

LA CARTUJA ESPACIO ALFRANCA 5K – 11K -21K 2018

El próximo domingo 18 de noviembre se celebrará en La Cartuja Baja (Zaragoza) la III Carrera La Cartuja Espacio Alfranca 5K - 11K - 21K no homologados. El Club Deportivo Los Galachos en colaboración con la [Junta Vecinal de la Cartuja Baja](#), [Espacio Alfranca](#) y el [Ayuntamiento de Pastriz](#) organizan esta prueba deportiva, bajo la Dirección Técnica de [Fartleck Sport](#) y el control técnico del comité territorial de jueces FAA.

Artículo 1.- Información General

El horario de comienzo de la prueba será las 10.00 horas, la salida se producirá desde el Camino Huerta Honda situado a 100 metros de la localidad de La Cartuja Baja.

CATEGORÍA	AÑO NACIMIENTO	DISTANCIA	HORA SALIDA	TROFEOS
GENERAL FEM / MAS	TODOS*	21K	10.00	1º, 2º, 3º 13.00h
SENIOR FEM / MAS	18-34 AÑOS	21K	10.00	1º, 2º, 3º 13.00h
MASTER A FEM / MAS	35-44 AÑOS	21K	10.00	1º, 2º, 3º 13.00h
MASTER B FEM / MAS	45-54 AÑOS	21K	10.00	1º, 2º, 3º 13.00h
MASTER C FEM / MAS	55 o + AÑOS	21K	10.00	1º, 2º, 3º 13.00h
LOCAL FEM / MAS	TODOS*	21K	10.00	1º, 2º, 3º 13.00h
GENERAL FEM / MAS	TODOS*	11K	10.00	1º, 2º, 3º 12.30h
SENIOR FEM / MAS	16-34 AÑOS	11K	10.00	1º, 2º, 3º 12.30h
MASTER A FEM / MAS	35-44 AÑOS	11K	10.00	1º, 2º, 3º 12.30h
MASTER B FEM / MAS	45-54 AÑOS	11K	10.00	1º, 2º, 3º 12.30h
MASTER C FEM / MAS	55 o + AÑOS	11K	10.00	1º, 2º, 3º 12.30h
LOCAL FEM / MAS	TODOS*	11K	10.00	1º, 2º, 3º 12.30h
GENERAL FEM / MAS	TODOS*	5K	10.00	1º, 2º, 3º 12.00h
LOCAL FEM / MAS	TODOS*	5K	10.00	1º, 2º, 3º 12.00h
Atleta local: residencia en La Cartuja				
Los premios NO son acumulables, seguirán el siguiente orden: General, resto de subcategorías / LOCAL (Si acumulable)				
Para recibir los trofeos será obligatorio permanecer en la entrega de los mismos				
*Edad mínima de participación. 14 años (5K) , 16 años (11K), 18 años (21K)				

Los atletas que pueden participar en la misma son los siguientes:

- Atletas con licencia Federada (Escolar (ver categorías), Federada Autonómica y Federada Nacional)
- Atletas sin licencia Federada.

*Club Deportivo
Los Galachos*


www.fartlecksport.com

LA CARTUJA ESPACIO ALFRANCA 5K – 11K -21K 2018

- Los atletas extranjeros sólo podrán optar a premios económicos en caso de disponer de licencia por la FAA, en caso contrario podrán participar en la prueba sin optar a estos premios.

Artículo 2.- Inscripciones (hasta el jueves 15 de noviembre o 750 participantes)

Inscripciones:

- [ON LINE](#)
- PRESENCIALES [Fartleck Sport](#) (Tomás Bretón Nº46)

Fecha	Atletas Federados FAA 21K (AR-ARF)	Atletas Federados FAA 5K //11K (AR-ARF)	Sin Licencia FAA	Migas / vino
Bonificada hasta 31 de octubre	16€	13€	+2€	+4€
Del 1 al 15 de noviembre (22h)	18€	15€	+2€	+4€
No se realizarán inscripciones el día de la prueba.				
No se devolverá el dinero de la inscripción, excepto en el caso de suprimir la prueba por motivos de seguridad.				
Se permiten cambios de prueba o dorsal por motivos justificados hasta el 31/10/18				
Atades (por un nuevo cole): un porcentaje de la inscripción va destinado a esta organización				

***Camiseta Técnica:** se entregará a todos los participantes que se inscriban hasta el 11 de noviembre la camiseta de la prueba. Los atletas que se inscriban el día 12 y posteriores dispondrán de la talla seleccionada hasta agotar existencias.

Entrenamientos dirigidos:

En el proceso de inscripción está la posibilidad de inscribirse gratuitamente a los entrenamientos presenciales que se realizarán por parte del grupo de entrenamiento "[Fartleck Sport](#)", desde el día 05 al 30 de septiembre, con los siguientes horarios y emplazamientos:

La Cartuja Baja: lunes y miércoles: de 18 a 19h desde el Pabellón de Deportes de La Cartuja.

Parque José Antonio Labordeta de Zaragoza (Parque Grande): lunes y miércoles 20.30h / martes y jueves 10.00h, 19.30 o 20.30h.

Recogida de dorsales:

Los atletas inscritos hasta el domingo 11 de noviembre, podrán recoger el dorsal y bolsa del corredor, desde el miércoles 14 de noviembre hasta el sábado 17 de noviembre en [BAUHAUS](#) de 08 a 22h (excepto el sábado 17 que será de 8 a 20h) .Todos estos atletas tendrán dorsal nominal.

LA CARTUJA ESPACIO ALFRANCA 5K – 11K -21K 2018

El resto de participantes y aquellos que no puedan acudir a [BAUHAUS](#) podrán recoger dorsal y bolsa del corredor el mismo día de la prueba entre las 08.00 y las 09.15h en el Pabellón de Deportes de La Cartuja.

Será necesario presentar el DNI o resguardo de la inscripción.

Artículo 3.- Seguros.

Todos los participantes inscritos correctamente en la prueba estarán cubiertos con un seguro de responsabilidad civil y de accidentes. Queda totalmente prohibida la participación de corredores no inscritos.

La organización recomienda hacerse una revisión médica y/o prueba de esfuerzo a todas aquellas personas que no hayan corrido una prueba de similares características anteriormente o lleven un período prolongado de tiempo sin realizar actividad física.

Artículo 4.- Aspectos técnicos.

La carrera podrá ser suspendida si así lo decide la organización junto con la autorización del Juez Árbitro de la prueba.

Todo lo no previsto en este reglamento, será resuelto por el Juez Arbitro, de acuerdo con el reglamento en vigor de la IAAF, la RFEA y FAA.

Artículo 5.- Cronometraje y resultados.

El control de tiempos se realizará mediante el sistema de cronometraje CHIP por INMETA, se otorgará una Medalla de FINISHER a todos los atletas que realicen la prueba en cualquiera de las distancias.

Los resultados de la III Carrera La Cartuja Espacio Alfranca 5K - 11K - 21K podrán verse en la página web de la prueba www.lacartujaespacioalfranca.com y www.fartlecksport.com.

Artículo 6.- Servicios al corredor La Cartuja Espacio Alfranca

¡Estás en tu casa! Desde la organización de la prueba La Cartuja - Espacio La Alfranca hemos creído conveniente facilitarte tu participación, con un gran despliegue de servicios al corredor que realizarán las gentes de La Cartuja.

Servicios Gratuitos:

- Ludoteca con Monitores del Espacio Alfranca:

*Club Deportivo
Los Galachos*


www.fartlecksport.com

LA CARTUJA ESPACIO ALFRANCA 5K – 11K -21K 2018

- Guardería de 0 a 12 años (se deberá señalar en la inscripción).
 - Casa de juventud de 12 a 16 años (se deberá señalar en la inscripción).
- Aparcamiento.
- Hinchables para los niños.
- Servicio de duchas, vestuarios y guardarropas en el Pabellón Municipal.
- Sorteo de varios tratamientos gracias a Ómica.
- Se entregarán junto con los trofeos diversos artículos elaborados por ATADES (productos ecológicos, de proximidad, de empresa social...) a los diferentes ganadores de pruebas.

Avituallamientos:

- 21K:
 - 6K: agua.
 - 10.5K: fruta, agua, isotónica.
 - 16K: fruta, agua, isotónica.
- 11K:
 - 5.5K: agua.
- Meta (todas las pruebas)
 - Coca-cola, fruta, agua, paquete de galletas de Asinez y otros productos.