

VI CROSS OS CASTROS CANGAS (FOZ)

PRIMEIRA PREPARATORIA PROGRAMA XOGADE

15 / NOVEMBRO / 2025



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



Concello
de Foz

HORARIOS PRIMEIRA PREPARATORIA CROSS XOGADE 2025

APERTURA CÁMARA DE CHAMADAS	HORA DE SAÍDA	CATEGORÍA	CIRCUÍTO	DISTANCIA APROXIMADA	PROGRAMA
09:50 H	10:00 H	CROSS ABSOLUTO	SAÍDA + 3 VOLTAS A + META	6000 M	POPULAR
09:50 H	10:00 H	OPEN XUVENIL	SAÍDA + 2 VOLTAS A + META	4000 M	POPULAR
10:50 H	10:55 H	CATEGORÍA PÍCAROS	1/2 VOLTA C + META	250 M	POPULAR
10:55 H	11:00 H	CATEGORÍA BENXAMÍN FEM	SAÍDA + 1 VOLTA C + META	600 M	XOGADE
11:00 H	11:10 H	CATEGORÍA BENXAMÍN MAS	SAÍDA + 1 VOLTA C + META	600 M	XOGADE
11:10 H	11:20 H	CATEGORÍA ALEVÍN FEM	SAÍDA + 1 VOLTA B + META	1000 M	XOGADE
11:20 H	11:30 H	CATEGORÍA ALEVÍN MAS	SAÍDA + 1 VOLTA B + META	1000 M	XOGADE
11:30 H	11:45 H	CATEGORÍA INFANTIL	SAÍDA + 1 VOLTA C + 1 VOLTA B + META	1600 M	XOGADE
11:45 H	12:00 H	CATEGORÍA CADETE	SAÍDA + 2 VOLTAS B + META	2000 M	XOGADE
12:30 H	CEREMONIA DE PREMIACIÓN				

INSCRIPCIÓN ATLETAS PROGRAMA ESCOLAR XOGADE:

Poderán participar todos os/as atletas mutualizados no programa escolar Xogade e o modo de inscrición será a través dun listado Excel. A data límite para enviar o listado será o mércores 12 de Novembro ás 23:59h a través do mail da A.D A Mariña. Na categoría popular a inscrición será a través da web www.sportmaniacs.com.

RECOLLIDA DE DORSAIS:

O/A responsable de cada entidade será o único autorizado para recoller os dorsáis dos atletas no Campo de fútbol de Cangas/Centro Cívico no seguinte horario:

- Domingo 15/11/2025 de 09:00h a 10:00h.

Entregarase un único sobre por entidade cun listado de atletas inscritos e os dorsáis asignados. É importante non modificar, dobrar o dorsal...

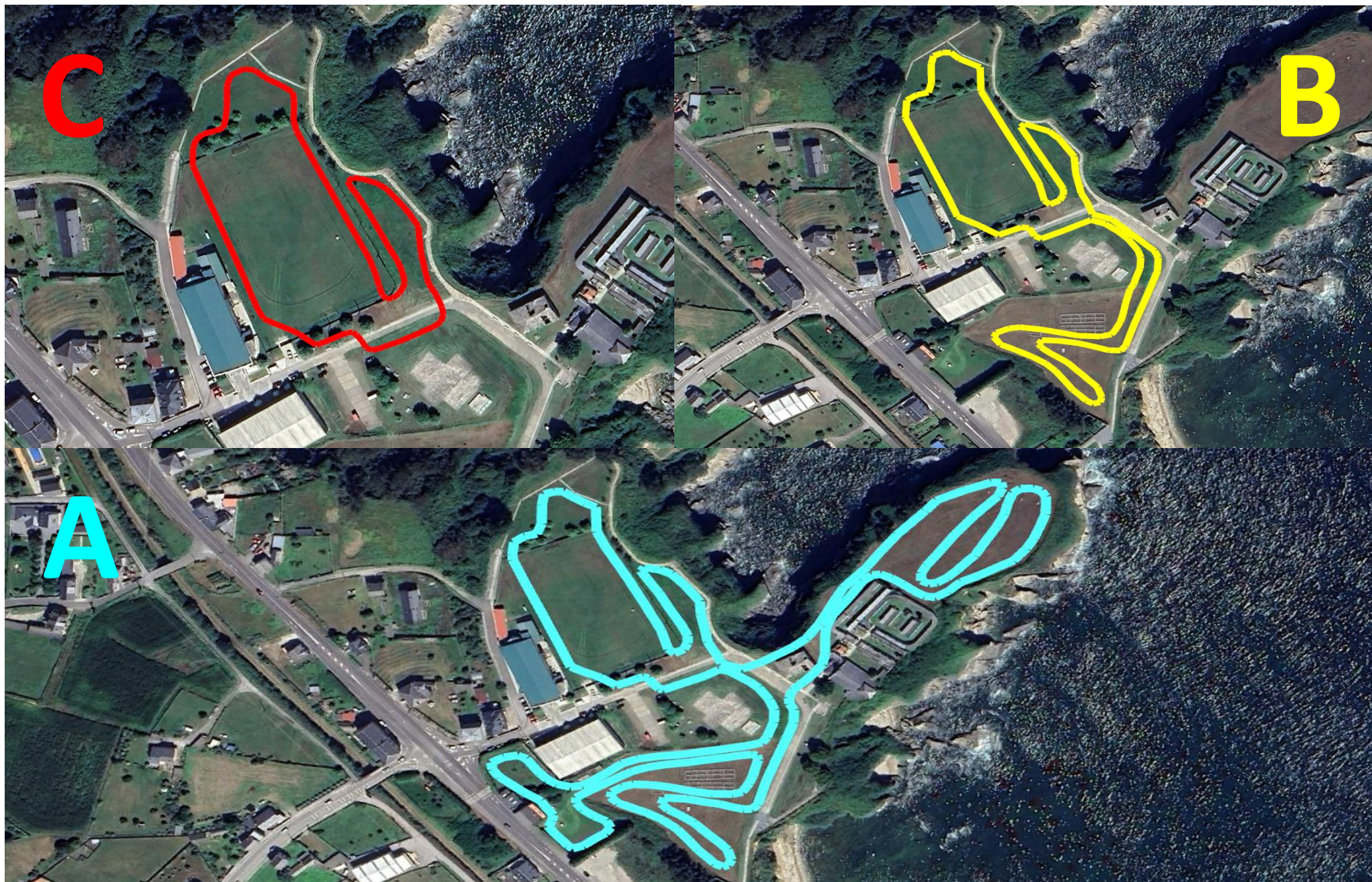
ADESTRAMENTOS/RECOÑECIMENTO CIRCUÍTO:

O venres 14/11/2025 ás 17:30 h procederase á apertura do circuito oficial VI Cross Os Castros Cangas 2025 e as entidades que o desexen poderán adestrar, facer recoñecemento... do mesmo ata ás 19:00 h.

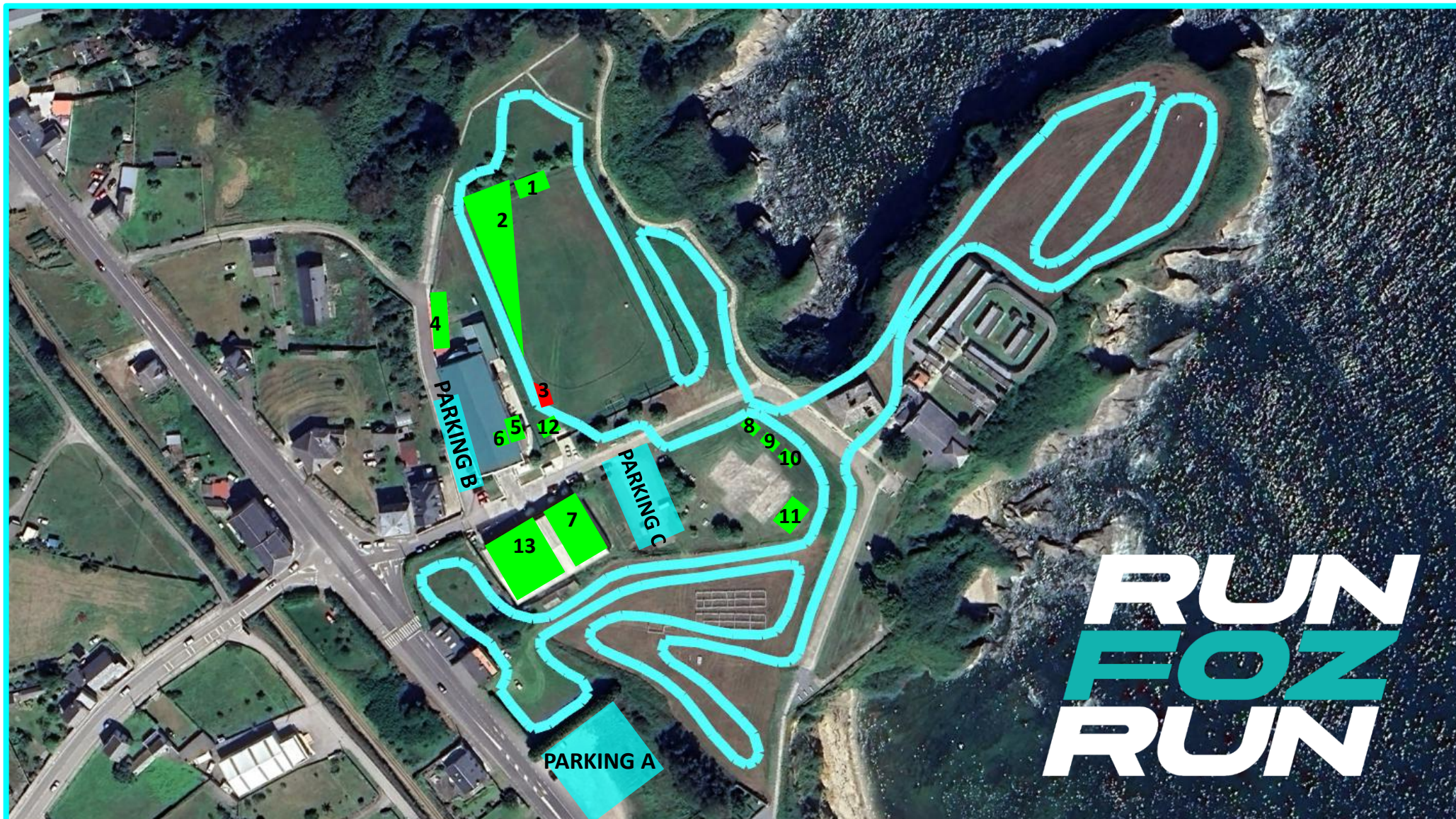
ESPACIO DE CLUBS:

As entidades/colexios/clubs que queiran dispoñer dun espacio propio e/ou instalar carpa deberán reservar o espacio enviando un mail a: atletismoriadefoz@gmail.com indicando nome da entidade e número aproximado de atletas. Data límite 12/11/25 ás 23:59h.

CIRCUÍOS V CROSS OS CASTROS CANGAS (FOZ)



PLANNING V CROSS OS CASTROS CANGAS (FOZ)



1: CÁMARA DE CHAMADAS

2: RECTA SAÍDA

3: RECTA META

4: VESTIARIOS/DUCHAS

5: BAR/CAFETERÍA

6: SERVICIOS PÚBLICO

7: MERCADILLO

8: GARDAROUPA

9: DORSAIS

10: ORGANIZACIÓN

11: PREMIACIÓN

12: SPEAKER

13: CARPAS CLUBS

SÓ ACCEDERAN ENTIDADES
CON PLAZA RESERVADA

ANEXO INSCRICIÓN

- Enviar cumprimentado antes do 12 de Novembro ás 23:59h ao mail da A.D A Mariña.
- Cumprimentar por categorías e en orde alfabético.
- Obrigatorio empregar o documento facilitado.
- Non cumprimentar o apartado dorsal.
- Enviar un único documento por entidade.

DORSAL	APELLIDOS	NOMBRE	SEXO	FECHA NACIMIENTO	NOME ENTIDADE CLUB COLEXIO

****AS INSCRICIÓN NON REALIZADAS SEGÚNDO OS CRITERIOS NON SERÁN VÁLIDAS!**