



CAMPO A TRAVÉS

DOMINGO, 12 DE FEBREIRO DE 2017

CLASIFICATORIA

O EQUIPO CEIP A. Insua Bermúdez participará na **PROBA CLASIFICATORIA DE CAMPO A TRAVÉS CIRCUITO DA MAGDALENA**

● **Participantes:** INSCRITOS DE 2º,3º,4, 5º, 6º e da E.S.O.. Prégase a asistencia aos inscritos, para non prexudicar aos equipos formados. Débese coñecer o equipo e agardar no campo ata entrega de premios ou delegar nalgúen recoller premio.

● **Lugar da proba:** Circuíto do Campo de Fútbol da Magdalena (Vilalba).

● **Horario das probas** (lembrede que é **APROXIMADO** e que os **cambios e dorsais** son ás **10:10**):

<input type="checkbox"/> Probas Benxamíns (08-09): 11:00h Fem. 11:05h Masc.	<input type="checkbox"/> Probas Alevíns (06-07). 11:15h Fem 11,30 h Masc.
<input type="checkbox"/> Probas Infantís (04-05) 11,45h. Fem. 12,20h Masc.	<input type="checkbox"/> Probas Cadete (02-03) 12.15 Masc. 12:30h Fem.

● **Dorsais e Cambios:** É moi importante **estar todos no campo sobre as 10:10**, debemos repartir os dorsais e **soamente se poden facer cambios ata as 10:30**. Todo o mundo debe coñecer o seu equipo e compañeiros para a saída e entrega de premios. **Ausencias por urxencias débense notificar ao 616501003 para que non se volva tolo antes da saída.**

● **EQUIPACIÓN do cole** (sudadeira, camisetas, polo ou chándal que a traian para facer imaxe de equipo). **RECUPERAR FOLGOS:** Para repoñer forzas ao rematar a proba aconséllase: facer pequenos estiramientos e levar auga, bocadilliño e froita. **CATARROS E SINÓNIMOS:** Ante **CHUVIA E FRIO:** recoméndase que os atletas traian xa da casa, baixo o chándal,roupa de deporte óptima para a carreira: pantalóns curtos ou mallas longas, camiseta curta. (se vai moito frío uns guantes para as mans, unha braga de montaña para a gorxa, gorro para a cabeza). **Unha vez rematada a proba é necesario levar: roupa para cambiarse: chándal, camiseta, toallíña, calcetíns e roupa interior, outro calzado seco... unha bolsa de plástico para gardar a roupa mollada e sucia. Duchádevos sempre, ou despois nos vestiarios ou na casa.**

● **Nais e pais colaboradores:** Prégase **colaboración** dalgúns papás e mamás para axudar aos atletas a **cambiarse nos vestiarios femininos e masculinos.**

● **Resultados na caseta do spiker:** **ganan medalla os 3 primeiros/as e os equipos clasificados en 1ª, 2ª e 3ª posición.** Entregarán medallas soamente aos atletas que agarden ata a entrega de trofeos. Publicaranse na web do cole cando dispoñamos deles, e tamén as imaxes do evento que poderedes descargar da web do cole ou o vídeo cando se edite.



CAMPO A TRAVÉS

DOMINGO, 12 DE FEBREIRO DE 2017

CLASIFICATORIA

O EQUIPO CEIP A. Insua Bermúdez participará na **PROBA CLASIFICATORIA DE CAMPO A TRAVÉS CIRCUITO DA MAGDALENA**

● **Participantes:** INSCRITOS DE 2º,3º,4, 5º, 6º e da E.S.O.. Prégase a asistencia aos inscritos, para non prexudicar aos equipos formados. Débese coñecer o equipo e agardar no campo ata entrega de premios ou delegar nalgúen recoller premio.

● **Lugar da proba:** Circuíto do Campo de Fútbol da Magdalena (Vilalba).

● **Horario das probas** (lembrede que é **APROXIMADO** e que os **cambios e dorsais** son ás **10:10**):

<input type="checkbox"/> Probas Benxamíns (08-09): 11:00h Fem. 11:05h Masc.	<input type="checkbox"/> Probas Alevíns (06-07). 11:15h Fem 11,30 h Masc.
<input type="checkbox"/> Probas Infantís (04-05) 11,45h. Fem. 12,20h Masc.	<input type="checkbox"/> Probas Cadete (02-03) 12.15 Masc. 12:30h Fem.

● **Dorsais e Cambios:** É moi importante **estar todos no campo sobre as 10:10**, debemos repartir os dorsais e **soamente se poden facer cambios ata as 10:30**. Todo o mundo debe coñecer o seu equipo e compañeiros para a saída e entrega de premios. **Ausencias por urxencias débense notificar ao 616501003 para que non se volva tolo antes da saída.**

● **EQUIPACIÓN do cole** (sudadeira, camisetas, polo ou chándal que a traian para facer imaxe de equipo). **RECUPERAR FOLGOS:** Para repoñer forzas ao rematar a proba aconséllase: facer pequenos estiramientos e levar auga, bocadilliño e froita. **CATARROS E SINÓNIMOS:** Ante **CHUVIA E FRIO:** recoméndase que os atletas traian xa da casa, baixo o chándal,roupa de deporte óptima para a carreira: pantalóns curtos ou mallas longas, camiseta curta. (se vai moito frío uns guantes para as mans, unha braga de montaña para a gorxa, gorro para a cabeza). **Unha vez rematada a proba é necesario levar: roupa para cambiarse: chándal, camiseta, toallíña, calcetíns e roupa interior, outro calzado seco... unha bolsa de plástico para gardar a roupa mollada e sucia. Duchádevos sempre,ou despois nos vestiarios ou na casa.**

● **Nais e pais colaboradores:** Prégase **colaboración** dalgúns papás e mamás para axudar aos atletas a **cambiarse nos vestiarios femininos e masculinos.**

● **Resultados na caseta do spiker:** **ganan medalla os 3 primeiros/as e os equipos clasificados en 1ª, 2ª e 3ª posición.** Entregarán medallas soamente aos atletas que agarden ata a entrega de trofeos. Publicaranse na web do cole cando dispoñamos deles, e tamén as imaxes do evento que poderedes descargar da web do cole ou o vídeo cando se edite.