

El próximo día 03 de Mayo se celebrará en el Parque del Agua de Zaragoza la “10K Solidaria 2015”, prueba que se realiza sobre una distancia no homologada por la RFEA, en la que se incluirá el “Trofeo San Ivo Colegio Abogados de Zaragoza”. La [Federación Aragonesa de Atletismo](#) promueve este evento deportivo, que cuenta con la organización del [Real e Ilustre Colegio de Abogados de Zaragoza](#) y la FAA, prueba que se incluye en el calendario autonómico con la autorización de la Federación Aragonesa de Atletismo y bajo el control técnico del Comité Territorial de Jueces FAA.

Artículo 1.- Información General

El horario de comienzo de la prueba será las 10.30 horas. La salida se producirá desde Pabellón Embarcadero. El orden de salida y las diferentes categorías serán las siguientes:

Hora	Categoría	Año Nacimiento	Metros	Vueltas Circuito	Trofeos	H. Trofeos
10.30	Absoluta Popular M y F	2001 y anteriores*	5K	1	1º 2º 3º	11.50
10.30	Abogados M y F	2001 y anteriores*	5K	1	1º 2º 3º	11.50
10.30	Absoluta Popular M y F	1999 y anteriores	10K	2	1º 2º 3º	11.50
10.30	Veteran@s A M y F	35-44 AÑOS	10K	2	1º 2º 3º	11.50
10.30	Veteran@s B M y F	45-54 AÑOS	10K	2	1º 2º 3º	11.50
10.30	Veteran@s C M y F	55 O + AÑOS	10K	2	1º 2º 3º	11.50
10.30	Abogados M / F**	2001 y anteriores*	5K	1	1º 2º 3º	11.50
			10K	2	1º 2º 3º	11.50
12.00	INFANTIL MAS	2002-2003	900	Circuito Escolar	1º 2º 3º	12.05
	INFANTIL FEM				1º 2º 3º	
12.08	ALEVÍN MIXTO	2004	500	Circuito Escolar	Medallas	En meta
12.16	ALEVÍN MIXTO	2005	500	Circuito Escolar	Medallas	En meta
12.24	BENJAMIN MIXTO	2006	300	Circuito Escolar	Medallas	En meta
12.32	BENJAMIN MIXTO	2007	300	Circuito Escolar	Medallas	En meta
12.40	AGUILUCHOS MIXTO	2008 – 2009	150	Circuito Escolar	Medallas	En meta
12.48	AGUILUCHOS MIXTO	2010 – 2011	150	Circuito Escolar	Medallas	En meta
12.56	AGUILUCHOS MIXTO	2012 y siguientes	150	Circuito Escolar	Medallas	En meta
*Se recomienda la distancia 5K en los atletas de categoría cadete (2000-2001)						
**Podrán participar abogados y familiares de los mismos, indicando el nº de colegiado del titular.						

En la carrera Popular se deberá elegir entre realizar 1 vuelta al circuito (5K) o dos vueltas al circuito (10K) en el momento de la inscripción.

Los atletas que pueden participar en la misma son los siguientes:

- Atletas populares y atletas federados.

- Sólo podrán participar atletas federados extranjeros con ficha FAA, salvo las excepciones que recoge el reglamento de carreras de la RFEA en su artículo 3.4. (Atletas populares extranjeros pueden participar con total normalidad).

Artículo 2.- Inscripciones.

Inscripciones en www.10kparquedelagua.com

Las inscripciones presenciales se realizarán hasta el 28 de abril en horario comercial en:

- [Fartleck Sport](#) (Tomás Bretón Nº46)
- [Running Zaragoza](#) (Ricla Nº2)
- [Deportes Zenit](#) (María Guerrero Nº9)

Los atletas federados deberán presentar la licencia en cualquiera de los tres puntos de inscripción.

Plazo de inscripción: hasta el día 28 de abril con un límite máximo de **1000** participantes en la prueba de 5K/10K y 80 atletas por categoría escolar.

Fecha	Atletas Federados FAA (AR-ARF)	No Federados o sin Licencia FAA	Escolares FAA (DEA)	Escolares No Federados
Hasta 31 / 03	6€	+2€	2€	+2€
Del 01 / 04 al 28 / 04	9€	+2€	4€	+2€
3/5/2015	20€		10€	
Por cada participante en la prueba popular se destinarán 3€ a una entidad benéfica por determinar.				

Camiseta Técnica: en el proceso de inscripción está la posibilidad de inscribirse con o sin la camiseta técnica de manga corta conmemorativa de la prueba, esta opción supondrá un incremento de 5€ en la inscripción en cualquiera de las opciones de inscripción y solo estará disponible hasta el 23 de abril, con posterioridad a esa fecha todas las inscripciones se realizarán sin camiseta conmemorativa.

Entrenamientos dirigidos: en el proceso de inscripción está la posibilidad de inscribirse gratuitamente a los entrenamientos que se realizarán por parte del grupo ["Fartleck Sport"](#) para preparar la prueba. El punto de reunión será la puerta del CDM Salduba a las 20.30 horas de martes y jueves del mes abril.

Liebres de la prueba: para facilitar la consecución de los tiempos de los participantes de la 10K la organización facilitará la presencia de 4 liebres que marcarán los siguientes ritmos por kilómetro: 4'30-5'00-5'30-6'00.

Dorsal cero: se habilita una inscripción opcional denominada "dorsal cero" para aquellas personas que quieran colaborar con la entidad benéfica, dinero que será destinado íntegramente para la fundación.

Recogida de dorsales: junto con chip y bolsa del corredor, durante el sábado 02 de mayo de 10.00 a 13.30 horas y de 17.00 a 20.30 horas en [Fartleck Sport](#) (C/ Tomás Bretón Nº46). Para los atletas de fuera de Zaragoza se habilitará una recogida de dorsales el domingo 03 de mayo a partir de las 9 de la mañana hasta 30 minutos antes del comienzo de cada prueba en la zona del circuito habilitada para ello (zona salida prueba).

No se devolverá el dinero de la inscripción, excepto en el caso de suprimir la prueba por motivos de seguridad.

Artículo 3.- Seguros.

Todos los participantes inscritos correctamente en la prueba estarán cubiertos con un seguro de responsabilidad civil y de accidentes. Queda totalmente prohibida la participación de corredores no inscritos.

La organización recomienda hacerse una revisión médica y / o prueba de esfuerzo a todas aquellas personas que no hayan corrido una prueba de similares características anteriormente o lleven un período prolongado de tiempo sin realizar actividad física.

Artículo 4.- Aspectos técnicos.

Recorridos:

Carreras Escolares: salida y meta a lo largo del Paseo del Pabellón Embarcadero (Debajo Torre del Agua).

5K/10K Popular: circuito certificado en el Parque del Agua (1/2 vueltas).

Será descalificado cualquier atleta que, a sabiendas de su imposibilidad de participar, proporcione datos erróneos a la Organización, para poder hacerlo. Se debe recordar que las reclamaciones deberán hacerse ante el Juez Árbitro de la prueba, hasta 30 minutos después de hacerse pública la clasificación de la carrera. La carrera podrá ser suspendida si así lo decide la organización junto con la autorización del Juez Árbitro de la prueba.

La participación en la competición supone la aceptación del presente Reglamento, reservándose la Organización el derecho a modificar aquellos aspectos de la prueba que por causa mayor sea necesario, previa autorización del Juez Árbitro de la competición.

Todo lo no previsto en este reglamento, será resuelto por el Juez Arbitro, de acuerdo con el reglamento en vigor de la IAFF, la RFEA y FAA

Artículo 5.- Cronometraje y resultados.

El control de tiempos y puestos se realizará mediante el sistema de cronometraje manual FAA en las pruebas de menores y de chip con validación del jurado FAA en la prueba popular.

Los resultados de la III Carrera Solidaria La Caridad podrán verse en la página www.federacionaragonesadeatletismo.com en la sección calendario.

Artículo 6.- Servicios al corredor

- Se dispondrá de ambulancia en la zona de salida / meta.
- Duchas y vestuarios (pendiente).
- Avituallamiento líquido en la zona de salida y meta, fruta y bebida isotónica.
- Tras finalizar la prueba y gracias a la colaboración con Globalitè los atletas participantes en la prueba popular tendrán la opción de disfrutar de un relajante masaje.
- Se dispondrá en la zona de salida y meta un espacio con hinchables para los más pequeños.

