

X Challenge Escolar de Cros de Barcelona CURS 2014-2015

ORGANITZACIÓ

El Consell de l'Esport Escolar de Barcelona, en col·laboració amb els Districtes Municipals de l' Eixample, Les Corts, Sants-Montjuïc, Sant Martí, Nou Barris, Sant Andreu i Ciutat Vella, organitza la **X Challenge Escolar de Cros Barcelona Ciutat**.

ORGANITZACIÓ TÈCNICA

Format pel Club Atletisme Canaletes Sant Martí, UE Sants, el Club Esportiu Universitari, l'Associació Esportiva L'Eixample, el Centre Esportiu Joan Miró, l'Associació Esportiva Ciutat Vella, la Fundació per l'Esport i Educació de Barcelona, l'Associació Esportiva Bon Pastor, Barcelona Atletisme Club i el mateix Consell de l'Esport Escolar de Barcelona.

PARTICIPACIÓ

Hi poden participar tots els atletes escolaritzats a Barcelona ciutat, prèvia inscripció i l'assegurança corresponent. També es poden inscriure, atletes (amb llicència actualitzada del seu Consell) pertanyents a altres Consells Esportius.

INSCRIPCIONS

Com en la resta d'esports del CEEB, les inscripcions cal tramitar-les per internet mitjançant l' aplicatiu de llicències del Consell

aplicatiu
del ceeb

Per poder fer-ne ús, cada entitat tindrà un nom d'usuari i una paraula de pas. Les entitats que no en tinguin hauran de demanar aquestes dades al CEEB un cop facin efectiva la inscripció d'entitat.

Els atletes inscrits directament sense passar pels seus centres, podran inscriure's també a través de l' aplicatiu.

Cal crear-se un usuari i contrasenya de l' aplicatiu. Un cop dins, crear la llicència de Cros i un cop creada la llicència de cros, inscriure's als 7 cros o bé a cros puntuals.

Al crear la llicència, l'aplicatiu generarà automàticament un albarà amb el cost de l'activitat.

Un cop fet el pagament, l'albarà quedarà tancat i la llicència tramitada.

Qualsevol dubte o consulta: cmp@elconsell.cat

DATA LIMIT D'INSCRIPCIÓ, DIMECRES PREVI A CADA CROS

Recordeu que no s'acceptaran inscripcions el mateix dia de la prova.

QUOTA

Inscripció: **INCLOU PARTICIPACIÓ A TOTS ELS CROS DE LA CHALLENGE**

Quota de participació Cros 5€ + assegurança obligatòria 2.80€ = **7.80€**

Participants nascuts any 2007, 2008 i posteriors:

Quota de participació Cros 5€ + assegurança obligatòria 1€ = **6€**

El pagament es pot fer amb targeta a través del mateix aplicatiu o a les oficines del CEEB (Av. Litoral, 86-96) en horari d'atenció al públic 9h a 20:00 ininterrompudament , de dilluns a divendres.

L'assegurança obligatòria de l'esportista només es paga una vegada i té validesa per tot el curs escolar.

CALENDARI

16 NOVEMBRE 2014	XI CROS ESCOLAR DE SANT MARTÍ Organització Districte de Sant Martí i CA Canaletes Sant Martí	Parc del Poblenou i Pista Atletisme CEM La Mar Bella
14 DESEMBRE 2014	VIII CROS DE SANTS- MONTJUIC Organització Districte de Sants-Montjuic, UE Sants	Parc de l'Espanya Industrial
18 GENER 2015	XII CROS ESCOLAR DE LES CORTS Campionat de Barcelona de Cros Organització Districte de Les Corts i CE Universitari	Parc de la Maternitat
22 FEBRER 2015	VI CROS ESCOLAR DE L'EIXAMPLE Organització districte de l'Eixample, CEM Joan Miró i AE l'Eixample	Parc Joan Miró
8 MARÇ 2015	IX CROS ESCOLAR DE CIUTAT VELLA Organització Districte de Ciutat Vella i AE Ciutat Vella	Parc de la Ciutadella
12 ABRIL 2015	VIII CROS ESCOLAR DE NOU BARRIS Organització Districte de Nou Barris i Fundació per l'Esport i Educació de Barcelona	Parc Central de Nou Barris
17 MAIG 2015	VI CROS ESCOLAR DE SANT ANDREU Organització Districte de Sant Andreu, AE Bon Pastor, Barcelona Atletisme	Parc de la Llera del riu Besòs (Pont del Molinet)

ORDRE DE CURSES

10,00h	Nois i noies nascuts els anys 1997 i 1998	Entre 1.800 i 2.200m
10,15h	Nois i noies nascuts els anys 1999 i 2000	Entre 1.800 i 2.200m
10,30h	Nois i noies nascuts l'any 2001	Entre 1.800 i 2.200m
10,45h	Nois i noies nascuts l'any 2002	Entre 1.800 i 2.200m
11,00h	Repartiment de premis de les quatre primeres curses (97-98, 99-00, 01 i 02)	
11,05h	Noies nascudes l'any 2003	Entre 1.100 i 1.500m
11,15h	Nois nascuts l'any 2003	Entre 1.100 i 1.500m
11,25h	Noies nascudes l'any 2004	Entre 1.100 i 1.500m
11,35h	Nois nascuts l'any 2004	Entre 1.100 i 1.500m
11,45h	Noies nascudes l'any 2005	Entre 1.100 i 1.500m
11,55h	Nois nascuts l'any 2005	Entre 1.100 i 1.500m
12,00h	Repartiment de premis de les sis darreres curses (03, 04 i 05)	
12,05h	Noies nascudes l'any 2006	Entre 800 i 1.000m
12,15h	Nois nascuts l'any 2006	Entre 800 i 1.000m
12,25h	Noies nascudes l'any 2007	Entre 800 i 1.000m
12,35h	Nois nascuts l'any 2007	Entre 800 i 1.000m
12,45h	Noies nascudes l'any 2008 i post.	Entre 800 i 1.000m
12,55h	Nois nascuts l'any 2008 i post.	Entre 800 i 1.000m
13,05h	Repartiment de premis de les sis darreres curses (06, 07 i 08...)	

PREMIS PER CURSA

A cada curs rebran medalla els vuit primers classificats de cada categoria i sexe. Es donarà un petit obsequi a tots els participants.

En el Campionat de Barcelona (XIIè Cros Escolar de Les Corts), els primers classificats que pertanyin a una entitat del districte de Les Corts, seran proclamats **Campions de Barcelona**.

A cada curs el Districte corresponent es reservarà el dret d'atorgar un premi especial a alguna de les Entitats del Districte que hagin participat.

PUNTUACIÓ DE LA CHALLENGE

La Challenge de cros estarà formada per set curses. El conjunt d'aquestes constituirà un sistema de puntuació que es premiarà per any de naixement i sexe.

La puntuació serà la següent: 30 punts al 1r classificat, 29 al 2n, 28 al 3r, 27 al 4t i així successivament fins als 30 primers de cada cursa.

A partir de lloc 31 inclòs, cada atleta participant tindrà 1 punt per cada cursa acabada.

Puntuació General:

Seràn premiats els 8 primers classificats de la Challenge per categoria i sexe. El lliurament de trofeus es farà en el transcurs del mes de Juny del 2015, un cop finalitzats tots els crosos. Nova data

El vencedor de la Challenge, serà l'atleta amb més puntuació, un cop sumades les 6 millors puntuacions de tots els crosos realitzats.

Per premiar als esportistes que han realitzar les 7 curses, otorgarem 10 punts extres que sumarem a les 6 millor puntuacions.

A més, per premiar la seva CONSTÀNCIA, regalarem una inscripció a la cursa **THE FAMILY RUN 2015, una cursa familiar única (www.thefamilyrun.com) que tindrà lloc el proper 7 de juny de 2015.**

CLASSIFICACIONS PER A LA FINAL DE CATALUNYA

El Campionat de Barcelona (XIIè Cros de Les Corts) en les seves categories masculines i femenines dels anys 1997 al 2006, serà classificatori per a la Final Nacional de Cros dels Jocs Esportius Escolars de Catalunya.

Data: Per confirmar

Lloc: Per confirmar

Cost Activitat: Per confirmar

Més informació: www.ucec.cat

RECOMANACIONS

Cal presentar-se a la zona de cros 45 minuts abans de l'inici de la pròpia prova, per així tenir temps a recollir el dorsal i escalfar.

És important fer un escalfament abans d'iniciar la prova, que consistirà en córrer a poc a poc de 3 a 10 minuts (segons l'edat i el costum) i fer exercicis d'estiraments.

Cal portar roba còmode per córrer i calçat adequat.

Recomanem fer un esmorzar a casa, 2 hores abans d'iniciar la cursa, basat en cereals, fruita i/o fruits secs. També aconsellem portar un segon esmorzar per a mig matí, un cop acabada la cursa.

Cal anar bevent aigua amb moderació durant tot el matí.

Per a un bon funcionament de les matinals cal seguir les orientacions sol·licitades des de megafonia.