AC RUNNING

AC RUNNING TOYOTA 5&10 KM sarriguren

19 de octubre desde las 10 h. junto al Ayuntamiento en Sarriguren

Patrocinadores

EGUESIBARKO • UDALA
AYUNTAMIENTO DEL VALLE DE EGÜÉS

nerea cenoz nutrición

HIPERCOR Huarte/Itaroa

CORE

Inscripciones

En http://www.rockthesport.com/evento/iv-carrera-toyota-510-km-sarriguren/inscripcion/selecciona-tarifa o clicando aquí **desde el jueves 18 de septiembre hasta el viernes 17 de octubre a las 20 h.**

Existe un límite de 1000 inscritos en adultos sumando las pruebas de 5 &10 km. No existe límite de inscritos para los niños.

Plazos

Mayores

- **Hasta las 20 h. del lunes 13 de octubre**:

· Opción de **dorsal personalizado** con el nombre o nick del corredor.
· **Elección de talla y tipo de camiseta** o prenda oficial de la prueba.
· **Precio 13 €** (2 € por inscripción cedidos íntegros a Acción Contra el Hambre).

- **Desde las 20 h. del lunes 13 de octubre hasta las 20 h. del viernes 17 de octubre**:

· **Dorsal genérico sin personalizar**.
· **Camiseta** o prenda oficial de la prueba a elegir **según disponibilidad** de talla y tipo.
· **Precio 15 €** (2 € por inscripción cedidos íntegros a Acción Contra el Hambre).

NO SE ADMITIRÁN INSCRIPCIONES DE MAYORES EL DÍA DE LA PRUEBA

Niños

- **Hasta las 20 h. del lunes 13 de octubre**:

· **Los niños** realizarán la inscripción también **por internet** pero **sin realizar pago alguno**. Para retirar su dorsal deberán aportar 1 kg. de alimentos no perecederos el día de la prueba en la zona de salida/meta.
· Opción de **dorsal personalizado** con el nombre o nick del niño.
· **Elección de talla de camiseta** o prenda oficial de la prueba.

- **Desde las 20 h. del lunes 13 de octubre hasta las 20 h. del viernes 17 de octubre**:

· **Dorsal genérico sin personalizar**.
· **Camiseta** o prenda oficial de la prueba **según disponibilidad** de talla y existencias el día de la prueba.
· **Los niños se apuntan del mismo modo que en el plazo anterior por internet.**

- Excepcionalmente podrán inscribirse el día de la prueba hasta 30' antes de la carrera de cada categoría.

RECOMENDABLE REALIZAR LA INSCRIPCIÓN POR INTERNET

Recogida de dorsales:

Mayores·

· Los adultos podrán recoger su dorsal y prenda oficial de la prueba **en Hipercor del Centro Comercial Itaroa desde el viernes 17 de octubre a partir de las 16 h. hasta el cierre del comercio el sábado 18 de octubre.**

· Los **inscritos después de las 20 h. del miércoles 15 de octubre** recogerán su dorsal igual que el resto pero la camiseta no estará disponible hasta el miércoles 22 de octubre. Todo ello **en Hipercor del Centro Comercial Itaroa**

Niños:

· Los niños se inscribirán por Internet sin coste alguno y recogerán su dorsal el día de la prueba en Sarriguren en el momento de entregar su kg. de comida no perecedera para Banco de Alimentos de Navarra.

Características de la prueba:

- **Cronometraje** por **chip desechable**. Tiempo **parcial del Km. 5 y del 10**
- **Dorsales personalizados** con el nombre o nick de cada corredor.
- Publicación de las **clasificaciones el mismo día de la prueba** en www.acrunning.com
- **SMS con el resultado** de la prueba en el móvil una vez finalizada la misma.
- **Galería fotográfica organizada por dorsal** con fotos descargables en alta resolución en www.acrunning.com y www.rockthesport.com
- **Seguro de accidente con asistencia sanitaria ilimitada**
- **Hinchables en la zona de meta** desde las 10 hasta las 13 h. (siempre que las condiciones meteorológicas lo permitan).
- **Avituallamiento** a la llegada en la zona de meta.
- **Almuerzo popular** gratuito cedido por Embutidos Goikoa y Taberna para todos los participantes presentando el dorsal. El público en general conseguirá su almuerzo entregando 1 kg. de comida no perecedera.
- **Regalo sorpresa para todas las participantes femeninas.**

Reglamento

- **Recogida de dorsales y prenda oficial** IV Carrera TOYOTA 5&10 Km. Sarriguren **en Hipercor del Centro Comercial Itaroa** a partir de las 16 h. del viernes 17 de octubre.
- **Recogida de la bolsa del corredor** al llegar a meta.
- Los participantes deben llevar el **dorsal en el pecho y bien visible**, para facilitar la labor de los controles a lo largo del recorrido.
- La participación es libre, pero **se recomienda a los corredores realizar previamente un reconocimiento médico.**
- **La organización declina toda responsabilidad por los daños físicos o morales, perjuicios o lesiones que la participación en esta prueba pueda ocasionar el atleta a sí mismo o a otras personas; incluido también cualquier daño por padecimiento latente, imprudencia, negligencia o inobservancia de las leyes**.

AC RUNNING

- Habrá **avituallamiento de agua** a mitad de recorrido **(kilómetro 5).**

- **Tiempo límite para completar la prueba de 10 km**.: 1 h. 15 minutos.

- Habrá servicio de **vestuarios y duchas** en la Ciudad Deportiva Sarriguren y **masajes (Masajes Hera)** en los porches del Ayuntamiento del Valle de Egüés en Sarriguren.

- **Sólo puntuará para el Circuito Navarro Running la prueba de 10 km.**

Horarios y distancias

Categorías	Horario	Distancia
Juveniles (nacidos en 1997/98)	10:00 h.	2.400 m. (4 vueltas circuito pequeño)
Cadetes (nacidos en 1999/2000)	10:00 h.	2.400 m. (4 vueltas circuito pequeño)
Infantiles (nacidos en 2001/02)	10:15 h.	1.800m. (3 vueltas circuito pequeño)
Alevines (nacidos en 2003/04)	10:25 h.	1.200 m. (2 vueltas circuito pequeño)
Benjamines (nacidos en 2005/06)	10:35 h.	600 m. (1 vuelta circuito pequeño)
Prebenjamines (nacidos en 2007/08)	10:50 h.	300m. (1/2 vuelta circuito pequeño)
Absoluta (nacidos en el 98 y antes) y veteranos (con 35 años cumplidos)	11:30 h.	5&10 km..(1 ó 2 vueltas circuito grande)

Premios y trofeos carrera 5 y 10 km. (no acumulables según elección realizada en la inscripción)

Categoría absoluta	Categoría veteranos	Categorías menores
1º/1ª Trofeo y obsequio	1º/1ª Trofeo y obsequio	**Medalla a los tres primeros/as de cada categoría después de cada carrera**
2º/2ª Trofeo y obsequio	2º/2ª Trofeo y obsequio	
3º/3ª Trofeo y obsequio	3º/3ª Trofeo y obsequio	

AC RUNNING

Trofeo y obsequio para el primer clasificado del Valle de Egüés (todas las poblaciones exceptoSarriguren) **y de Sarriguren**, en categoría masculina y femenina.

La **entrega de trofeos** en categorías absoluta y veteranos será a las **13 h.**

Otros datos

- En meta habrá un **avituallamiento de fruta (FrutasZabalza).**

- Tras la entrega de premios **se sortearán obsequios** cedidos por nuestros colaboradores:

- Todos los corredores podrán descargarse las **fotografías ordenadas por dorsal en alta resolución de forma gratuita** desde la página de Rockthesport..

- Todos los corredores podrán descargarse su **diploma conmemorativo de forma gratuita** con el tiempo y puestos conseguidos y una foto de su galería desde la página de Rockthesport..

Carrera solidaria

- 2 € de cada inscripción irán destinados a la ONG **Acción Contra el Hambre** con la que A.C. Running colabora habitualmente.

- **Stand de Acción Contra el Hambre** en la zona de post-meta para recaudación de fondos e información de su actividad.

- **Banco de Alimentos de Navarra:** los niños se inscribirán aportando 1 kg. de comida no perecedera en la zona de meta el día de la prueba. El público en general podrá retirar su almuerzo entregando 1 kg. de comida no perecedera.

- **Promoción de la actividad de ADONA** (Asociación de Donantes de Sangre de Navarra) con regalos especiales para sus asociados participantes.

Promoción del Club A.C. Running

- Los **participantes en la IV Carrera TOYOTA 5&10 Km. Sarriguren podrán hacerse socios del Club A.C. Running con una cuota anual reducida a 65 €** (precio normal 75 €) para lo que queda de 2014 y todo 2015.

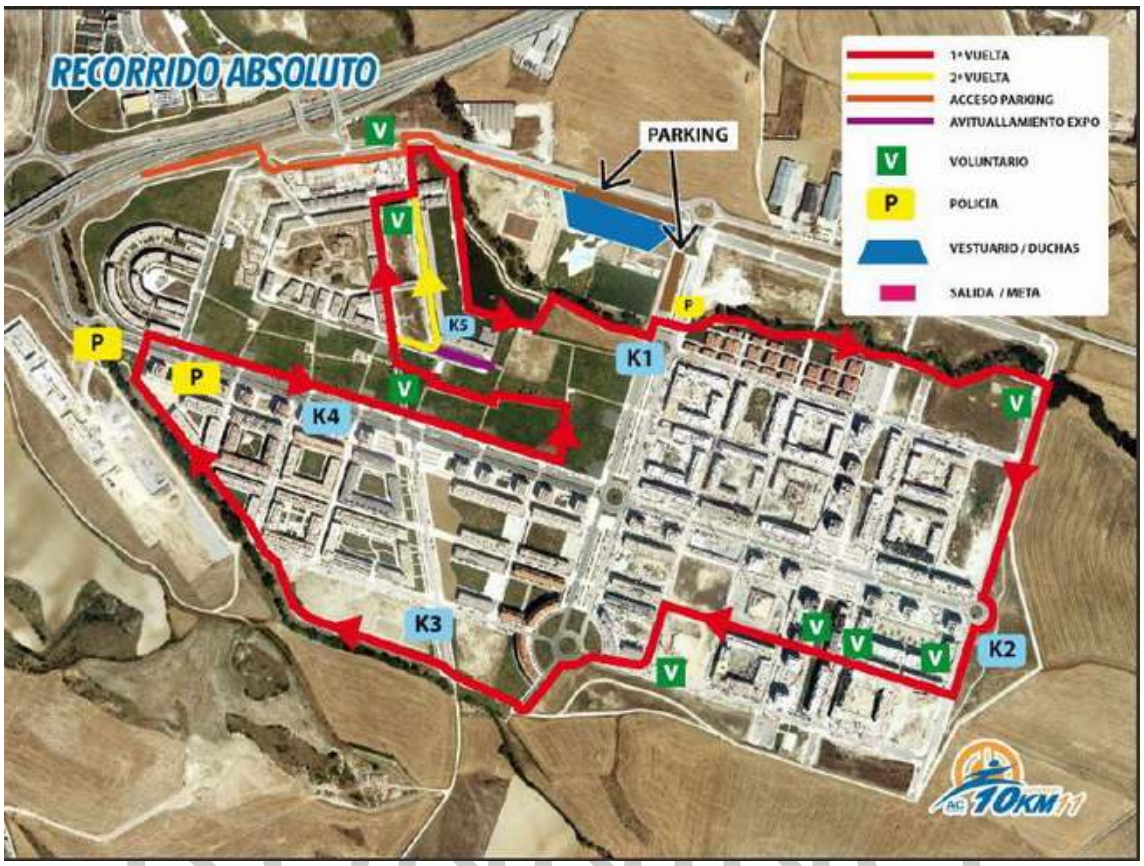
- Conoce las **ventajas de ser socio de A.C. Running** aquí

- Completa tu **inscripción en A.C. Running** aquí o en el cuestionario de inscripción de la carrera

AC
RUNNING

Reconocimiento de circuitos

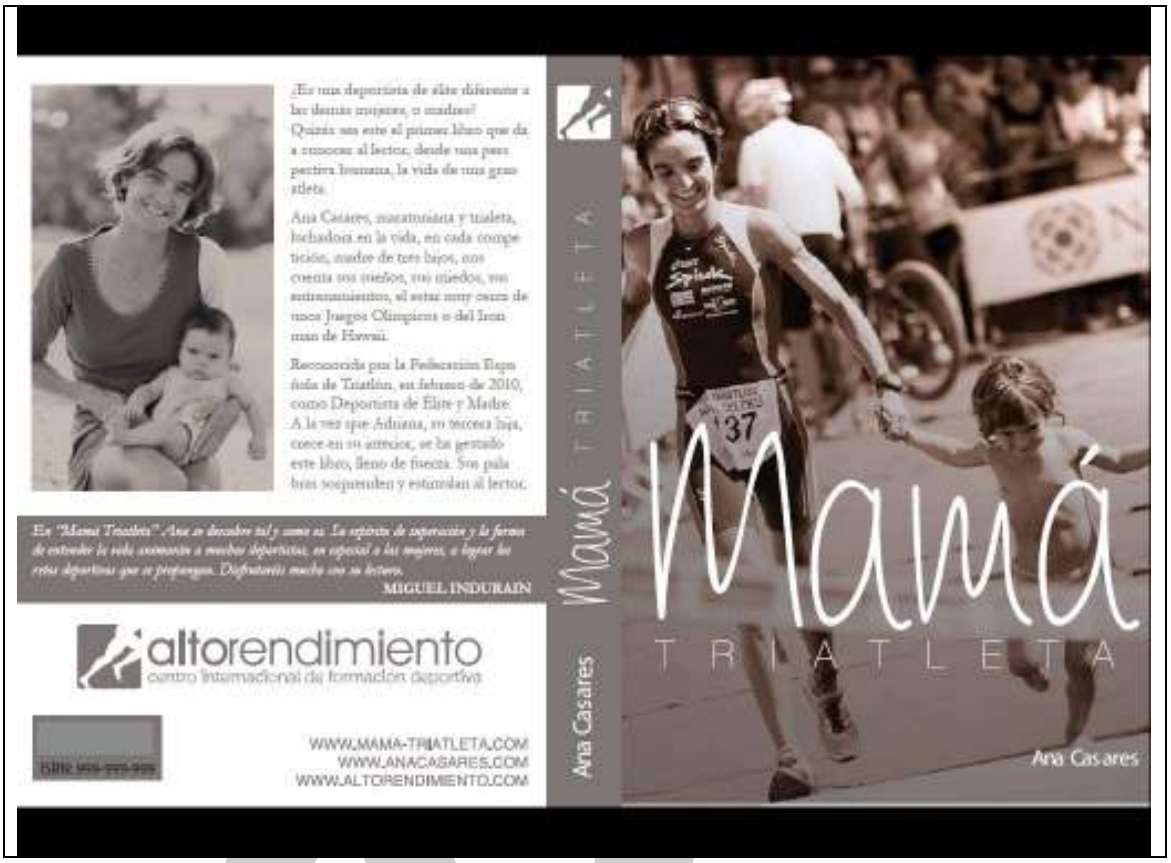
Los próximos martes 7 y 14 de octubre haremos un reconocimiento del circuito a las 19:45 h. con salida desde el Ayuntamiento del Valle de Egüés en Sarriguren. Como el circuito es de 5 Km. se pueden dar una o dos vueltas según interese a cada corredor.



RECORRIDO CATEGORIAS MENORES
600 m
AYTO
AVITUALLAMIENTO
EXPO
SALIDA
META
10KM

AC
RUNNING

Libro "Mama Tri - Atleta"



- Ana Casares, fundadora y alma mater de A.C. Running y la Carrera 10 Km. Sarriguren **presentará el libro sobre su vida "Mamá Tri - Atleta" en la prueba de Sarriguren realizando firma de libros**. Un repaso a su vida a través del deporte donde nos cuenta vivencias personales y deportivas que sin duda hará disfrutar al lector.

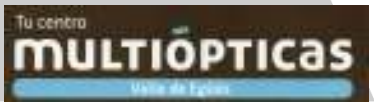
- **Prólogo de Miguel Indurain**. Cinco veces ganador del Tour de Francia, Medalla de Oro Olímpica Ciclismo Contrarreloj.

- **Libro recomendado por**:

  - **Abel Antón**: dos veces Campeón del Mundo de Maratón, Medalla de Oro Olímpica Maratón
  - **Joane Somarriba**: dos veces ganadora del Giro de Italia, dos veces ganadora del Tour de Francia, Medalla de Oro Olímpica Ciclismo Contrarreloj.
  - **Eneko Llanos**: Campeón del Mundo de Triatlón Larga Distancia, Olímpico en Triatlón, Segundo Ironman Hawai.
  - **Virginia Berasategui**: Campeona del Mundo de Triatlón Larga Distancia, Tercera Ironman Hawai.

AC RUNNING

Colaboradores



alder
actividades lúdico deportivas rurales

SARRIBIKES

AGUSTINOS
HOTEL

sfy
professional nutrition
SURVIVAL
SCIENCE FOR YOU

KUNAP
CENTRO DE FISIOTERAPIA Y PSICOLOGÍA

1KMM

ékolo
naturalmente saludables

powerbikes

EL CASERIO
DE TAFALLA
delicias naturales

Bombones
Torres

Reyno
Gourmet

Viña
Valdorba

S-P-M
Grupo SPM

ACCION
CONTRA EL
HAMBRE
ACF INTERNATIONAL NETWORK

Asvona
voluntarios de navarra

adona
Asociación de Donantes de Sangre de Navarra
Nafarroako Odol Emaileen Elkartea

NAVARRA
FUNDACION
BANCO DE ALIMENTOS

AC
RUNNING