

Reglamento X Carrera Popular PAU Vallecas

5K / 10K

Artículo 1. Descripción y fecha.

El domingo 20 de marzo de 2022 se celebrará la décima edición de la Carrera Popular PAU de Vallecas, de 10 y 5 km, cuyo recorrido se iniciará, a las 10 horas, en la calle Peñaranda de Bracamonte 60, esquina Avd. Cerro Milano (IDB 2.100 PAU) para continuar por diversas vías urbanas del barrio finalizando en el mismo punto.

Artículo 2. Organización y dirección técnica.

La carrera está organizada por la Asociación Vecinal PAU del Ensanche de Vallecas y el Servicio de Dinamización Vecinal del Ensanche de Vallecas (Fravm).

Artículo 3. Participantes.

Podrán tomar parte en la prueba de 10 y 5 km todas aquellas personas mayores de 16 años (16 años incluido) que lo deseen, siempre y cuando estén correctamente inscritas, tanto en tiempo como en forma, y hasta un máximo de 300 corredores/as en la distancia de 5 km y 699 corredores/as en la distancia de 10 km.

Artículo 4. Categorías y trofeos.

Se establecen las siguientes categorías conforme al año natural de nacimiento:

Categorías	Fecha de nacimiento	Distancia	Horario Salida
Veterana C	Desde 1962 en adelante	10.000 m. 5.000 m	10:00h (salida conjunta 5K y 10K)
Veterana B	Desde 1963 hasta 1972		
Veterana A	Desde 1973 hasta 1987		
Senior	Desde 1988 hasta 1999		
Promesa	Desde 2000 hasta 2006		

Obtendrán trofeo el/la ganador/a absoluto/a y los/las tres primeros/as de cada categoría y distancias (5 km y 10 km) Promesa, Senior y Veteranas A, B y C (tanto masculino como femenino en todos los casos). También habrá trofeo para el primer atleta residente en el Ensanche de Vallecas (tanto masculino como femenino).

La entrega de trofeos tendrá lugar una vez finalizada la carrera. La entrega de trofeos de la distancia 5K será a la 11:00 y la entrega de trofeos de la distancia 10K será a las 11:30 en el pódium habilitado a tal fin en la pista deportiva cubierta de la IDB Peñaranda de Bracamonte. En caso de no poder recogerlo personalmente el/la participante, deberá comunicarlo a la Organización antes de la entrega, autorizando a la persona correspondiente.

Todos/as los/as participantes recibirán un obsequio conmemorativo.

Reglamento X Carrera Popular PAU Vallecas

5K / 10K

Artículo 5. Inscripciones.

Se podrán realizar a través de internet en el portal habilitado a tal efecto y que se difundirá por los canales oficiales de la A.V. del PAU del Ensanche de Vallecas. El plazo para inscribirse comenzará el 22 de febrero de 2022 y finalizará el 13 de marzo de 2022 o hasta agotar las plazas disponibles.

Se ha fijado en 999 el número máximo total de inscripciones para las categorías adultas, repartidas de tal modo que en la distancia de 5 km no se superen los/as 300 corredores/as y en la distancia de 10 km no sea superior a 699 corredores/as. No se admitirán inscripciones el día de la carrera.

Cada corredor/a deberá correr la distancia en la que se inscribió (5K o 10K) no pudiendo realizar cambio de distancia el día de la carrera ni durante el recorrido y siendo su incumplimiento motivo de descalificación.

El precio de la inscripción será de 8 euros tanto en la carrera 10k como en la 5k.

Artículo 6. Entrega de dorsales

La recogida del dorsal, que incluye el chip, y la camiseta se realizará en el local de la Asociación Vecinal PAU del Ensanche de Vallecas (Cl. Baños de Valdearados, 15), bajo cita previa que se obtendrá en el momento de la inscripción online, debiendo presentar el justificante de inscripción que han obtenido en su correo electrónico.

En caso de tener que ser recogidos por una persona diferente a la inscrita, se tendrá que presentar una autorización firmada por la persona inscrita, y en la que aparezcan los datos de ambas personas.

No se permitirá la recogida del dorsal el mismo día de la carrera.

Artículo 7. Servicios a Corredores/as.

Servicio de ropero, que se abrirá el mismo día de la competición, a las 9:00 y recogerá ropa de los/as participantes hasta las 9:45. Será reabierto para la retirada de ropa de los/as participantes al finalizar la carrera.

Puesto de avituallamiento al traspasar la línea de meta se repartirá una botella de agua y un plátano a cada participante. Se establecerá una zona de eliminación de residuos, obligatoria, siendo importante que los/as participantes hagan uso de la misma, al objeto de evitar que el personal de la organización tenga que recoger residuos del suelo.

Servicio de ludoteca para hijos e hijas de corredores y corredoras para favorecer la conciliación, sin coste adicional alguno en horario de 09.30 a 11.45 horas.

Reglamento X Carrera Popular PAU Vallecas

5K / 10K

Servicio de masajes para corredores/as posterior a la finalización de la carrera.

Baños. Se instalarán 3 aseos a disposición de todos/as los/as participantes.

Artículo 8. Cronometraje.

La carrera contará con un servicio de cronometraje con chip. El chip será desechable.

La empresa encargada del cronometraje sacará las clasificaciones por internet y en directo. Con anterioridad a la celebración de la prueba, se divulgará el enlace donde, a través de cualquier dispositivo móvil o de sobremesa, los/as participantes podrán ver los tiempos y clasificación según van llegando los/as corredores/as.

En ese mismo enlace, cada corredor/a podrá ver un vídeo con su entrada en meta, las fotografías realizadas por la organización y descargar un diploma conmemorativo.

Importante para identificar al corredor y que pueda verse en la fotografía y vídeo es llevar el dorsal en el pecho, a la vista, que no esté tapado por ninguna prenda.

Artículo 9. Asistencia Médica.

La Organización solicitará la presencia de una unidad móvil de SAMUR, desde media hora antes del inicio y hasta media hora después de la finalización. La prueba cuenta con un seguro de responsabilidad civil y seguro de accidente para actividades deportivas. La participación en el evento está bajo la responsabilidad y propio riesgo de los participantes.

Artículo 10. Clasificaciones.

La clasificación general se publicará al día siguiente de la carrera en la página web de la Asociación Vecinal PAU del Ensanche de Vallecas www.paudevallecas.org

Artículo 11. Descalificaciones.

Será descalificado todo participante cuyo comportamiento sea antideportivo; no cumpla el recorrido completo correspondiente a su categoría o a su distancia; incumpla las normas que dictamine la Organización, y todo aquél que no lleve el dorsal visible en el pecho o entre en META sin el CHIP.

Artículo 12. Vehículos

Los únicos vehículos autorizados a seguir la prueba son los designados por la Organización. Queda totalmente prohibido seguir a los corredores/as en vehículos particulares de cualquier tipo, por el peligro que pudiera suponer para los/as atletas.

Reglamento X Carrera Popular PAU Vallecas

5K / 10K

Artículo 13. II Circuito de Carreras de Barrio de Madrid.

La inscripción en la X Carrera Popular del PAU de Vallecas (10k y 5k), implica la inclusión automática del/a corredor/a en el II Circuito de Carreras de Barrio. El / la atleta que no quiera participar en el Circuito, deberá indicarlo expresamente en el momento de realizar la inscripción o enviando un correo electrónico a administracion@paudevallecas.org

Toda la información en: www.carrerasdebarrio.es

Artículo 14. Cancelación

Si la Carrera tuviera que cancelarse por motivos ajenos a la organización, se ofrecerá a los/as corredores/as la posibilidad de realizar la carrera de manera virtual y, en caso de no existir interés por parte del/la participante, se devolverá el importe de inscripción restándole los gastos bancarios ocasionados.

Artículo 15. Medidas de prevención ante el Covid19. [Protocolo COVID completo.](#)

Todas las personas participantes deberán llevar mascarilla puesta, cubriendo nariz y boca, antes y después de la prueba, así como mantener la distancia de seguridad durante el calentamiento. Habrá mascarillas y gel hidroalcohólico a disposición de los/as corredores/as.

Procedimiento de salida. Los/as corredores/as mantendrán la mascarilla puesta durante la salida incluyendo el momento del pistoletazo de salida. Pasados 10 metros de la línea de salida podrán retirársela, estando obligados/as a portarla durante todo el recorrido.

Entrada en meta. Una vez lleguen a meta, deberán colocarse la mascarilla.

Público. El público asistente deberá llevar puesta la mascarilla cubriendo nariz y boca durante la duración de todo el evento.

Todos/as los/as participantes, por el hecho de inscribirse, **aceptan el presente reglamento** y en caso de duda o de surgir alguna situación no reflejada en el mismo, se atenderá a lo que disponga el Comité Organizador.