

## Cross Country Parque Conaf Verano Activo 2019

### BASES GENERALES

#### OBJETIVO

Realizar un evento deportivo que permita la democratización de deporte, permitiendo la participación gratuita de l@s vecinos de La Comuna de La Ligua, deportistas, atletas de la región y comunas aledañas, público en general, etc. en un contexto que promueva la valoración y cuidado de nuestros espacios naturales.

El evento está dirigido a toda la comunidad de La Ligua y comunas Vecinas, para Clubes deportivos, aficionados del atletismo y el running y al público en general que quiera participar.

#### DE LA COMPETENCIA

La competencia se realizara el día **DOMINGO 24 de Febrero de 2019**, desde las 8:30 am en Parque Urbano La Ligua

#### DE LAS INSCRIPCIONES

**Se realizaran de forma presencial el mismo día de la corrida**

**Se podrán realizar en el siguiente link**

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScpjXK8AhtnI5Lb0pmRZbUS2sFH\\_WlwZusA98xZFCanDyxmgQ/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScpjXK8AhtnI5Lb0pmRZbUS2sFH_WlwZusA98xZFCanDyxmgQ/viewform)

En caso de delegaciones enviar nomina en planilla exel con los siguientes datos: Nombre, Apellidos, Rut, Fecha de Nacimiento, Categoría. Al correo [deportes@laligua.cl](mailto:deportes@laligua.cl)

Las categorías se registrarán por año de nacimiento según el siguiente calendario

AÑO NACIMIENTO	CATEGORIA	TIPO	Distancia
<b>2013 y después</b>	<b>Inicia</b>	<b>Damas y Varones</b>	<b>400 mts</b>
2012-2011	Mini penecas	Damas y Varones	800 mts.
2010-2009	Penecas	Damas y Varones	2 k
2008-2007	Preparatoria	Damas y Varones	2 k
2006-2005	Infantil	Damas y Varones	4k
2004-2003	Cadetes	Damas y Varones	4 k
2002-2001	Juvenil	Damas y Varones	6 k
1980-2000	Todo Competidor	Damas y Varones	8 k
1970-1979	Master	Damas y Varones	8 k
1960-1969	Senior A	Damas y Varones	6 k
1959 y mas	Senior B	Damas y Varones	4 k
<b>Toda Edad</b>	<b>RECREATIVA</b>		<b>2 k</b>
<b>Toda Edad</b>	<b>Condición de Discapacidad</b>	<b>Damas y Varones</b>	<b>2 K</b>

### DEL CONTROL DE LA COMPETENCIA

El evento será controlado por el departamento de Deportes de la Municipalidad de la Ligua a través de su cuerpo de jueces.

Cualquier situación técnica o de disposición disciplinaria será resuelta por el juez general y la dirección de deportes de la Ligua.

### PREMIACIÓN

Se entregaran medallas a los **3 primeros lugares** de todas las categorías damas y varones. Junto con ello se reconocerá la participación de todos los participantes inscritos en la categoría Inicia y Mini Penecas.

### ORGANIZA

- Escuela Municipal de Atletismo, Club Deportivo La Ligua, Atlético La Ligua y Departamento de Deportes de La Ligua e Illustre Municipalidad de La Ligua.

### PROGRAMA HORARIO

HORA	DISTANCIA	TIPO	CATEGORIA
08:30	INICIO INSCRIPCIONES	Damas y Varones	
09:30	CALENTAMIENTO MASIVO	Damas y Varones	
10:00	LARGADA 8 K	Damas y Varones	T. COMPETIDOR JUVENIL MASTER
10: 45	LARGADA 6 K	Damas Y varones	SENIOR A JUVENIL
11:15	LARGADA 4 K	Damas y varones	SENIOR B INFANTIL CADETES
11:45	LARGADA 2 K	Damas y Varones	PENECAS PREPARATORIA CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD RECRETATIVA
12:15	800 MTS	Damas y Varones	Mini Penecas
12:30	400 MTS	Damas y Varones	Inicia
12:45	PREMIACIÓN	TODOS	