

BASES III CROSS COUNTRY

MDC SPORT 2023

Nuestro objetivo no solo es generar una actividad continua en el tiempo para fomentar la actividad física y la vida sana, si no también buscar nuevos talentos y que este evento se consagre a nivel regional, nacional e internacional.

El Cross se realizará el día domingo 28 de mayo de 2023 en el recinto del parque Saval de la ciudad de Valdivia, ubicado en avenida Los Lingues, Isla Teja.

CATEGORÍAS

1- Las categorías serán:

CROSS LARGO

- **Todo competidor damas y varones:**

- 20 a 39 años (2003 – 1984)

- **Master damas y varones:**

- 40 a 44 (1983-1979)

- 45 a 49(1978-1974)

- 50 a 54(1973-1969)

- 55 a 59 (1968-1964)

- **Cross KIDS niños -niñas:**

- Sub 8 6 a 7 años (2017-2016)

- Sub10 8 a 9 años (2015-2014)

- Sub 12 10 a 11años (2013-2012)

- Sub14 12 a 13años (2011-2010)

- Sub 16 14 a 15años (2009-2008)

La inscripción del CROSS KIDS es gratis

- **Cross corto damas y varones:**

- 16 a 38 años (2007 a 1985)

CATEGORIAS

Carrera	Categoría	Edad	Descripción	Exigencia o Nivel	Distancia	Vueltas	Circuito	Hora de salida
CROSS LARGO	Todo competidor Varones	20 a 39 años (2003 - 1984)	Circuito diseñado con obstáculos naturales, subidas y bajadas fuertes.	Medio - Alto	10 k	4	Circuito A	11:00
	Todo competidor Damas	-	Con terreno de pasto, tierra y Barro	-	8 k	3	Circuito A	11:55
MASTER	Master	40 a 44 (1983-1979)	Circuito con partes llanas, bajadas fuertes y algunas subidas. Terreno de pasto, tierra y barro	Medio	8k	3	Circuito A	12:50
		45 a 49 (1978-1974)		Medio	8k	3	Circuito A	12:50
		50 a 54 (1973-1969)		Medio	8k	3	Circuito A	12:50
		55 a 59 (1968-1964)		Medio	8k	3	Circuito A	12:50
CROSS KIDS	Sub 8	6 a 7 (2017 - 2016)	Circuito 70 % plano de pasto y tierra.	Bajo	500 mts	-	-	13:00
	Sub 10	8 a 9 (2015-2014)		Bajo	1 K	-	-	13:10
	Sub 12	10 a 11 (2013 - 2012)		Bajo	1 K	-	-	13:20
	Sub 14	12 a 13 (2011 - 2010)		Bajo	1500 mts	-	-	13:30
	Sub 16	14 a 15 (2009 - 2008)	Circuito plano de tierra y pasto con cierto desnivel	Medio Bajo	1950 mts	1	Circuito B	13:40
CROSS CORTO	Cross Sprint Varones y Damas	16 a 38 (2007-1985)	Circuito diseñado para los que comienzan a correr y atletas de medio fondo. El 70% es plano con pasto tierra y Barro	Medio - Bajo	4 K	2	Circuito B	14:00

PREMIOS (pesos chilenos)

TODO COMPETIDOR DAMA y VARON:

1° lugar \$ 350.000 - 2°lugar \$ 250.000 - 3°lugar \$200.000 - 4° \$150.000

MASTER DAMAS y VARONES:

MEDALLAS a los TRES Primeros lugares más obsequio de Auspiciadores.

CROSS CORTO DAMA y VARONES:

1° lugar \$ 180.000 - 2°lugar \$150.000 - 3° \$ 100.000

NOTA:

El circuito diseñado está formado por terrenos de pasto, tierra, barro, subidas y bajadas. Se recomienda utilizar especialmente zapatillas de clavos o si no zapatillas con mucho agarre, por ejemplo, de Trail.

- **Inscripción:** \$25.000 en [www.](http://www.mdc.cl)
- Incluye polera oficial del Cross country MDC sport 2023 más chip
- Las categorías, todo competidor, master tendrán 250 cupos
- La categoría Cross Kids incluye una polera la cual se retira hasta las 10:00 de la mañana el día del evento y **es recreativa. No tiene premiación. Esta categoría tendrá un cupo de 70 niños.**

NOTA; No se realizará devolución del dinero de la Inscripción.

-Las inscripciones se realizarán a través de formulario online, WWW. hasta el 25 de mayo de 2023 (o hasta agotar los cupos).

- Los números de competencia se podrán retirar el día sábado 27 de mayo desde las 13:00 horas hasta las 21:00 horas en el Hotel Terra ubicado en el terminal de buses de Valdivia, presentando cédula de identidad.

- Los menores de edad tendrán que retirar su dorsal y polera con padres o tutor, presentando carnet de identidad.

- Una persona podrá retirar números de competencia de un tercero, siempre y cuando se presente fotocopia de carnet y poder simple de este.

- Solo los corredores foráneos podrán retirar el número hasta las 10:30 del día del evento 28 de mayo presentando su cédula de identidad.

- La competencia solo se suspendería por razones de fuerza mayor, emergencia ambiental, sanitaria o cualquier situación que arriesgue la seguridad de las personas.

- Cualquier reclamo sobre la carrera debe realizarse hasta 30 minutos después de terminada la carrera al director técnico de la carrera.

- Cualquier consulta sobre la organización del Cross debe realizarse al e. Mail clubmdcsport@gmail.com y se le contestara a la brevedad-

- Habrá zonas marcadas para los estacionamientos, favor respetar lo establecido.

¡¡¡Les esperamos para la próxima edición, BUENA CARRERA!!!