

XI MEDIA MARATÓN Y 10K CIUDAD DE CUENCA

“GRAN PREMIO DE OTOÑO”

21 de octubre de 2023 – 16:00 Horas.

REGLAMENTO

1º El Club Rujamar Atletismo Cuenca organiza la XI Edición de la Media Maratón y 10K Ciudad de Cuenca “Gran Premio de Otoño”, con un recorrido que parte del Barrio del Castillo, transcurre por la Hoz del Júcar y finaliza en la parte céntrica de la ciudad. Forma parte del XIX Circuito de Carreras Populares Diputación de Cuenca.

2º Se recuerda a todos los participantes que deberán estar en perfecto estado de salud, recomendando desde la Organización someterse a un reconocimiento médico previo.

3º La Organización declina toda responsabilidad de los daños que la participación en esta prueba pueda causar o causarse a sí mismo o derivar de ella a cualquier participante.

4º La salida de las dos carreras será conjunta, a las 16:00 horas del 21 de octubre de 2023. Los participantes tendrán un tiempo máximo de 2,45 horas para finalizar la carrera.

5º Todos los participantes por el hecho de tomar la salida asumen la aceptación de este Reglamento, debiendo participar los corredores con su respectivo dorsal visible en el pecho.

6º La prueba estará controlada por la Organización y jueces. Todos los participantes respetarán las decisiones de la Organización.

7º La edad mínima de participación es de 16 años (10K), debiendo tener autorización paterna para su participación.

8º La Organización facilitará autobuses para el traslado de los participantes desde el centro de la ciudad a las proximidades de la salida (**VER ANEXO 1**). Sólo se autoriza el desplazamiento a corredores ateniéndose al horario puesto por la Organización, así como cupo establecido en este servicio. La Organización no se responsabiliza de la falta de puntualidad de los corredores debido a este servicio, y tratará de respetar el horario de salida de la carrera establecido.

9º El corredor por participar en esta prueba da su consentimiento para que pueda ser fotografiado y que las imágenes puedan ser empleadas para promocionar la carrera. También da consentimiento a la organización para que pueda contactar con el mismo a través de correo electrónico en futuras comunicaciones relacionadas con esta y futuras pruebas del Club. El corredor podrá rectificar sus datos y/o cancelarlos si así lo desea tras recibir alguna de las comunicaciones.

INSCRIPCIONES

- **Vía internet** en: <https://www.timingsys.com/event/422>
- El precio de las inscripciones viene reflejado en el siguiente cuadro. Tendrán un precio bonificado las realizadas hasta las 24 horas del día 21 de septiembre de 2023.

21K y 10K	Hasta el 21 de Septiembre	Después del 21 de Septiembre
Inscripción General	12'65 €	14,65 €
Corredores inscritos en el Circuito	9 €	11 €
Corredores con 15 o mas carreras en el anterior Circuito	6 €	8 €
Corredores con 20 o más carreras en el anterior Circuito	5 €	7 €
Corredores con 26 carreras en el anterior Circuito	4 €	6 €

- Todos estos precios tendrán un descuento de 3€ para los atletas de la categoría Sub 21.
- Los menores de 18 años deberán aportar el permiso paterno.
- El participante tomará parte de forma obligatoria en la categoría asignada a su edad.

RECOGIDA DE DORSALES

- El día anterior de la prueba, obligatorio para participantes locales y aconsejado para todos los participantes, de 17 a 21 horas en el Centro Comercial "El Mirador".
- El día de la prueba, en zona de salida hasta 30 minutos antes de la carrera.

CATEGORÍAS

CATEGORÍAS	HOMBRES NACIDOS ENTRE	MUJERES NACIDAS ENTRE
SUB 21 (Solo 10K)	2002 y 2007	2002 y 2007
SENIOR	1984 y 2001	1984 y 2001
VETERANOS A	1974 y 1983	1974 y 1983
VETERANOS B	1964 y 1973	1964 y 1973
VETERANOS C	1954 y 1963	1963 y anteriores
VETERANOS D	1953 y anteriores	

PREMIOS

- Los tres primeros de la Clasificación General 21K, masculino y femenina, recibirán trofeo, y jamón el primero/a, queso 2Kg el segundo/a y estuche de aceite el tercero/a.
- Los tres primeros de la Clasificación General 10K, masculino y femenino, recibirán estuche de vino el primero/a, estuche de aceite el segundo/a y queso el tercero/a.
- Los tres primeros en todas las categorías: estuche de vino el primero/a, estuche de aceite el segundo/a y queso el tercero/a.
- Los tres mejores equipos femeninos: estuche de vino el primero/a, estuche de aceite el segundo/a y queso el tercero/a.
- Los tres mejores equipos mixtos: estuche de vino el primero/a, estuche de aceite el segundo/a y queso el tercero/a.
- Los tres clubes más numerosos por participación recibirán un jamón. El Rujamar Atletismo Cuenca no opta a este premio por ser organizador.

Los premios no son acumulables, y al ganador/a de mas de una categoría se le proporcionará el premio de la mejor categoria

SERVICIOS AL CORREDOR

- Servicio Médico
- Duchas en Polideportivo El Sargal o San Fernando (por determinar)
- Guardarropa: Se recoge en la salida y entrega en meta

- Cronometraje con chip y resultados instantáneos.
- Avituallamientos: Para la 21K: 3 avituallamientos en carrera + otro en meta, incluido uno sólido. Para la 10K: 1 avituallamiento en carrera y otro en meta.
- Fotos, vídeos.

BOLSA DEL CORREDOR

- Prenda técnica.
- Bolsa del corredor con lo que la Organización pueda conseguir.

RECORRIDO MEDIA MARATÓN

Salida: Mirador Hoz del Huécar (Barrio del Castillo) - Camino de San Isidro - giro hacia Fuente Martín Alhaja - Camino del Júcar - Puente de los Descalzos – Pasarela Recreo Peral y giro hacia Carril Bici CM-2105 - paso por debajo del Puente de Valdecabras - giro en Rotonda hacia el Puente de Valdecabras - giro hacia el Camino del Júcar hasta el Puente de los Descalzos – Recreo Peral - pasarela de madera sobre el río Júcar - Parque de la Trinidad (salida parque por acceso junto al Puente de La Trinidad, Avda. Virgen de la Luz) - Plaza de la Trinidad - C/ Calderón de la Barca - C/ Carretería - C/ José Cobo - C/ Aguirre - C/ Las Torres - Puerta de Valencia y Meta en Paseo del Huécar (zona peatonal).

RECORRIDO 10K

Salida: Mirador Hoz del Huécar (Barrio del Castillo) - Camino de San Isidro - giro hacia Fuente Martín Alhaja - Camino del Júcar - Puente de los Descalzos - Recreo Peral - pasarela de madera sobre el río Júcar - Parque de la Trinidad (salida parque por acceso junto al Puente de la Trinidad, Avda. Virgen de la Luz) - Plaza de la Trinidad - C/ Calderón de la Barca - C/ Carretería - C/ José Cobo - C/ Aguirre - C/ Las Torres - Puerta de Valencia y Meta en Paseo del Huécar (zona peatonal).

CONTROLES DE PASO

La organización podrá eliminar y retirar el dorsal a los atletas que superen estos tiempos, dejándoles fuera de carrera:

- Media Maratón

Inicio de carrera 16:00 h, Camino de los Jerónimos (Barrio del Castillo).

-Km 4, Cruce Camino de San Isidro - Camino Martín Alhaja
Cabeza de Carrera 16:12/Último 16:32

-Km 8, Entrada Recreo Peral
Cabeza de carrera 16:25/ Último 17:05

-Km 13, Puente de Valdecabras
Cabeza de carrera 16:40/ Último 17:45

Km 19, Paseo del Júcar Recreo Peral
Cabeza de carrera 17:00/ Último 18:30

META Paseo del Huécar
Cabeza de carrera 17:05/ Ultimo 18:45

- 10 K

Inicio de carrera 16:00h, Camino de los Jerónimos (Barrio del Castillo)

-Km 4, Cruce camino de San Isidro - Camino Martin Alhaja
Cabeza de Carrera 16:12/Ultimo 16:32

-Km 8, Entrada Recreo Peral
Cabeza de carrera 16:25/ Ultimo 17:10

META Paseo del Huécar
Cabeza de carrera 16:30 / Ultimo 17:30

ANEXO 1

Para quienes deseen utilizar su vehículo particular podrán aparcar en:

- **Parking Barrio del Castillo** (Zona de Salida de la Carrera).
- **Parking Auditorio, Parking Zona de la Resinera y Centro de Recepción de Turistas** (Zona de la Meta de la Carrera y otras).

Para quienes deseen subir andando, disponen de media hora aproximadamente hasta la zona de Salida.



AUTOBUSES DISPUESTOS POR LA ORGANIZACION CAPACIDAD LIMITADA

DOS AUTOBUSES DEJARÁN A LOS CORREDORES EN LA PLAZA MAYOR.
De ahí a la zona de salida y que ir andando. El trayecto ocupa entre 10 y 15 minutos.

HORARIOS DESDE CENTRO DE LA CIUDAD

(ANTES DE LA SALIDA) (CALLE CERVANTES JUNTO A MANGO)

- Primera salida 14:30
- Última salida 15:00

ATENCIÓN, TAMBIÉN EXISTE TRANSPORTE URBANO

Se aconseja coger la LÍNEA 2 que va directo al Castillo desde las 9 de la mañana, o la línea 1 que tiene parada en la Plaza Mayor.

Consultar resto de horarios en: www.urbanosciencia.com

***LA ORGANIZACIÓN PODRÁ RETRASAR “IN EXTREMIS” LA SALIDA DE LAS PRUEBAS, DEBIDO A LAS CONDICIONES DEL TRAFICO PARA EL TRASLADO DE LOS/AS CORREDORES/AS A LA PLAZA MAYOR.**