

REGLAMENTO VII CARRERA NOCTURNA SOLIDARIA “MARBERUN” A BENEFICIO DE ASPANDEM

DESCRIPCIÓN DETALLADA DEL EVENTO DEPORTIVO “MARBERUN”

NOMBRE DEL EVENTO: 7ª CARRERA NOCTURNA SOLIDARIA “MARBERUN” EN BENEFICIO DE ASPANDEM.

ORGANIZA: Asociación ASPANDEM en colaboración con la Delegación de Deportes del Excmo. Ayuntamiento de Marbella.

PLAZO DE INSCRIPCIÓN: Las inscripciones estarán abiertas hasta el 11 de mayo y pueden realizarse a través de la plataforma online [Global Tiempo](#). Alternativamente, los interesados también podrán inscribirse el día de la carrera en el momento de la entrega de dorsales.

FECHA DEL EVENTO: 11 de mayo de 2024.

LOCALIDAD: Puerto Banús, Marbella.

PUNTO DE SALIDA Y META: [C. José Saramago, Nueva Andalucía, 29660 Marbella](#), (Plaza Antonio Banderas, Puerto Banús)

COSTO DE INSCRIPCIÓN

El costo de participación ofrece una serie de beneficios diseñados para garantizar una experiencia óptima y segura para todos los corredores: incluye el dorsal, un chip de cronometraje, una camiseta conmemorativa del evento, cobertura de seguridad integral durante la carrera, asistencia médica, dos puntos de avituallamiento.

10 KM ADULTOS: 10 euros.

CATEGORÍAS INFANTILES: 6 euro

PROGRAMA DEL EVENTO

ENTREGA DE DORSALES Y ÚLTIMA OPORTUNIDAD DE INSCRIBIRSE: Desde las 16:00 hasta las 18:15 horas. La entrega de dorsales y la última oportunidad para inscribirse en el evento se llevarán a cabo en la planta baja del Centro Comercial Marina Banús el día de la carrera. Los participantes podrán recoger sus dorsales y registrarse, si aún no lo han hecho.

ORIENTACIÓN PARA PARTICIPANTES EN LA CATEGORÍA DE SILLA JOELETTE: A las 17:00 y a las 18:00. Es crucial que todos los competidores inscritos en la categoría de silla Joelette asistan a una sesión de formación básica antes del evento, la cual será impartida por especialistas del equipo CD Ultra Trail Sierra Blanca. Dicha sesión está programada para comenzar a las 17:00 en la zona de entrega de dorsales y se repetirá en la zona de salida, una hora antes del comienzo de la carrera

infantil. El propósito de estas sesiones es proporcionar instrucciones detalladas para garantizar la seguridad de los participantes y asegurar que su experiencia en el evento sea tanto eficiente como segura.

CARRERA INFANTIL: Inicio a las 19:00 horas. El horario de salida de cada categoría se ajustará según el número de inscritos.

CARRERA ADULTOS: Inicio a las 20:00

PARTICIPANTES: Se espera la participación de 400 Atletas.

ENTREGA DE PREMIOS: 19:30 – INFANTILES, 21:30 ADULTOS.

DETALLES DEL RECORRIDO

CARRERA INFANTIL: Las competencias para los participantes más jóvenes comenzarán a las 19:00 horas. Las salidas se organizarán en diferentes tandas, adaptadas al número de inscritos y dando prioridad a las categorías más jóvenes. La programación detallada de estas salidas se finalizará y comunicará el mismo día del evento, asegurando una gestión eficaz de las mismas.

Es esencial que todos los participantes de las carreras infantiles se presenten en la línea de salida al menos 10 minutos antes de la hora prevista para su salida. Este tiempo será aprovechado para proporcionar instrucciones esenciales sobre la carrera y el recorrido, a cargo del equipo del CD Ultra Trail Sierra Blanca. Esta breve sesión informativa es crucial para garantizar la seguridad y el buen desarrollo de la competencia.

CARRERA ADULTOS Y MODALIDAD SILLA JOELETTE: La salida iniciará las 20:00 horas desde la Plaza Antonio Banderas, un lugar emblemático en Puerto Banús. El trayecto conducirá a los corredores hasta La Pesquera, para después hacer el retorno a la meta, ubicada en el mismo punto de salida. Para mayor claridad y preparación, se adjunta un mapa detallado del recorrido.

MODALIDADES

ADULTOS: Carrera de 10 km.

JUVENIL	Nacidos en 2007 y 2008
JUNIOR	Nacidos en 2002 al 2006
SENIOR	Nacidos en 2001 y anteriores a veteranos
VETERANOS A	Nacidos en años 1974 a 1988
VETERANOS	1973 y anteriores
MARCHA NÓRDICA	Categoría única
CANINA	Categoría única

ADAPTADA	Categoría única
JOELETTE	Categoría única

INFANTILES: Distancias de 300, 500 y 1,000 metros para menores de 16 años.

En esta prueba todos los participantes recibirán una medalla.

PREBENJAMÍN	Nacidos en 2017 o más tarde. Los participantes pueden ser acompañados por sus padres durante la carrera.
BENJAMÍN	2015-2016
ALEVÍN	2013-2014
INFANTIL	2011-2012
CADETE	2009-2010
ADAPTADA	Categoría única

AVITUALLAMIENTO

Habrà un punto de avituallamiento ubicado en Víctor Beach, gestionado por voluntarios, que ofrecerà exclusivamente agua proporcionada por empresas colaboradoras del evento.

En la zona post-meta, los participantes encontraràn un avituallamiento más completo, que incluirà agua, bebidas isotónicas, frutas y una variedad de productos de degustación cortesía de los patrocinadores y colaboradores del evento. Este surtido está diseñado para ayudar a los corredores a rehidratarse y recargar energías tras la carrera.

MATERIAL RECOMENDABLE

1. **Contenedor para agua reutilizable o vaso plegable:** En línea con nuestro compromiso ambiental, buscamos minimizar el uso de plásticos durante el evento.
2. **Frontal o linterna:** Necesario si prevés finalizar la carrera después de las 21:17, hora del atardecer en Marbella, dado que ciertos tramos de la ruta pueden estar poco iluminados.

SERVICIOS SANITARIOS

Los servicios médicos y ambulancias estarán estratégicamente ubicados en el kilómetro 5 y en la meta, además de acompañar el cierre de la carrera junto al coche escoba para garantizar una respuesta rápida en caso de emergencia.

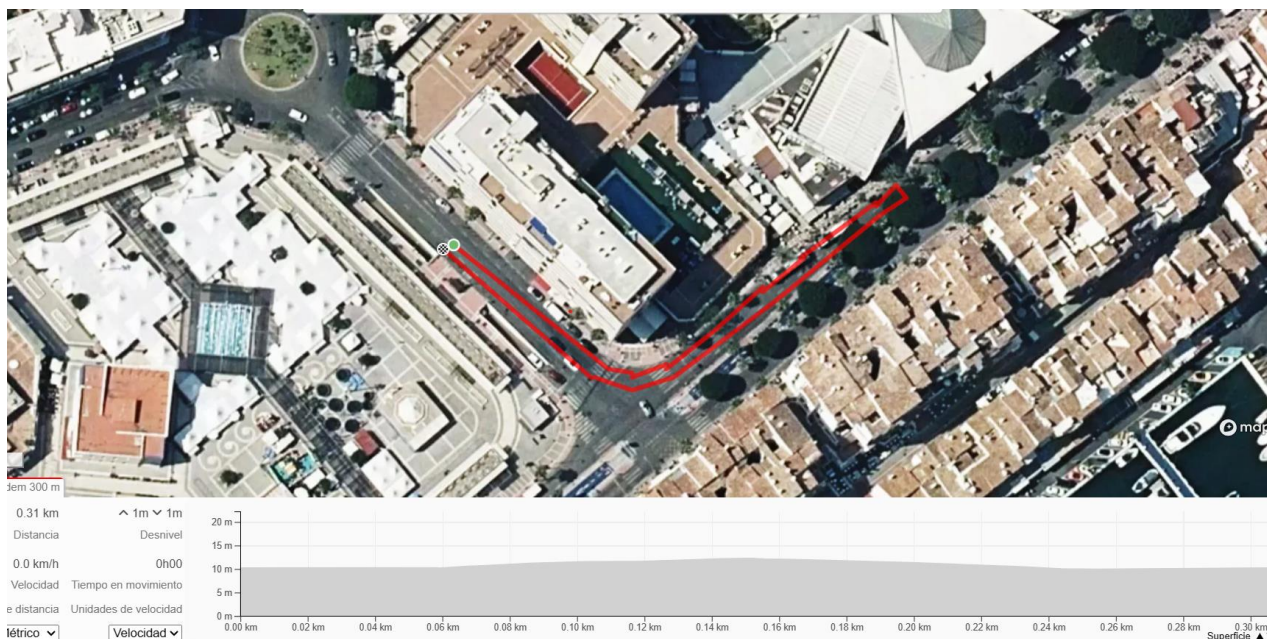
Es obligatorio para todos los corredores inscritos completar la información personal en la parte posterior de su dorsal. Esto debe incluir nombre, dirección, contacto de emergencia, grupo sanguíneo, y cualquier condición médica relevante como alergias, necesidades especiales de atención médica, o tratamientos específicos que estén recibiendo. Esta medida es esencial para asegurar la seguridad y el bienestar de todos los participantes durante el evento.

VEHICULOS AUTORIZADOS

Solo los vehículos oficialmente designados por la Organización están autorizados para seguir la carrera. Por razones de seguridad, está estrictamente prohibido acompañar a los corredores utilizando motos, bicicletas, patines o cualquier otro tipo de vehículo. La Policía Local y los jueces de la carrera tienen instrucciones explícitas de retirar cualquier vehículo no autorizado del circuito para prevenir accidentes y garantizar la seguridad de todos los participantes.

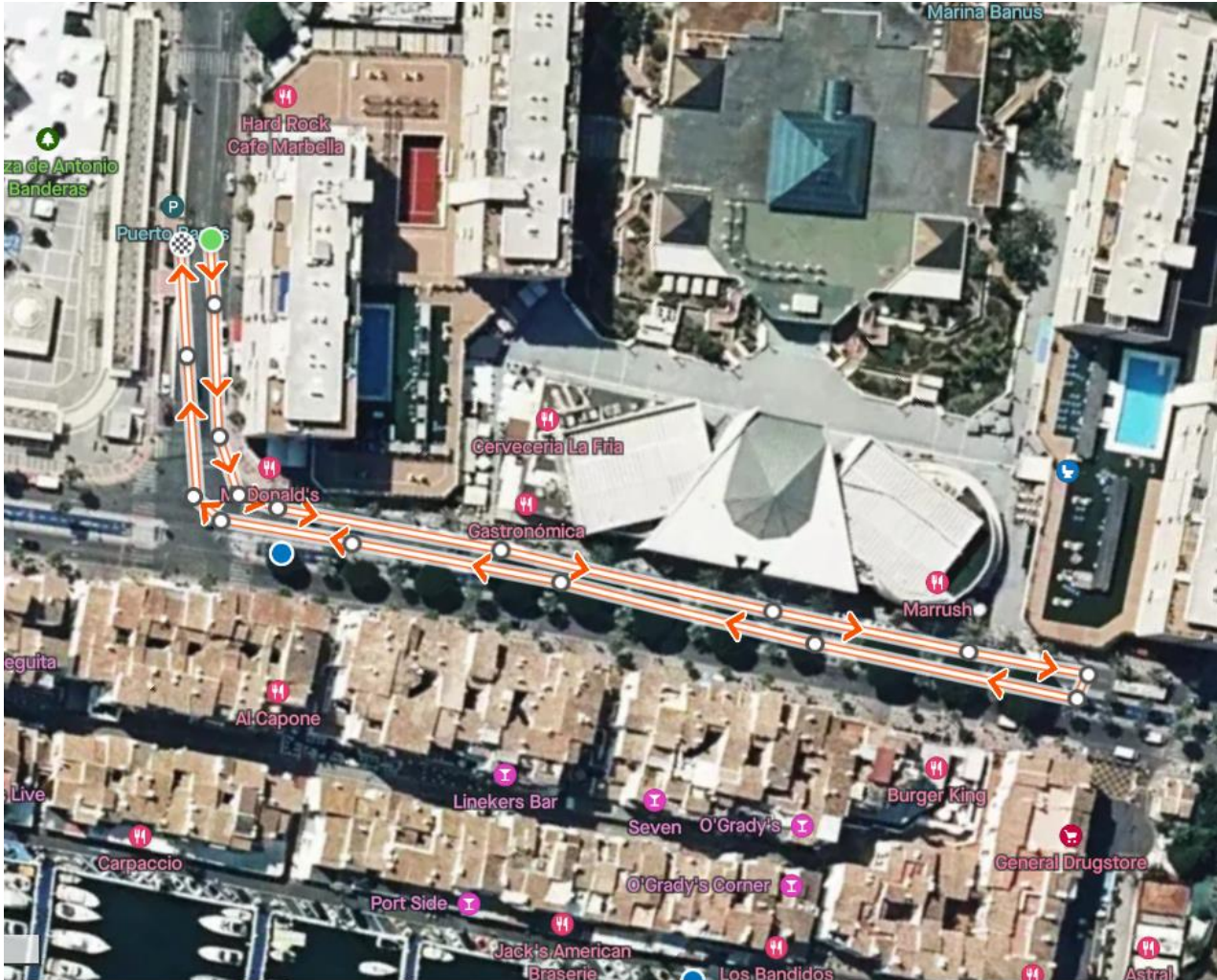
MAPAS DE RECORRIDOS

300 m INFANTILES (prebenjamín)



Avda. Príncipe Asturias, s/n. 29670 San Pedro Alcántara - Marbella (Málaga). Tel: 952787650

500 m INFANTILES (benjamines) y 1000 m (dos vueltas – alevín, infantil, cadete, adaptada)



Distancia
0,51 km

Desnivel positivo
3 m

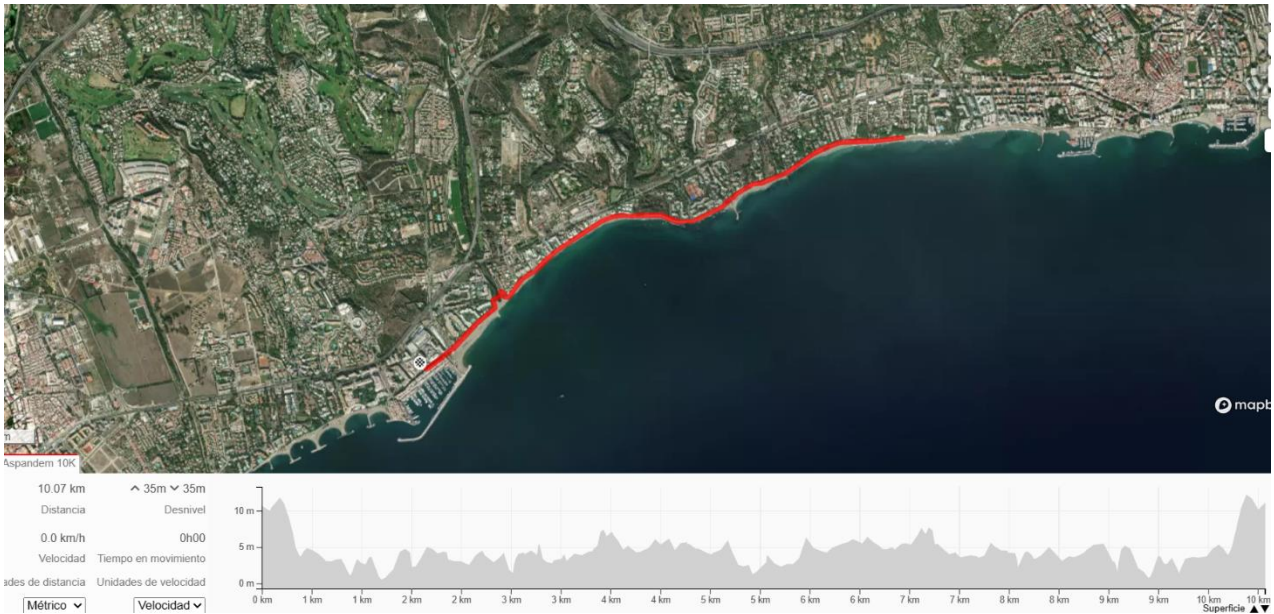
Desnivel negativo
3 m

Tiempo en movimiento estimado
3:16

Tipo c
0 %

Avda. Príncipe Asturias, s/n. 29670 San Pedro Alcántara - Marbella (Málaga). Tel: 952787650

10 Km – ADULTOS



Aspandem 10K

Ruta para correr

★ Guardado Editar

Fácil

10,0 km 19 m

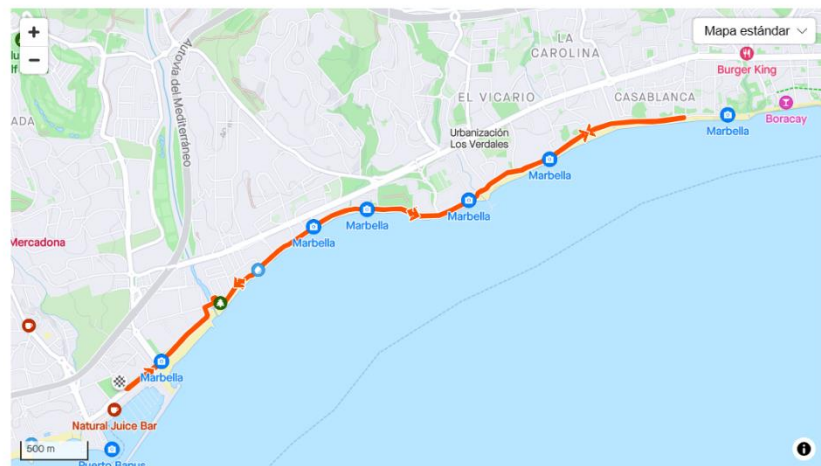
1:03:19

CREADA POR

Francisco Viegas
30 de abril de 2024 · Público



Ruta y desnivel



Avda. Príncipe Asturias, s/n. 29670 San Pedro Alcántara - Marbella (Málaga). Tel: 952787650