

# LIGA DE LOS MARTES CON “DIOS”

Hola a todos, Los Martes con “Dios” está preparando una liga interna, dividida en dos grupos para que sea más igualada y con premios a final de temporada.

Premios para los 3 primero de los **Pros** y de los **Semi-Pros**.

Los tiempos para la lista de los **Pros es menos de 18´:30”**, que haya hecho en cualquier carrera, *(hay que acreditar los tiempos)*

Los tiempos para la lista de los **Semi-Pros es de más de 18´:30”**, que haya hecho en cualquier carrera, *(hay que acreditar los tiempos)*

Las puntuaciones se irán actualizando cada semana y se podrán ver próximamente en :  
[www.losmartescondios.jimdo.com](http://www.losmartescondios.jimdo.com)

**Todo aquel que quiera entrar en la liga que lo que diga por whatsapp, tenéis tiempo hasta el 27 de enero de 2017.**

Hay diferentes maneras de puntuar:

**1º: TIEMPO en la última vuelta de los Martes (5.000) :** \**\_Demostrado por Strava o Garmin\**

## **“ PROS”**

16´:00” = 10 Puntos.

16´:15” = 9 Puntos.

16´:30” = 8 Puntos.

16´:45” = 7 Puntos.

17´:00” = 6 Puntos.

17´:15” = 5 Puntos.

17´:30” = 4 Puntos.

17´:45” = 3 Puntos.

18´:00” = 2 Puntos.

## **“SEMI-PROS”**

18´:00” = 10 Puntos.

18´:15” = 9 Puntos.

18´:30” = 8 Puntos.

18´:45” = 7 Puntos.

19´:00” = 6 Puntos.

19´:15” = 5 Puntos.

19´:30” = 4 Puntos.

19´:45” = 3 Puntos.

20´:00” = 2 Puntos.

**2ª: TIEMPO en el 3.000 que se hace en Verano: \* Demostrado por Strava o Garmin\***

**“ PROS”**

9':00" = 10 Puntos.

9':15" = 9 Puntos.

9':30" = 8 Puntos.

9':45" = 7 Puntos.

10':00" = 6 Puntos.

10':15" = 5 Puntos.

10':30" = 4 Puntos.

10':45" = 3 Puntos.

11':00" = 2 Puntos.

**“SEMI-PROS”**

11':00" = 10 Puntos.

11':15" = 9 Puntos.

11':30" = 8 Puntos.

11':45" = 7 Puntos.

12':00" = 6 Puntos.

12':15" = 5 Puntos.

12':30" = 4 Puntos.

12':45" = 3 Puntos.

13':00" = 2 Puntos.

**3º: 5 Puntos Extras, por Record personal en : Los Martes , 3.000 , 5.000 , 10.000 , Media Maratón y Maratón . (tiene que estar demostrado por Xip, Strava o Garmin ).**

**4º: 5 Puntos Extras, por correr cualquier carrera con la camiseta de Los Martes con “Dios”. (tiene que quedar demostrado con fotografía).**

**5º: 5 Puntos Extras, por subir al Podium. (da igual que sea por categoría ,por general o puesto, también tiene que quedar demostrado por fotografía).**

**6º: 5 Puntos Extras, por subir al Podium con la camiseta de Los Martes con “Dios”. (tiene que quedar demostrado con fotografía).**

**7º: 5 Puntos Extras, por correr las siguientes carreras: Mitja de Terrassa, Mitja de Granollers, Cursa Valles Drac Race, Mitja de Barcelona, Maratón de Barcelona, Cursa de Vilanova del Camí, Cursa de la Justicia Social ,Cursa de Bonaire, cursa de La Campana, Festa Major de Terrassa, Festa Major de Vacarisses, Cursa de Can Anglada, Cursa del Park Valles, se podrá incluir alguna carrera más. ( tiene que quedar demostrado con fotografía).**

