



XIX 10K ANTONIO SERRANO



MEMORIAL JULIÁN DELGADO

03 DE NOVIEMBRE - 11:00 H

INMEDIACIONES C.E.I.P LA MOHEDA





REGLAMENTO DE LA PRUEBA

Art. 1 Datos de la carrera

Art. 1.1 Información general

El C.D. Atletismo La Solana y el C.A. Los Trotones organizan el domingo 3 de noviembre de 2024 a las 11:00 de la mañana, la XIX Edición 10K Antonio Serrano “Memorial Julián Delgado”, con el muy Ilustre Ayuntamiento de La Solana como promotor, y con la colaboración de la Diputación Provincial de Ciudad Real, la Delegación Local de la AECC, Policía Local y Protección Civil de La Solana.

Se trata de una prueba popular incluida en el circuito de Carreras Populares de Ciudad Real con recorrido sobre una distancia de 10.000 metros, tendrá la salida en la Avd. del Deporte en las inmediaciones del parque de “La Moheda” y el pabellón de “La Moheda”, con meta en calle Empedrada junto al boulevard del parque municipal. El recorrido, se efectuará sobre diferentes calles de la localidad sobre un circuito íntegramente urbano de 5k aproximadamente.

Podrán participar todas las personas que lo deseen siempre que tengan cumplido los 18 años (se permite la participación de menores a partir de los 16 años cumplidos con autorización del padre/madre o tutor). El tiempo máximo para la realización de la prueba será de 1h.15 m.

Sólo la organización podrá designar vehículos para seguir la carrera

Art. 1.2 Información general

Para cualquier información adicional puede dirigirse al correo electrónico c.a.lasolana@hotmail.com o en las páginas web: <http://www.lasolana.es> y <http://www.carrerasciudadreal.es/>.



Art. 2 Servicios con que cuenta la carrera

Art. 2.1 Avituallamiento

Existirá un doble puesto de avituallamiento en la plaza Don Diego debidamente dotado que coincidirá con los puntos kilométricos 2,9 y 4,3 en la primera vuelta y 7,4 y 8,8 en la segunda vuelta además de la zona de meta.

Art. 2.2 Puntos de animación

Habrá diferentes puntos de animación musical a lo largo del recorrido.

Art. 2.3 Vestuarios, duchas y servicio de guardarropa

Se dispondrá de un servicio de **duchas** situado en las piscinas municipales situado en el parque municipal junto a la zona de meta, habrá dos accesos a los vestuarios y duchas, uno desde el parque municipal y otro desde la calle General Aguilera. El servicio de **guarda ropa** estará situado en La Caseta Municipal.





Art. 2.4 Servicio de ludoteca

Se habilitará una zona infantil aún por determinar dependiendo de las condiciones climatológicas. Este servicio será totalmente gratuito para los/las participantes de la prueba en horario de 10.00-12.30 horas con la presentación del dorsal. ***De cara a la organización de actividades, se ruega a los padres que envíen el nombre, edad y posibles enfermedades o patologías del niño/a al correo c.a.lasolana@hotmail.com hasta el jueves 31 de octubre.***

Art 2.5 Aparcamientos

La zona aledaña a la salida y meta cuenta con un amplio **parking asfaltado y vigilado**. No obstante, la organización aconseja no dejar objetos de valor a la vista.

Art. 2.6 Otros servicios

Todos los atletas podrán contar con un **servicio de cafetería** instalado por la AECC y cuyos ingresos, irán destinados a los proyectos de esta asociación, en la Caseta Municipal.

Zona de estiramientos, podología y fisioterapia en las inmediaciones de meta.

Art. 2.7 Protocolo de Asistencia Sanitaria del Circuito de Carreras Populares de Ciudad Real.

La prueba tendrá la cobertura sanitaria prevista en el Protocolo de Asistencia Sanitaria del Circuito Provincial de Carreras Populares de Ciudad Real, que incluye:

- Puesto Sanitario Avanzado, dotado de box vital y 4 zonas de atenciones menores.

En las inmediaciones se ubicará un Soporte Vital Avanzado (UVI Móvil). El personal de este núcleo asistencial se compone de: Un médico, que será el coordinador de este, junto a un enfermero/a, dos técnicos en emergencias sanitarias y un coordinador sanitario local situados en zona de meta.



- Soporte Vital Avanzado (UVI Móvil) denominado Satélite, que se situará coincidiendo con los puntos kilométricos 3.6 y 8 (primera y segunda vuelta respectivamente). Dotado de un enfermero/a y dos técnicos en emergencias sanitarias. Este puesto estará coordinado por un médico de forma presencial o desde el PSA (Puesto Sanitario Avanzado).
- Un puesto de mando integrado en el PSA, con un coordinador de comunicaciones.
- Todo el dispositivo estará supervisado por el Coordinador Sanitario del Circuito bajo las directrices del médico coordinador.

Tanto el Puesto Sanitario Avanzado como el Soporte Vital Avanzado (Satélite) y los puestos EPI disponen del material sanitario imprescindible para el despliegue, de sistema de comunicaciones y están todos ellos señalizados en el Circuito.

*La organización **recomienda** a todos los participantes la realización de un **reconocimiento médico deportivo personal** que pueda garantizar la aptitud física para practicar esta modalidad deportiva de manera segura y saludable.*

Los profesionales incluidos en el dispositivo sanitario y la organización están facultados para retirar durante la misma a cualquier atleta que, a su juicio, manifieste un estado físico que pueda ir en detrimento de su salud.

Los corredores están obligados a rellenar la parte posterior del dorsal con el nombre, apellidos, teléfono en caso de emergencia, problemas médicos como alergias a medicamentos, etc., así como grupo sanguíneo.

Otros Servicios Sanitarios:

- Servicio de Fisioterapia *(Para corredores con lesiones e incidencias).*
- Servicio de Podología



Todos los participantes estarán cubiertos por una póliza de seguros de accidente para daños ocurridos durante la carrera.

DE CARA A GARANTIZAR LA SALUD DEL ATLETA. El/la atleta debe entrar a meta por sus propios medios. En caso de incapacidad, el personal sanitario o de protección civil le trasladará con los vehículos habilitados para tal efecto. El resto de corredores deben informar al personal médico y voluntarios, sobre el accidente o desfallecimiento de un participante, pero en ningún caso, a ayudar-forzar al atleta a seguir compitiendo.

Art. 3 Inscripciones

Art. 3.1 Plazo de inscripción y cuotas

Todas las INSCRIPCIONES se realizarán on-line a través de la página www.carrerasciudadreal.es hasta el día 28 de octubre (lunes anterior a la prueba), a las 24 h.

La cuota de inscripción será:

- **13 € para corredores/as inscritos en el Circuito de Carreras Populares de Ciudad Real.**
- **15 € para corredores/as no inscritos en el Circuito.**
- **9 € para los atletas que en 2023 hayan concluido 14 o más de las 20 pruebas que conformaban el Circuito 2023.**
- **Las inscripciones realizadas el lunes 28 de octubre tendrán un recargo de 2 €.**

Las inscripciones deberán comprobarse trascurridos unos días a través de los listados que se irán actualizando en www.carrerasciudadreal.es o a través de la APP Circuito Carreras Ciudad Real. Se admitirán reclamaciones sobre el listado de inscritos hasta las 13 horas del miércoles día 30 de octubre. Una vez finalizado este plazo no se admitirán reclamaciones, pasando a ser definitivo el



listado de inscritos. Se cerrarán las inscripciones en el plazo de fecha o una vez alcanzados los 1000 participantes.

Si es la primera vez que vas a inscribirte y tienes problemas para hacer la inscripción, encontrarás un tutorial pinchando en el siguiente enlace: [Ayuda inscripciones](#).

Todos los corredores/as por el hecho de realizar la inscripción aceptan la publicación de su nombre y apellidos en la clasificación de la prueba, en los medios de comunicación y/o Internet.

La inscripción será válida *cuando el participante rellene los datos solicitados en el formulario de inscripción que encontrará en la web del Circuito de Carreras Populares de Ciudad Real, abone la cuota de inscripción, y aparezca su nombre en los listados que se publicarán oficialmente en dicha web.*

La inscripción de la carrera es personal e intransferible. No se admitirán devoluciones, bajo ninguna causa, del importe de la inscripción.

La inscripción a esta carrera supone la aceptación de los Términos y Condiciones del presente reglamento.

Art. 3.2 Dorsales y chips

Dorsales inscritos en el circuito

El dorsal debe ser el entregado por el Circuito para la temporada vigente y deberá llevarse de forma que resulte claramente visible durante la prueba.

Dorsales inscritos en la prueba



Los dorsales y chips se retirarán en la **Caseta Municipal** (Calle Juan Ramón Jiménez s/n) **hasta media** hora antes de la prueba, previa presentación del DNI o documento acreditativo de la identidad del participante.

Se podrán retirar dorsales el día 2 de noviembre en horario de 11.00-13.00 horas durante la realización de la carrera mini en la plaza mayor; o de 17:00 a 19:00 en la caseta municipal. El dorsal deberá llevarse de forma que resulte claramente visible durante la prueba.

La carrera será cronometrada mediante sistema de chip, que deberá portarse anclado en una de las zapatillas. Los corredores no inscritos al Circuito de Carreras de Ciudad Real deberán devolver el chip a la organización al finalizar la prueba. De no hacerlo podrá reclamarse el pago de 10 € para sufragar su coste.

Art. 4 Categorías

Se establecen las siguientes categorías:

FEMENINA/MASCULINA	EDAD
General	Todas las categorías
Sénior	De 18 a 34 años
Máster 35	De 35 a 39 años
Máster 40	De 40 a 44 años
Máster 45	De 45 a 49 años
Máster 50	De 50 a 54 años
Máster 55	De 55 a 59 años
Máster 60	De 60 en adelante

Categorías Locales:

FEMENINA/MASCULINA	EDAD
Sénior	De 18 a 34 años



Máster A	De 35 a 44 años
Máster B	De 45 a 59 años
Máster C	De 60 años en adelante

Se considera atleta local a las personas nacidas o empadronadas en La Solana, así como los atletas del Club Atletismo de “Los Trotones” y a los que acrediten su residencia habitual en La Solana.

Categoría Superación:

Se establecerá una categoría unisex para todo atleta con capacidades diversas que requiera de adaptación para la realización de la prueba ya sea a causa de alguna minusvalía o invidencia con la denominación de categoría “Superación”.

Las edades deberán estar cumplidas al día de la prueba.

Los/as corredores/as de entre 16 y 18 años que deseen participar deberán obligatoriamente presentar a la hora de recoger el dorsal una autorización del padre, madre o tutor acompañada de fotocopia compulsada del DNI del mismo. Su participación estará enmarcada dentro de la categoría Sénior. Si ya dispusieran de dorsal deberán acreditarse en la mesa de secretaría de carrera.

Art. 5 Premios, trofeos y obsequios

Se entregarán trofeos a los tres primeros clasificados y tres primeras clasificadas de la general, además de los siguientes premios en metálico independientemente de la categoría a la que pertenezcan:

- **1º Clasificad@: 150 €**
- **2º Clasificad@: 100 €**
- **3º Clasificad@: 50 €**



Se entregarán trofeos a los tres primeros y tres primeras del resto de categorías. También se entregarán trofeos para los tres primeros de la categoría mixta “Superación”.

PREMIO ESPECIAL PATA NEGRA a los ganadores de cada una de las categorías (no locales).

PREMIOS POR EQUIPOS MIXTOS: Clasificación establecida por la suma de los tiempos de las 4 primeras mujeres y 4 primeros hombres llegados a meta de cada equipo.

- **Trofeo 1º clasificado + jamón**
- **Trofeo 2º clasificado + queso La Casota**
- **Trofeo 3º clasificado + estuche de vino Cooperativa Santa Catalina**

PREMIO ESPECIAL DEL CIRCUITO PARA LOS CORREDORES LOCALES.

Premios a los mejores corredores locales proporcionados por las empresas patrocinadoras del Circuito:

- **El primer corredor local masculino obtendrá un lote de vino de la Cooperativa Santa Catalina de La Solana**
- **La primera corredora local femenino un lote de productos de Doña Carmen Gourmet.**
- **Ambos recibirán también un regalo de Mielectro.**

PREMIO ESPECIAL META VOLANTE:

- **Queso La Casota para el clasificado/a número 250 al pasar por Plaza Mayor por el Hotel Restaurante La Casota en 1ª vuelta.**
- **Queso La Casota para el clasificado/a número 100 al pasar por Plaza Mayor por el Hotel Restaurante La Casota en 2ª vuelta.**

Todo atleta que reciba premio en metálico deberá acreditar su identidad mediante DNI o documento acreditativo.



Los premios y trofeos para las categorías no son acumulables, salvo aquellos previstos como “premios especiales del circuito para los corredores locales”, prevaleciendo la clasificación general para la asignación de puesto.

Art. 5.1 Bolsa del corredor

La **Bolsa del corredor** podrá ser retirada en la **Caseta Municipal** (al igual que los dorsales) **hasta media** hora antes de la prueba, previa presentación del DNI o documento acreditativo de la identidad del participante (se aconseja llegar con tiempo suficiente antes de la carrera para evitar tiempos de espera).

Se podrán retirar también la bolsa el día 2 de noviembre en horario de 17:00 a 19:00 en la caseta municipal.

Art. 6 Reclamaciones

Se habilitará una zona de atención al corredor para resolver posibles dudas y reclamaciones en la caseta municipal, adyacente a la zona de recogida de dorsales. Cualquier reclamación sobre la clasificación deberá hacerse ante la Organización de la prueba hasta 15 minutos antes de la entrega de trofeos, prevista para las 12:30 horas.

Art. 7 Descalificaciones

Podrá ser motivo de descalificación por la Organización de la prueba:

1. No realizar el recorrido completo o recortar sobre el trazado marcado por la organización.
2. No llevar el dorsal en lugar visible, participar con el de otro corredor o utilizar otro diferente al asignado por la Organización.
3. Entrar en la línea de meta sin dorsal.
4. Correr sin el chip reglamentario o con el chip asignado a otro corredor.
5. Manifestar un comportamiento antideportivo.
6. No atender a las indicaciones de la Organización.



7. Incumplir las medidas de seguridad y/o sanitarias previstas por la organización o las autoridades sanitarias o administrativas.

Los corredores descalificados perderán toda opción a premio en metálico o trofeo y podrán ser sancionados de acuerdo al régimen disciplinario del Circuito de Carreras de Ciudad Real.

Art. 7.1 Acreditación ante la organización

La organización podrá en cualquier momento solicitar la acreditación de los datos reseñados en la inscripción. La irregularidad de los mismos supondrá la descalificación en la prueba.

Art. 8 Doping

Todo atleta sancionado por Doping que participe en alguna de nuestras pruebas durante el periodo de sanción quedará excluido durante 5 años de la participación en cualquiera de las carreras que compongan el Circuito de Carreras de Ciudad Real.

Art. 9. Aceptación del reglamento

Todos los participantes, con el hecho de su inscripción, aceptan el reglamento de la competición, declarando encontrarse en buenas condiciones físicas y asumiendo el riesgo de esta práctica deportiva.

Art. 10 Reserva del derecho de admisión

La organización se reserva la posibilidad de no admitir la participación en la carrera de atletas sobre los que recaiga sospecha fundada de conducta antideportiva previa, incluida el dopaje.



ART. 11 Situaciones especiales de participación

11.1 Personas con movilidad reducida o con necesidad asistencia

Con motivo del fomento del deporte adaptado, todo atleta que cuenta con algún tipo de discapacidad o que precise de alguna adaptación, bien por silla de ruedas o un guía, contará con la inscripción gratuita y podrá participar dentro de la categoría destinada a tal efecto como categoría “Superación”.

En todos los casos los atletas deberán acreditarse ante la organización mediante e-mail c.a.lasolana@hotmail.com en los mismos plazos que el resto de corredores. Se les solicitará datos completos y teléfono de contacto. La organización se pondrá en contacto con ellos. Se permitirán las siguientes adaptaciones:

- Silla de ruedas

Los atletas en silla de ruedas deberán realizar el recorrido por sí mismos sin ser asistidos en ningún momento.

- Guía asistente para corredores invidentes

Los atletas invidentes podrán participar yendo unidos por una cinta a su corredor asistente. Éste deberá mantenerse a un lado del competidor y no deberá emplear la cinta para tirar hacia delante. **El guía también contará con la inscripción gratuita.**

11.2 Corredores con carrito de bebé

Se permitirá la participación de corredores que empujen un carrito de bebé, deberán acreditarse ante la organización mediante e-mail c.a.lasolana@hotmail.com al menos una semana antes del evento. Se les solicitará datos completos y teléfono de contacto. La organización se pondrá en contacto con ellos.



circuito
carreras
CIUDAD REAL



Art. 12 Vehículos en el recorrido

Solamente se permitirá el acompañamiento por vehículos oficiales autorizados por la organización, con identificación oficial.

Art. 13. Tratamiento de datos personales

Los datos personales de los inscritos serán incorporados a un fichero propiedad del Área de Deportes de La Solana, con la finalidad de cursar la solicitud de inscripción, gestionar clasificaciones y resultados. Con su inscripción, el participante consiente expresamente y autoriza al C.D Atletismo La Solana para que trate sus datos personales según las finalidades expuestas en el apartado anterior. En caso contrario deberá enviar un mail a c.a.lasolana@hotmail.com, para ser dado de baja en el fichero.





circuito
carreras
CIUDAD REAL





circuito
carreras
CIUDAD REAL



Art. 14 Carrera mini

CARRERA MINI ANTONIO SERRANO 2024

1 DE NOVIEMBRE A LAS 11:30H
PLAZA MAYOR DE LA SOLANA

CATEGORÍAS	AÑO DE NACIMIENTO	DISTANCIA
Chupetín	Nacidos/as 2019 y posterior	150m (2 vueltas a la plaza)
Sub 8	Nacidos/as 2018 y 2017	300m (vueltas plaza + A)
Sub 10	Nacidos/as 2016 y 2015	500m (vueltas plaza + 2A)
Sub 12	Nacidos/as 2014 y 2013	700m (vuelta plaza + A + B)
Sub 14	Nacidos/as 2012 y 2011	900m (vueltas plaza + 2B)
Sub 16	Nacidos/as 2010 y 2009	900m (vueltas plaza + 2B)

CATEGORÍAS	HORA EN ZONA DE SALIDA	HORA DE LA PRUEBA
Sub 14 y sub16 M/F	11:20	11:30
Sub 12 M	11:30	11:40
Sub 12 F	11:40	11:50
Sub 10 M	11:50	12:00
Sub 10 F	12:00	12:10
Sub 8 M	12:10	12:20
Sub 8 F	12:20	12:30
Chupetín M	12:30	12:40
Chupetín F	12:40	12:50

ORGANIZAN

COLABORAN

MEDALLA, CAMISETA
Y CHUCHES PARA
TODOS LOS
PARTICIPANTES

INSCRIPCIONES
EN TU COLEGIO
O A TRAVÉS DEL QR

Reglamento en: carrerasciudadreal.es Más información: c.a.lasolana@hotmail.com

Art. 14 .1 Organización de la carrera

La Carrera Mini se celebrarán el día 1 de noviembre a partir de las 11:30h en la Plaza Mayor. Se establecerá el siguiente orden de las pruebas según el siguiente cuadro dónde aparecen las categorías y distancias. En función de los inscritos, la organización podrá decidir juntar categorías de niños y niñas o decidir que corran por separado.

Art. 14.2 Categorías y distancias

CATEGORÍAS	AÑO DE NACIMIENTO	DISTANCIA
Sub 16	Nacidos/as 2009 y 2010	900m (Vuelta plaza + 2B)
Sub 14	Nacidos/as 2011 y 2012	900m (Vuelta plaza + 2B)
Sub 12	Nacidos/as 2013 y 2014	700m (Vuelta plaza + A + B)
Sub 10	Nacidos/as 2015 y 2016	500m (Vuelta plaza + 2A)
Sub 8	Nacidos/as 2017 y 2018	300m (Vuelta plaza + A)
Chupetín	Nacidos/as 2019 y posterior	150m (2 vueltas plaza)



Art. 14.3 Inscripciones carrera mini

Los niños de la localidad deberán inscribirse a través de los colegios, los colegios deberán remitir listado de inscritos a la organización a través del correo c.a.lasolana@hotmail.com, hasta el viernes 25. Las inscripciones de forma individual o de otras localidades se podrán realizar de forma individual hasta las 15:00 horas del martes 29 de octubre rellenando el siguiente formulario <https://forms.gle/ur7rmDNUCJzTEeWK7>. En caso de dudas ponerse en contacto con la organización al correo c.a.lasolana@hotmail.com.

Art. 14.4 recogida de dorsales

Los dorsales de los colegios se entregarán a lo largo de la semana en los propios colegios. Se podrá recoger los dorsales hasta 15' antes del inicio de la primera prueba.

Art. 14.5 Obsequios y entrega de trofeos

Recibirán trofeo los tres mejores clasificados de cada categoría tanto masculino como femenino.

La entrega de trofeos se realizará justo al termino de cada prueba.

Todos los participantes, recibirán una bolsa de chuches, medalla y camiseta conmemorativa.

La organización podrá solicitar de los padres DNI o Certificado acreditativo para la comprobación de las edades de los niños inscritos.

Ante cualquier irregularidad, la Organización tiene la potestad de descalificar a cualquier atleta que no cumpla las indicaciones o no juegue limpio.



círculo
carreras
CIUDAD REAL



VIII MARCHA CONTRA EL CÁNCER

“LA IGUALDAD ES LA SUMA DE TOD@S”

VIII MARCHA CONTRA EL CÁNCER “LA IGUALDAD ES LA SUMA DE TOD@S”

LA SOLANA

3 / NOVIEMBRE / 2024 / 11:05 H.

SALIDA: FRENTE AL PARQUE DE LA MOHEDA

RECORRIDO DE 1 KM APROXIMADO

Participación gratuita:

Pide tu camiseta/donativo antes de la salida.

Todos ingresos recaudados, irán destinados a la delegación de la Asociación Española Contra el Cáncer.



Se trata de una carrera NO COMPETITIVA, de 1 km de distancia (aproximadamente) y con salida inmediatamente después a la carrera de 10 kilómetros, frente a la puerta del parque de la Moheda, junto a la línea de salida de los 10k en sentido inverso. Pueden participar personas de cualquier condición (incluidas sillas de ruedas). La meta será la misma para ambos eventos, con lo que la meta quedará cerrada para esta carrera, a los 20' del inicio de la carrera de los 10 kilómetros. La participación será gratuita, pero se anima a los participantes a comprar la camiseta/donativo de cuyos ingresos que se recauden, junto con la venta de demás productos, irán destinados a la delegación de la Asociación Española Contra el Cáncer.



SOLISS

Seguros desde 1933.

PATA NEGRA





circuito
carreras
CIUDAD REAL



PATROCINADORES LOCALES

