

ETAPA FINAL

**IX COPA DE ESPAÑA
AGUAS ABIERTAS 5K**

Embalse de Castrelo de Miño (Ourense)



21 de Septiembre - 2024



ETAPA FINAL

IX COPA DE ESPAÑA AGUAS ABIERTAS 5K

INFORMACIÓN

- Embalse de Castrelo de Miño / Club Náutico
- UBICACIÓN 
- Localidad: Castrelo de Miño (Ourense)
- Fecha: 21 de septiembre de 2024
- Categorías: INFANTIL, JUNIOR, ÉLITE Y MASTER
- Distancia: 5K (todas las categorías)
- Modalidad OPEN (abierto a extranjeros)
- Normativa 
- Inscripciones:
 - Fecha límite: 04 de septiembre (12:00)
 - Cuota de Actividad Estatal: RFEN – LEVERADE
 - Licencia OPEN: enviar a rfen@rfen.es (excel)

ACTUALIZADO 26/08**INFORMACIÓN GENERAL - PROGRAMA:**

Día	Sesión	Prueba	Categoría	Nº Dorsal	Briefing	Estimación Horas Salidas
Sábado 21.Sept.2024	Mañana	5 km	Élite, Junior, Infantil, Máster MASCULINA	Pendiente	10:45	11:00
			Élite, Junior, Infantil, Máster FEMENINA	Pendiente		11:10

ENTRENAMIENTOS Y CALENTAMIENTOS PREVIOS

Día	Sesión	CIRCUITO DE COMPETICIÓN (zona acotada)
Viernes 20.Sept.2024	Tarde	17:00 a 19:00h
Sábado 21.Sept.2024	Mañana	09:30 a 10:30h

REUNIÓN TÉCNICA

Día	Sesión	CLUB NÁUTICO CASTRELO DE MIÑO
Viernes 20.Sept.2024	Tarde	19:00h REUNIÓN PRUEBA – Todas las categorías

RECOGIDA DE DORSALES/CHIPS

Día	Sesión	CLUB NÁUTICO CASTRELO DE MIÑO
Viernes 20.Sept.2024	Tarde	17:00 a 19:00h
Sábado 21.Sept.2023	Mañana	08:30 a 10:15h

CEREMONIA DE MEDALLAS Y TROFEOS (todas las categorías)

Día	Sesión	Pruebas	Estimación Hora Premiaciones
Sábado 21.Sept.2024	Mañana	Medallas IX Copa de España Aguas Abiertas	≈ 14:30
		Trofeos Clubes IX Copa de España Aguas Abiertas	

**Prueba 5K (todas las categorías): se deberán recoger en el espacio habilitado para tal efecto, una vez publicados los resultados oficiales*

- **INSCRIPCIONES:** Programa informático LEVERADE (rfe@rfe.es). Cierre de inscripciones: 04 de septiembre (12.00h).
- Oferta de **ALOJAMIENTOS:** [ENLACE](#)
- **WEB** Copa de España (normativa, clasificación provisional, premios, etc.) [ENLACE](#)

MAPA INSTALACIÓN

Club Náutico Castrelo de Miño



1



Recogida Dorsales-Chips

Secretaría del campeonato

Cámara de Salidas

Guardarropa

Avituallamiento

Premiaciones

Servicios Médicos



Temperatura Agua
+/- 20° C

CIRCUITO 5K

-  Boya de Giro (DRCHA)
-  Boya de Dirección

CIRCUITO: 2500 mts.
- 2 vueltas -

DESCRIPCIÓN RUTA

SALIDA (S)	DESCRIPCIÓN RUTA	
	VUELTA 1	VUELTA 2
Boya 1	400	2900
Boya 2	1300	3800
Boya 3	1590	4090
Boya 4	2500	-
META (M)	-	5000

