



M
FUNDACIÓN
MANANTIAL

VIII CARRERA SOLIDARIA POR LA SALUD MENTAL

17
FEB
10K | 5K |
Marcha 2K

INSTRUCCIONES FINALES

INFORMACIÓN GENERAL

- **Fecha de la carrera:** 17 febrero 2019
- **Hora de Salida carrera 10K y 5K:** 09:00h
- **Hora de Salida Marcha Familiar 2K:** 09:10h
- **Lugar de salida y meta:** Paseo de Camoens
- **Modalidades de carrera:** 10K, 5K y Marcha Familiar 2K

RECOGIDA DE DORSAL Y CAMISETA CONMEMORATIVA

Puedes recoger tu dorsal y camiseta conmemorativa el día 15 de febrero de 2019, en horario de 16:00 a 20:00 horas, y el 16 de febrero de 2019 en horario de 10:00 a 20:00 horas, en la planta de deportes de El Corte Inglés de Princesa.

IMPORTANTE: Para recoger tu dorsal y camiseta conmemorativa deberás presentar tu DNI junto con el documento con el número de dorsal (impreso o en tu teléfono móvil) que recibirás los días previos a la carrera vía email.

Los corredores de la Marcha de 2K no recibirán dicho documento, por lo que podrán recoger el dorsal y la camiseta únicamente presentando el DNI.

Si no puedes recoger tú mismo el dorsal y quieres que lo recoja otra persona, esta deberá presentar: el documento con el número de dorsal (impreso o en el teléfono móvil) y el DNI del inscrito y el suyo propio.

Los menores de edad deberán presentar además, y de forma obligatoria, una autorización de sus padres/tutor si participan en las carreras de 10K o 5K. Para la marcha de 2K no será necesaria.

Descárgate aquí la autorización: <https://www.bit.ly/2DuBpNq>

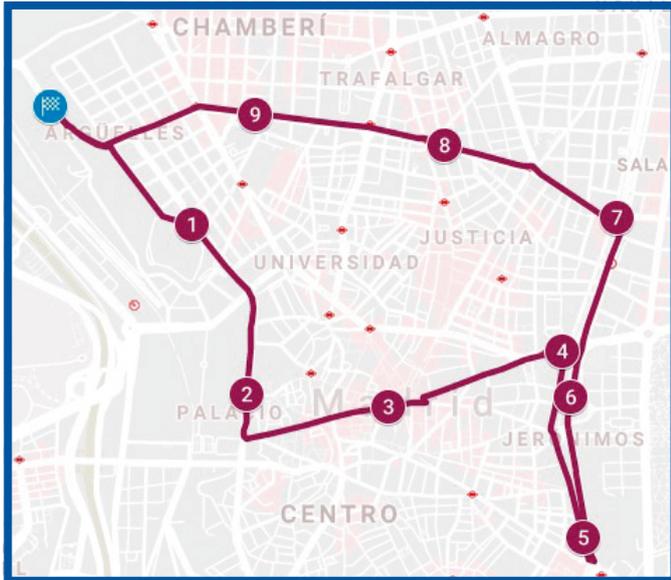
GUARDARROPA

El guardarropa de la prueba estará situado en las inmediaciones de la zona de salida-llegada (Paseo de Camoens). Este estará abierto desde las 08:00 hasta la finalización de las carreras.

En el mismo únicamente se admitirá una bolsa por participante. Esta deberá contener en su interior los objetos que los participantes deseen dejar en el mismo. Junto con el dorsal se entregará una etiqueta con el mismo número de dorsal que le hayan asignado, debiendo adjuntar esta etiqueta a la bolsa antes de depositar la misma en el guardarropa.

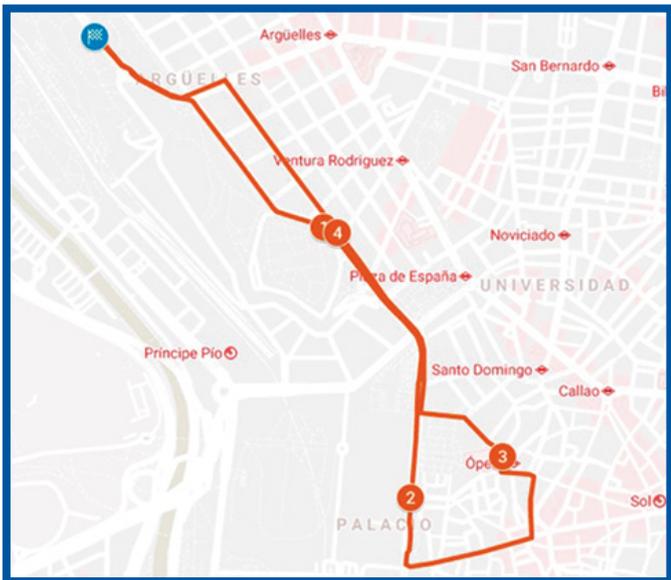
No se admitirán objetos sueltos ni bolsas sin la mencionada etiqueta.

IMPORTANTE: Se recomienda no depositar objetos de valor, la organización no se hace responsable de roturas, deterioros y posibles pérdidas o extravíos.



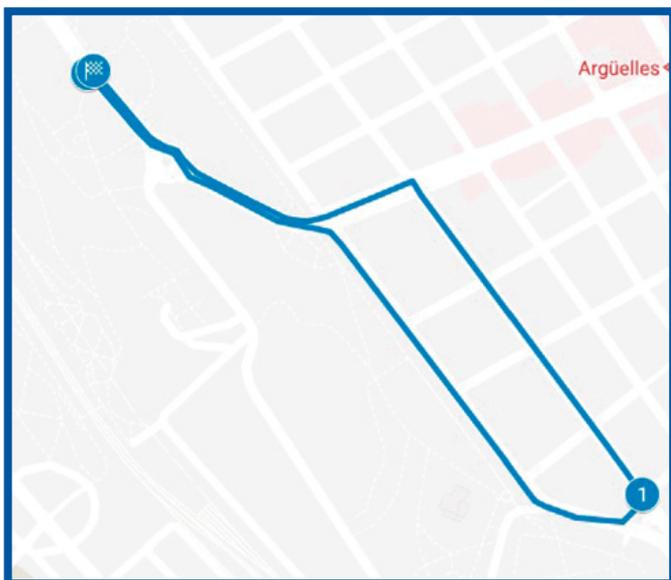
RECORRIDO 10K

Perfil Altimétrico



RECORRIDO 5K

Perfil Altimétrico



RECORRIDO 2K

Perfil Altimétrico



SERVICIOS

Se entregarán medallas a todos los niños llegados a meta (menores de 12 años) y obsequios promocionales.

Los recorridos estarán debidamente señalizados por la organización del evento.

Existirán dos puestos de avituallamiento, uno aproximadamente en el km.5 de la prueba de 10k, más el especial de meta.

- Los servicios sanitarios y las ambulancias estarán ubicados en la zona de Salida-Meta, así como en el km 5, coincidiendo con el puesto de avituallamiento.

Cualquier participante con problemas médicos (alergias, atenciones especiales, etc.) deberá hacerlo constar en el reverso del dorsal que se le asigne para la prueba. Se recomienda, además, que los menores de edad incluyan un teléfono de contacto del padre, madre o tutor legal.

Todos los participantes recibirán camiseta conmemorativa del evento.

CLASIFICACIONES Y CATEGORÍAS

Se establecerá una clasificación general, de cada una de las distancias, para los participantes de las pruebas de 10km y 5km.

La organización publicará unas clasificaciones provisionales en su página web el día 17 de febrero de 2019, momento a partir del cual podrán presentarse las reclamaciones que se estimen oportunas.

La clasificación es competencia única y exclusiva del comité organizativo, por lo que cualquier reclamación sobre las mismas, deberá ser dirigida a la organización de la prueba antes de las 20h del lunes posterior a la carrera.

Estas deberán ser enviadas a la dirección de email **reclamaciones@mapoma.es**. La organización comunicará la resolución de la reclamación en un máximo de 3 días desde la fecha de la competición.

TROFEOS

La entrega de trofeos se realizará en el pódium de vencedores el día 17 de febrero de 2019.

Los trofeos que se entregarán serán los siguientes:

PRUEBA DE 10km

- 3 primeros clasificados masculinos
- 3 primeras clasificadas femeninas

PRUEBA DE 5km

- 3 primeros clasificados masculinos
- 3 primeras clasificadas femeninas

MUY IMPORTANTE

La NO presencia en el acto de entrega de Trofeos se entenderá como la renuncia a los trofeos o premios conseguidos. Toda delegación en otra persona por parte de los ganadores deberá ser conocida y autorizada por la Organización, como mínimo media hora antes de dicha entrega.

TRANSPORTE

Metro

Desde cualquier punto de la ciudad se puede llegar a la VIII Carrera Solidaria por la Salud Mental a través de la Línea 6 del Metro de Madrid o la Línea 3. La parada más cercana es Moncloa. Una vez en Moncloa, hay que recorrer algunos metros a pie en dirección al Parque del Oeste, lugar donde se celebra la carrera.

Autobuses

Una amplia red de autobuses permite desde distintos puntos de la ciudad llegar a la VIII Carrera Solidaria por la Salud Mental:

- Línea 147 + Línea 21 desde Plaza de Castilla hasta Mques. Urquijo - Martín de los Heros
- Línea 74 desde Gran Vía-Mesonero Romanos hasta Ferraz-Mques. Urquijo.



CRONOMETRAJE

La correcta colocación del dorsal-chip es muy importante. El chip de cronometraje está adherido en la parte trasera del dorsal. No lo despegue. Coloque el dorsal en el pecho bien sujeto y no en otro lugar. Por favor, no doble ni manipule el dorsal antes de la carrera e intente que ningún dispositivo como su reloj interfiera en él cuando cruce la línea de SALIDA o META.

REGLAMENTO

Si quieres consultar el Reglamento Oficial de la carrera pincha en el siguiente enlace:
<https://www.carrerasaludmental.com/reglamento/>

INFORMACIÓN NECESARIA DESPUÉS DE LA CARRERA

Redes Sociales

Facebook: <https://www.facebook.com/FundacionManantial/>

Twitter: <https://www.twitter.com/FundManantial/>

Resultados:

Los resultados se podrán chequear en la web oficial de la carrera:
<http://www.carrerasaludmental.com/>

CLASIFICACIONES Y CATEGORÍAS

Todos los participantes llevarán obligatoriamente en el pecho durante toda la carrera el dorsal original.

Se descalificará a todo aquel corredor que:

- No pase por los puntos de control establecidos
- No realice el recorrido completo
- Altere u oculte la publicidad del dorsal
- Lleve el dorsal Chip adjudicado a otro corredor
- No lleve el dorsal original asignado para esta edición
- Entre en META sin dorsal
- Atletas que manifiesten un mal estado físico
- No atienda a las instrucciones de los jueces y/o personal de la organización

*Los corredores descalificados perderán automáticamente toda opción a los premios.

CÓDIGO DE BUENA CONDUCTA DE MAPOMA

Todos los corredores que participen en la Carrera por la Salud Mental, así como en otras pruebas organizadas por AD. Mapoma, han de ser conocedores del Código de Buena Conducta, una normativa de obligado cumplimiento para todos los participantes de los eventos organizados directa o indirectamente por nuestra asociación.

Aquellos participantes que infrinjan el código de buena conducta de AD. MAPOMA serán sancionados proporcionalmente a su infracción, pudiendo impedirles la participación en nuestros eventos.

Puedes consultarlo en: <https://www.mapoma.es/codigo-de-buena-conducta/>

MAPOMA RUNNING LEAGUE BY AS

La VIII Carrera por la Salud Mental es la quinta carrera oficial de la **Mapoma Running League by AS, primera Liga de Running en Madrid, en la que cuanto más corras y más participes, más ganas**. Así que no dejes pasar la oportunidad de formar parte de este novedoso proyecto, que hará del running una experiencia mucho más divertida. Con cada carrera puedes subir puestos en el ranking, superar niveles y conseguir exclusivos premios y atractivas medallas, que te animarán a seguir compitiendo y corriendo con nosotros cada domingo.

Si tienes pendiente recoger alguna recompensa de la Mapoma Running League by AS, podrás hacerlo durante la recogida de dorsales.

Puedes consultar el ranking, los premios y echar un vistazo a los próximos eventos de la **Mapoma Running League by AS** que te harán sumar puntos y completar niveles en:

www.mapoma.es/running_league



SPONSORS

Organiza



Colaboran



Apoyo Institucional



Dirección Técnica

