARRERA POPULAR:** SEP/OCT (PROVISIONAL)

**IV CROSS "OS CASTROS":** 04/NOVIEMBRE

**VIII RUN FOZ RUN NADAL:** 23/DICIEMBRE

duacode  
RUNFOZRUN

### REGLAMENTO CIRCUÍTO 2023:

**EL CIRCUÍTO:** Para salir en la **clasificación final** del circuito de carreras **DUACODE RUN FOZ RUN 2023** será necesario participar en al menos 4 de los eventos, siendo posible y recomendable participar en todos. En caso de participar en todas las carreras se realizará la clasificación con los 4 mejores resultados del atleta y se regalará una **camiseta conmemorativa** (al que consiga participar en al menos 6 eventos).

**¿CÓMO PUEDO APUNTARME?** Cada evento tiene su propia inscripción individual y aparecerás automáticamente en la clasificación final si completas al menos 4 carreras, pudiendo optar a los premios finales del circuito.

**¿CÓMO SE ESTABLECE LA CLASIFICACIÓN?** La clasificación se diferencia en categorías y sexo. Cada atleta sumará puntos según sus resultados individuales en cada evento y si completa al menos 4 carreras aparecerá en la clasificación final del circuito. En caso de completar más de 4 carreras se establecerá la clasificación contando los **4 mejores resultados del atleta**.

La posición alcanzada en cada carrera popular otorgará puntos al corredor. La primera posición 1 puntos, segunda posición 2 puntos, tercera posición 3 puntos, cuarta posición 4 puntos... La clasificación final será la suma de los puntos de los 4 mejores resultados obtenidos por el corredor. El atleta con menos puntos resultará vencedor.

En **caso de empate** entre dos corredores, se resolverá de la siguiente forma: En primera instancia se valorarán los resultados directos entre los corredores (mejor clasificación entre ambos), en última instancia decidirá el mejor resultado entre ambos en la última carrera del circuito, la Run Foz Run Nadal.

## REGLAMENTO XIII RUN FOZ RUN

**ART 1.** La “XIV Carreira Popular RUN FOZ RUN ” tendrá lugar el **DOMINGO 13 de Agosto**. La andaina y las carreras el domingo serán a partir de las 10:00h de la mañana, sobre un circuito de 200 m para Pícaros, 800m Benjamines, 1000 m Alevines, 1600m Infantiles y Cadetes y 7000 m para la competición Absoluta. Con salida y meta en Paseo da Ribeira, frente al CENIMA de Foz.

*\*Ver artículo horarios.*

**ART 2.** La competición transcurrirá por un circuito mixto, sobre un recorrido de 7.000 metros, por las calles de Foz y la zona del paseo de la Ría, con salida y meta en el Paseo da Ribeira, donde el CENIMA. El tiempo máximo para recorrer los 7000m será de 59 minutos. Todo aquel atleta que supere dicho tiempo podrá finalizar la carrera bajo su responsabilidad.

*\*Ver artículo circuitos.*

**ART 3.** La carrera está organizada por Atl Ría de Foz y colaboración de Run Foz Run. Así mismo, la prueba estará supervisada por los voluntarios de la organización, la Policía Local y Protección Civil.

**ART 4.** El sistema de cronometraje de la prueba será mediante chip, publicándose la clasificación oficial los días posteriores al evento en la página web [sportmaniacs.com](http://sportmaniacs.com), la web [carrerasconencanto.com](http://carrerasconencanto.com) y la web [runfozrun.com](http://runfozrun.com).

**ART 5.** La inscripción estará limitada a 500 corredores para la carrera absoluta, 100 corredores para la carrera Pícaros, 100 corredores para la carrera Benjamíns, 100 corredores para la carrera Alevín, 100 corredores para la carrera Infantil y 100 corredores para la Cadete.

Las **inscripciones online** podrán realizarse a partir del Sábado **15 de Julio hasta** el Jueves **10 de Agosto** a las 23:59h. El precio de la inscripción será el siguiente, en función del tramo seleccionado:

- **Del 15 al 25 de Julio: 7€** categoría absoluta, **5€** andaina, **gratis** categorías menores.
- **Del 26 al 06 de Agosto: 8€** categoría absoluta, **6€** andaina, **gratis** categorías menores.
- **Del 7 al 10 de Agosto: 10 €** categoría absoluta, **7€** andaina, **2€** categorías menores.

Las inscripciones son personales e intrasferibles, no se devolverá el importe de la inscripción salvo baja médica acreditada presentada antes del 1 de Agosto y enviada al mail [runfozrun@gmail.com](mailto:runfozrun@gmail.com). En caso contrario no se hará el reembolso.

**ART 6.** Todo participante se compromete a aceptar el presente reglamento y cualquier posible modificación de la prueba originada por causas ajenas a la voluntad de la organización. La inscripción implica leer, entender y adquirir los compromisos oportunos que se incluyen en el presente reglamento.

Todo participante inscrito declara:

- Que se considera en un estado de salud óptimo para participar en la XIV Run Foz Run.
- Que exime de responsabilidad a la Organización por la pérdida o deterioro de objetos personales así como por cualquier lesión que pudiera sufrir durante el evento deportivo.
- Que autoriza, sin contraprestación a que la Organización haga uso de cualquier tipo de material audiovisual en el que pueda aparecer el participante, aceptando la publicación de su nombre completo en la clasificación del evento, medios de comunicación o internet.
- Conforme a la L.O. 03/2018 , le informamos de que sus datos personales pasarán a formar parte de una base de datos, cuyo responsable es la RUN FOZ RUN. La finalidad del fichero será llevar a cabo la gestión para eventos RUN FOZ RUN así como informarle de posibles futuras ediciones. Si desea ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición podrá hacerlo dirigiéndose, por escrito a la dirección señalada (runfozrun@gmail.com) adjuntando fotocopia del DNI.

No se realizarán **inscripciones presenciales** en ningún caso. Todo corredor inscrito acepta los 2 anexos citados a continuación:

**Art 6.1.** *FORMULARIOS INSCRIPCIÓN CARRERAS PARTICIPANTES MAYORES DE EDAD: Ud. consiente, la cesión de sus datos de carácter personal a Run Foz Run con el objeto de remitir en un futuro información comercial y publicitaria de sus actividades, novedades, servicios y productos, autorizando expresamente a que sus datos puedan ser cedidos a terceras empresas con la finalidad antes señalada, consintiendo que las citadas comunicaciones de carácter publicitario o promocional puedan ser realizadas por cualquier medio, incluido el correo electrónico u otro medio de comunicación electrónica equivalente, de conformidad con lo establecido en el art. 21 de la Ley 34/2002, de 11 de julio, de Servicios de la Información y del Comercio Electrónico. Asimismo, los participantes autorizan al organizador del evento o a sus patrocinadores para la toma de fotografías o la grabación de videos del evento deportivo, consintiendo que su nombre y apellidos, así como su imagen, incluida la voz, pueda ser publicitada en cualquier medio (prensa, televisión, internet, boletines, o cualquier otro acto publipromocional), sin que dicho uso le confiera derecho a percibir compensación económica alguna. En relación a Run Foz Run, Ud. puede revocar en cualquier momento su consentimiento dirigiéndose al mail runfozrun@gmail.com. Ud. tiene el derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición, en los términos establecidos en la legislación vigente.*

*Marque esta casilla si no desea recibir información y entregue este documento empreso a la organización a la hora de recoger el dorsal.*

**Art 6.1.** *FORMULARIOS INSCRIPCIÓN CARRERAS PARTICIPANTES MENORES DE EDAD: MANIFIESTO MI CONFORMIDAD EXPRESA Y AUTORIZO a que mi hijo/tutelado, los datos del cual han sido reseñados en el presente formulario, pueda participar en la Carrera "RUN FOZ RUN 22", autorizando a que los datos personales consignados en el presente formulario sean comunicados al*

*Run Foz Run con el objeto de remitir en un futuro información comercial y publicitaria de sus actividades, novedades, servicios y productos, autorizando expresamente a que sus datos puedan ser cedidos a terceras empresas con la finalidad antes señalada, consintiendo que las citadas comunicaciones de carácter publicitario o promocional puedan ser realizadas por cualquier medio, incluido el correo electrónico u otro medio de comunicación electrónica equivalente, de conformidad con lo establecido en el art. 21 de la Ley 34/2002, de 11 de julio, de Servicios de la Información y del Comercio Electrónico. Asimismo, los participantes autorizan al organizador del evento o a sus patrocinadores para la toma de fotografías o la grabación de videos del evento deportivo, consintiendo que su nombre y apellidos, así como su imagen, incluida la voz, pueda ser publicitada en cualquier medio (prensa, televisión, internet, boletines, o cualquier otro acto publipromocional), sin que dicho uso le confiera derecho a percibir compensación económica alguna. En relación a Run Foz Run, Ud. puede revocar en cualquier momento su consentimiento dirigiéndose al mail [runfozrun@gmail.com](mailto:runfozrun@gmail.com) Ud. tiene el derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición, en los términos establecidos en la legislación vigente.*

*Marque esta casilla si no desea recibir información y entregue este documento empreso a la organización a la hora de recoger el dorsal.*

**ART 7.** Los dorsales tendrán que ser colocados en el pecho, no pudiendo ocultar, ni doblar, siendo el mismo bien visible. Podrán ser retirados en la carpa de la organización situada en la **Travesía da Riveira, 4. Frente al CENIMA** el día **12 de Agosto** de 17:00h a 20:00h. O el día del evento, **13 de Agosto**, de 09:00h a 10:30h.

**ART 8.** Todo aquel que participe en la prueba sin estar inscrito, sin dorsal, no opta a ninguna de las prerrogativas a las que tienen derecho los corredores inscritos oficialmente y podrá ser retirado de la prueba.

**ART 9.** Será descalificado todo corredor que no realice el recorrido completo, manifieste un comportamiento antideportivo, no atienda las indicaciones de la policía municipal o los voluntarios que cubren el recorrido o no cumpla las normas establecidas en este reglamento. Los reglamentos de la IAAF, de la RFEA y el de la Federación de Atletismo de Galicia tendrán carácter supletorio.

**ART 10.** Por el mero hecho de inscribirse, el participante declara estar en perfecto estado de salud y apto para la prueba. La organización no se hará responsable de los daños que los participantes puedan causarse a sí mismos o a terceros durante la carrera. Los corredores que presenten un mal estado físico, a juicio de la organización, deberán abandonar la competición.

## **ART 11. Categorías y premios: (Temporada 2023)**

- Categoría Pícaros (2016 y posteriores): Categoría no competitiva. Medallas para todos.
- Categoría Benjamín (15-14): Trofeos a los tres primeros clasificados masculino y femenino.
- Categoría Alevín (13-12): Trofeos a los tres primeros clasificados masculino y femenino.
- Categoría Infantil (11-10): Trofeos a los tres primeros clasificados masculino y femenino.
- Categoría Cadete (09-08): Trofeos a los tres primeros clasificados masculino y femenino.
- Categoría Absoluta: Trofeos + Premio especial a los tres primeros clasificados masculino y femenino de la general.
- Categoría Senior (2007 hasta 1988): Trofeos a los tres primeros clasificados masculino y femenino.
- Categoría Máster A (1987 hasta 1978): Trofeos a los tres primeros clasificados masculino y femenino.
- Categoría Máster B (1977 hasta 1968): Trofeos a los tres primeros clasificados masculino y femenino.
- Categoría Máster C ( 1967 + ): Trofeos a los tres primeros clasificados masculino y femenino.
- Categoría Naturales de Foz: Trofeos a los tres primeros clasificados masculino y femenino.
- Equipos Mixtos: Trofeo + Premio especial a los tres primeros equipos clasificados. **(el equipo puede estar compuesto sólo por hombres, sólo por mujeres o al menos un miembro de cada sexo. Mínimo 4 atletas por equipo que deberán indicar en la inscripción el nombre de esta forma: EQUIPO: NOMBRE EXACTAMENTE IGUAL)**

**ART 12.** Los únicos vehículos que podrán seguir la prueba serán los autorizados por los organizadores. No está permitido acompañar a los corredores (marcar el ritmo de cualquier forma). Además, todos los participantes llevarán obligatoriamente en el pecho, durante toda la carrera, el dorsal original perfectamente visible. Se descalificará a todo aquel atleta que entre en meta sin el mismo. Asimismo se descalificará a todo aquel que en algún momento de la prueba lleve colocado el dorsal asignado a otro participante que no sea él mismo.

**ART 13.** La entrega de trofeos de las pruebas se realizará al finalizar la Carrera Absoluta (12:30h aprox). Todo aquel atleta que no esté presente en dicha entrega de trofeos perderá el derecho a los premios establecidos por la organización.

**ART 14.** Al inscribirse, el corredor (o su representante legal en caso de menor) acepta que la organización de la carrera pueda utilizar, publicar, emitir, incluir en páginas web, etc, cualquier fotografía, diapositiva, video o cualquier otro tipo de grabación realizado durante su participación en este evento.

**ART 15.** Cualquier reclamación relativa a la competición deberá hacerse por escrito, y presentando el DNI al director de carrera u organizador.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> No se aceptan devoluciones del importe de la inscripción bajo esta circunstancia.



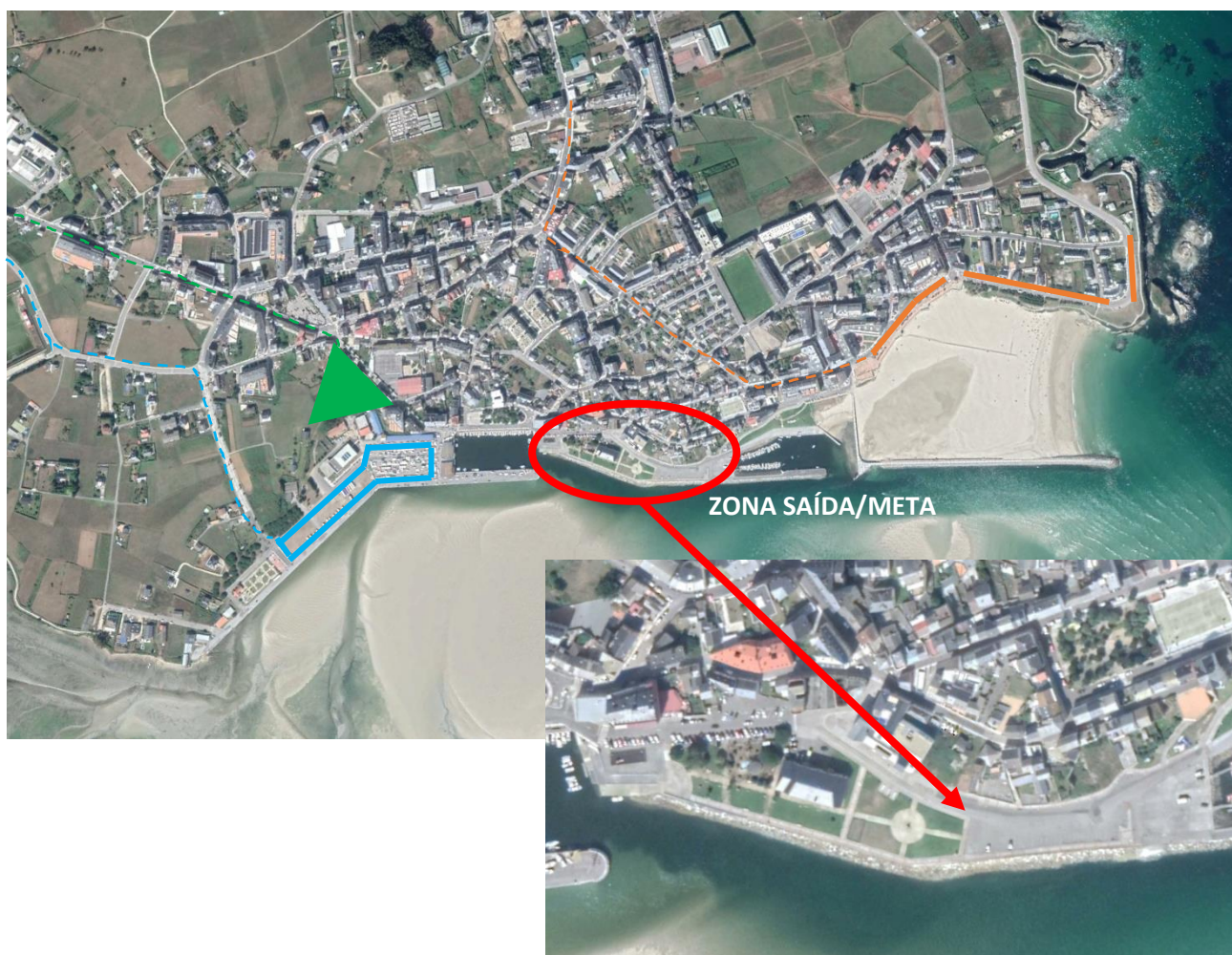
**ART 16.** Cualquier aspecto relativo al evento no recogido en este reglamento quedará bajo supervisión y/o juicio del comité organizador y director de carrera.

**ART 17.** Si en algún momento se observa algún corredor, persona ajena al evento u objeto que incumpla o pueda incumplir la normativa, esté en peligro o ponga en peligro a terceros rogamos que se comunique al voluntario más cercano para poder valorar la situación e intervenir pertinentemente.

**ART 18.** La organización podrá modificar los horarios y/o recorrido de la prueba si se viese obligada por causas meteorológicas, de seguridad o cualquier otro motivo de fuerza mayor. De producirse estas modificaciones se informará, lo antes posible, a los participantes a través de la web de inscripción online y las redes sociales de la organización.

**ART 19.** Se establecen tres zonas de Estacionamiento recomendado para os/as atletas:

- **En azul:** entrada por Camiño vello, Rúa Ru Curbeiro. Parking en Zona do Peirao (Rua Asteleiros).
- **En verde:** entrada por Avda. Asturias, Rúa Lugo. Parking en Zona Avda. Valle Inclán.
- **En naranja:** Parking en Zona Paseo de Colón e Avda. Cantábrico



**ART 20.** Todos los atletas gozarán de un avituallamiento lígido y sólido al finalizar el evento. Se colocarán contenedores para depositar la basura por lo que agradecemos, que al terminar, se deposite la basura en ellos.

**ART 21.** Horarios **XIV RUN FOZ RUN 2023:**

## **SÁBADO 12 DE AGOSTO:**

- De 17:00h a 20:00h recogida de dorsales en la carpa de la organización situada en la Travesía da Riveira, 4. Frente al CENIMA.
- De 17:00h a 20:00h APERTURA da Feira do corredor. MÚSICA E DJ.

## **DOMINGO 13 DE AGOSTO:**

- 10:00h Salida ANDAINA.
- 10:05h Salida Carrera categoría Pícaros\_Prebenxamín\_200m.
- 10:10h Salida Carrera categoría Benxamín\_800m.
- 10:20h Salida Carrera categoría Alevín\_1000m.
- 10:30h Salida Carrera categoría Infantil y Cadete\_1600m.
- 11:00h Salida Carrera categoría Absoluta\_7000m.
- 12:30h Ceremonia de premiación.
- 13:30h Clausura y fin de Feira do corredor.

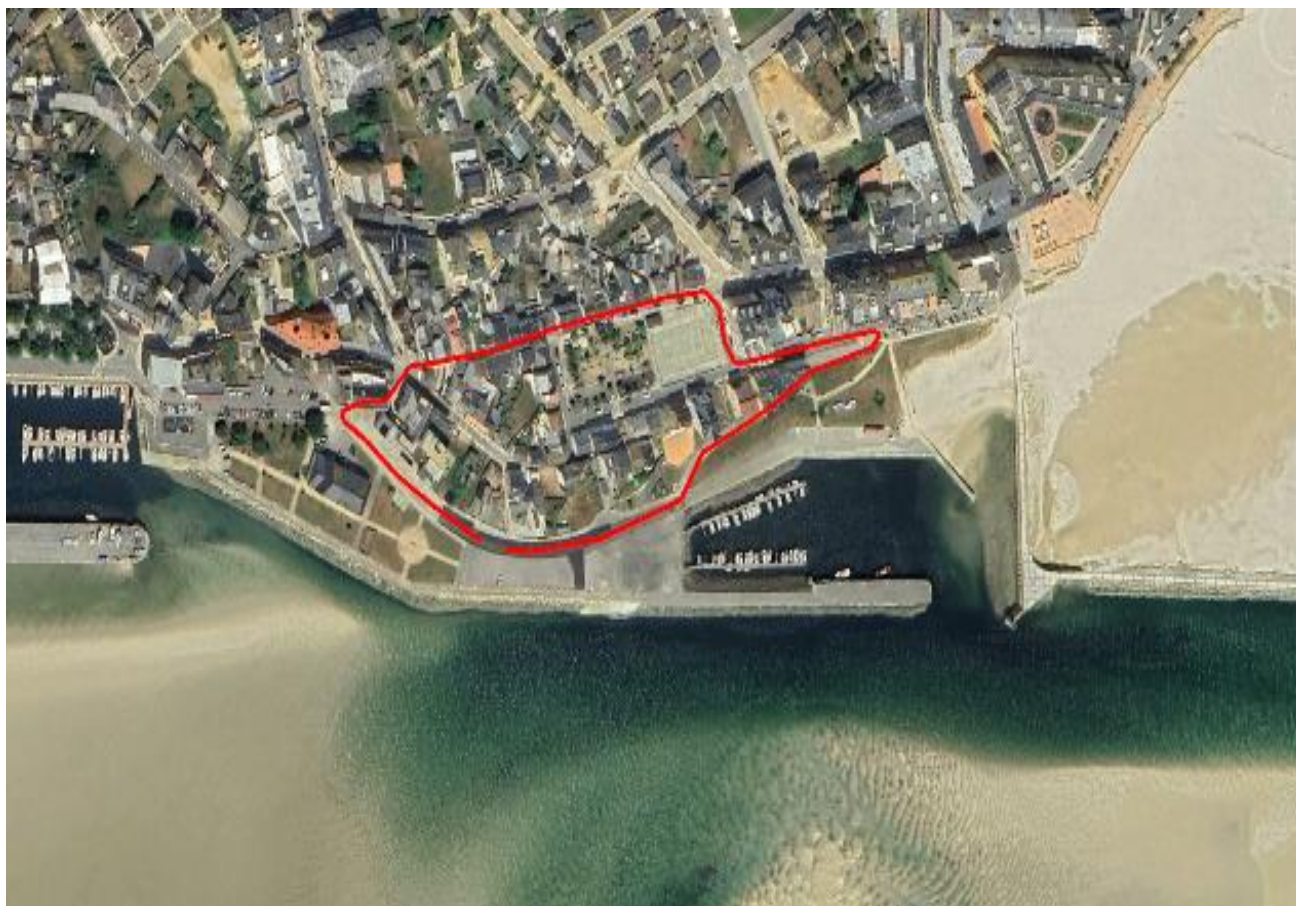


**ART 22.** Circuitos y categorías: (PROVISIONAL)

Prebenxamín 200m:



Benxamín 800m\_1 volta circuito A:

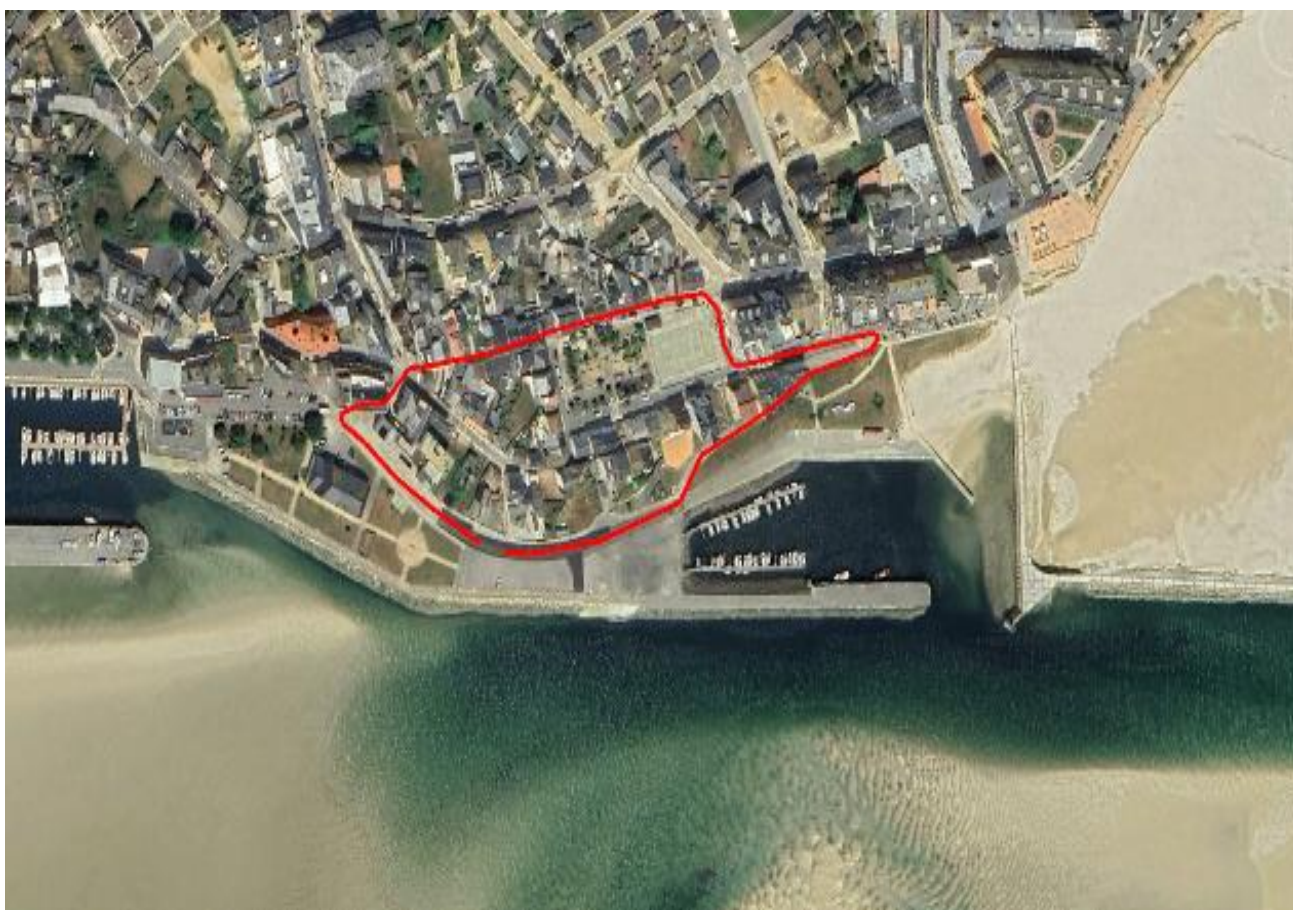




Alevín 1000m\_1 volta circuito B:



Infantil/Cadete 1600m\_2 voltas circuito A:

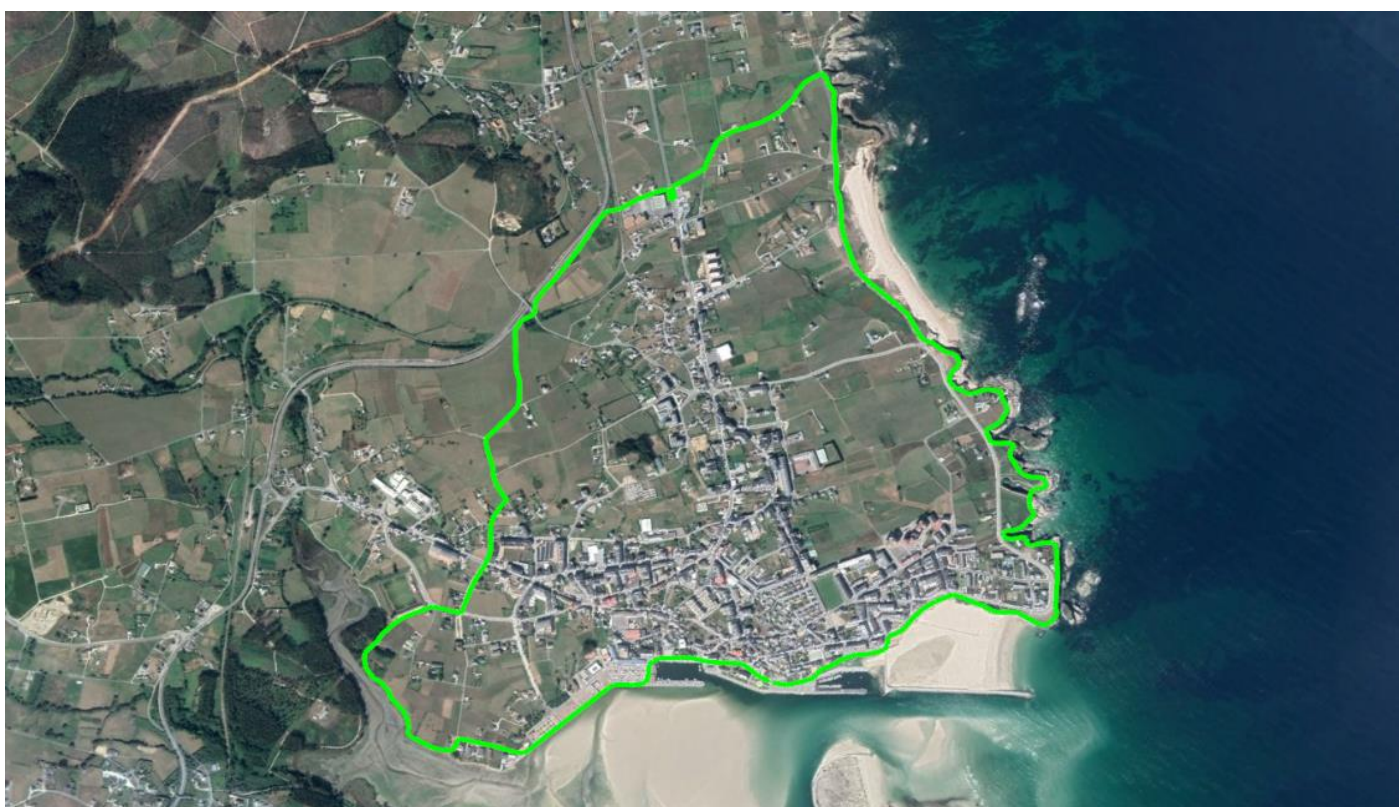




Absoluta 7000m:



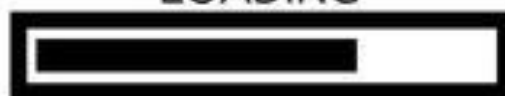
Circuito andaina: 8km



O DESEÑO DA CAMISOLA DESVELARASE  
NAS NOSAS REDES SOCIÁIS



LOADING



**RUN  
FOZ  
RUN**

