

VII Carrera Solidaria de Cox - 5 k y 10 k

- Domingo, 20 de noviembre de 2022.
- Hora de salida de ambas pruebas: 10:00 horas.
- Lugar: Avenida del Carmen – Plaza de la Glorieta.

La prueba se celebrará el **domingo día 20 de noviembre de 2022, a las 10:00 horas** con salida y meta desde la Plaza Avenida del Carmen (Plaza de la Glorieta) COX.

INSCRIPCIÓN

La inscripción a la prueba tanto para los 5 km como los 10 km tiene **un coste de 10 euros** (gastos de gestión incluidos).

Una vez verificada la inscripción y el pago de la misma, **la organización le confirmará por correo electrónico la inscripción a la carrera**. El último día de inscripciones es el jueves 17 de noviembre de 2022 a las 23:59 horas.

Los dorsales y chip se podrán recoger el mismo día de la carrera, de 8:00 hasta las 9:00 de la mañana que se cerrará el set de entrega de dorsal, chip y bolsa del corredor.

También se podrá recoger los dorsales el día antes de la prueba, sábado 19 de noviembre, de 17:30 horas a 19:30 horas en la Casa de Cultura de Cox. El día de la prueba se recogerá en el mismo lugar de donde sale la prueba.

La asistencia sanitaria será ofrecida por Cruz Roja.

CARRERA SOLIDARIA

La recaudación de las inscripciones de la carrera irá destinada a fines solidarios, proyectos que actualmente ya se están desarrollando.

CIRCUITO

Se trata de un circuito urbano, prácticamente llano. El mismo consta de 5.000 m., con 2 vueltas al mismo circuito para el caso de los participantes que elijan los 10 km. No obstante, la organización se reserva el derecho a modificar el circuito en función de imprevistos y condicionantes que se pudiesen dar, intentando en todo momento respetar la distancia y las características del mismo.

A lo largo del circuito estará señalizado cada punto kilométrico. Existirá un punto de **avituallamiento líquido alrededor del km 5** para los corredores de los 10 kilómetros y un avituallamiento líquido y sólido para todos los corredores al finalizar la prueba.

En el Pabellón Municipal (Calle Reyes Católicos) se **habilitarán duchas** desde las 10:30 horas hasta las 13:00 h.

La entrega de trofeos se realizará una vez finalizadas las carreras infantiles.

CATEGORIAS CARRERA 5K Y 10 K

CATEGORIA	EDAD
Promesa M/F	16 a 21 años
Senior M/F	22 a 34 años
Veterano/a (A)	35 a 44 años
Veterano/a (B)	45 a 54 años
Veterano/a (C)	55 en adelante
Corredores Locales M/F	Todas las edades

Trofeos: 3 primeros clasificados Masculino y Femenino de cada una de las categorías.

***También recibirán trofeo los tres primeros de la clasificación general (masculino / femenino)

CATEGORIAS INFANTILES

CATEGORIA	AÑO / EDAD	DISTANCIA
Chupetines	2014 / 2015 (4-5 años)	200 metros
Pre-Benjamín	2012 / 2013 (6-7 años)	500 metros
Benjamín	2010 / 2011 (8-9 años)	800 metros
Alevín	2008 / 2009 (10-11 años)	1000 metros
Infantil	2006 / 2007 (12-13 años)	1400 metros
Cadete	2004 / 2005 (14-15 años)	2000 metros

CARRERA INFANTIL

HORARIO Y SALIDA

Una vez finalizada las carreras de 5 y 10 km darán comienzo las carreras infantiles, siendo el orden de menor a mayor categoría. Dentro de cada categoría empezarán las niñas y después los niños. En caso de que el número de participantes lo permitan, las carreras en función del sexo se realizarán de forma conjunta, siendo esta una decisión de la organización

Se estima que la hora de inicio serán las 11:30 aproximadamente, siendo la salida y la meta en la Avenida del Carmen (altura de la puerta de la Casa de Cultura, donde estará instalado el arco de meta).

La inscripción a las carreras infantiles es gratuita y se deberán de realizar el mismo día de la prueba (Plaza de la Glorieta de Cox) de 9:00 a 11:00 horas.

Todos los participantes en las carreras infantiles recibirán un obsequio, ya que todos y todas son ganadores por el simple hecho de participar. Además, podrán recuperar energía junto a los participantes de las carreras de 5 y 10 km.

PARTICIPANTES

Importante. Por seguridad y para garantizar un buen desarrollo de las pruebas de 5 y 10 km, se limitan las inscripciones a 400 participantes, no siendo necesario limitar el número de participantes de las carreras infantiles.