XIV MEDIA MARATÓN Y 10K “CIUDAD DE CUENCA”

24 de octubre 2026, 16h. (Salida y Meta en Plaza de la Constitución)

REGLAMENTO

1º El Club Atletismo Cuenca organiza la XIV Edición de la Media Maratón y 10K Ciudad de Cuenca, con un recorrido novedoso que partirá de la Plaza de la Constitución, transcurrirá por la Hoz del Júcar y finalizará en la Plaza de la Constitución. Un recorrido suave y que transcurre por asfalto en su totalidad, fuera de sendas y carriles.
La prueba forma parte del XXII Circuito de Carreras Populares Diputación de Cuenca 2026 y estará vinculada a su Reglamento. La Organización incorporará en esta edición una Carrera Infantil promocional con salida previa a la Media Maratón.

2º La salida de las dos carreras será conjunta, a las 16:00 horas del 24 de octubre de 2026. Los participantes tendrán un tiempo máximo de 2:45 horas para finalizar la Media Maratón y 1:20 horas los 10K.

3º La edad mínima de participación en la Media Maratón es de 18 años. La edad mínima de participación en la 10K es de 16 años, debiendo tener autorización paterna para participar hasta los 18 años de edad.

4º Los participantes en la prueba lo hacen voluntariamente, por lo que son responsables de su estado físico y por tanto de las causas que el esfuerzo de la carrera pudiera causar en ello. A tal efecto la Organización recomienda haber pasado un reconocimiento médico previo que les autorice la práctica en este tipo de pruebas. **Por seguridad y una actuación más rápida, la Organización recomienda al corredor con problemas médicos (alergias, atenciones especiales, etc.) que indique en el reverso del dorsal su nombre, dirección, teléfono de localización y problema de salud específico.*

5º Con su inscripción, el corredor declara estar en condiciones físicas óptimas para realizar esta prueba, eximiendo a la organización de los perjuicios que le pueda ocasionar su participación. Inscribirse supone la aceptación plena de estas normas.

6º La prueba estará controlada por la Organización y agentes de la autoridad. Los corredores deberán participar con su respectivo dorsal visible en el pecho, sin retocar, manipular o doblar. Los dorsales llevan incorporado un chip desechable.

7º El corredor que no se encuentre en condiciones físicas para mantener el horario previsto y sea superado por el vehículo de cierre, deberá abandonar la prueba utilizando los vehículos habilitados para tal fin. En caso de permanecer en las vías del circuito deberá cumplir las normas y señales de éstas, considerándose un usuario más de la vía. En caso de surgir alguna situación no reflejada en el Reglamento, se estará a lo que disponga el Comité Organizador.

8º Todos los participantes por el hecho de tomar la salida asumen la aceptación de este Reglamento. Respetarán las decisiones de la Organización y las instrucciones que, por seguridad, se adopten. No se permitirá la participación en la prueba a ninguna persona que no ostente el dorsal e identificación apropiados.

9º Los únicos vehículos autorizados a seguir la prueba son los designados por la Organización, que irán debidamente identificados. Queda prohibido seguir o acompañar a los corredores en moto, vehículo, bicicleta, patinete…, y participar en compañía de menores o animales.

10º Daños y responsabilidad. La Organización dispone de un seguro de RC y accidente para cubrir su responsabilidad por los efectos y consecuencias derivadas de daños, tanto materiales como personales, que pudieran ocasionarse al participante en la prueba, voluntarios, personal de organización o terceras personas

11º Suspensión de la prueba. La prueba no se suspenderá por causas de climatología adversa, salvo que exista riesgo para la integridad física de las personas participantes, o se produzca una situación de emergencia que, de suceder, la Organización actuará a instancias de la autoridad competente y el PROTOCOLO DE SUSPENSIÓN del Circuito de Carreras Populares de la Diputación de Cuenca, de obligado cumplimiento.

13º La Organización se reserva el derecho de modificar el recorrido, tanto en su itinerario como en la distancia total, el horario, así como la posibilidad de realizar un aplazamiento o suspensión del evento por razones de seguridad o fuerza mayor, sin que ello suponga causa para la reclamación de compensaciones o perjuicios por parte de los inscritos.

14º 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://timingsys.com/event/772

- El precio de las inscripciones viene reflejado en el siguiente cuadro.

21K y 10K	Hasta el 24 de Septiembre	Después del 24 de Septiembre
Inscripción General (excepto Sub 25)	15€	17 €
Corredores inscritos en el XXII Circuito	10 €	12 €
Corredores con 14 o más carreras en el anterior Circuito	8 €	10 €
Corredores con 21 o más carreras en el anterior Circuito	7 €	9 €
Corredores con 27 carreras en el anterior Circuito	6 €	8 €
Inscripción General Sub 25	8 €	10 €
Inscripción Sub 25 con 14 o más carreras anterior Circuito Sub 21	6 €	8 €
Inscripción Sub 25 con 21 o más carreras anterior Circuito Sub 21	5 €	7 €
Inscripción Sub 25 con 27 o más carreras anterior Circuito Sub 21	4 €	6 €

- Se podrá inscribir de forma excepcional el día de la prueba a algún atleta, con un número máximo de 20 inscripciones, con un precio de inscripción, fijo y sin ningún tipo de descuentos, de 16 € (inscrito en el XXI Circuito) y 18 € (no inscritos en el XXI Circuito).
- Contacto para incidencias en las inscripciones: 644829183, en horario de 9,00h a 13,00h y de 16,00h a 19,00h, de lunes a jueves, y cronomancha@gmail.com.
- Los menores de 18 años deberán aportar el permiso paterno.

- La inscripción es personal e intransferible y supone la aceptación de las condiciones de compra. El dorsal podrá cambiar de titularidad hasta el 25/09/2026. Para ello, se deberá aportar el DNI del titular del dorsal y datos del nuevo corredor al e-mail: contacto@clubatletismocuenca.com.
- La inscripción para la Carrera Infantil se podrá realizar durante la entrega de dorsales.

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 o cercana de 11,00 a 13 horas.
- El día de la prueba, en zona de salida hasta 30 minutos antes de la carrera.

CATEGORÍAS

MASCULINAS:
- SUB-25.- Nacidos de 2001 a 2010 inclusive.
- SENIOR.- Nacidos de 1987 a 2000 inclusive.
- VETERANOS A.- Nacidos de 1977 al 1986 inclusive.
- VETERANOS B.- Nacidos de 1967 al 1976 inclusive.
- VETERANOS C.- Nacidos de 1957 al 1966 inclusive.
- VETERANOS D.- Nacidos en el 1956 y anteriores.

FEMENINAS:
- SUB-25.- Nacidas de 2001 a 2010 inclusive.
- SENIOR.- Nacidas de 1987 a 2000 inclusive.
- VETERANAS A.- Nacidas de 1977 al 1986 inclusive.
- VETERANAS B.- Nacidas de 1967 al 1976 inclusive.
- VETERANAS C.- Nacidas en el 1957 a 1966 inclusive
- VETERANAS D.- Nacidas en el 1956 y anteriores.

*En la Media Maratón no se permitirá la participación de menores de 18 años.

PREMIOS

- Los tres primeros y primeras de la Clasificación General 21K.
- Los tres primeros y primeras de la Clasificación General 10K.
- Los tres primeros de cada categoría.
- Los tres mejores equipos femeninos.
- Los tres mejores equipos mixtos.
- Los tres clubes más numerosos por participación.
- Los tres primeros y primeras locales de 21K.
- Los tres primeros y primeras locales de 10K.
- Medalla finisher a todos/as los que finalicen su prueba.

SERVICIOS AL CORREDOR

- Servicio Médico
- Duchas en polideportivo cedido por Ayuntamiento.
- Guardarropa.

- Cronometraje con chip y resultados instantáneos.
- Avituallamientos: Para la 21K: 3 avituallamientos en carrera + otro en meta. Para la 10K: 1 avituallamiento en carrera y otro en meta.
- Fotos, vídeos.
- Camiseta técnica exclusiva TEAMERGY.
- Medalla a todos los corredores que finalicen la prueba.
- Fruta, refrescos, cerveza y frutos secos al finalizar la prueba.

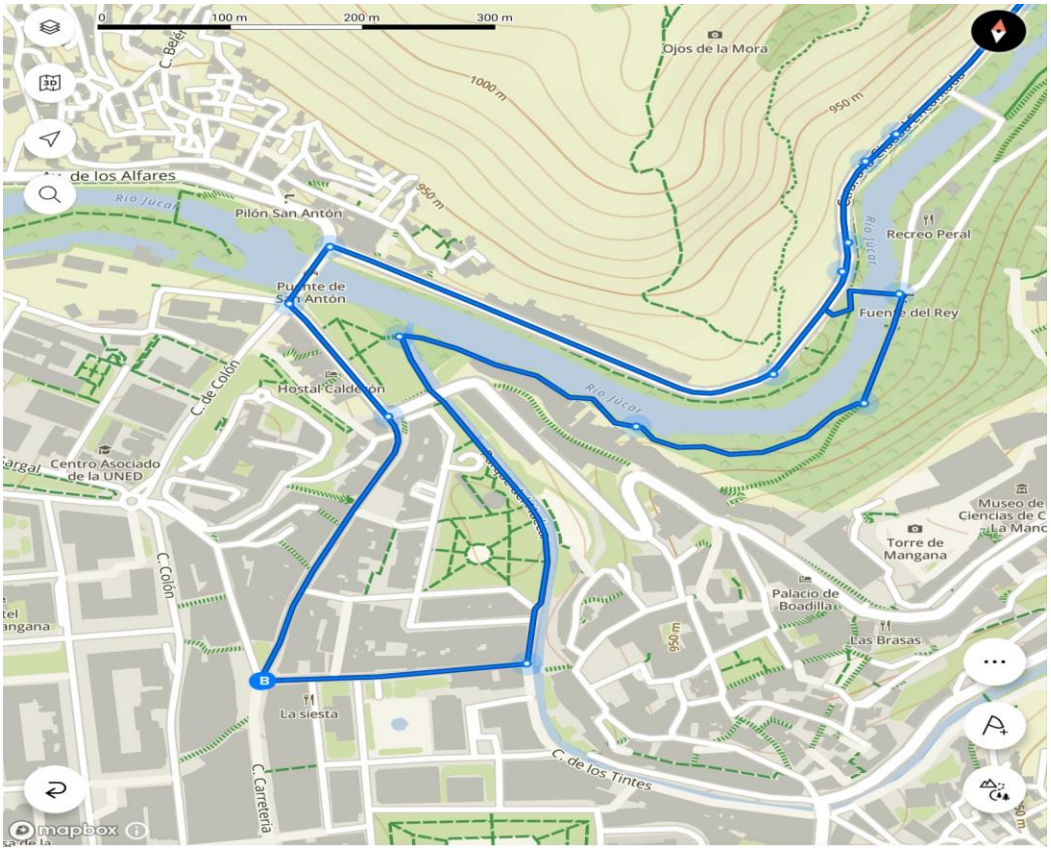
RECORRIDO 10K (1 vuelta al Circuito)

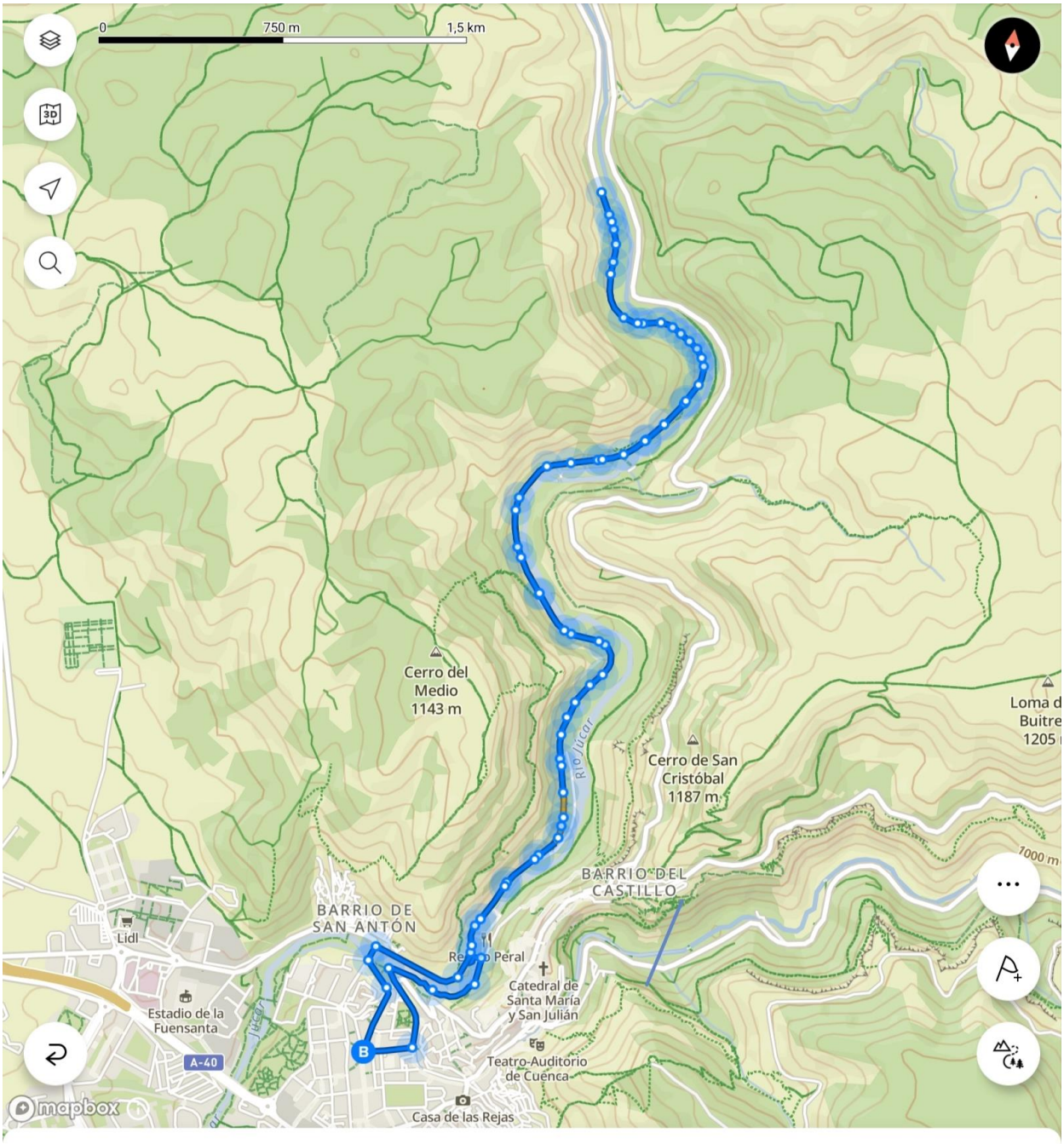
Salida: Desde la Plaza de la Constitución hacia la Calle Calderón de la Barca, Avda. Virgen de la Luz, Puente de San Antón, carril de ida en sentido hacia el Puente de Valdecabras por la Carretera de Villalba (CM-2105) hasta el punto kilométrico 5,00 aproximadamente y vuelta a Cuenca por el mismo recorrido sobre el carril bici hasta la pasarela de madera del Recreo Peral, cruzando la pasarela sobre el rio Júcar y el túnel, atravesando el Parque del Huécar, Calle de los Tintes, Calle Fray Luis de León y Plaza de la Constitución donde se encuentra la **Meta**.

RECORRIDO MEDIA MARATÓN (2 vueltas al Circuito)

Salida. Primera vuelta: Desde la Plaza de la Constitución hacia Calle Calderón de la Barca, Avda. Virgen de la Luz, Puente de San Antón, carril de ida en sentido hacia el Puente de Valdecabras por la Carretera de Villalba (CM-2105) hasta el punto kilométrico 6,00 aproximadamente (junto al Puente de Valdecabras) y vuelta a Cuenca por el mismo recorrido sobre el carril bici hasta la pasarela de madera del Recreo Peral.

Segunda vuelta: Antes de cruzar la pasarela de madera del Recreo Peral, giro de nuevo hacia el carril de ida en sentido hacia el Puente de Valdecabras por la Carretera de Villalba (CM-2105) hasta el punto kilométrico 6,00 aproximadamente (junto al Puente de Valdecabras) y vuelta a Cuenca por el mismo recorrido sobre el carril bici hasta la pasarela de madera del Recreo Peral, cruzando la pasarela sobre el rio Júcar y el túnel, atravesando el Parque del Huécar, Calle de los Tintes, Calle Fray Luis de León y Plaza de la Constitución donde se encuentra la **Meta**.


0
100 m
200 m
300 m
Ojos de la Mora
1000 m
950 m
de los Alfares
Río Júcar
Pilón San Antón
Recreo Peral
Río Júcar
Fuente del Rey
Río Júcar
Hostal Calderón
C. de Colón
Centro Asociado de la UNED
Torre de Mangana
Museo de Ciencias de C La Manc
C. Colón
Palacio de Boadilla
Las Brasas
950 m
La siesta
C. de los Tintes
C. Carretería
mapbox



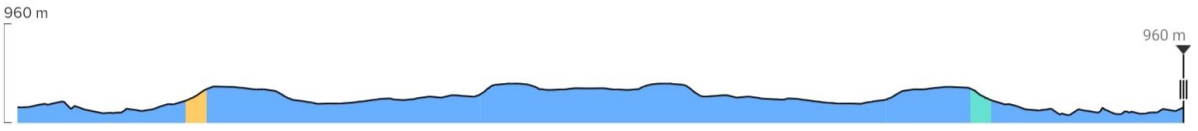
10.56 km
Distancia

43 m
Ascenso

49 m
Bajada

2:06
5.0 km/h

Secciones de ruta →3 ↗0 ↗1 →1 ↘0



CONTROLES DE PASO

La organización podrá eliminar y retirar el dorsal a los atletas que superen estos tiempos:

- **MEDIA MARATÓN**

Inicio de carrera	16:00 h.
Primer paso por Valdecabras	16.48 h.
Primer paso pasarela R. Peral	17.25 h.
Segundo paso por Valdecabras	18.00 h.
Último avituallamiento	18.20 h.
Meta	18.45 h.

- **10 K**

Inicio de carrera	16:00 h.
Meta. Cierre de control	17.30 h.

Si un corredor supera los tiempos de paso señalados podrá quedar eliminado de la prueba a criterio de la organización.

Una vez alcanzado el tiempo máximo para realizar la prueba, se podrá decretar el cierre de control en meta, aplicándose el mismo criterio que en el punto anterior.

DESCALIFICACION POR ABANDONO DE RESIDUOS

Cualquier corredor que abandone en el recorrido o en el entorno de la carrera envases de geles, envoltorios de barritas energéticas, botellas, tapones o cualquier otro residuo fuera de los puntos de avituallamiento o de las zonas de depósito habilitadas **será descalificado y expulsado inmediatamente de la carrera**, sin derecho a reclamación alguna.