

NADA E CORRE 2020

1. PARTICIPANTES

Poderán participar deportistas con licenza federativa en vigor na tempada, nados e nadas entre os anos 2003 a 2013 (ambos incluídos).

FASES ZONAIS.- Nas probas clasificatorias ou zonais, permitirase participar tramitando licenza/seguro de un día de menores, (custe 6 euros).

Para poder participar na **Final Galega** será **obrigatorio** estar en posesión de **licenza federativa anual** de triatlón ou Péntatlon Moderno, en vigor no remate do prazo de inscrición.

2. INSCRICIÓN

A inscrición para as probas do Nada e Corre, formalizarase a través da páxina Web: www.fegatri.org, dentro do apartado [Competicións/ Regulamentos-inscricións](#), accedendo á proba de referencia.

Cada club deberá designar un Técnico/Delegado, responsable do Club fronte calquera incidencia da competición. Os seus datos, cun número de teléfono de contacto, serán comunicados ao email fegatri@hotmail.com. Para poder validar a inscrición na proba.

PRAZO DE INSCRICIÓN EN CADA PROBA

As inscricións pecharanse o martes anterior á proba.

Comunicación de baixas

Estas deben ser comunicadas antes das 16:00 horas do xoves anterior á proba.

As baixas non comunicadas en prazo terán a penalización vixente de 2€ por deportista, que serán facturados ao club, ao final de cada tempada

3. CATEGORÍAS

PREBENXAMÍN masculino e feminino: nados nos anos 2013-2012.

BENXAMÍN masculino e feminino: nados nos anos 2010-2011.

ALEVÍN masculino e feminino: nados nos anos 2008-2009.

INFANTIL masculino e feminino: nados nos anos 2006-2007.

CADETE masculino e feminino: nados nos anos 2005-2003.

PARATRIATLON → *deportistas con discapacidade recoñecida igual ou superior ao 33%.*

4. NORMAS TÉCNICAS

Distancias

Prebenxamín 25 metros natación - 250 metros carreira.

Benxamín: 50 metros natación - 500 metros carreira.

Alevín: 100 metros natación - 500 metros carreira.

Infantil: 200 metros natación -1000 metros carreira.

Cadete: **300 metros natación -1500 metros carreira.**

Normas básicas

Cada proba consistirá en nadar e correr. A natación efectuarase en series por categoría e sexo, tratando de conformar as mesmas en base aos tempos de nado que estimen os adestradores.

Establécese que a partir de 120 inscritos na proba, nas categorías cadete e infantil competirán dous nadadores por rúa. Non se admitirán inscricións sen o envío dos tempos. Na final estableceranse as series en función das marcas das xornadas previas.

Na carreira realizarase unha saída por categoría e sexo saíndo todos á vez. Cando nunha categoría sexan máis de 20 participantes poderá haber unha saída A e outra B con igual número de deportistas, segundo a orde da clasificación da natación. A clasificación final será o resultado da suma de tempos da carreira e da natación.

5. FASES E ZONAS

A competición desenvolverase dividida en 2 zonas, con probas clasificatorias para a final galega.

Zonas

Zona1: Carballo – Coruña – Ferrol - Lugo (2-3 probas).

Zona 2: Ourense – Pontevedra – Ribeira – Santiago - Vigo (2-3 probas).

Final galega (1 proba).

Fase Zonal

Celebraranse entre 2 e 3 citas clasificatorias por cada zona. Nas probas clasificatorias poderán participar todos os deportistas que o desexen, segundo a situación xeográfica da entidade á que pertencen.

Clasificaranse para a Final Galega un total de 9 participantes de cada categoría e sexo por cada zona, distribuídos do seguinte xeito, segundo o número de probas celebradas en cada zona.

3 probas clasificatorias - Clasificaranse os 3 primeiros de cada categoría e sexo

2 probas clasificatorias- Clasificaranse os 4 primeiros de cada categoría e sexo máis 1 praza para o mellor sumatorio de marcas entre todas as previas.

En ningún caso computarán os deportistas xa clasificados en probas anteriores

En cada proba recibirán medallas acreditativas os 3 primeiros clasificados en categoría masculina e feminina.

Fase Final Galega

A final autonómica será organizada pola Federación Galega de Triatlón e Péntatlon Moderno. Participarán os clasificados e clasificadas en cada proba zonal. Realizarase unha clasificación individual por categoría e sexo e unha clasificación por equipos.

Clasificación individual

A clasificación realizarase coa suma de tempos de natación e carreira de cada participante. Resultando vencedor o que menos tempo sume.

Recibirán medalla/trofeo os tres primeiros clasificados de cada categoría, masculino e feminino

Clasificación por equipos

A Clasificación por equipos sairá da disputa dun relevo mixto.

Cada club presentará un equipo de 6 participantes

A) 3 deportistas masculinos e 3 deportistas femininas

B) Os e as deportistas deben estar clasificados/as si o club ten o número necesario clasificado.

b.1) No caso de non ter o número de clasificados/as para formar equipos poderá levar un/unha deportista sen clasificar, só para participar no relevo.

b.2) De non ter clasificados/as nunha categoría poderá substituírse o /a deportista por un/unha de outra categoría igual ou inferior, salvo benxamín. Sempre de igual sexo

b.3) Se o club tivese deportistas clasificados/as non se poden substituír por outros/as

C) Distancias

Natación .- 6 x 50m.

Carreira a pé.- 6 x 400m.

Entregarase medalla ou trofeo aos 3 primeiros equipos da clasificación global.

A FEGATRI asumirá os gastos de: medallas/ trofeos e xuíces na final galega.

Así mesmo aportará unha ambulancia medicalizada, sen custe para o organizador, para todas as probas.

6. OUTRAS NORMAS

Todos os aspectos non recollidos nestas normas deberán ser consultados coa Federación Galega de Triatlón e Péntatlon: www.fegatri.org para a súa resolución a través do órgano federativo competente.

*** Os apartados subliñados en verde foron aprobados en Asemblea Xeral o 18 de decembro de 2019.*