

**01.06.2025**  
**NUESTROS**  
**HEROES 10K**



**GUÍA DEL**  
**ATLETA**





Es un gran honor poder contar con tu presencia en esta fiesta atlética que tiene como propósito brindar una mejor calidad de vida a sus participantes y nos permite continuar con nuestra labor social.

***¡BIENVENIDOS!***



***NUESTROS HÉROES 10K 16TA. EDICIÓN***



# ***ENTREGA DE KITS***

**LUGAR:** COMIL1 “ELOY ALFARO”

**FECHA:** Sábado 31 de mayo 2025

**DIRECCIÓN:** Av. Orellana y Av. Amazonas.

**HORARIO:** 08H00 a 17H00

## **RETIRO DE KIT DEPORTIVO**

**1) MÓDULOS:** Existen 20 módulos de entrega: (1,2,3, para damas), (4 discapacidad), (5 elites), (del 6 al 20 para varones)

**2) IDENTIFICACIÓN ORIGINAL:** Debes traer contigo tu cédula de identidad, pasaporte o DNI.

**3) ENTREGA DE CHIP Y DORSAL:** Pasa al módulo disponible. Entrega tu documentación (identificación original) y recoge tu chip y dorsal de competencia.

**4) ENTREGA DE KIT:** Después de recibir tu chip y dorsal, recibirás de inmediato tu camiseta de acuerdo a tu talla seleccionada en el sistema y KIT.

**5) MÓDULO DE ACLARACIONES:** Si tienes algún problema o duda respecto a tu registro, acude con el personal de Soporte técnico (0981207549) quién podrá ayudarte.

# CARRERA

LUGAR DE LA LARGADA: AV. FRANCISCO DE ORELLANA  
(COLEGIO MILITAR ELOY ALFARO “COMIL 1”)

FECHA: Domingo 1 de junio de 2025  
HORARIO: 06H15

<b>DISCAPACIDAD</b>  <b>06H15</b>  CAJÓN PREFERENCIAL	<b>ELITES</b>  <b>06H30</b>  CAJÓN PREFERENCIAL	<b>TODAS LAS CATEGORÍAS</b>  <b>06H30</b>  DE ACUERDO A LLEGADA
---	---	---

LOS HORARIOS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS POR PEDIDO DE AUTORIDADES Y ENTES DE CONTROL.

## REGISTRO PARA ELITES

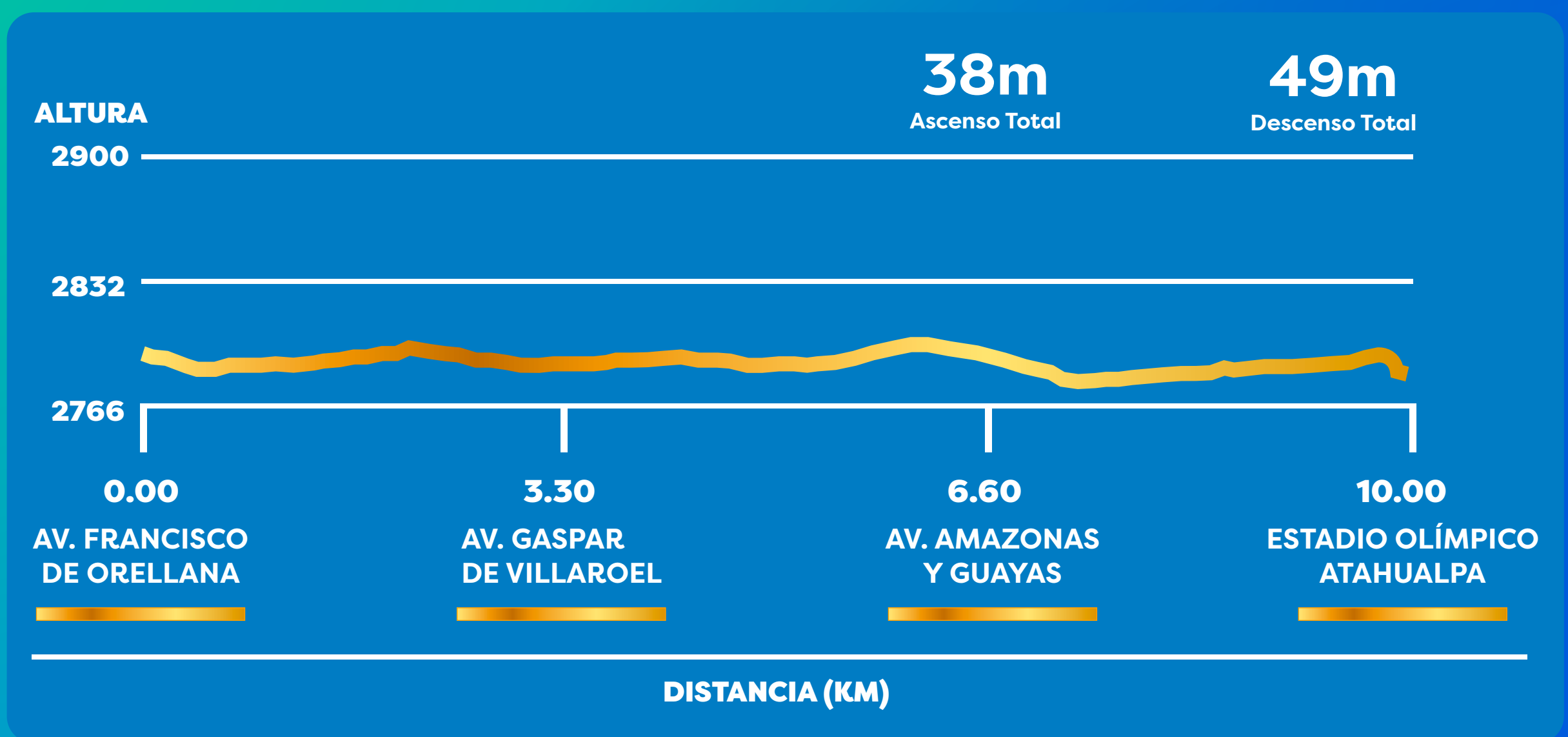
- Atletas ELITES, retiran su kit en el módulo 5, y se les entregará la manilla de Élite en la mesa de información por el Director Técnico, único requisito para ingreso al cajón preferencial.

## RUTA





# DESNIVEL



# PUNTOS DE HIDRATACIÓN

## KM 2



AV. AMAZONAS Y JUAN PABLO SANZ

## KM 3



AV. AMAZONAS Y PEREIRA

## KM 6



AV. AMAZONAS Y JUAN PABLO SANZ

## KM 7



AV. REPÚBLICA Y AV. AMAZONAS

## KM 9



AV. DE LOS SHYRIS Y SUECIA

## KM 10



EST. OLÍMPICO ATAHUALPA

- Se encontrarán ubicados en el km 3 / km 6 y km 9 (Gatorade); agua (km 2 y km 7).
- Hidrátate periódicamente, no sólo cuando tengas sed.
- Si te sientes mal, no dudes en solicitar ayuda al personal del comité organizador, jueces o médicos desplegados a lo largo de la ruta.
- En cada kilómetro de ruta existirá personal médico y de seguridad para apoyo inmediato.

# ***BAÑOS***

---

- Estarán ubicados en el área de partida (baterías sanitarias móviles) y en meta en el Estadio Olímpico ATAHUALPA.

# ***ÁREA DE RECUPERACIÓN***

---

- Después de cruzar la línea de meta encontrarás estaciones donde recibirás agua, fruta y masajes.
- Si te sientes mal, no dudes en solicitar ayuda al personal de la organización o servicio médico.
- Al cruzar la meta, continúa caminando para que tu corazón recupere su pulso normal y tus músculos se recuperen.
- Continúa por el camino vallado hasta salir a los graderíos del estadio y continúa disfrutando de nuestra fiesta deportiva.



# ***PREMIACIÓN***

---

Se llevará a cabo en el Estadio Olímpico ATAHUALPA el domingo 1ero de junio del 2025.

Se premiará la categorías generales en damas y varones; así como también la categoría de discapacidad en el evento de clausura en el Estadio Olímpico Atahulapa.

Una vez publicados los resultados preliminares el domingo 01 de junio, en 48 horas luego de verificar los resultados se procederá a la premiación definitiva en categorías por Grupos de edad. La información daremos a conocer en nuestras redes sociales.

# ***SORTEO DE PREMIOS***

---

Se llevará a cabo en el Estadio Olímpico ATAHUALPA el domingo 1 de junio del 2025. Todos los inscritos tienen derecho a participar del sorteo de premios, que se realizará con la presencia de un NOTARIO PÚBLICO.

# ***RECOMENDACIONES PARA LA CARRERA***

---

## **DÍA PRE-CARRERA**

- No consumas alimentos a los que no estés acostumbrado. Procura descansar y dormir bien la noche anterior al evento.
- Lee cuidadosamente la guía de atleta y si tienes alguna duda, pregunta al personal de la organización en el área de entrega de kits deportivos.

## **DÍA DE CARRERA**

- Escoge ropa cómoda para correr, zapatos cómodos (procura que no sean nuevos), camiseta del evento, short, gorra, etc.
- Coloca tu número al frente de la camiseta del evento, o con un porta números. Prueba que no te estorbe y que tenga perfecta visibilidad (no debes recortarlo o modificarlo) y verifica que el chip esté debidamente pegado a la parte posterior del número.
- Desayuna algo ligero, (café, pan, fruta, cereal). Los lácteos no son recomendables para consumirse antes de una carrera.
- Realiza tus necesidades básicas al salir de casa.



# ***TRANSPORTE***

- **Movilízate en transporte público o privado tomando en cuenta los cierres viales de acuerdo al operativo de AMT y sus respectivos horarios.**
- **Utiliza taxi o una plataforma de transporte similar.**
- **Si utilizas vehículo particular, organízate con otros competidores e intenta llegar al menos 1 hora antes del horario de largada.**

# ***REGLAMENTO***

## **Principales artículos del Reglamento**

### **CAPÍTULO V RESULTADOS Y APELACIONES**

#### **Artículo 9. Resultados y premiación**

- La empresa oficial de cronometraje para la Carrera Atlético “NUESTROS HÉROES” 10K, será la responsable de emitir los resultados debidamente legalizados, inmediatamente para proceder a la premiación in situ de los ganadores en la ubicación general y categoría discapacidad.
- La premiación de las categorías de grupos de edad, se realizará 48 horas después del cierre del evento, con los resultados definitivos.
- Los resultados oficiales de todos los participantes se publicarán en la página oficial de la carrera en un plazo no mayor a 48 horas.

***NUESTROS HÉROES 10K 16TA. EDICIÓN***



- La premiación de la ubicación general y discapacidad se realizará el domingo 1 de junio de 2025, en el estadio Olímpico “Atahualpa”.
- La premiación económica de las categorías por grupos de edad, se realizará desde el día jueves 05 de junio del 2025, en las instalaciones de la Fundación Virgen de la Merced, a cargo de la Dirección Ejecutiva.

## Artículo 10. Apelaciones

**El procedimiento de apelación será el siguiente:**

- El/la deportista y/o representante formulará por escrito el reclamo, en un periodo no mayor a 24 horas finalizado el evento.
- El/la deportista deberá presentar todas las pruebas contundentes que validen su petición y reclamo, la solicitud de apelación.
- El Presidente Ejecutivo del Comité Organizador, abocará conocimiento y convocará a reunión al Comité de Apelación: (Director General, Coordinador General, Director Técnico).
- El Comité de Apelación entregará la resolución por escrito hasta un máximo de 24 horas después del reclamo.
- El reclamo tendrá un valor de 50 dólares americanos; de ser favorable este valor será reembolsado, caso contrario ingresarán a fondos de la Organización.

## CAPÍTULO VI DESCALIFICACIONES

### Artículo 11. Descalificaciones

Serán automáticamente descalificados de la prueba y perderán toda opción a los premios aquellos atletas que:

- a. No porten correctamente el dispositivo electrónico de control de tiempo (chip).
- b. No porten el número de corredor en la parte frontal.
- c. No pasen por los puntos de control en ruta, la comisión técnica



se reserva el derecho de realizar la descalificación directa de atletas que infrinjan esta medida de control.

d. No realicen el recorrido completo o reciban ayuda indebida de terceros desde cualquier tipo de vehículo o transporte; la prueba es individual.

e. Lleven el número o dispositivo electrónico de control de tiempo perteneciente a otro corredor; en este caso serán descalificados los dos participantes.

f. No obedezcan las advertencias o instrucciones de los jueces y/o del personal de la organización del evento.

g. Demuestren conducta antideportiva (agresiones físicas y/o verbales a organizadores, jueces, participantes, etc.)

h. Incumplan con cualquiera de las disposiciones del presente reglamento.

## **CAPÍTULO VII SANCIONES**

### **Artículo 12. Sanciones**

Aquellos Atletas que incurran en faltas contempladas en el presente reglamento, siempre y cuando no se consideren delitos, serán sancionados con:

- Prohibición de inscripción para la próxima edición de la Carrera Atlética “NUESTROS HÉROES” 10K.
- Retiro de premios económicos cuando se evidencie que el atleta, intercambio chip; no completo el recorrido; evadió los puntos de control, y presentó conducta antideportiva.



# **NOTA**

- No se receptorán inscripciones, durante la entrega de kits, tampoco el día de la carrera.
- Están prohibidos los cambios o canje de inscripciones.

**NUESTROS HÉROES 10K 16TA. EDICIÓN**



**NOS VEMOS EN LA  
LARGADA**

**01.06.2025**

**JUNTOS  
POR  
ESOS 10K**



**NUESTROS HÉROES 10K 16TA. EDICIÓN**