

REGLAMENTO



10 KILOMETROS 2026



**circuito
carreras**
CIUDAD REAL



REGLAMENTO 10 Kms.

- 1. CARRERA POPULAR A PIE DE 10.000 MTS.** Circuito homologado por la **RFEA**, en la que podrán participar todas aquellas personas que lo deseen que tengan cumplidos los 18 años de edad el día de la prueba (nacidos/as antes del 1 de marzo de 2008).
 - ❖ Se permitirá la participación de atletas de categoría Sub - 18, (16 y 17 años) con autorización del padre, madre o tutor.
 - ❖ Esta prueba no es puntuable para el Circuito de Carreras Populares de Ciudad Real.
- 2. LA CARRERA TENDRÁ LUGAR EL 1 DE MARZO DE 2026** en Valdepeñas (Ciudad Real). La salida se realizará en la Ciudad Deportiva “Virgen de la Cabeza” a las **10’30 horas**, coincidiendo con la salida de la Muy Heroica Media Maratón “Ciudad de Valdepeñas” concediéndose un tiempo máximo de 1 hora y 15 minutos para su finalización.
- 3. EL CIRCUITO ESTARÁ SEÑALIZADO Y CERRADO A TODO TIPO DE VEHÍCULOS**



El recorrido es llano con ligeras pendientes, discurre por el centro de la Ciudad junto algunos de los monumentos más importantes de la Ruta de las Esculturas y edificaciones del patrimonio histórico artístico de Valdepeñas, se trata de un circuito urbano homologado por la RFEA, al que se dará una sola vuelta y estará controlado por el comité regional de jueces de la FACLM.



- ❖ Está terminantemente prohibido el acompañamiento a los corredores mediante cualquier tipo de vehículo (coche, moto, bicicleta, patines...).
- ❖ La Policía Municipal sancionará expresamente a los vehículos y bicicletas no autorizados

4. INSCRIPCIONES

- ❖ Al coincidir con las inscripciones de la **Media Maratón** debes poner especial atención e inscribirte en **la carrera elegida. 10 KMS.**

Todas las inscripciones se realizarán on-line (único sistema) a través de la página:

<http://www.carrerasciudadreal.es> **en el enlace de 10Kms.** Hasta el lunes 23 de febrero, a las 24 h. y **deberán comprobarse** transcurridos unos días a través de los listados que irán actualizándose en **esta web** o a **través de la APP** del Circuito Carreras Ciudad Real.

Enlace a inscripciones:

<https://carrerasciudadreal.es/evento/10k-valdepenas-2025/>

Enlaces de descarga APP:

App Store: <https://apps.apple.com/es/app/circuito-de-carreras-de-cr/id6471528905>

Google Play: <https://play.google.com/store/apps/details?id=circuito.appcircuito>

IMPORTE DE LAS INSCRIPCIONES:

15 € Hasta el Domingo **día 22 de febrero de 2026**

- ❖ El **lunes día 23 de febrero de 2026** (último día de inscripción), el importe se verá incrementado en 2 €. (**17 €**)

❖ Se admitirán reclamaciones sobre el listado de inscritos/as hasta las **13 horas del miércoles día 25 de febrero de 2026**. Transcurrido este plazo el listado pasará a ser definitivo no admitiéndose más reclamaciones.

❖ Todos los corredores/as por el hecho de realizar la inscripción aceptan la publicación de su nombre y apellidos en los listados de inscripciones, clasificaciones de la prueba, en los medios de comunicación y/o internet.

5. LA ENTREGA DE DORSALES se efectuará el **sábado día 28 de febrero de 18,00 a 20,00 horas** y el **Domingo día 1 de marzo de 2026 (día de la prueba)** hasta las 10 horas, en el **Pabellón Polideportivo Cubierto de la Ciudad Deportiva “Virgen del a Cabeza” (Avda. del Sur, s/n. Zona de salida y meta de la prueba)**. Será obligatorio la **presentación del DNI** y/o documento acreditativo para la recogida del dorsal.

EL CRONOMETRAJE se realizará con **“chip”**. que deberá portarse **anclado en una de las zapatillas**.

- ❖ Todos los/as atletas **inscritos/as** a esta prueba deberán **devolver** el chip a la Organización. La **pérdida del chip supondrá el abono de 10 €** por parte del corredor/a.

6. CATEGORÍAS

GENERAL MASCULINA/FEMENINA	ABIERTO – MÁS DE 18 AÑOS
LOCAL MASCULINA/FEMENINA	ABIERTO – MÁS DE 18 AÑOS

- ❖ Podrán participar corredores/as de categoría juvenil Sub – 18 (16 y 17 años) con autorización por escrito del padre, madre o tutor/a

7. SERVICIOS AL CORREDOR/A

- ❖ **SE INSTALARÁN 2 PUESTOS DE AVITUALLAMIENTO** coincidiendo con los puntos kilométricos 4,5 (C/Amapola) y 10 meta (Ciudad Deportiva “Virgen de la Cabeza”).
- ❖ Aquellos/as atletas que precisen **avituallamiento líquido especial**, deberán entregarlo en el punto de información de la Organización, que se instalará el día anterior entre las 18 y las 20 horas en el lugar de la salida, debidamente cerrado y marcado con el dorsal correspondiente e indicando el punto de avituallamiento donde desea que se le entregue.
- ❖ **SE HABILITARÁ UNA ZONA DE ROPERO** en la zona de Salida y Meta.
- ❖ **VESTUARIOS Y DUCHAS** en la zona de meta.
- ❖ **APARCAMIENTO** junto a la zona de salida y meta
- ❖ **SEGURO DE ACCIDENTES:** Todos los participantes estarán cubiertos por una póliza de seguros que ampare los daños ocurridos como consecuencia de un accidente deportivo, y que este no sea debido a padecimiento latente, imprudencia, inobservancia de leyes etc.
- ❖ Así mismo, se recomienda a todos los inscritos lleven a cabo antes de tomar parte en la carrera un reconocimiento de aptitud médico deportivo que descarte cualquier patología que haga peligrosa o resulte incompatible con la participación en esta carrera.
- ❖ **FISIOTERAPIA:** Se habilitará en la zona de meta un servicio de fisioterapia para todos los atletas que lo necesiten.
- ❖ **CORREDORES GUÍAS:** La organización dispondrá de 7 corredores/as debidamente identificados/as que marcarán el ritmo adecuado para realizar los siguientes tiempos:
42:30 / 45:00 / 47:30 / 50:00 / 52:30 / 55:00 / 57:30
- ❖ **ZONA INFANTIL:** se instalará una zona de juegos con monitores para atender a los niños de los/as atletas que participen en la carrera
 - ❖ Para hacer uso de este servicio debes hacer la inscripción a través del siguiente enlace:
<https://forms.gle/zj25xuZbX9tA9yWn6>

8. ASISTENCIA SANITARIA:

La prueba tendrá la cobertura sanitaria prevista en el **protocolo de Asistencia Sanitaria del Circuito de Carreras de Ciudad Real**.

Los profesionales que lo integran y la organización están facultados para retirar durante la prueba a cualquier atleta que a su juicio manifieste un estado físico que pueda ir en detrimento de su salud.

Todos los corredores inscritos están obligados a rellenar la parte posterior del dorsal con los datos de nombre, apellidos, teléfono en caso de emergencia, si tiene algún problema médico (alergia, atenciones especiales, etc.) o está bajo algún tratamiento específico, así como su grupo sanguíneo

DISPOSITIVO SANITARIO:

- ❖ **Hospital de campaña** con puesto médico avanzado (médico coordinador, enfermero/a, coordinador/a de cruz roja, Socorrista de cruz Roja 2 técnicos de emergencias, coordinador local y **ambulancia SVB**).
- ❖ **Puesto médico satélite** en la mitad del recorrido (enfermero, Socorrista y ambulancia)
- ❖ **2 equipos de primera intervención** situados en puntos estratégicos del recorrido (Socorristas de Cruz Roja con vehículos ligeros)
- ❖ **Socorristas titulados/as** dentro de la carrera en **bicicletas**, equipados/as con **desfibriladores**.

Todos los puestos estarán conectados y coordinados desde el **centro de comunicaciones** por un/a profesional de comunicaciones y un **especialista en Protección Civil y gestión de Emergencias**, bajo las órdenes del médico coordinador.

9. PREMIOS Y TROFEOS

CATEGORÍA GENERAL: Trofeo a las **10 primeras** y a los **10 primeros** Clasificadas/os

CATEGORÍA LOCAL: Trofeo a las **10 primeras** y a los **10 primeros** Clasificadas/os

- ❖ La entrega de trofeos será a las 12:15 h.
- ❖ Los premios serán acumulables
- ❖ Todos los atletas que reciban premio o trofeo deberán acreditar su identidad.
- ❖ **Los/as corredores/as que se inscriban como locales** deberán ser naturales o empadronados/as en Valdepeñas.
- ❖ La organización podrá exigir la acreditación de tal circunstancia, en caso de obtener premio.
- ❖ **Los atletas que no retiren el premio o trofeo en el pódium el día de la carrera perderán el derecho a dicho premio.**

10. OBSEQUIOS A TODOS/AS LOS CORREDORES/AS INSCRITOS A LA PRUEBA

❖ **BOLSA DEL CORREDOR**

- Botella de vino
- camiseta técnica oficial de la prueba
- **Medalla conmemorativa** Muy Heroica Media Maratón “Ciudad de Valdepeñas”

11. META SOLIDARIA

En la meta **podrás grabar la medalla conmemorativa** con tu nombre y el tiempo realizado, **donando 1€** a favor de **una asociación benéfica..**

NOTA: No se grabará ninguna medalla sin aportar el donativo

12. RECLAMACIONES

Se habilitará una zona de reclamaciones en la meta junto a la zona de entrega de trofeos para resolver posibles dudas y reclamaciones. Cualquier reclamación sobre la clasificación deberá hacerse ante la Organización. El plazo de reclamaciones finalizará 15 minutos antes de la entrega de trofeos, fijada para las 12'15 horas

14. DESCALIFICACIONES

Podrá ser motivo de descalificación por los/as responsables de la prueba:

- El/la atleta que no realice el recorrido completo o que recorte sobre el trazado marcado.
- Quien participe en la prueba sin chip
- Quien corra con el chip adjudicado a otro atleta
- Quien entre en meta sin chip
- Quien no atienda las indicaciones de la organización
- Quien manifieste un comportamiento no deportivo
- Incumplir las medidas de seguridad y/o sanitarias previstas por la organización, autoridades sanitarias o administrativas.
- Los corredores/as descalificados/as perderán toda opción a premio, así como podrán ser sancionados/as

15. 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 dopaje.

16. SITUACIONES ESPECIALES DE PARTICIPACIÓN

Con carácter no competitivo podrán participar corredores/as con sillas adaptadas, con perros o carrito de bebé.

Los corredores/as invidentes podrán participar en esta carrera con su asistente o guía.

- ❖ **Antes de formalizar la inscripción en cualquiera de estas situaciones deberá comunicar su deseo de participar a la organización.**

17. ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO

- ❖ Todos/as los/as corredores/as, por el hecho de su inscripción, aceptan este Reglamento de competición, declarando encontrarse en buenas condiciones físicas y la publicación de su nombre en la clasificación y medios telemáticos. El presente extracto del Reglamento podrá sufrir modificaciones

INFORMACIÓN: Ciudad Deportiva “Virgen de la Cabeza” (Avenida del Sur, s/n)
Lunes a viernes, de 9'00 a 14'00 horas. Teléfono: 926/31.18.64

e-mail: deportes@valdepenas.es

<http://www.carrerasciudadreal.es>

<https://deportesvaldepenas.es>

<http://www.valdepenas.es>

CARRERA MINI “De la Igualdad y del Juego limpio”:

Como complemento a la **Muy Heroica Media Maratón “Ciudad de Valdepeñas” y 10 Kilómetros**, y con el fin de promover la práctica del Deporte y del Atletismo en particular en las categorías inferiores, la Concejalía de Deportes del Excmo. Ayuntamiento de Valdepeñas organiza la **Carrera de la Igualdad y el Juego Limpio** el **sábado 28 de Febrero de 2.026, (día anterior a la Media Maratón y 10 Kms.)** a partir de las 17.00h. en la Ciudad Deportiva “Virgen de la Cabeza” (Avenida del Sur, s/n).

LA INSCRIPCIÓN SERÁ GRATUITA.

Los dorsales se retirarán de 16’00 a 16’45 horas, en la zona de salida y meta.

Se establecen las siguientes categorías y distancias (masculina y femenina):

CATEGORIA	NACIDOS/AS EN	DISTANCIAS
SUB-18	2009 Y 2010	3.000
SUB-16	2011 Y 2012	2.400
SUB-14	2013 Y 2014	1.800
SUB-12	2015 Y 2016	1.200
SUB-10	2017 Y 2018	600
SUB-8	2019 Y 2020	300

- ❖ Los/Las corredores/as de la **categoría Sub - 18, (Nacidos/as en 2009 – 2010)** con autorización del padre, madre o tutor/a, **podrán participar en la prueba de 10 Kilómetros** que se organiza junto a la **Muy Heroica Media Maratón “Ciudad de Valdepeñas”**, el Domingo día 1 de marzo de 2.026, en las condiciones que establece el Reglamento de dicha prueba

AUTORIZACIÓN 10 Kms “Ciudad de Valdepeñas”

D/Dª.....

con DNI nº..... y domicilio en.....

.....

como Padre / Madre, Tutor/a , Representante legal de :

.....

LE AUTORIZA A INSCRIBIRSE Y PARTICIPAR EN LA CARRERA de 10 Kms. Que se Celebrará el 1 de marzo de 2026 Junto a la Muy Heroica Media Maratón “Ciudad de Valdepeñas” y para que conste lo firmo en, a..... de..... de 2026

Fdo:.....

- ❖ **MUY IMPORTANTE:** Esta autorización debe presentarse junto al D.N.I. a la hora de recoger el dorsal por la persona inscrita. No presentar la misma de la forma establecida impedirá la retirada del dorsal y por tanto la participación en la prueba.

PATROCINADORES LOCALES



PATROCINADORES DEL CIRCUITO DE CARRERAS POPULARES DE CIUDAD REAL

