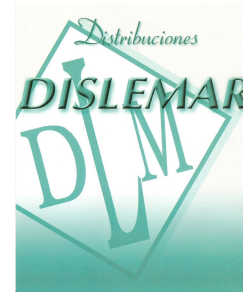


# VII MEDIA MARATÓN CIUDAD DE ALMAGRO

## 15 DE MAYO DE 2011



SUCURSAL EN ALMAGRO



Bodegas

Fernando Castro, S.L.



ALMAGRO FRUTAS, S. L.



carrerasciudadreales



Mancomunidad de Municipios  
Campo de Calatrava



- Distorsión (teorizada en montaje incorrecto)
- Punción de Puntos Gatillo
- Fibrosis Instrumental Miofascial
- Mobilización Neurodinámica

**ROSA MARIA RUIZ CASTRO**  
Fisioterapeuta  
Colegiada nº 434  
C/ Aníbal II - Tel: 926 88 42 82  
Móvil: 852 436 223  
13260 BOLAÑOS DE CVA. (C. Real)  
E-mail: rosariucastra82@hotmail.com

# VII MEDIA MARATÓN

# CIUDAD DE ALMAGRO

La Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Almagro, en colaboración con el club de atletismo "Almagro Trotón club", organizan el VII Medio Maratón Ciudad de Almagro, que se celebrará el Domingo 15 de Mayo de 2011, sobre la distancia de 21.097 metros. **Prueba incluida en el Circuito Provincial de Carreras Populares de Ciudad Real 2011.** Pueden participar todas aquellas personas que lo deseen, federadas o no, que tengan cumplidos los 18 años el día de la prueba.

**SALIDA:** 09:30 horas, Avenida Manuel Sanroma Valencia. La Meta estará situada en el mismo lugar. Se establece un tiempo máximo para terminar la prueba de 2h. y 30m.

**RECORRIDO:** Dos vueltas a un circuito mixto, señalado en cada punto kilométrico. La Organización contará con la ayuda de Policía Local, Guardia Civil y Protección Civil que regularán el tráfico.

Los únicos vehículos autorizados a seguir la prueba serán los designados por la organización.

**RECOGIDA DE CHIPS Y DORSALES:** En el Pabellón de Deportes Ciudad de Almagro, el sábado día 14 de Mayo, de 17:00 a 20:00 h., y el día de la prueba **hasta las 09:00 horas**, previa presentación del D.N.I.

**AVITUALLAMIENTO:** Se establecen 4 puntos de avituallamiento cada 5 Km. y el especial de meta.

**SERVICIOS:** Los vestuarios, duchas y guardarropa estarán situados en el interior del Pabellón de Deportes, y junto a este existirá una amplia zona de aparcamiento. En carrera, ciclistas de la Peña Ciclista Lolo Sanroma y Recorrecaminos Almagro MTB repartirán a quien se lo solicite agua, glucosa, Reflex, Compeed y vaselina.

**INSCRIPCIONES:** La cuota de inscripción es de 12 €, hasta las 24,00 horas del día 8 de Mayo, y 14 € hasta las 24 horas del día 10 de Mayo.

**Todas las inscripciones se realizarán on-line en la página [www.carrerasciudadreal.com](http://www.carrerasciudadreal.com)**

## CLASIFICACIONES:

Será absoluta y por categorías para hombres y mujeres, (por edades cumplidas el día de la carrera.)

### Categorías:

Senior: (ambos sexos) De 18 a 34 años  
Veterano/a A: De 35 a 39 años  
Veterano/a B: De 40 a 44 años  
Veterano/a C: De 45 a 49 años  
Veterano/a D: De 50 a 54 años  
Veterano/a E: De 55 años en adelante

### Locales:

Senior masculino: De 18 a 39 años  
Veteranos " 1: De 40 a 49 años  
Veteranos " 2: De 50 en adelante  
Senior femenino: De 18 a 35 años  
Veteranas " 1: De 36 a 45 años  
Veteranas " 2: De 46 en adelante

## PREMIOS Y TROFEOS:

### General Masculino General Femenino

1º 200 € y Trofeo 4º 50€  
2º 100 € y Trofeo 5º 40€  
3º 60 € y Trofeo 6º 30€ ..... DEL 7º AL 40º 20€

## PREMIO RECORD DE LA PRUEBA

Masculino: 100 € al primer atleta que baje de 1: 03: 31 (Ahmed El Mansouri 2005)

Femenino: 100 € a la primera atleta que baje de 1: 21:12 (Recuerdo Arroyo 2008)

**Obtendrán trofeos** los tres primeros clasificados (ambos sexos) de la General y los tres primeros clasificados (ambos sexos) de las categorías establecidas, **en ningún caso serán acumulables.**

Los premios en metálico serán abonados, después de la entrega de trofeos, en la oficina establecida a tal fin, debiendo acreditar su identidad mediante D.N.I. y firmar el correspondiente recibí.

**Premio y trofeo al 1º clasificado Local: un Jamón gentileza del C. Carreras C. Real y pack de Cruzcampo.**

**Premio y trofeo a la 1ª clasificada Local: lote de vino gentileza de Bodegas Naranja y pack de Cruzcampo.**

Los premios al 1º y a la 1ª clasificados locales no serán acumulables para la clasificación en su categoría. Trofeo a los tres primeros clasificados locales de ambos sexos, de cada una de las categorías establecidas.

Se considera local a todo aquel que haya nacido en Almagro, esté empadronado, o pertenezca al Almagro Trotón Club, y acreditarlo si fuera necesario. **Se hará constar en la inscripción la condición de "Local".**

Todos los atletas que terminen la prueba, serán obsequiados con la **bolsa del corredor**, con Camiseta conmemorativa, revista oficial y muestras de diversos productos.

## Podrá ser motivo de descalificación:

- No realizar el recorrido completo, o no pasar por los controles establecidos.

- No llevar el dorsal en lugar visible, participar con el de otro corredor o utilizar otro diferente al asignado por la organización.

- Entrar en la línea de meta sin dorsal.

- Manifestar un comportamiento antideportivo.

- No atender a las indicaciones de la Organización.

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 Populares de Ciudad Real.

**DOPPING.** 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 Populares de Ciudad Real.

**ATENCIÓN MÉDICA:** La organización contará con un servicio médico durante el recorrido, estando 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. Cualquier corredor con problemas médicos como alergias a medicamentos u otros deberá consignarlo en el dorsal que debe llevar en sitio visible.

**RECLAMACIONES:** Existirá una oficina para resolver posibles reclamaciones, hasta 15 minutos antes de la entrega de trofeos, que comenzará a las 12:20 horas.

La Organización de la Carrera no se hace responsable de los daños morales o materiales que a sí mismos o a otras personas ocasionen los participantes de esta Carrera.

**CARRERA INFANTIL:** El Sábado, 14 de Mayo, a las 17 horas y con Salida y Meta en la Avenida Manuel Sanroma Valencia, tendrá lugar una "Carrera Mini", de acuerdo con las siguientes categorías y distancias:

### CATEGORIA AÑO DE NACIMIENTO DISTANCIA

Juvenil Nacidos en 1995 y 1994 1.500 m. aprox.

Cadete Nacidos en 1997 y 1996 1.500 m. aprox.

Infantil Nacidos en 1999 y 1998 1.000 m. aprox.

Alevines Nacidos en 2001 y 2000 600 m. aprox.

Benjamines Nacidos en 2003 y 2002 450 m. aprox.

PRE-Benjamines Nacidos en 2005 y 2004 300 m. aprox.

Mini Pre-Benjamines Nacidos en 2007 y 2006 250 m. aprox.

Pitufos nacidos entre el 2011 y 2008 150m (no competitiva)

Recibirán trofeo los tres primeros clasificados en masculino y femenino de cada categoría, excepto los pitufos que será considerada como no competitiva.

La inscripción será gratuita, y se podrá formalizar mediante el envío de la hoja de inscripción, con los datos personales al fax: **926882311**, o personándose en daSALUD PARAFARMACIA, c/ Madre de Dios, 13, hasta las 14 horas del 14 de Mayo.

Estas inscripciones deberán ir firmadas por el Padre, Madre o Tutor. La persona firmante DECLARA que el/a niño/a no padece enfermedad alguna que le impida participar en la carrera y AUTORIZA a que participe en la carrera de la categoría en la cual se inscribe.

**ACEPTACIÓN DEL REGLAMENTO:** Todos los participantes inscritos a estas pruebas, por el hecho de su inscripción, aceptan los Reglamentos de la competición, declarando encontrarse en buenas condiciones físicas y asumiendo el riesgo de esta práctica deportiva y aceptan la publicación de su nombre en la Clasificación de la prueba, en los medios de comunicación y/o internet.

**CARRERA DE LA MUJER:** Junto con la Media Maratón se dará la salida a la **"III Carrera de la Mujer"**, sobre la distancia de 5km. Esta prueba no es competitiva, tan solo de promoción, por lo que no habrá trofeos.

La inscripción es gratuita y se realizará en daSALUD PARAFARMACIA, c/ Madre de Dios, 13, Almagro, fax: **926882311**, hasta las 14 horas del 14 de Mayo.

**LUDOTECA:** Todos los participantes inscritos, tanto a la Media Maratón como a la Carrera de la mujer, tendrán la posibilidad de dejar a sus hijos/as de entre 3 y 12 años bajo la supervisión de monitores titulados que les propondrán actividades y juegos durante el tiempo en el que transcurre la Media Maratón. La inscripción a esta actividad será gratuita, y se podrá formalizar mediante el envío de la hoja de inscripción que para tal efecto podrá ser descargada desde la página web: [www.almagrotroton.com](http://www.almagrotroton.com) y remitirla mediante fax al: **926882311**, o personándose en daSALUD PARAFARMACIA, c/ Madre de Dios, 13, hasta el 10 de Mayo.

Más información en las páginas web: [www.almagrotroton.com](http://www.almagrotroton.com) , [www.almagro.es](http://www.almagro.es)