



ORGANIZA:
Puerto de
Algeciras

XXIV CARRERA POPULAR

Puerto Bahía de Algeciras



Normativa Carrera Menores



XXIV CABRERA POPULAR

Puerto Bahía de Algeciras



ENTREGA DE DORSALES

Los dorsales se podrán retirar, **previa entrega de 1 kg de alimento no perecedero** destinados al Banco de Alimentos de Algeciras, en las siguientes fechas:

- **Jueves 11 de junio** en **El Corte Inglés Bahía de Algeciras** (planta 4ª Deportes) de 12:00 a 14:00 horas por la mañana, y de 17:00 a 20:00 horas por la tarde ([ver en Google Maps](#)).
- **Viernes 12 de junio** en **El Corte Inglés Bahía de Algeciras** (planta 4ª Deportes) de 12:00 a 14:00 horas por la mañana, y de 17:00 a 20:00 horas por la tarde ([ver en Google Maps](#)).
- **Sábado 13 de junio** en la **Sede Social de la APBA**, de 10:00 a 13:00 horas por la mañana ([ver en Google Maps](#)), y a partir de las 18:30 horas en la carpa de recogida de dorsales ubicada en el Llano Amarillo ([ver en Google Maps](#)).





XXIV CABRERA POPULAR

Puerto Bahía de Algeciras



ENTREGA DE DORSALES

Si perteneces a alguno de estos clubes:

- C.A. Promoción Algeciras (Bahía de Algeciras)
- C.A. Inmaculada
- C.P. San García
- C.P. Puerta del Mar



los dorsales y las camisetas de regalo **serán entregados a los monitores / maestros en conjunto**, por lo que ellos son los que se los darán a los corredores de estos clubes, no tenéis que venir individualmente a recogerlos en las ubicaciones anteriores.



ORGANIZA:

Puerto de
Algeciras

XXIV CABRERA POPULAR

Puerto Bahía de Algeciras



CATEGORÍAS, DISTANCIAS Y HORARIOS DE SALIDA

MENORES	CATEGORÍAS (F/M)	AÑO NACIMIENTO	DIST./HORA* (Femenina)	DIST./HORA* (Masculina)
	SUB 8	2019-2020 (6/7 años)	400 m. / 19:20 h.	400 m. / 19:30 h.
	SUB 10	2017-2018 (8/9 años)	900 m. / 19:40 h.	900 m. / 19:50 h.
	SUB 12	2015-2016 (10/11 años)	900 m. / 20:00 h.	900 m. / 20:10 h.
	SUB 14	2013-2014 (12/13 años)	900 m. / 20:20 h.	900 m. / 20:30 h.
	SUB 16	2011-2012 (14/15 años)	900 m. / 20:40 h.	900 m. / 20:40 h.



ORGANIZA:

Puerto de
Algeciras

XXIV CABRERA POPULAR

Puerto Bahía de Algeciras



RECORRIDOS

Circuito para categorías sub-8 (400 metros):





ORGANIZA:

Puerto de
Algeciras

XXIV CABRERA POPULAR

Puerto Bahía de Algeciras



RECORRIDOS

Circuito para categorías sub-10, sub-12, sub-14 y sub-16 (900 metros):





ORGANIZA:
Puerto de
Algeciras

XXIV CARRERA POPULAR

Puerto Bahía de Algeciras



PREMIOS INDIVIDUALES

- Primer clasificado de cada categoría: chándal de atletismo
- Tres primeros clasificados de cada categoría: trofeo, medalla, sudadera y mochila
- Camisetas técnicas de corredor para todos los inscritos
- Medallas conmemorativas para todos los corredores que entren a meta

La entrega de trofeos de las categorías menores se realizará **justo después de la carrera de cada una de las categorías**, y no al final de la carrera de mayores como en anteriores ediciones.



ORGANIZA:
Puerto de
Algeciras

XXIV CARRERA POPULAR

Puerto Bahía de Algeciras



PREMIOS PARA LOS COLEGIOS O CLUBES

Premio especial a los cuatro colegios o clubes que más participantes finalicen la carrera (*):

- 1º clasificado: trofeo y 375 € en material deportivo de
- 2º clasificado: trofeo y 325 € en material deportivo de
- 3º clasificado: trofeo y 275 € en material deportivo de
- 4º clasificado: trofeo y 225 € en material deportivo de



(*) Nota: para optar a estos premios es necesario un **mínimo de 20 participantes** que finalicen la prueba.



XXIV CABRERA POPULAR

Puerto Bahía de Algeciras



PLANO DE UBICACIÓN DE SERVICIOS





XXIV CARRERA POPULAR

Puerto Bahía de Algeciras



ALGUNOS CONSEJOS PARA LOS MENORES

✓ ANTES DE CORRER

- 🔥 Calienta 10 min (trote + movilidad)
- 💧 Bebe agua
- 🌟 Come algo ligero
- 😊 Objetivo: ¡disfrutar y llegar!

🏁 DURANTE LA CARRERA

1 SALIDA (primeros metros)

- No salgas rápido 🚫
- Ritmo cómodo 😊

2 MITAD

- Mantén el ritmo 🔄
- Respira tranquilo 😊

3 FINAL

- Acelera 🏃
- Da lo que te queda 💪

🏆 DESPUÉS DE LA CARRERA

- 🚶 Camina un poco (no te pares en seco)
- 💧 Bebe agua
- 🏆 ¡Felicítate!