

## INFORMACIÓN Y ORGANIZACIÓN

Run For Parkinson Villablino, VI Carrera Popular con la Asociación Parkinson Babia-Laciana”, es una CARRERA DE CARÁCTER SOLIDARIO Y NO COMPETITIVA, cuyo objetivo es recaudar fondos para el mantenimiento de las terapias de rehabilitación de las personas con Enfermedad de Parkinson.

En esta edición concretamente, los fondos irán destinados a la adquisición de una **furgoneta de transporte adaptado**.

La prueba se disputará el **14 de Abril de 2019** a las **11:00h** con motivo de la celebración del Día Mundial, sobre un circuito mixto, (30% asfalto, y 70% montaña) que se podrá realizar corriendo o andando ya que el objetivo es participar.

Al finalizar la prueba se sortearán una serie de regalos donados por diferentes establecimientos colaboradores, participando con el número de dorsal.

## MODALIDADES, CATEGORIAS Y RECORRIDO

### MODALIDADES

Las opciones de participación son:

#### -ANDARINES

- 8 km circuito mixto (30% asfalto, y 70% montaña)
- Circuito Adaptado y accesible: 1 km aproximadamente

#### -CORREDORES: circuito mixto (30% asfalto, y 70% montaña):

- 8 Km
- 12km
- 1 km por casco urbano para menores de 12 a 17 años.
- Mini Carrera, para los más pequeños. (Circuito pista de polideportivo de 300m aprox.)

### CATEGORÍAS

Es una prueba solidaria de carácter no competitivo, por lo que no se establecen categorías de participación.

### RECORRIDO:

La salida y la meta tendrán lugar en el Polideportivo Municipal de Villablino. Según la modalidad, los circuitos son:

#### ANDARINES

Salida desde el polideportivo, Avenida Constantino Gancedo, Avenida del Bierzo, CRUCE DE CARRETERA a la altura del Ferial, Camino desde el

Mercado de Ganado hacia el Parque, camino hasta Polígono Industrial de Villager, Cruce por la pasarela peatonal a la altura del Polígono Industrial con dirección Villager.

Villager: Calle Cabuerca hasta la Plaza Postoiro, Camino hasta la Plaza Nuela. Sendero paralelo a Urbanización Meneza hasta llegar a San Miguel de Laciana en la Calle Farrucon (a la altura de la Casona de San Miguel.) Calle Farrucon hasta Calle Mayor, Final de la Calle Mayor en el Cruce con la Avenida Asturias (En Villablino, a la altura del Marga) CRUCE CARRETERA señalado por Guardia Civil.

Calle Santa Lucia, Avenida Constantino Gancedo hasta llegar al Polideportivo.

### **ANDARINES CIRCUITO ADAPTADO**

Polideportivo, avenida Constantino Gancedo hasta el Familia; Calle Vega del Palo, Calle Dr Fleming, Calle Cuetonidio, Polideportivo.

### **CORREDORES 8 y 12 km**

#### ***Zona Urbana***

Polideportivo, avenida Constantino Gancedo hasta el Familia; Calle Vega del Palo, Calle Dr Fleming, Calle Serafin Morales, Calle Peña Ubiña, Regreso a Avenida Constantino Gancedo y paso por delante del polideportivo. Continuar por Avenida Constantino Gancedo, hasta el polideportivo.

#### ***Zona Montaña***

Camino desde el Mercado de Ganado hacia el Parque, camino hasta Polígono Industrial de Villager, Cruce por la pasarela peatonal a la altura del Polígono Industrial con dirección Villager.

Villager: Calle Cabuerca hasta la Plaza Postoiro, Camino hasta la Plaza Nuela. Sendero paralelo a Urbanización Meneza hasta llegar a San Miguel de Laciana en la Calle Farrucon (a la altura de la Casona de San Miguel.) Calle Farrucon hasta Calle Mayor, Final de la Calle Mayor en el Cruce con la Avenida Asturias (En Villablino, a la altura del Marga) CRUCE CARRETERA señalado por Guardia Civil.

Calle Santa Lucia, Avenida Constantino Gancedo hasta llegar al Polideportivo.

### **CARRERA 12KM**

Mismo recorrido.

A la altura del Polígono Industrial de Villager, señalización para continuar por sendero natural hasta llegar a la Via verde.

A la altura de Villager retomar ruta de 8 Km.

### **CARRERA 1 KM Menores de 12 a 17 años**

#### ***Zona Urbana***

Polideportivo, avenida Constantino Gancedo hasta el Familia; Calle Vega del Palo, Calle Dr Fleming, Calle Serafin Morales, Calle Peña Ubiña, Regreso a Avenida Constantino Gancedo y META en el polideportivo.

### MINI CARRERA

Al finalizar el recorrido los Andarines, se realizará la Mini Carrera en la Pista de Atletismo del Polideportivo. Se establecerán 3 recorridos en función de las edades.

### **INSCRIPCIONES.**

La inscripción será de **10€ CORREDORES, 8€ ANDARINES, Y 5€ MINICARRERA hasta el 31 de Marzo.** A partir del 1 de Abril, las cuotas se incrementan en 2€ excepto minicarrera: **CORREDORES 12€ Y ANDARINES 10€.** Los primeros 100 inscritos tendrán un obsequio por parte de la Asociación. Cada participante tendrá como obsequio una camiseta que se entregará junto al dorsal, y con la que tendrá que correr el día de la prueba con carácter obligatorio por tratarse de una campaña a nivel mundial

Los inscritos fuera del primer plazo (hasta el 31 de Marzo), no podrán elegir talla de la prenda deportiva de regalo; se les proporcionará las tallas disponibles en ese momento.

Se podrá colaborar sin participar mediante la compra de un **“Dorsal 0”** aportando la cantidad:

- 1 euro solo dorsal.
- 6 euros dorsal y camiseta

Para inscribirse están a disposición de los interesados varias vías:

-[www.carrerasconencanto.com](http://www.carrerasconencanto.com)

- Sede de la Asociación en la Calle Pandietsa 20 de Villablino (antiguo colegio de las Graduadas)

Para ampliar información existen las siguientes vías:

-[www.carrerasconencanto.com](http://www.carrerasconencanto.com)

-Página de facebook [www.facebook.com/parkinsonbabiaylaciana](https://www.facebook.com/parkinsonbabiaylaciana) por mensaje privado

-Teléfono 644454630

-Email: [parkinsonbabiylaciana@gmail.com](mailto:parkinsonbabiylaciana@gmail.com)

### **RETIRADA DEL DORSAL Y CAMISETA**

Los dorsales y las camisetas se entregarán el viernes 12 de Abril en la sede ubicada en C/Pandietsa 20, de Villablino desde las 10 hasta las 20h.

Y el sábado 13 de 10 a 14h en la sede, y de 16 a 20h en el polideportivo de Villablino

También podrá recogerse el día de la carrera de 9:00 a 10:00, opción sólo habilitada para aquellos participantes de fuera del Municipio.

**INSTALACIONES Y ASISTENCIA MÉDICA**

**INSTALACIONES:** Para el desarrollo de la misma se contará con servicio de duchas en el Polideportivo, así como el obsequio de la “bolsa de Corredor” (agua, fruta, dulces) al finalizar la carrera.

**ASISTENCIA:** La organización dispondrá de SERVICIOS DE CRUZ ROJA durante toda la jornada. Así mismo se recomienda a todos los inscritos, lleven a cabo un reconocimiento de aptitud del médico deportivo que descarte cualquier patología que haga peligrosa o resulte incompatible con esta carrera.

**SEGURO:** Todos los participantes estarán amparados por una póliza de RESPONSABILIDAD CIVIL Y ACCIDENTES, excluidos los casos derivados de un padecimiento latente, imprudencia o inobservancia de las leyes, de la normativa de la competición, etc. También quedan excluidos los casos producidos por el desplazamiento; al lugar de la competición o desde el mismo

**RESPONSABILIDAD**

-La Organización declina toda responsabilidad en caso de accidente por negligencia. Los participantes serán responsables de todo perjuicio que puedan causarse a sí mismos y a terceros. Por el mero hecho de inscribirse, todo participante acepta el presente reglamento

-Todos los participantes lo hacen bajo su propia responsabilidad y al inscribirse en la prueba, declaran no tener ninguna dolencia ni padecimiento que ponga en riesgo su salud, aceptan el presente reglamento y se responsabilizan de cualquier accidente que pueda surgir durante su participación en la misma, aunque la organización pondrá todos los medios a su alcance para que no ocurran.

-La carrera contará con un suficiente número de personas voluntarias debidamente identificadas, para la disposición de todos los elementos materiales (arcos, pancartas, mesas, vallas, sonido, pódium, sistema de cronometraje, dorsales, limpieza posterior, entrega trofeos, etc...) y para que los corredores/as tengan suficiente atención en orden a recogida de dorsales, seguridad, avituallamientos líquidos, entrega de bolsa del corredor, etc.

## CALENDARIO DE ACTIVIDADES

### APERTURA DE INSCRIPCIONES

-DIA 14 DE MARZO

### CIERRE DE INSCRIPCIONES VIA PAGINA WEB.

-DIA 11 DE ABRIL

(a partir de entonces te puedes inscribir en la Calle Pandietsa 20 de Villablino)

### RECOGIDA DE DORSALES

-DIA 12 DE ABRIL DE 10:00 A 20:00H en Calle Pandietsa 20 de Villablino

-DIA 13 DE ABRIL:

- DE 10:00 A 14:00H en Calle Pandietsa 20 de Villablino
- DE 16:00 A 20:00H en Polideportivo Municipal de Villablino

### DIA DE LA CARRERA

09:00. recogida de dorsales, ultimas inscripciones

10:00. Finalización del tiempo de recogida de dorsales

11:00. Salida Corredores 8 y 12km

11:15 Salida Andarines

Juegos infantiles

12:00 Bailes Latinos, Flash mob

12:30 Mini carrera

13:00 Sorteo de regalos entre los participantes