

INFORMACIÓN PARA LOS PARTICIPANTES

XI REGATA POPULAR DE REMO INDOOR DE DONOSTIA – SAN SEBASTIÁN



POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE BENTA BERRI – 14 DE NOVIEMBRE DE 2009

La organización de la *XI Regata Popular de Remo Indoor de Donostia* desea puntualizar lo siguiente:

- Las inscripciones se cerraron el día 5 de noviembre a medianoche y no se admitirá ninguna clase de cambio ni sustitución de última hora.
- Las regatas de 2.000m. comenzarán a las 14:00 horas. Las regatas de Equipos a Relevos 2.000m. (4 x 500m.) comenzarán justo a continuación, hacia las 17:00 horas. Las regatas de 1 Hora comenzarán a continuación, hacia las 18:00 horas. Rogamos la máxima puntualidad a todos los participantes; no se esperará a nadie. Las puertas del Polideportivo Municipal de Benta Berri se abrirán a las 13:00 horas.
- El orden de regatas será:
 - A las 14:00 horas: 2.000m. FEMENINOS (cada 15 minutos)
 - A continuación: 2.000m. MASCULINOS (cada 15 minutos)
 - A las 17:00 horas (aprox.): Equipos a Relevos 2.000m. (4x500)
 - A las 18:00 horas (aprox.): 1 Hora
- Habrá 20-30 máquinas para competir, conectadas al sistema de competición, y 12 máquinas más para calentar. Por favor, ten esto en cuenta para planificar tu calentamiento previo.
- En la pantalla gigante solamente aparecerán los 20 primeros clasificados en cada momento puntual de la tanda, aunque se podrá ver también puntualmente al resto de participantes. La organización también baraja la posibilidad de que la pantalla de competición quede a espaldas de los competidores (y por tanto justo enfrente de los espectadores), de modo que para las remeras y remeros indoor su Monitor de Rendimiento será su única referencia para saber cómo van.
- Las regatas irán una detrás de otra, seguidas, procurando dar el mínimo tiempo entre ellas a fin de reducir al máximo el tiempo total de la competición.
- En muchas de las tandas remarán participantes de diferentes categorías de edad y peso. Los resultados no se verán alterados por este hecho y cada categoría tendrá sus vencedores independientes.
- Todos y cada uno de los participantes inscritos como Peso Ligero (75kg. o menos en categorías masculinas y 61,5kg. o menos en categorías femeninas; ambos a partir del grupo

de edad 19-29) han de pasar por el Control de Peso que se encontrará en la mesa de información y control. Los que no pasen el control de peso competirán automáticamente en categoría de peso pesado.

- Bajo ningún concepto se esperará a ningún participante que no esté a la hora de su tanda sentado en su máquina preparado para la salida, por lo que se ruega estar atentos al orden de tandas y a la tanda anterior a la tuya.
- En el recinto de la regata solamente estarán los participantes de cada tanda. Los entrenadores y participantes en otras tandas estarán fuera de este recinto.
- Las camisetas conmemorativas se entregarán tanto a los individuales como a los delegados o entrenadores de cada club, según la reserva previa de las inscripciones, en una mesa habilitada para ello en la zona de información y control.
- Habrá entrega de medallas a la finalización de la prueba reina de 2.000m.; no así a los participantes en 1 Hora (que recibirán por correo y en el plazo de dos semanas un Diploma de la organización con los metros remados) ni a los participantes en las regatas de Equipos a Relevos.
- De nuevo, la organización ha contratado un servicio de fotógrafos profesionales para que cubran el evento. Las fotografías estarán disponibles para su descarga en nuestra página web a partir del lunes. Trataremos de sacar al menos una fotografía a todos y cada uno de los participantes, de modo que además de la camiseta también te “llevarás” una fotografía de recuerdo.
- Desde la organización no queremos pasar esta oportunidad de agradecer a todos los inscritos su participación en la XI Regata Popular de Remo Indoor de Donostia y desearles que pasen un día lleno de diversión y compañerismo, más allá de resultados y clasificaciones.

NOTA IMPORTANTE: RECOMENDACIÓN MÉDICA

Si el día de la prueba no te sientes bien, o has padecido recientemente de algún virus, te recomendamos que no compitas.

Las regatas de Remo Indoor, principalmente la de 2.000 m. requieren del máximo esfuerzo y D.E. VERMONT, S.A. organizador de la XI Regata Popular de Remo Indoor de Donostia, no se hace responsable por lesión o enfermedad causada como consecuencia de la misma.

Si tienes dudas deberías pedir consejo médico antes de competir.