

## CATEGORIAS

### HOMES

A: de 6 a 10 anos  
 C: de 11 a 13 anos  
 E: de 14 a 16 anos  
 G: de 17 a 25 anos  
 I: de 26 a 35 anos  
 K: de 36 a 44 anos  
 M: de 45 a 54 anos  
 N: de 55 en diante

### MULLERES

B: de 6 a 10 anos  
 D: de 11 a 13 anos  
 F: de 14 a 17 anos  
 H: de 18 a 34 anos  
 J: de 35 a 45 anos  
 L: de 46 en diante

## PERCORRIDO

| CATEGORIAS                        | PERCORRIDO | SAIDA |
|-----------------------------------|------------|-------|
| PITUFOS (0 a 5 anos)              | 150 m.     | 17:15 |
| A, B                              | 815 m.     | 17:30 |
| C, D, E, F (2 voltas)             | 2.110 m.   | 17:45 |
| G, H, I, J, K, L, M, N (2 voltas) | 10.000 m.  | 18:30 |

A Saída e Meta estarán situadas no lugar de A Devesa, xunto F.P. e o Pavellón Novo de Padrón.

## INSCRIPCIONS E INFORMACION

Para formalizar a inscrición:

- [www.lestrove.tk](http://www.lestrove.tk)
- Por teléfono 981 81 09 19 en horario de noite
- Por e-mail: [josemanulestrove@yahoo.es](mailto:josemanulestrove@yahoo.es)

Datos requiridos: Nome, apelidos, anos, localidade e clube.

Retirada de dorsais, inscricións, entrega de trofeos e duchas no Pavellón Novo de Padrón.

Peche de inscricións ás 17:00 horas.

A inscrición e gratuíta, e nadie quedará fora de control.

A carreira absoluta dará dúas voltas a un circuíto practicamente chan. Son 10.000 m. ben medidos. Os kilómetros estarán sinalados correctamente.

## PREMIOS

400 Camisetas técnicas  
 Medalla para todos os Pitufos  
 Trofeo de cristal os gañadores absolutos  
 Trofeo o 2º e 3º da Carreira absoluta  
 Trofeo os 3 primeiros de cada categoría  
 Trofeo os 3 primeiros equipos (puntuación 4 atletas)  
 Trofeo o 1º e 1ª local de cada carreira  
 Trofeo o atleta mais veterano

Avituallamento abundante en liña de meta, con froita e iogur. Auga e Powerade por xentileza de Coca-Cola.

Na entrega de trofeos, A Asociación de Veciños de Lestrove entregará unha placa conmemorativa a Uxío Abuín Ares, recentemente proclamado Campión do Mundo Junior de Duatlón.

Dado o carácter deportivo e popular desta carreira, a organización non se fai responsable dos danos materiais ou físicos que os participantes poidesen sufrir.

Protección Civil de Rois velará en todo momento polo bo discurrir desta Carreira.

## GAÑADORES DE EDICIONS ANTERIORES

| HOMES                      | ANO  | MULLERES                 |
|----------------------------|------|--------------------------|
| Eleuterio Couceiro Eiris   | 1992 | Angeles Rodríguez        |
| Manolo Louro Insua         | 1993 | Angeles Rodríguez        |
| Jesús Becerra Rodríguez    | 1994 | Esther Pedrosa           |
| Antón Amoedo Jiménez       | 1995 | Esther Pedrosa           |
| Rafael Fuentes Lubian      | 1996 | Rosario Gesto            |
| Rafael Fuentes Lubian      | 1997 | Rosario Gesto            |
| Xaquín Dosil Díaz          | 1998 | Amalia Otero             |
| Eduardo Alvarez Morais     | 2006 | Chus Valiño Novo         |
| Alejandro Pesado Fernández | 2007 | Chus Valiño Novo         |
| Alejandro Pesado Fernández | 2008 | M.ª Jesús Gestido Rguez. |
| Uxío Abuín Ares            | 2009 | Isabel Sáez Batallán     |

| CLUBES                         | ANO  |
|--------------------------------|------|
| Centro Deportivo Universitario | 1995 |
| Amigos Larga Distancia         | 1996 |
| Amigos Larga Distancia         | 1997 |
| Atletismo Esteirana            | 1998 |
| Atletismo Milladoiro           | 2006 |
| Atletismo SAR                  | 2007 |
| Atletismo SAR                  | 2008 |
| Atletismo SAR                  | 2009 |

COMUNIDADE  
 DE MONTES  
 BALOUTA E  
 FONTECOVA



CONCELLO DE  
 PADRÓN

**HIPERXEL**



Tienda de congelados

Tfno. 981 81 18 27  
 Plaza Camilo José Cela, 5  
 15900 PADRON



• MÁQUINAS PARA CONFECCIÓN  
 • REPUESTOS  
 • ASISTENCIA TÉCNICA

Serafin Susavila Muñiz

C/. Redondo, 66  
 36640 PONTECESURES (Pontevedra)  
 Tel. 986 556 529 - Fax 986 564 437

C/. San Pedro Mezonzo, 17  
 15701 SANTIAGO (A Coruña)  
 Tfno. 981 943 210

Móvil 609 817 960

[www.seramitex.es](http://www.seramitex.es) • [seramitex@seramitex.es](mailto:seramitex@seramitex.es)



José Carrillo Troitño

REVESTIMIENTOS Y ENFOSCADOS



Tfno. 609 232 724



Fabricación y montaje de chapa y fibra  
 Aislamiento térmico • Aire acondicionado

Tfno. 630 610 596

Santo Domingo, 10 - 15900 PADRÓN (La Coruña)

BREZO Dietética y Nutrición

- Dietas Personalizadas
- Cosmética Natural
- Plantas Medicinales
- Suplementos Dietéticos

En PADRÓN calle Vidal Cepeda,3  
 981 810 592



Cafetería  
**CASINO**

Tfno. 981 810 401  
 Plaza Ramón Tojo, 10  
 PADRÓN



Servicio Oficial: Kawasaki, Honda, Suzuki, Yamaha, Ducati  
 Servicio de recogida  
 Gran surtido en boutique

Tfnos. 981 81 15 15 - 637 501 830  
 Rúa do Carme, 66 - PADRON