



XL 10K 5K GRAN PREMIO DE SAN LORENZO MAELLA 2024



REGLAMENTO

El próximo sábado día 10 de agosto se celebrará en Maella (Zaragoza) la XL edición de la 10K 5K Gran Premio de San Lorenzo, organizada por el [Ayuntamiento de Maella](#) bajo la dirección técnica de [Fartleck Sport](#). La prueba está incluida en el calendario de la [RFEA](#) Nivel II estando bajo el control técnico del Comité Territorial de Jueces de la [Federación Aragonesa de Atletismo](#) y se realiza sobre un circuito de una distancia de 1K no homologado.

ARTÍCULO 1: INFORMACIÓN GENERAL

El horario de comienzo de la prueba será las 13:00h. La salida se producirá desde la Plaza de España (Maella). El orden de salida y las diferentes categorías las siguientes:

HORA	CATEGORÍA	AÑO NACIMIENTO	METROS	VUELTAS CIRCUITO
13.00	ABSOLUTA 5K	15 años o + / Federados desde cadete	5K	5
	ABSOLUTA 10K	18 años o + / Federados desde cadete	10K	10
Atletas Federados desde Cadetes: 2009 y anteriores.				
Menores federados con autorización de padres, madres o tutores.				
Se podrá descargar el modelo de autorización en la web: www.10kmaella.com				
Deberán remitir dicha autorización firmada al correo: administracion@fartlecksport.com				

TROFEOS Y PREMIOS EN METÁLICO 10K:

MASCULINO / FEMENINO	DISTANCIA 10K	DOTACIÓN
1º	ABSOLUTA	150€ + Alerquín
2º	ABSOLUTA	100€ + Trofeo
3º	ABSOLUTA	80€ + Trofeo
4º	ABSOLUTA	50€ + Trofeo
5º	ABSOLUTA	30€ + Trofeo
1º Local	LOCAL	60€ + Trofeo
2º Local	LOCAL	40€
3º Local	LOCAL	20€
Último	ABSOLUTA	Tradicional cebolla en lanza
Para recibir los premios será obligatorio permanecer en la ceremonia de entrega.		
Para contabilizar en la categoría "Local" se deberá estar empadronado en Maella e indicar este hecho en la inscripción.		



XL 10K 5K GRAN PREMIO DE SAN LORENZO MAELLA 2024



*Al tratarse de una prueba nacional RFEA de Nivel II, los / las atletas que pueden optar a los premios en metálico son aquellos con licencia FAA o atletas con licencia RFEA que por sus marcas acreditadas puedan participar en una competición RFEA Nivel II.

TROFEOS 5K:

MASCULINO / FEMENINO	DISTANCIA 10K	DOTACIÓN
1º	ABSOLUTA	Trofeo
2º	ABSOLUTA	Trofeo
3º	ABSOLUTA	Trofeo

Para recibir los premios será obligatorio permanecer en la ceremonia de entrega.

ARTÍCULO 2: INSCRIPCIONES

Inscripciones ONLINE hasta el lunes 5 de agosto: www.10kmaella.com

FECHAS	Atletas Federados FAA 5K - 10K (AR - ARF - TARA)	Atletas NO Federados FAA 5K - 10K	Participantes con bono de fiestas de Maella*
Hasta 21/07/24	8€	+2€	Gratis*
Hasta 05/08/24	10€	+2€	Gratis*
10/08 Salida Meta	20€		Gratis*

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

Se aceptarán cambios de dorsal por causa justificada hasta el lunes 5 de agosto.

Para contabilizar en la categoría "Local" se deberá estar empadronado en Maella e indicar este hecho en la inscripción.

*Los participantes inscritos mediante la bono de fiestas deberán enseñarla en la recogida de dorsales. En caso de no disponer de ella deberán abonar la cantidad estipulada para poder participar en la prueba.

Camiseta Técnica: se entregará a todos los participantes la camiseta técnica conmemorativa de la prueba de la marca 42K, que destaca por su comodidad para la práctica deportiva.

Horario de recogida de dorsales:

- **Sábado 10 de agosto:** se habilitará un espacio para la recogida de dorsales en la zona de salida y meta desde las 11:30h hasta las 12:30h.



ARTÍCULO 3: SEGUROS

Todos los participantes inscritos correctamente en la prueba estarán cubiertos con un seguro de responsabilidad civil y de accidentes. La organización dispone del correspondiente seguro de responsabilidad civil. 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

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 World Athletics, la RFEA y FAA

ARTÍCULO 5: CRONOMETRAJE Y RESULTADOS

El control de tiempos y puestos se realizará mediante el sistema de cronometraje MANUAL por parte de los jueces FAA. Los resultados de la XL 10K y 5K Gran Premio San Lorenzo podrán verse en la página www.10kmaella.com y www.federacionaragonesadeatletismo.com.



ARTÍCULO 6: SERVICIOS A CORREDORAS/ES

- **Guardarropa y duchas** en el polideportivo municipal (a 3 minutos de la zona de salida/meta).
- **Obsequios a los participantes:** todos los corredores recibirán una bolsa de corredor en la que se incluye camiseta técnica conmemorativa, y diversos productos cedidos por las empresas colaboradoras.
- **Animación:** speaker y charanga en la salida y llegada.
- **Avituallamiento en carrera:** agua y esponjas cada km y bebidas isotónicas al finalizar la prueba.
- **Asistencia médica:** ambulancia en la zona de meta.
- **Entrada gratuita a la Piscina Municipal de Maella para participantes y acompañantes.**

ARTÍCULO 7: RECORRIDO

[Vuelta 1K \(Wikiloc\)](#)



307 m

294 m

1,0 km