

REGLAMENTO DEL MEDIO MARATON INTERNACIONAL
CIUDAD DE ASUNCION - MMICA 2019

El Paraguay Marathon Club y la Municipalidad de la Ciudad de Asunción, organizan el Medio Maratón Internacional Ciudad de Asunción, con el apoyo del Comité Olímpico Paraguayo y la Federación Paraguaya de Atletismo.

CONDICIONES.

1. A- El Medio Maratón Internacional Ciudad de Asunción con 21,0975 km y una prueba complementaria de 5 km se realizará en la fecha y hora indicadas en el punto 4 de este reglamento. Las pruebas se realizarán en tanto el estado del tiempo permita al atleta correr en condiciones seguras.

1. B- En la entrega de kits para cualquiera de las carreras, los competidores recibirán la remera oficial del Medio Maratón Internacional Ciudad de Asunción, el número oficial de corredor con el numero-chip para la toma de tiempos. A fin de permitir su correcta identificación y clasificación, será obligatorio para todos los atletas llevar el número-chip de corredor prendido en el frente de la remera. El corredor que no corra en estas condiciones será automáticamente descalificado. Todo aquel que corra sin número-chip será descalificado, no será considerado participante de la competencia y, por tanto, no tendrá ninguno de los derechos correspondientes a comparación de los atletas oficialmente inscriptos.

1. C- Queda terminantemente prohibido el cambio de números entre atletas.

1. D- No habrá reposición de número-chips en caso de robo, hurto, extravío ni por ningún otro concepto.

1. E- A lo largo del recorrido habrá fiscales orientando a los corredores y anotando las infracciones que pudieran cometerse. También habrá controles electrónicos de paso en varios puntos del recorrido.

1.F- El organizador y los auspiciantes de la prueba no se responsabilizarán por daños físicos, psicológicos y/o materiales, caídas, lesiones, contacto con otros participantes, enfermedades, condiciones climáticas, tránsito vehicular y condiciones del camino; incendio, robo, o extravío y/o cualquier otra clase de riesgo con motivo y/o en ocasión de la participación en la carrera o con la utilización de las instalaciones (baños, etc.) durante los momentos previos y/o posteriores a la carrera que pudieran sufrir los participantes.

1. G- las competencias se desarrollarán de acuerdo a los reglamentos en vigencia de la federación internacional de atletismo (IAAF), y la Asociación internacional de maratón (AIMS).

2. ORGANIZACION Y FISCALIZACION.

El Paraguay Marathon Club y La Municipalidad de la Ciudad de Asunción, organizan el Medio Maratón Internacional Ciudad de Asunción (21,0975 km) y su prueba complementaria (5 km), con la fiscalización de la Federación Paraguaya de Atletismo y Running Time.

3. DISTANCIAS.

El circuito del Medio Maratón Internacional Ciudad de Asunción fue medido y certificado por la IAAF / AIMS, midiendo 21,0975 km. Esta prueba estará señalizada con carteles indicadores de kilometraje cada 1km. Simultáneamente se realizará una prueba complementaria sobre una distancia de 5 km.

4. FECHA.

19 de mayo del 2019 con estos horarios de largada:

- 21 Km: 06:00 AM.
- 5 Km: 08:00 AM.

5. COSTO DE INSCRIPCION.

- PARAGUAYOS Gs. 120.000.
- EXTRANJEROS U\$S 30.-
- Mayores de 60 años sin costo – solo con numero-chip (no lleva kit).

6. Entrega de KITS

Se realizará en el Paseo La Galería, en los siguientes días y horarios:

- Jueves 15 de mayo de 10:00 a 19:00 horas
- Viernes 16 de mayo de 10:00 a 19:00 horas.
- Sábado 17 de mayo, de 10:00 a 19:00 horas.

OBS.: los talles de las remeras están sujetos a stock

7. LUGAR DE LARGADA/ LLEGADA.

Costanera de Asuncion y Rio Ypane.

8. CUPO DE PARTICIPANTES.

Para la Media Maratón Internacional Ciudad de Asunción y la corrida de 5 Km se ha fijado un cupo de 2.000 participantes.

No se podrán realizar cambios de carreras en la entrega de kits.

En caso de pérdida del Numero-Chip o de cambio de distancia el participante deberá abonar la suma de 30.000 Gs.

9. CATEGORIAS.

Se realizarán las siguientes clasificaciones para las distancias de 21,0975 km y 5 km.

CATEGORIAS GENERALES. Para 21 Km y 5 Km

Cinco primeros de la General

- Masculino
- Femenino

- Especiales Masculinos
- Especiales Femeninos

CATEGORIAS POR EDADES

Se tendrá en cuenta la edad según el año olímpico (edad que tiene el atleta al 31 diciembre del 2019)

Para los tres primeros en cada categoría por edades.

- 20 a 24 Años
- 25 a 29 Años
- 30 a 34 Años
- 35 a 39 Años
- 40 a 44 Años
- 45 a 49 Años
- 50 a 54 Años
- 55 a 59 Años
- 60 a 64 Años
- 65 a 69 Años
- 70 a + Años (solo para sexo masculino)

Obs.: - Para la distancia de 5 Km, se agregará la edad **Hasta 19 años**

- Los menores de 18 años deberán inscribirse con la autorización escrita de sus padres o tutores.

Para la distancia de 21 Km la edad minima es de 18 años.

10. SISTEMA DE CALIFICACION.

10.1 Los atletas serán clasificados oficialmente bajo el sistema **tiempo oficial** para la categoría general, y por **tiempo chip** en las categorías por edades, con la aplicación de cronometraje electrónico (chips), por lo tanto, todo atleta para ser clasificado deberá pasar por todos los controles de este sistema fijados en la largada, en la ruta y en la llegada. Todo caso atleta que no registre pasaje por todos los controles mencionados será analizado, pudiendo la organización decidir su descalificación.

10.2 Los corredores de las distintas distancias podrán efectuar reclamos hasta los 30 minutos previos a la publicación de los resultados. Dichos reclamos se podrán realizar en forma verbal al director de la prueba o a quien el organizador designe para tal fin, el cual decidirá. Los atletas que no estén conformes con dicha decisión podrán apelarla por escrito ante el jurado de Apelación (Oficina del Paraguay Marathon Club) inmediatamente, por nota, firmada y acompañada de G\$ 500.000, suma que, no se devolverá si el reclamo no es en definitiva aceptado.

11. PREMIOS

Todos los participantes que terminen el trayecto serán premiados con Medallas y trofeos de acuerdo a la categoría. Los cinco primeros femenino y masculino de la categoría general y los tres primeros de las categorías por franja etaria.

12. a Premiación en efectivo para los primeros clasificados en la distancia de 21 Km (Masculino y Femenino):

- 1er Lugar: 3.500.000 Gs + Trofeo
- 2do Lugar: 2.500.000 Gs +Trofeo
- 3er Lugar: 1.500.000 Gs + Trofeo
- 4to Lugar: Trofeo
- 5to Lugar: Trofeo

CLASIFICACION GENERAL CORRIDA 5 KM (Max. /Fem).

CLASIFICACION GENERAL CORRIDA 5 KM (Max. /Fem).

Serán premiados con trofeos hasta el quinto lugar.

Clasificación por Edades

Serán premiados con trofeos hasta el tercer lugar.

- Hasta 19 Años
- 20 a 24 Años
- 25 a 29 Años
- 30 a 34 Años
- 35 a 39 Años
- 40 a 44 Años
- 45 a 49 Años
- 50 a 54 Años
- 55 a 59 Años
- 60 a 64 Años
- 65 a 69 Años
- 70 a + Años (solo para sexo masculino)

13. ENTREGA DE PREMIOS.

La ceremonia de premiación de los ganadores de la Media Maratón y Corrida de 5 km, se realizará en la zona de llegada, entregándose los trofeos correspondientes a los cinco primeros atletas de la clasificación general tanto masculino como femenino y a todas las categorías.

Será obligatorio que los atletas que reciban los trofeos se presenten a la ceremonia de premiación con su **número de competidor en el pecho** y que este sea completamente visible, de manera que se destaquen los logos de los auspiciantes. La organización realizará el control de *doping* a los 5 primeros atletas (masculino y femenino) que finalicen la Media Maratón. una vez que estos lleguen a la meta, sin reclamar el derecho de la Organización de hacer controles de *doping* a su total discreción a los primeros 15 competidores. El hecho de negarse a dicho control será motivo de descalificación inmediata de el/la participante.

OBS. La premiación por categoría se realizará a medida que se completen las categorías por edades.

14. GUARDARROPAS Y BAÑOS.

La Organización pondrá a disposición de los atletas en la largada y llegada el guardarropas (no responsabilizándose la misma de los objetos entregados en el mismo).

Habrán servicios sanitarios con baños químicos en la largada y llegada.

15. PUESTOS DE AGUAS Y FRUTAS.

Se dispondrá de puestos de hidratación con agua y bebidas isotónicas en los siguientes km: Agua: largada, km 2,5 km 5, km 7,5, km 10, km 12,5, km 15, km 17,5, km 20 y llegada.

Agua + Isotónico: Km 10, km 15, km 20 y llegada

Frutas: Llegada

16. SERVICIO MEDICO.

Puestos Médicos: Ambulancias largada y llegada, km 5, km 10 y ambulancias móviles.

Paramédicos en bicicletas en todo el recorrido.

17. SEGURO DE VIDA.

Todo participante inscripto oficialmente en la Media Maratón Internacional Ciudad de Asunción – MMICA 2019, contará con un seguro de vida por accidente como participante. Con una cobertura de hasta G\$ 10.000.000 por corredor.

18. DURACION MAXIMA.

Se estipula una duración máxima (carrera) de tres horas. A partir de las 09:00 horas se dará por finalizada la carrera y se levantaran los puestos de seguridad y línea de llegada. Un vehículo de la Organización irá al final de la Prueba como cierre y/o recogiendo a todo aquel atleta que abandone la competencia. La

Organización dispondrá de transporte para recoger a los/las atletas que, por alguna razón, no deseen o no puedan seguir en carrera.

19. ENTRADA EN CALOR.

El atleta no deberá permanecer, ni realizar la entrada en calor por delante de la línea de largada faltando 20 minutos para la LARGADA. El participante que no respete esta indicación será individualizado por los jueces y dará lugar a la descalificación sin previo aviso.

20. RESULTADOS.

Los resultados se publicarán en los sites: www.runningtime.org antes de las 13.00h del mismo día de la carrera y **la App: Athlinks**

21. RESPONSABILIDAD DEL PARTICIPANTE.

Al inscribirse, el participante acepta el presente reglamento y declara estar físicamente apto para correr el Medio Maratón Internacional Ciudad de Asunción – MMICA 2019, y distancia alternativa, eximiendo de toda responsabilidad por accidente, omisión o falta de cualquiera de los ítems contemplados en el presente reglamento, a la Organización y a los Sponsors de esta competencia. La Organización recomienda a todos los participantes someterse a un Reconocimiento Médico previo a la prueba, aceptando todo participante el riesgo derivado de la actividad deportiva de la corrida. Todos los atletas, por el hecho de formalizar la inscripción, aceptan la publicación de su nombre en la clasificación de la prueba, en los medios de comunicación y/o Internet. Así mismo se autoriza a la Organización a facilitar los datos a los organizadores de pruebas similares. Todos los participantes, por el hecho de participar, aceptan y firman el Término de Responsabilidades y aceptando el presente Reglamento. En caso de duda prevalecerá el criterio de la Organización.

22. RECOMENDACIONES PREVIAS.

- Todo corredor debe tener una evaluación médica reciente.

En caso de mayores de 40 años o fumadores crónicos, se indica realizar una

ergometría (prueba de esfuerzo – electrocardiograma de esfuerzo)

- Vístase de acorde con el estado del tiempo. La ropa debe sentirse confortable y holgada y evite usar ropa nueva.

- Use calzado apropiado para correr. El mismo debe ajustarse bien y debe sentirse confortable al igual que las medias (evitar costuras). No use calzado deportivo nuevo o muy gastado.

- Mantenga alta su hidratación, bebiendo líquidos repetitivamente. No se permita estar sediento; para ese entonces estará deshidratado, y su rendimiento disminuirá notablemente, beba desde los primeros kilómetros.

- Antes y después de la competencia, beba frecuentemente pequeñas cantidades de líquido y mantenga alta su hidratación.

- No pruebe nada nuevo el día de la competencia.