

# IV Carrera Benéfica Corre por el tDAH

Trastorno por el déficit de atención e hiperactividad

10 km de Carrera de Montaña  
5 km de Caminata por el entorno de Cercedilla

Carrera Infantil gratuita

t.d.a.h. a.p.d.e. sierra  
www.apdesierratdah.org



## Inscripciones:

- Polideportivo de Cercedilla
- [www.youevent.org](http://www.youevent.org)

PAELLA GRATIS para todos los corredores

CERCEDILLA domingo, 4 octubre 10:30 horas

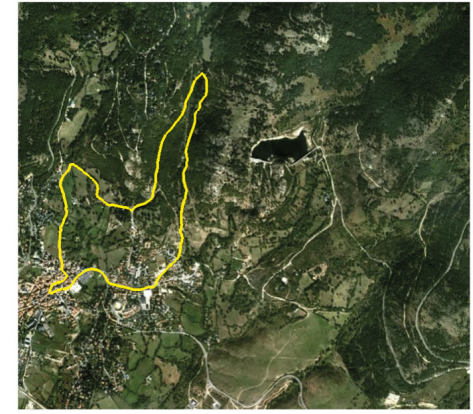
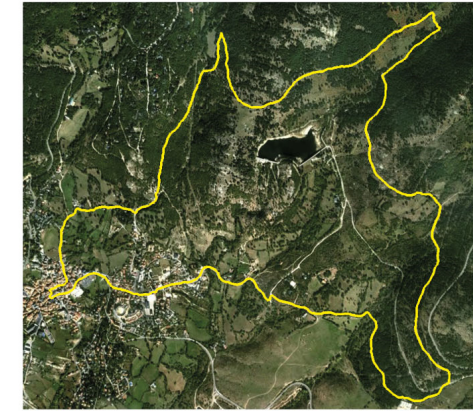
## RECORRIDOS

**Carrera de montaña de 10 km.** aproximados de distancia. Salida desde la plaza Mayor a las 10:30 h, continuaremos por la Avda. Sierra del Guadarrama, Avda. Manuel González Amezúa siguiendo ésta para llegar a la pista de subida al pantano, tomando a la derecha el camino de las Hojarascas (por la finca de los Monsalvez) y, por detrás de la finca de los Zorras, subir a la carretera del pantano que se debe de cruzar para tomar la pista forestal del camino del Calvario, seguir hasta girar a la izquierda para continuar por el sendero de la herrén de la Boticaría para llegar a los Corrales de Simón, bajar por el camino del río Pradillo y cruzar el río. Ganar la subida hasta los depósitos de San Antonio para bajar por la calleja del caracol, camino

Cerca la Mata, Travesía de la Pontezuela, continuar por la calle Pontezuela, calle Capón y terminar en la calle Mayor donde situaría la llegada.

**Caminata de 5 km.** aproximados de distancia. Salida desde la plaza Mayor a las 10:45 h, continuaremos por la Avda. Sierra del Guadarrama, enlazar con Manuel González Amezúa siguiendo ésta y desviarse a la izquierda por el camino de las Retuertas para cruzar la cancela y subir por Peñas lisas hasta llegar al Río Pradillo, continuar por el camino de los depósitos de San Antonio, bajar por la calleja del caracol, Cerca de la Mata, Trav. de la Pontezuela, bajar por la calle Capón para terminar en la Plaza Mayor donde se situaría la llegada.

Habrá un avituallamiento a mitad del recorrido, sólo en la carrera de 10 km.



## REGLAMENTO

- Organización:** APDE Sierra en colaboración con el Excmo. Ayto. de Cercedilla organiza la "IV Carrera Benéfica Corre por el TDAH", que se celebrará el próximo día 4 de octubre del 2015 con salida desde la Plaza Mayor a las 10:30 h. El cierre de ambas carreras será a las 12.30h.
- Recorrido:** Los recorridos serán de 10 y 5 km. por caminos y pistas forestales del término municipal de Cercedilla.
- Inscripciones:** La cuota de inscripción será de 12 euros para la carrera de 10 y 5km., y 5 euros para el dorsal cero. Se podrán realizar desde el 9 de septiembre al 2 de octubre, en las oficinas del polideportivo municipal de 10:00 a 13:00 h. y de 17:00 a 20:00 h. de lunes a sábado; y los domingos, de 10:00 a 14:00 h. También podrán realizarse a través de [www.youevent.org](http://www.youevent.org). NÚMERO LÍMITE DE PARTICIPANTES 500. Se harán inscripciones el día de la carrera para la de 5 km. Esta carrera no se cronometrará.
- Dorsales:** la recogida de los dorsales se realizará de 09:00 h. a 10:00 h. el día de la prueba en la Plaza Mayor.
- Categorías Inferiores:** Será la carrera no competitiva, inscripciones en el Polideportivo Municipal o el día de la prueba en la Plaza Mayor de 10:00 h. a 12:00 h.
  - Minibenjamín de 3 a 5 años, el día de la prueba. Recorrido 100 m.
  - Benjamín de 6 a 9 años, el día de la prueba. Recorrido 800 m.
  - Alevín de 9 a 12 años, el día de la prueba. Recorrido 1200 m.
  - Infantil de 12 a 14 años, el día de la prueba. Recorrido 1600 m.
 La inscripción será gratuita y todos los participaciones tendrán un recuerdo de la prueba.
- Trofeos:** Habrá trofeos para los tres primeros de la clasificación general (masculino y femenino) en la carrera de 10 km y para los tres primeros de las siguientes categorías, no siendo los premios acumulativos:
  - Juveniles: De 2001 a 1997 (sólo medalla).

- Seniors: De 1996 a 1984.
  - Veteranos A: De 1983 a 1970.
  - Veteranos B: De 1969 y anteriores.
- Los trofeos de la caminata de 5 km. serán para los tres primeros masculinos y femeninos de la clasificación general. En caso de duda se podrá solicitar DNI del participante.
- Descalificaciones:** Será motivo de descalificación:
    - No pasar los controles de paso o salirse del recorrido marcado.
    - El comportamiento antideportivo con los voluntarios/as, organización o resto de corredores.
    - No llevar el dorsal en el lugar visible.
    - Falsear los datos de la inscripción.
  - Daños:** La organización declina toda responsabilidad sobre los daños que pudieran causar o causarse en esta competición.
  - Seguimiento:** Sólo podrán seguir la carrera los vehículos autorizados.
  - Decisiones:** Todos los corredores al inscribirse aceptan el presente Reglamento. Cualquier reclamación oficial deberá ser cursada por escrito y la resolverá el Juez Árbitro de la Prueba siendo su decisión inapelable.
  - Conforme:** Todos los participantes por el mero hecho de participar aceptan el Reglamento.
  - La Organización se reserva al derecho de alterar las salidas, horarios u otros aspectos especiales en función de las necesidades de la misma y en beneficio de las personas inscritas.
  - Todos los corredores recibirán camiseta conmemorativa del evento y tiquet para la paella. Habrá un sorteo entre los dorsales de los corredores. Los dorsales cero sólo tendrán derecho a la paella.

## MÁS INFORMACIÓN:

[www.apdesierratdah.org](http://www.apdesierratdah.org) - Polideportivo Municipal de Cercedilla - [www.youevent.org](http://www.youevent.org)

