XIV 10K 5K FRAGA

MEMORIAL JOAQUÍN CALUCHO

REGLAMENTO

El próximo día 23 de marzo se celebrará en Fraga la XIV edición de la 10K 5K de Fraga Memorial Joaquín Calucho, prueba que se realiza sobre un **recorrido 10K homologado por la RFEA** y 5K (no homologado). Dicha prueba será sede del **Campeonato de Aragón de 10K en ruta** de la **Federación Aragonesa de Atletismo**.

El **Club Atletismo Fraga Bajo Cinca** promueve este evento deportivo, con la organización del **Ayuntamiento de Fraga**, bajo la Dirección Técnica de **Fartleck Sport**. La prueba se incluye en el calendario Nacional de la **RFEA** Nivel II estando bajo el control técnico del Comité Territorial de Jueces **FAA**.

ARTÍCULO 1: INFORMACIÓN GENERAL

El horario de comienzo de la prueba será las 10.00. La salida se producirá desde el exterior de las pistas de atletismo de Fraga (Paseo Constitución). El orden de salida y las diferentes categorías serán las siguientes:

Hora	Categoría	Año Nacimiento	Metros	Circuito	Trofeos	H. Premios
10.00	GENERAL M Y F	+14 años	5K	1 vuelta	1º 2º 3º	11.30
10.00	SÉNIOR M Y F	14 – 34 años	5K	1 vuelta	1º	11.30
10.00	MASTER A M Y F	35 – 44 años	5K	1 vuelta	1º	11.30
10.00	MASTER B M Y F	45 – 54 años	5K	1 vuelta	1º	11.30
10.00	MASTER C M Y F	55 y + años	5K	1 vuelta	1º	11.30
10.00	LOCAL M Y F*	+14 años	5K	1 vuelta	1º	11.30
10.00	GENERAL M Y F	+16 años	10K	2 vueltas	1º 2º 3º	11.30
10.00	SÉNIOR M Y F	16 – 34 años	10K	2 vueltas	1º	11.30
10.00	MASTER A M Y F	35 – 44 años	10K	2 vueltas	1º	11.30
10.00	MASTER B M Y F	45 – 54 años	10K	2 vueltas	1º	11.30
10.00	MASTER C M Y F	55 y + años	10K	2 vueltas	1º	11.30
10.00	LOCAL M Y F*	+16 años	10K	2 vueltas	1º	11.30
Los premios NO son acumulativos entre categorías entregándose GENERAL / SÉNIOR / MÁSTER. La categoría local SÍ es acumulable. Para recibir los premios será obligatorio permanecer en la ceremonia de entrega.						
Se entregará un trofeo y obsequio al club con más participantes inscritos/as entre ambas distancias.						
***Atleta Local:** participarán en categoría local las personas residentes en Fraga, en la Comarca Bajo Cinca o que pertenezcan al Club Atletismo Fraga. Este hecho deberá indicarse en la inscripción.						
Campeonato de Aragón 10K de Ruta FAA. **Categorías:** General, S18, S20, S23 y Máster (con sus correspondientes subcategorías). Premios acumulables entre categorías. Para recibir los premios será obligatorio permanecer en la ceremonia de entrega.						

Circuito 10K Homologado

*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.

ARTÍCULO 2: INSCRIPCIONES

ON LINE hasta el domingo 16 de marzo: **www.10k-5kfraga.com**

Fecha	Atletas Federados FAA (AR-ARF) 5K-10K	Atletas NO federados FAA	Socios CA Fraga – Bajo Cinca
Hasta 23/02/25	13€	+2€	-2€
Hasta 16/03/25	16€	+2€	-2€

Recogida de dorsales:

Horarios:

- **Sábado 22:** de 17h a 20h en las pistas municipales de atletismo de Fraga situada en Paseo Constitución.
- **Domingo 23:** de 08h a 09:30h en las pistas municipales de atletismo de Fraga situada en Paseo Constitución.

Entrenamientos dirigidos:

- En el proceso de inscripción está la posibilidad de inscribirse gratuitamente durante dos semanas a los entrenamientos presenciales que se realizarán por parte del **grupo de entrenamiento "Fartleck Sport"**, con los siguientes horarios y emplazamientos: **Parque José Antonio Labordeta de Zaragoza (Parque Grande):** martes y jueves 09.30h, 20.00. Nos pondremos en contacto contigo si así lo marcas en la inscripción.

ARTÍCULO 3: SALIDA

CAJONES DE SALIDA:

De cara a una mejor organización de la zona de salida y para favorecer la participación de cada uno de los deportistas atendiendo a su nivel y características, se establecen estos cajones de salida:

1. **Cajón VIP (Carrera Popular)**

Se reservará un lugar en las primeras posiciones de salida para posibles "atletas ganadores" de la

categoría general tanto en masculino como en femenino (estos deberán indicar esta posible condición en la web indicando los motivos que serán validados o no por nuestros técnicos).
El acceso a este cajón VIP deberá realizarse por delante del arco de salida (junto a las banderolas VIP) donde tendrán una zona específica para calentar.

2. Cajón CORREDORES (Carrera Popular)

Por la parte trasera del arco de salida se habilitará una zona para la entrada del resto de participantes que realicen la prueba corriendo, situándose detrás del anterior cajón. La organización eliminará la barrera realizada con cinta de balizar entre cajones unos segundos antes del disparo de salida de la prueba.

3. Cajón ANDARINES

En el caso de que en la prueba haya categoría andada estos deberán realizar la entrada a su cajón de
salida por detrás de los participantes corriendo para facilitar la salida de la prueba. En el caso de que el
reglamento autorice participar con perro estos deberán situarse en la parte trasera de este cajón para
evitar el posible estrés de los animales con la multitud.

ARTÍCULO 4: 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 5: 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.

Podrán ser descalificados aquellos corredores que no atiendan a las señales de la organización, los que

no lleven el dorsal visible en la parte delantera, los que participen en una distancia distinta a la que están inscritos y los que no cubran el recorrido de la prueba en su totalidad.

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

ARTÍCULO 6: CRONOMETRAJE Y RESULTADOS

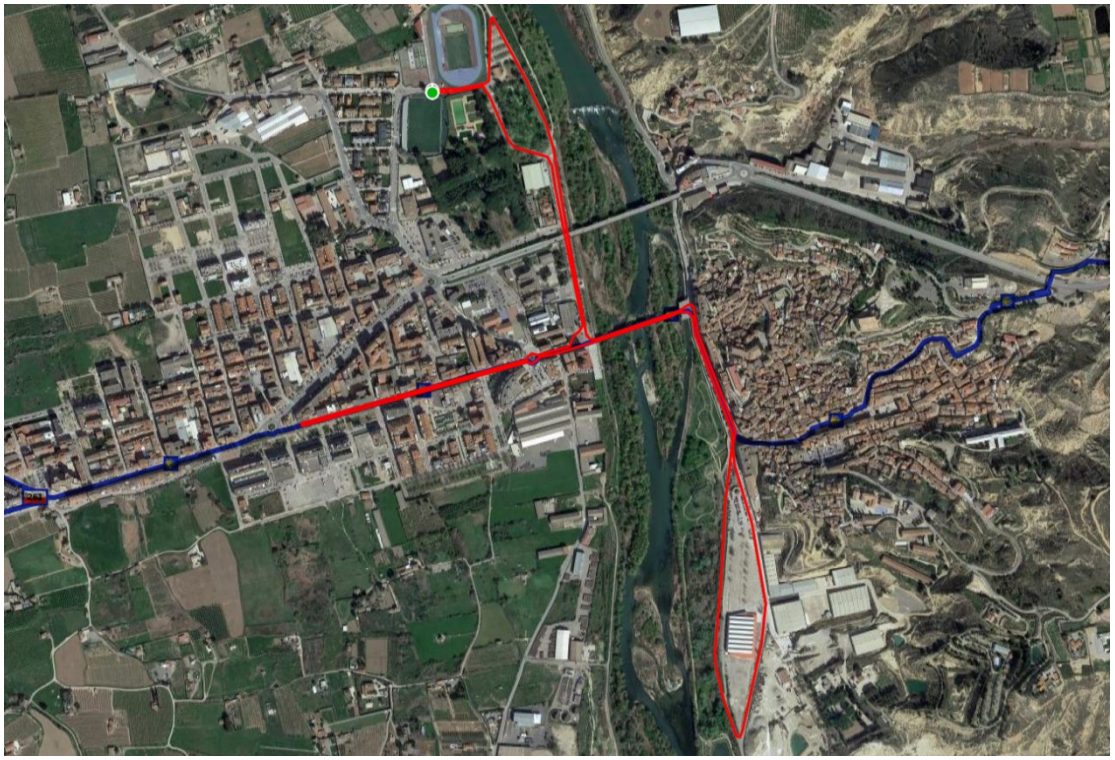
El control de tiempos y puestos de la XIV 10K 5K Fraga Memorial Joaquín Calucho se realizará mediante el sistema de chip con validación del jurado FAA, estando la empresa responsable del cronometraje **FARTLECK SPORT** validada por la RFEA. Los resultados podrán verse en **www.10k-5kfraga.com.**

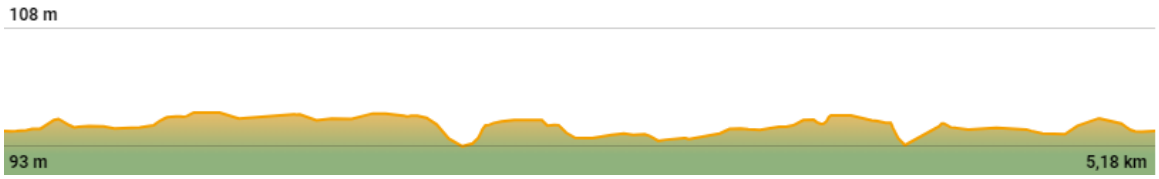
ARTÍCULO 7: SERVICIOS AL CORREDOR

- Se dispondrá de **ambulancia** en la zona de salida /meta.
- **Duchas y vestuarios** en las pistas municipales de atletismo.
- **Bolsa del corredor** con diferentes productos y descuentos de colaboradores y patrocinadores.
- **Camiseta técnica** conmemorativa de la prueba para todos los participantes.
- Dos semanas gratuitas de entrenamiento por parte del **Grupo Running de Fartleck Sport.**
- **Avituallamiento de meta** al acabar la prueba compuesto por: **agua, grifo de cerveza, fruta y bocadillo de longaniza a la brasa.**
- Puntos kilométricos.
- Dorsal personalizado.
- Servicio de fotografía gratuito.
- Servicio de video gratuito

ARTÍCULO 8: RECORRIDO 10K HOMOLOGADO POR LA RFEA

[Enlace circuito 5K Wikiloc]





Circuito 10K Homologado

ARTÍCULO 9: CAMPEONATO DE ARAGÓN 10K EN RUTA FAA 2025

La Federación Aragonesa de Atletismo organiza el 23 de marzo de 2025 el **Campeonato de Aragón de 10K en ruta** durante la celebración de la **XIV 10K y 5K Fraga Memorial Joaquín Calucho**, realizándose este Campeonato sobre un circuito homologado por la **Real Federación Española de Atletismo (RFEA).**

Podrán participar en el Campeonato aquellos/as atletas con Licencia de Atletismo de Aragón en vigor (Federación Aragonesa de Atletismo), entregándose medalla a cada uno de los tres primeros/as atletas federados (temporada 2024) clasificados en cada categoría.

Inscripciones

- **Tres primeros/as clasificados ABSOLUTOS en la edición de 2024:** gratuita. Remitiendo un mail hasta el 14/03/2025 a **faa@federacionaragonesadeatletismo.com**.
- **Resto de participantes:** descuento en la inscripción en la web **www.10k-5kfraga.com**

Categorías (masculina / femenina): General

- **Sub Categorías (masculina / femenina):** Sub-18, Sub-20, Sub-23 y Máster, esta última con las subcategorías pertinentes:

HOMBRES	MUJERES
M-35 De 35 a 39 años	W-35 De 35 a 39 años
M-40 De 40 a 44 años	W-40 De 40 a 44 años
M-45 De 45 a 49 años	W-45 De 45 a 49 años
M-50 De 50 a 54 años	W-50 De 50 a 54 años
M-55 De 55 a 59 años	W-55 De 55 a 59 años
M-60 De 60 a 64 años	W-60 De 60 a 64 años

Y así sucesivamente de 5 en 5 años.