

El próximo domingo 19 de noviembre se celebrará en La Cartuja Baja (Zaragoza) la VII Carrera Ambar Ebrovida La Cartuja Movera Camino Natural La Alfranca 6K 11K 20K. La [Junta Vecinal de la Cartuja Baja](#) y el [CD Los Galachos](#) organizan esta prueba deportiva, con la colaboración de la [Junta Vecinal de Movera y La Alfranca](#) y 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 de la [Federación Aragonesa de Atletismo](#).

ARTÍCULO 1: INFORMACIÓN GENERAL

La salida se producirá desde la [Plaza de España de La Cartuja Baja](#) siendo los horarios y categorías los siguientes:

HORA	CATEGORÍA	AÑOS	DISTANCIA	TROFEOS	HORA ENTREGA
10.00	GENERAL FEM / MAS	18 años en adelante**	20K	1º-2º-3º	13.00h
10.00	LOCAL LA CARTUJA MAS / FEM*	18 años en adelante**	20K	1º-2º-3º	13.00h
10.30	GENERAL FEM / MAS	18 años en adelante**	6K	1º-2º-3º	12.30h
10.30	LOCAL LA CARTUJA MAS / FEM*	18 años en adelante**	6K	1º-2º-3º	12.30h
10.30	ANDADA	Todos los años	6K	-	-
10.30	GENERAL FEM / MAS	18 años en adelante**	11K	1º-2º-3º	12.45h
10.30	LOCAL LA CARTUJA MAS / FEM*	18 años en adelante**	11K	1º-2º-3º	12.45h

La entrega de trofeos tendrá lugar en el [Polideportivo Municipal de La Cartuja Baja](#).

Será obligatorio asistir a la ceremonia de entrega de premios para recibirlos.

***Atleta Local La Cartuja:** nacido o empadronado en La Cartuja.

Los ganadores generales (1º y 1º) de las pruebas 6K 11K y 20K obtendrán los siguientes premios:

- **Estudio de pisada** gratuito gracias a [Podoactiva](#).
- **Lote de productos de Aragón.**
- **Lote de productos Gardeniers** cortesía de [Atades](#).

Los ganadores locales (1º y 1º) de Movera de las pruebas 6K 11K y 20K obtendrán los siguientes premios:

- **Cesta regalo** por cortesía de la [Junta Vecinal de Movera](#)

****Edad mínima de participación.** 18 años. Andada abierta a todas las edades.

Atletas federados menores de edad podrán inscribirse **hasta la prueba 11K** solicitándolo por correo electrónico al siguiente email: administracion@fartlecksport.com.

A las 13:15h tendrá lugar la entrega de premios a los ganadores de los distintos sorteos.

El sorteo se realizará la semana previa a la carrera entre todos los inscritos a la misma y los ganadores/as recibirán un correo electrónico informándoles del premio que han obtenido.

Jamón para los 2 clubes o entidades con mayor número de participantes.

Lote de productos ÁMBAR para los 3 clubes o entidades con mayor número de participantes.

*Al tratarse de una prueba autonómica aragonesa, los/las atletas que pueden optar a los premios económicos, si los hubiera, son aquellos/as con licencia por la Federación Aragonesa de Atletismo o aquellos/as que puedan demostrar su residencia en Aragón. **Ni los atletas de otras CCAA ni los atletas extranjeros que no dispongan de licencia FAA, aunque vivan en la comunidad autónoma de Aragón pueden optar a estos premios económicos.**

ARTÍCULO 2: INSCRIPCIONES

Inscripciones 'ONLINE' hasta el domingo 12 de noviembre:

- www.carreraebrovida.com

Fecha	Atletas Federados FAA 6K (AR-ARF) *	Atletas Federados FAA 11K (AR-ARF) *	Atletas Federados FAA 21K (AR-ARF) *	Atletas No FAA	Migas / migas veganas y vino
Hasta 19/10	13€	17€	19€	+2€	+6€
Del 20/10 al 12/11	15€	19€	21€	+2€	+6€
No se devolverá el dinero de la inscripción, excepto en el caso de suprimir la prueba por motivos de seguridad.					
No se admitirán inscripciones finalizado el plazo de inscripción por motivos de organización.					
El cambio de dorsal se permite por razones justificadas hasta el domingo 12 de noviembre de 2023.					
Atades: un porcentaje de la inscripción va destinado a esta organización.					
Camiseta Técnica: se entregará a todos los participantes la camiseta técnica de la prueba, ideal para la práctica deportiva.					
*Únicamente serán válidas las licencias en vigor de la RFEA (nacionales) y de la Federación Aragonesa de Atletismo (AR-ARF-TARA). No se aceptarán otras licencias.					

Recogida de dorsales y caja del corredor:

- Se establecerá un sistema de elección de hora y lugar para la recogida del dorsal.
- Éste deberá seleccionarse en el momento de la inscripción.

Horarios:

- **Miércoles 15 y jueves 16 de noviembre:** de 17h a 20h en [Ambar \(Calle Ramón Berenguer IV\)](#).
- **Sábado 18 de noviembre:** de 10h a 13h y de 17h a 20h en el [Centro Cívico de La Cartuja Baja \(calle Autonomía de Aragón 21\)](#).
- **Domingo 19 de noviembre:** de 08h a 09:30h en el [Pabellón Polideportivo de La Cartuja \(avenida Constitución 2\)](#).

Será necesario presentar el DNI o resguardo de la inscripción.

IMPORTANTE: por motivos de organización el dorsal se podrá recoger en el día seleccionado en la web o posteriores, nunca antes.

Entrenamientos gratuitos [Fartleck Sport Grupo Running](#):

- En el proceso de inscripción está la posibilidad de inscribirse gratuitamente durante dos semanas a los entrenamientos presenciales que se realizarán por parte del [Fartleck Sport Grupo Running](#), con los siguientes horarios y emplazamientos: **Parque José Antonio Labordeta de Zaragoza (Parque Grande):** martes y jueves 10.00h, 19.30 y 20.30. Nos pondremos en contacto contigo si así lo marcas en la inscripción.

ARTÍCULO 3: SALIDA

Se reservará un lugar en las primeras posiciones de salida para posibles 'atletas ganadores' de la categoría general de las tres distancias tanto masculino como femenino.

ARTÍCULO 4: SEGUROS

Todos los participantes inscritos correctamente en la prueba estarán cubiertos con un seguro de responsabilidad civil y de accidentes. 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 periodo 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. Los participantes deberán llevar el dorsal delante y bien visible, facilitando así la labor de los jueces. Las posibles reclamaciones deberán ser formuladas verbalmente al 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. Todo lo no previsto en este reglamento, será resuelto por el Juez Árbitro, de acuerdo con el reglamento en vigor da la World Athletics, RFEA y FAA.

ARTÍCULO 6: CRONOMETRAJE Y RESULTADOS

El control de tiempos y puestos se realizará mediante el sistema de chip con validación de jurado FAA, estando la empresa responsable del cronometraje validada por la [RFEA](#). Los resultados de la VII Carrera Ambar Ebrovida La Cartuja Movera Camino Natural La Alfranca 6K 11K 20K **podrán verse en DIRECTO** el mismo día de la prueba en la web www.carreraebrovida.com.

ARTÍCULO 7: SERVICIOS AL CORREDOR

¡Estás en tu casa! Desde la organización de la prueba Ambar Ebrovida La Cartuja Movera Camino Natural La Alfranca 6K 11K 20K hemos creído conveniente facilitarte tu participación, con un gran despliegue de servicios al corredor que realizarán las gentes de La Cartuja.

Servicios al corredor:

- Se habilitará un espacio en el **PATIO DEL COLEGIO ÁNGEL ESCORIAZA** para que **tu CLUB pueda colocar su carpa 3*3 plegable y hacer de guardarropa de tus compañer@s** así como de punto de encuentro del equipo. El plazo límite para solicitar este espacio acaba el 6 de noviembre. Más información en el siguiente email: administracion@fartlecksport.com.
- **Ludoteca con Monitores de La Alfranca.** Se realizará en función de las edades en varias instalaciones; Casa de Juventud, guardería y ludoteca. Se podrá utilizar la misma a razón de 2 menores por adulto inscrito. **El precio será de 2€ por niño y la recaudación obtenida irá destinada en su totalidad a la adquisición de material para la guardería de La Cartuja.** Los grupos de edad serán los siguientes:
 - 2-4 años (Guardería)
 - 5-7 años (Guardería)
 - 8-11 años (Ludoteca)
 - 12-16 años (Casa de Juventud)

El horario de la guardería será de 9h a 13h. El punto de encuentro de todos los niños y niñas estará situado en la [guardería de La Cartuja en horario de 9h a 9:30h \(calle Autonomía de Aragón 11\)](#).

La recogida de los niños y niñas tendrá lugar en el mismo punto a las 13h.

- **Aparcamiento.**
- **Asistencia médica:** ambulancia en la zona de salida/meta.
- Diversas **actividades infantiles.**

- Se ofrecerá una **bebida caliente** a los participantes en la **zona exterior al Pabellón de Deportes** a la finalización de la prueba.
- Tras la realización de la prueba tendrá lugar un **almuerzo popular** de **migas o migas veganas** con **vino**. El participante que lo desee podrá adquirir su ración correspondiente para él y para sus acompañantes en el proceso de inscripción. El almuerzo popular se ofrecerá en el **Pabellón Polideportivo de La Cartuja (avenida Constitución 2)**.
- Servicio de masajes relajantes gratuitos a cargo de **Quirosana**. El corredor que quiera tendrá la posibilidad de, una vez concluida su carrera, disfrutar de un masaje gratuito relajante.
- Servicios de duchas y vestuarios:
 - **Piscinas Municipales**
 - **Campo de fútbol**
 - **Pabellón de deportes**
- Se entregarán junto con los trofeos diversos artículos elaborados por **ATADES** (productos ecológicos, de proximidad, de empresa social...) a los diferentes ganadores de pruebas.
- Servicio de **Guardarropa** en el **Colegio Ángel Escoriaza** (junto Pabellón de Deportes).
- Dos **semanas gratuitas de entrenamiento** por parte del **Grupo Running de Fartleck Sport**.
- **Camiseta técnica conmemorativa** de la prueba para todos los participantes.
- **Bolsa del corredor** con diferentes productos de patrocinadores y colaboradores.
- **Jamón para los 2 clubes o entidades con mayor número de participantes.**
- **Lote de productos ÁMBAR para los 3 clubes o entidades con mayor número de participantes.**
- **Servicio de fotografía** de la carrera gratuito.
- Se realizarán **diversos sorteos de patrocinadores** entre todos los participantes. El sorteo tendrá lugar la semana previa a la carrera entre todos los inscritos a la misma:
 - **2 masajes** para corredores por cortesía de **Quirovida**.
- **Avituallamientos:**
 - **20K:**
 - **Puente Azud, 7.5K:** fruta, agua, isotónica.
 - **Mirador de La Capellanía, 13.7K:** fruta, agua, isotónica.
 - **11K:**
 - **Torre de San Lázaro, 4.9K:** agua.
 - **Meta (todas las pruebas)**
 - Isotónico, fruta, agua y otros productos.

ARTÍCULO 8: RECORRIDOS

[Recorrido 6K \(Wikiloc\)](#)



198 m



[Recorrido 11K \(Wikiloc\)](#)



198 m



Recorrido 20K (Wikiloc)



198 m



181 m

5,95 km