



VII LIGUILLA INTERNA C.A. LA VALL D'UIJÓ

Con esta competición se pretende, tanto fomentar la práctica del atletismo por los miembros del club, como aumentar compañerismo, armonía y comunicación. Al final de la misma, se obsequiará a todos los participantes con un detalle conmemorativo y los atletas más destacados se les premiará. La duración de la liguilla será del 6 de enero de 2019 hasta el 22 de diciembre de 2019 y las normas que seguirá son las siguientes:

Sistema de puntuación

En el sistema de puntuación no diferenciaremos entre carreras de asfalto y montaña, pero si entre masculino y femenino.

	Puesto									
	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º
Puntos Carreras hasta 5 Km	15	14	13	12	10	9	8	7	6	5
Puntos Carreras hasta 5,1-10 Km	25	23	21	19	17	15	13	12	11	10
Puntos carreras entre 10.1-15Km	30	28	26	24	22	20	18	17	16	15
Puntos Carreras entre 15.1-20 Km	40	38	36	34	32	30	28	26	24	20
Puntos Carreras entre 20.1-25 Km	50	45	40	38	36	34	32	30	28	25
Puntos Carreras entre 25.1-30Km	60	55	50	45	40	38	36	34	32	30
Puntos Carreras entre 30.1-40 Km	80	75	70	65	60	55	50	45	42	40
Puntos Carreras entre 40.1-75 Km	100	95	90	85	80	78	76	74	72	70
Puntos Carreras entre 75.1-100 Km	120	115	110	105	100	95	90	85	82	80
Puntos Carreras >100 Km	140	135	130	125	120	115	110	105	100	95

- Del puesto 10 en adelante obtendrán la misma puntuación.
- En caso de que los atletas del club obtengan un pódium en su correspondiente categoría obtendrán una bonificación que consistirá en: (esta bonificación se redondeará para evitar decimales)

1º Puesto Categoría	Puntuación obtenida x 2
2º Puesto Categoría	Puntuación obtenida x 1.66
3º Puesto Categoría	Puntuación obtenida x 1.33



Bases de la liguilla

- Habrá una clasificación diferente de hombres y mujeres.
- Se premiará la participación colectiva a partir de 5 participantes, 5 puntos mas, seis participantes 6 puntos mas.....etc. Por ejemplo se inscriben 7 participantes, obtendrá los puntos que obtengan individualmente por su clasificación más 7 puntos de bonificación para cada uno.
- Se correrá las carreras con la equipación del club. Los que corran con una equipación diferente a la indicada (VIATOR, SPALL), tendrán cero puntos.
- Las pruebas organizadas por el club no formarán parte de la liguilla (Pujada a Pipa, 10 Km San Isidro, Cross y San Silvestre).
- Las pruebas que se realicen en el mismo fin de semana que se organiza una carrera en el club, NO PUNTUARÁN (Pujada a Pipa, 10 Km San Isidro, Cross y San Silvestre).
- Formarán parte de la liguilla cualquier prueba en las que participe un atleta del club. El corredor debe tener en cuenta que para sacar más puntos es conveniente que elija las pruebas con mayor número de participantes y las que así mismo tengan más kilometraje.
- La inscripción a las pruebas deberá realizarse poniendo en el apartado club: **CA LA VALL D'UIJÓ**.
- Si hubiera alguna incidencia o algún socio que vaya a participar en una prueba de las que no se especifican en el calendario de carreraspopulares.com, se deberá comunicar al e-mail: info.catlavall@gmail.com
- Las clasificaciones se podrán consultar en la web del club y en su página de Facebook.
- Los no presentados y retirados, no puntuarán.
- Con el objetivo de fomentar la participación de los atletas del club en ciertas pruebas se realizarán las siguientes bonificaciones:



Novedad 2019

- En las carreras que se obtenga pódium por club más numeroso, o por la participación en carreras como parejas o equipos, a todos los corredores tendrán una bonificación en su puntuación, se multiplicara la puntuación obtenida por 1,5.

Novedad 2019

- En las carreras que se obtenga pódium como club, a todos los corredores participantes en dicha carrera se les multiplicara la puntuación según el pódium conseguido(igual que en un pódium individual)
- Participar en pruebas del *Circuito de Carreras de Diputación Provincial de Montaña (excepto Pipa), Liga Castelló Nord, Lliga FEMECCV Comunitat Valenciana de curses de muntanya*. Asimismo, en caso de completar los circuitos nombrados se tendrá una bonificación de 100 puntos.
- Los participantes en pruebas de *Circuito de carreras de Asfalto como son el de Diputación de Castellón, Gudar-Javalambre, diputación de Valencia, Circuito carreras populares Nules, Circuito carreras populares Villarreal, etc*, en caso de completarlo, se tendrá una bonificación de 100 puntos.

En las pruebas que paga el club, se doblara la puntuación normal obtenida.

El resto de pruebas, no descritas en los apartados anteriores se registrarán por el sistema de puntuación definido al inicio del presente documento, no teniendo ninguna bonificación extra.

Novedad 2019

También habrá clasificación por:

- +pódium conseguidos
- Km corridos



- + carreras realizadas

Desde la directiva del C.A. La Vall d'Uixó, sólo nos queda, desear un gran 2019 atlético a todos los socios del club, libre de lesiones y con muchas ganas e ilusión de seguir mejorando en esto que nos gusta tanto.

