

III MARCHA NÓRDICA "SAN SILVESTRE" CHIPIONERA

27 DIC 2024

Plaza de abastos
Chipiona (Cádiz)

Circuito urbano
18:00h Absoluta



Inscripciones en Gesconchip
Hasta las 14:00h del 25 de diciembre





REGLAMENTO III MARCHA NÓRDICA “SAN SILVESTRE CHIPIONA”

Viernes 27 de diciembre 2024, desde las 18:00 horas

1. Es una prueba abierta a la participación de hombres y mujeres, mayores de 16 años de edad.
2. Esta prueba discurrirá por el mismo circuito de y se dará salida en el mismo lugar que la XXXI CARRERA POPULAR SAN SILVESTRE, inmediatamente después. Colocándose los marchadores inmediatamente detrás de los corredores, con la separación adecuada que permita una salida fluida, sin obstaculizar ni la marcha de otros marchadores, ni la carrera de los corredores más lentos.
3. El circuito que proponemos tendrá la salida en la Calle Miguel de Cervantes y la meta en la Avenida Víctor Pradera, en el entorno de la Plaza de Abastos.
4. El recorrido de la prueba de 6 km aproximadamente y está sujeto a posibles modificaciones.
5. Las inscripciones se realizarán a través de la Página de la empresa de Cronometraje Gesconchip (www.gesconchip.es), desde el 1 de noviembre hasta el 25 de diciembre a las 14:00h. El día de la prueba no se admitirán inscripciones, salvo error u omisión por parte de la organización. Los participantes abonarán una cuota de 10 € y recibirán una camiseta técnica en la entrega de dorsales.
6. La organización hará el ingreso de 1 € por cada participante en la prueba de 6 km, para la ONG “Diabetes Cero”
7. La inscripción se realizará dentro de los plazos establecidos a través de la página www.gesconchip.es No podrán usarse los chips de carrera en la marcha y viceversa, serán automáticamente descalificados en ambas clasificaciones.
8. La entrega de dorsales será el mismo día 27 en horario de 11 a 13 horas, en la Oficina Municipal de la Plaza de Abastos y en la Secretaría de carrera desde las 15:30 horas hasta las 17:30 horas.
9. La prueba se regirá por las siguientes normas;
 - Uso obligatorio de los Bastones de Marcha Nórdica.
 - No se permite la carrera. Se debe mantener en todo momento al menos un pie y un bastón en contacto con el suelo.
 - Los bastones deben ser utilizados activamente, sin arrastrarlos y empleando la técnica diagonal (consistente en el apoyo en todo momento de cada bastón en acción con el pie contrario).

- No se debe de obstaculizar el paso a otros marchadores.
- La salida se realizará mediante el sistema de cajones, ocupando las primeras posiciones aquellos marchadores que tengan el ritmo de marcha más rápido.
- Se intentará realizar lo más adecuadamente el gesto técnico en las fases de impulso y recobro, aunque no sea una prueba competitiva.
- La organización podrá aplicar sanciones de tiempo a aquellos marchadores que por incumplimiento de la técnica se vean favorecidos en la clasificación final.
- Se realizará una clasificación final en la que se otorgarán trofeos recuerdo al vencedor absoluto y vencedora absoluta y al primer clasificado local, así como a los tres primeros y primeras de cada una de las categorías convocadas, no serán acumulables.

CATEGORÍAS DE LA PRUEBA MARCHA NÓRDICA	
SUB 40 masc y fem	1985 a 2008 (con 16 años cumplidos)
Màster 40 masc y fem	1975 a 1984
Màster 50 masc y fem	1974 a 1965
Màster 60 masc y fem	1964 a 1955
Màster 70 masc y fem	1954 y anteriores

Se invita a los participantes y público asistente a hacer alguna fotografía y enlazarlas al Facebook del Club Atletismo Chipiona @atletismo.chipiona

