

"I CROSS NAVIDEÑO LORENZANA"

I Cross Navideño Lorenzana

22 diciembre
11:30 h

Inscripciones:
On line: www.ligacrossinterval.com
Presencial: Impresiones Papelería C/Sinaloa,12 bajo 

Organiza:



Control y Cronometraje:



REGLAMENTO:

1- Definición:

El "I Cross Navideño de Lorenzana" es una prueba deportiva de carácter popular destinada a acercar el campo a través popular a cuantos deportistas deseen participar en ella independientemente de su forma física, sexo o edad.

Será la 2ª de las cinco pruebas puntuables de la "IX Liga Leonesa de Cross Popular Interval 2019/20".

2- Formato de Carreras y Categorías:

Cross Popular:

Se disputará en los alrededores del Campo de Fútbol de Villabalter.

Como toda prueba de cross, el recorrido constará de vueltas:

Dos vueltas sobre un recorrido de 3750 metros de longitud hasta completar los 7500 metros totales.

El recorrido será campo a través, con bajos desniveles y desarrollado sobre hierba, barro, camino y tierra.

Cada vuelta constará de tramos llanos, pequeños repechos, giros a 90° y tramos de bajada.

Las categorías para el Cross Popular serán las siguientes:

HOMBRES	MUJERES
Senior (Hasta 34* años Inclusive)	Senior (Hasta 34* años Inclusive)
M-35 De 35 a 39 años	F-35 De 35 a 39 años
M-40 De 40 a 44 años	F-40 De 40 a 44 años
M-45 De 45 a 49 años	F-45 De 45 a 49 años
M-50 De 50 a 54 años	F-50 De 50 a 54 años
M-55 De 55 a 59 años	F-55 De 55 a 59 años
M-60 Mayores de 60 años	F-60 Mayores de 60 años

*Nota: Cumplidos durante el año 2019.

3- Premios

Recibirán trofeos los 5 primeros clasificados absolutos (femeninos y masculinos). Además recibirán medallas los tres primeros clasificados de cada una de las categorías reconocidas en este reglamento (tanto en categoría masculina como femenina).

4- Horarios y Categorías

11:30 Cross Popular

13:00 Entrega de Trofeos Cross Popular.

5- Inscripciones:

Puntos de Inscripción.

León: En **Impresiones Papelería** (www.facebook.com/impre15/) en Calle Sinaloa 12 Bajo. Tfno 987086099. León).

Datos necesarios para inscripción: Nombre y Apellidos, D.N.I, Fecha de Nacimiento, Equipo, Tfno y e-mail.

Internet: A través de la página oficial de la liga de cross Interval www.ligacrossinterval.com o en la página web www.intervalnolimits.com

Coste de Inscripción: 9 €

Fecha límite de inscripción: Sábado, 21 de diciembre de 2019 a las 14:00 h.

6- Entrega de dorsales:

El domingo 22 de diciembre, día de la prueba, desde las 10:00 horas hasta las 11:00, 30 minutos antes de la salida.

7- Bolsa del Corredor:

- Incluirá camiseta técnica, obsequio, caldo al finalizar, fruta y bebida así como cuantos regalos pueda conseguir la organización hasta la fecha.

8- Cronometraje y Control de la prueba:

- Tanto el control de la prueba como los resultados, clasificaciones, aplicación del reglamento, etc. correrán a cargo de la empresa leonesa encargada del cronometraje, control y organización de la misma "Interval No Limits".