

# CURSA <sup>16</sup> NOVEMBRE SOLIDÀRIA

DESCOBREIX EL TEU NOU PASSEIG MARÍTIM A PEU!



**CURSA 10 KM / CURSA 4 KM** LES INSCRIPCIONS VAN A FAVOR DE PROJECTE HOME  
**CURSES INFANTILS (GRATUÏTES). CAMINADA POPULAR (GRATUÏTA)**

**DISSABTE 15 DE NOVEMBRE**  
(EXPOSITORS, ACTIVITATS, RECOLLIDA DE DORSALS I CAMISETES)

**DIUMENGE 16 DE NOVEMBRE**  
DE 9h A 13h (INICI I FINAL A LA PLAÇA DE SANT DOMINGO DE LA CALÇADA)

TOTA LA INFORMACIÓ AQUÍ!

**LES  
PERSONES  
GUANYEN**

INSCRIPCIONS DES DEL 15 DE SETEMBRE FINS EL 14 DE NOVEMBRE [WWW.ELITECHIP.NET](http://WWW.ELITECHIP.NET)



**NOU PASSEIG MARÍTIM  
DE PALMA**



projectehome  
balears



Port de Palma



Autoritat Portuària de Balears

## **1. CARRERA SOLIDARIA 2025**

1.1 SÁBADO 15 DE NOVIEMBRE

1.2 DOMINGO 16 DE NOVIEMBRE

## **2. PRUEBAS Y REGLAMENTO**

2.1 PRUEBA PARA ADULTOS

2.2 PRUEBAS INFANTILES

2.3 CAMINATA POPULAR

2.4 AYÚDANOS A REDUCIR LOS PLÁSTICOS

2.5 SERVICIOS SANITARIOS Y SEGURO

2.6 DERECHOS DE IMAGEN Y LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS

2.7 JUEGO LIMPIO Y OTROS ASPECTOS IMPORTANTES

## **3. REGLAMENTO**

## **4. ACTIVIDADES PROGRAMADAS**

# 1. CARRERA SOLIDARIA 2025

La Autoridad Portuaria de Baleares, con motivo de la presentación del Nuevo Paseo Marítimo de Palma, organiza un fin de semana lleno de carreras y actividades gratuitas y solidarias abiertas a todos los públicos.

Esta iniciativa, con voluntad de continuidad, nace con un doble objetivo: promover la actividad física en un entorno emblemático de Palma y apoyar una causa solidaria.

## 1.1 SÁBADO 15 DE NOVIEMBRE

### FERIA DE EXPOSITORES

Diferentes entidades y organizaciones vinculadas al deporte, la salud y la solidaridad ofrecerán en diferentes tenderetes sus servicios y productos. La feria de expositores estará ubicada en la plaza de **Santo Domingo de la Calzada**.

### ACTIVIDADES LÚDICO-DEPORTIVAS

Todos los ciudadanos podrán participar en las actividades deportivas dirigidas, completamente gratuitas y ofertadas por entidades deportivas colaboradoras de este evento. También habrá actividades lúdicas para los más pequeños.

### RECOGIDA DE DORSALES Y CAMISETAS

Los corredores, inscritos previamente en las carreras del domingo, tanto niños como adultos, tendrán que recoger su dorsal y su camiseta en la zona de “recogida de dorsales” el **sábado, 15 de noviembre**, en la plaza de Santo Domingo de la Calzada.



## 1.2. DOMINGO 16 DE NOVIEMBRE

### FERIA DE EXPOSITORES (de 9 a 14h)

El domingo se podrá seguir disfrutando de los expositores.

**IMPORTANTE: El domingo 16 de noviembre, día de las pruebas, no se podrán recoger los dorsales ni realizar nuevas inscripciones.**

### CALENTAMIENTO (de 9:30 a 9:50)

Monitores y monitoras dirigirán un calentamiento previo antes de la prueba.

### CARRERA SOLIDARIA

- 10h. Salida prueba adultos, 10 km.
- 11h. Salida prueba III, 1400 m. (de 12 a 13 años).
- 11:25h. Salida prueba II, 800 m. (de 9 a 11 años).
- 11:30 h. Salida Prueba I, 400 m. (de 5 a 8 años).
- 11:45h. Salida iniciación, 200 m. (de 0 a 4 años, acompañados por los padres o tutores).
- 12h. Salida prueba adultos, 4km. y caminata popular.

## 2. PRUEBAS Y REGLAMENTO

### 2.1 PRUEBA PARA ADULTOS 10km. y 4km.

- La carrera tendrá un precio de 10 euros por dorsal que irá íntegramente a la entidad Projecte Home Balears.
- La edad mínima para participar es de 16 años (de 14 años para la prueba de 4km.).
- Inscripciones disponibles en <http://www.elitechip.net>.

- Los dorsales y las camisetas deben recogerse en la plaza de Sant Domingo de la Calzada el Sábado 15 de noviembre.
- El domingo NO se realizarán inscripciones ni tampoco se entregarán dorsales ni camisetas.
- Se reservará un espacio en la salida para los participantes con diversidad funcional. Se indicará en el proceso de inscripción para coordinar el espacio a reservar.
- El recorrido será de 10 km. y 4km., con salida y llegada en la plaza de Sant Domingo de la Calzada.
- Se dispondrá de avituallamiento líquido en la zona de post-meta.
- Al finalizar la carrera, cada participante recibirá una medalla conmemorativa y una prenda de fruta.

## 2.2 PRUEBAS INFANTILES

- Son gratuitas, no competitivas; no hay cronometraje.
- Para niños y niñas de hasta 13 años.
- Inscripciones disponibles en <http://www.elitechip.net>.
- Los dorsales y las camisetas deben recogerse en la plaza de Sant Domingo de la Calzada el sábado 15 de noviembre.
- El domingo NO se realizarán inscripciones ni tampoco se entregarán dorsales ni camisetas.
- Los recorridos serán adaptados a cada edad por dentro del Nuevo Paseo Marítimo de Palma. Habrá cinco pruebas y distancias para recorrer:
- Prueba de iniciación: de 0 a 4 años 200 m. acompañados de los padres o tutores.
- Prueba I: de 5 a 8 años 400 m.
- Prueba II: de 9 a 11 años 800 m.
- Prueba III: de 12 a 13 años 1400 m.
- Se dispondrá de avituallamiento líquido en la zona de post-meta.
- Al finalizar la carrera, cada participante recibirá una medalla y una prenda de fruta.

## 2.3 CAMINATA POPULAR 4km.

- Es gratuita, no competitiva; no hay cronometraje.
- Para todos, sin límite de edad.

- Inscripciones disponibles en <http://www.elitechip.net>.
- Los dorsales y las camisetas deben recogerse en la plaza de Sant Domingo de la Calzada el **sábado 15 de noviembre**.
- El domingo **NO** se realizarán inscripciones ni tampoco se entregarán dorsales ni camisetas.
- Se reservará un espacio en la salida para los participantes con diversidad funcional. Se indicará en el proceso de inscripción para coordinar el espacio a reservar.
- El recorrido será de 4 km. en un circuito con salida y llegada en la plaza de SantO Domingo de la Calzada
- Al finalizar la carrera, cada participante recibirá una medalla conmemorativa y una prenda de fruta.
- Se dispondrá de avituallamiento líquido en la zona de post-meta.
- Todos los menores de 18 años necesitarán la autorización de participación del padre/madre/tutor o tutora. y deberán introducir el correspondiente DNI, nombre y apellidos que confirme su autorización para continuar con la inscripción.
- Es gratuita, no competitiva; no hay cronometraje.

## 2.4 AYÚDANOS A REDUCIR LOS PLÁSTICOS

Con la intención de fomentar una vida más sostenible y de llevar a cabo eventos más respetuosos con el medio ambiente, dispondremos de una estación de agua potable para que los participantes puedan disfrutar de ella, llevando las propias botellas reutilizables para rellenarlas.

## 2.5 SERVICIOS SANITARIOS Y SEGURO

- La cursa serà controlada pel personal responsable de l'organització de l'esdeveniment, que estarà degudament identificat.
- Tots els participants tenen una assegurança col·lectiva per als accidents que es puguin produir durant la prova.
- Hi haurà serveis sanitaris al lloc de l'activitat.
- Els corredors es consideren aptes per a prendre part a la cursa i es fan responsables dels danys morals, físics i materials que hi puguin patir. Els menors hauran de comptar amb l'autorització del pare, la mare o el tutor i ens hauran de facilitar un número de telèfon mòbil, que relacionarem amb el dorsal per si hi ha alguna urgència.
- La carrera será controlada por el personal responsable de la organización del evento, que estará debidamente identificado.
- Todos los participantes tienen un seguro colectivo para los accidentes que puedan producirse durante la prueba.

- Habrá servicios sanitarios en el lugar de la actividad.
- Los corredores se consideran aptos para tomar parte en la carrera y se hacen responsables de los daños morales, físicos y materiales que puedan sufrir. Los menores tendrán que contar con la autorización del padre, la madre o el tutor y nos tendrán que facilitar un número de teléfono móvil, que relacionaremos con el dorsal por si hay alguna urgencia.

## 2.6 DERECHOS DE IMAGEN Y LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS

- El/la participante podrá autorizar o no a los organizadores el uso de las imágenes obtenidas en el desarrollo del evento en cualquier tipo de formato y/o medio de difusión (papel, web, comunicaciones, vídeo, etc.) al realizar su inscripción en la web.
- Al realizar la inscripción, declare que ha sido informado/a de los términos contenidos en las bases y consiente expresamente que sus datos personales sean tratados para las finalidades citadas.
- En virtud de la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal, se le informa que los datos personales que proporcione con la inscripción se podrán ceder a APB para gestionar su participación en la carrera. Asimismo, la APB podrá utilizar sus datos para enviarle información por medios electrónicos, incluyendo el SMS, en su móvil, o por medios no electrónicos.

## 2.7 JUEGO LIMPIO Y OTROS ASPECTOS IMPORTANTES

Los deportistas inscritos en las carreras se comprometen a cumplir los principios básicos de juego limpio en el deporte, respeto y convivencia con el resto de participantes. Es decir:

- Colocarse en la salida de acuerdo con los tiempos previstos.
- Atender a las indicaciones del personal de la organización.
- No dirigir en ningún sitio del recorrido.
- No tomar más avituallamientos y obsequios de los que le corresponden.
- No facilitar el dorsal propio a otra persona.
- Por razones de seguridad no se permite la participación con animales de compañía, salvo perros guía.
- Es una carrera a pie y, por tanto, se puede hacer corriendo, caminando, con cochecitos de bebés (padres/madres).

### 3. RECORRIDOS

La jornada contará con varios recorridos adaptados a las distancias para que todo el mundo pueda participar.

#### Carrera 10km.



La prueba tendrá la salida en la plaza de Sant Domingo de la Calzada y se dirigirá dirección a Portopí por el lado tierra del paseo Marítimo. Al llegar a Portopí se realizará un giro de 180 grados para volver dirección aeropuerto por el lado mar del paseo Marítimo. A la altura de la entrada de las estaciones marítimas se girará a la derecha para realizar un bucle dentro de los muelles de Ponent-Paraires. Una vez realizado el bucle se seguirá por el paseo Marítimo hasta la Avda. Argentina. Una vez allí se dará un giro de 180 grados para volver a la plaza de Santo Domingo de la Calzada

**Prueba III: de 12 a 13 años 1.400 m.**



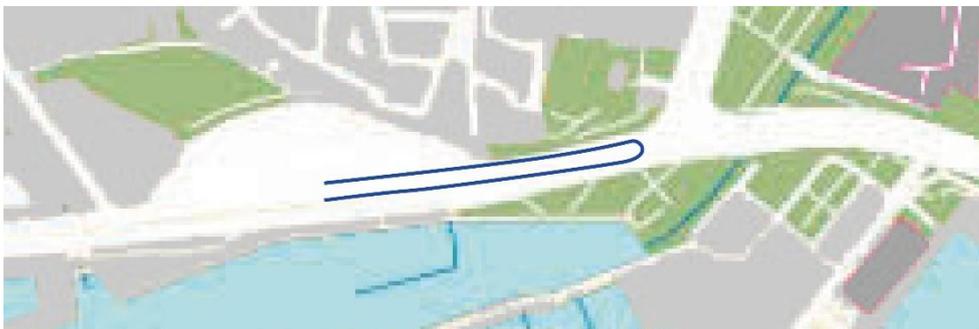
Salida desde la plaza de Santo Domingo de la Calzada y giro en frente del hotel Bellver.

**Prueba II: de 9 a 11 años 800 m.**



Salida desde la plaza de Santo Domingo de la Calzada y giro a Monseñor Palmer.

**Prueba I: de 5 a 8 años 400 m.**



Salida desde la plaza de Santo Domingo de la Calzada en dirección Avda Argentina y giro en el paso de peatón.

**Prueba de iniciación: de 0 a 4 años 200 m. acompañados de los padres o tutores.**



Salida desde la plaza de Santo Domingo de la Calzada y giro a la intersección.

## Carrera y caminata popular 4km.



La prueba tendrá la salida en la plaza de Santo Domingo de la Calzada y se dirigirá dirección a Portopí por el lado tierra del paseo Marítimo. Al llegar a la altura de Can Barbarà se realizará un giro de 180 grados para volver dirección aeropuerto por el lado mar del paseo Marítimo. A la altura de Avda. Argentina se dará un giro de 180 grados para volver a la plaza de Santo Domingo de la Calzada y entrar en meta.

## 4. ACTIVIDADES PROGRAMADAS

Horas	Actividades	Definición
10h-10:30h	Bienvenida a los participantes	Por megafonía, se informa del inicio en breve de las actividades programadas.
10:30 -10:50	Estiramientos	Actividad de estiramientos para la práctica de actividades deportivas.
11:00-11:45	Body combat	Clase de actividades aeróbica y acompañada de música.
11:45-12:30	Clase de yoga	Actividad para la práctica del bienestar mente y cuerpo.
12:30-13:00	Intervención speaker	Por megafonía, se recuerda la celebración de la Carrera Solidaria el domingo 16 de noviembre.
13:00-15:00	Comida y descans	
15:00-15:45	Body Balance	Clase aeróbica acompañada de música.
15:45-16:30	Exhibición y taller de swing	Muestra de swing a cargo de bailarines especializados en esta danza.
16:30-17:15	Clase de Salsa Fitness	Dirigida por un/a monitor/a y música animada.
17:15-18:00	Clase de zumba	Actividad dirigida con música e iluminación espectacular.