

8ª CARRERA Y CAMINATA

UNIDOS POR LA DIABETES

UNA FUERZA
INFINITA ∞



5K
CARRERA



2,5K | 5K
CAMINATA



CARRERAS
INFANTILES

ORGANIZA:



DIABETES
ZARAGOZA

22
NOV
2026

PARQUE
DEL AGUA
ZARAGOZA



ARTÍCULO 1 – La Carrera

El domingo 22 de Noviembre de 2026, desde las 10:00 horas, **se celebrará la 8ª Carrera y Caminata Solidaria Unidos por la Diabetes de Zaragoza**, promovida y organizada por la Asociación para la Diabetes de Zaragoza (en adelante DZ).

Las distancias disponibles y los horarios de estas serán:

Hora	Categoría	Año de Nacimiento	Distancia	Circuito
10:30	Carrera	2012 – anteriores	5 Km	5K
10:35	Caminata	Todos los años	2500 m	5K acortado
10:35	Caminata	Todos los años	5 Km	Circuito escolar
12:00	Carrera Infantil: Cadete mixto	2013 – 2014	1500 m	Circuito escolar
12:15	Carrera Infantil: infantil mixto	2015 – 2016	1000 m	Circuito escolar
12:25	Carrera Infantil: Alevín mixto	2017 – 2018	500 m	Circuito escolar
12:35	Carrera Infantil: Benjamín mixto	2019 – 2020	500 m	Circuito escolar
12:40	Carrera Infantil: iniciación mixto	2021 – 2023	200 m	Circuito escolar
12:45	Carrera Infantil: aguiluchos	2023	100 m	Circuito escolar

Nota: Estos horarios pueden ser modificados por la organización del evento. **Se actualizará en la web oficial de la asociación, carrera.diabeteszaragoza.org**

Para más info contactar aquí: carrera@diabeteszaragoza.org

ARTÍCULO 2 – Inscripciones

Se plantea un límite de inscripciones de 3.000 participantes con la siguiente distribución:

- **Carrera popular 5K:** 800 Corredores
- **Andadas populares 2,5K y 5K:** 1800 Caminantes
- **Carreras Infantiles:** 66 participantes por categoría escolar, total 400 niños.

Las inscripciones se realizarán online a través de internet.

Plazo de inscripción online hasta el 17 de Noviembre de 2026 o hasta agotar el plazo máximo de inscritos.

Edades

- **Carrera popular 5K:** Nacidos en el año 2012 y anteriores.
- **Andadas populares 2,5K y 5K:** Abierta a todas las edades (pueden participar los inscritos a las carreras infantiles).
- **Carreras infantiles:** Nacidos entre los años 2012 a 2023 ambos inclusive.

Precios

- **2,5K, 5K y andadas:** 15€
- **Carreras infantiles:** 10€

No se devolverá el dinero de la inscripción, excepto en el caso de suprimir la prueba por motivos de seguridad.



ARTÍCULO 3 – Entrega de dorsales y chips

La camisetas conmemorativas, dorsales y chips (para 5K) oficiales de la prueba se entregarán, **el sábado 21 de noviembre de de 10:00h a 14:00h y de 17:00h a 21:00h**. El lugar de entrega de dorsales y camisetas será **Calle Riglos, 6, local izquierda** (parada del tranvía de Argualas).

Para retirar los dorsales será imprescindible la presentación del DNI del titular de la inscripción o la confirmación de pago proporcionada por la plataforma online.

ARTÍCULO 4 – Límete de tiempo

El tiempo máximo de duración de la prueba serán los siguientes:

- **Prueba de 5K** : 40 minutos. Cierre de Meta a las 11:10 horas.
- **Caminata de 2,5K y 5K**: 40 minutos y 50 minutos respectivamente.

ARTÍCULO 5 – Recorrido + Servicios a participantes

Se realizará en **el Parque del Agua “Luis Buñuel”** de Zaragoza.

Al ser una actividad que dura toda la mañana se ha pensado un entorno que no requiera cortes de tráfico ni se perjudique a usuarios de la instalación utilizando zonas de parking.

Se utilizará el recorrido de 5 kilómetros marcado que existe en el parque.

Combina tierra y asfalto por el entorno de la Expo 2008 y por la ribera del Ebro, y permite disfrutar de todo lo que este parque ofrece: zonas de ocio, la hípica, la zona de golf,... y una gran diversidad de fauna y flora junto al río Ebro.

Es un recorrido muy entretenido y bien señalizado, apto para todos.

En la amplia zona de Salida y Meta se establecerán y delimitarán los recorridos para las carreras infantiles.

SERVICIOS SANITARIOS Y AMBULANCIAS

Estarán ubicados en la zona de salida, mita de recorrido y en línea de meta.

Además en la misma línea de salida y llegada, se instalará un puesto de control glucémico, donde los participantes con diabetes que lo deseen podrán realizarse pruebas de glucemia capilar.

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 del padre, madre o tutor legal**.

GUARDARROPA

El guardarropa de la prueba estará situado **junto al escenario**. Estará abierto desde las 8.30 horas hasta las 12:00 horas.

En el guardarropa se entregará una pegatina con el mismo número que el dorsal, esta se pegará a la bolsa (Es importante e imprescindible conservar el dorsal como documento de acreditación).

No se admitirán objetos sueltos ni bolsas sin la pegatina acreditativa.

ARTÍCULO 6 – Vehículos

El circuito estará totalmente cerrado al tráfico y los únicos vehículos que podrán seguir la prueba serán los designados por la organización, estos estarán debidamente acreditados. La Policía Local sancionará expresamente a los vehículos y bicicletas no acreditados.

ARTÍCULO 7 – Cronometraje

El Cronometraje se realizará por el sistema de Dorsal-Chip. **Únicamente serán válidos los Dorsal-Chip entregados por la organización** en el momento de la recogida de dorsales.

Habrà controles en salida y llegada, debiendo pasar todos los participantes obligatoriamente por los puntos de control.

Sólo la carrera de 5K contará con chip de cronometraje para la obtención de tiempos. Únicamente aparecerán en la clasificación los atletas que hagan la carrera con el chip oficial facilitado por la organización para esta edición.

La clasificación final será publicada en la web de la carrera durante los tres meses siguientes a su realización. carrera.diabeteszaragoza.org

ARTÍCULO 8 – Clasificaciones + Categorías

Se establecerá una clasificación general para todos los participantes de la prueba de 5 Kms, clasificados por género.

La clasificación es competencia única y exclusiva del comité organizador, por lo que cualquier reclamación sobre las mismas, deberá ser dirigida a la organización a través de los jueces de meta situados en el control informático.

ARTÍCULO 9 – Trofeos y Sorteos

La entrega de **TROFEOS** se realizará **en el escenario, cercano a la salida y meta a las 13:00 horas**, una vez finalizado el evento.

Todos los dorsales entrarán **en el sorteo de diferentes regalos**, se participa en el **SORTEO** de regalos con el número de dorsal, por lo que se deberá conservar hasta la finalización del mismo.

Para recoger el premio, se deberá estar presente en el momento del sorteo con el dorsal.

ARTÍCULO 10 – Seguro de accidentes

Todos los participantes estarán amparados **por un Seguro Colectivo de Accidentes y Responsabilidad Civil contratado por la organización**.

Estarán excluidos los derivados de un padecimiento latente, imprudencia, negligencia, inobservancia de las leyes, etc. También estarán excluidos los producidos por desplazamientos a/o desde el lugar en que se desarrolle la prueba.

Los participantes **deberán atender en todo momento las indicaciones realizadas por la organización a través de voluntarios, técnicos, jueces, personal acreditado o el servicio oficial de megafonía**. Cada corredor participa en la Carrera y Caminata Solidaria por la Diabetes bajo su entera responsabilidad y declara poseer un nivel de condición física suficiente para afrontar la prueba. La organización recomienda a todos los corredores realizar un reconocimiento médico y/o una prueba de esfuerzo antes de tomar la salida.

La organización declina toda responsabilidad de los daños que los participantes puedan sufrir o causar a terceros en horas anteriores o posteriores a su participación en la carrera.

ARTÍCULO 11 – Aceptación

Todos los participantes manifiestan que conocen y aceptan íntegramente el reglamento de la prueba deportiva denominada 8ª carrera y caminata Unidos por la Diabetes que se celebrará el día 22 de noviembre de 2026, reglamento que se encuentra expuesto en la página web de la Organización www.carrera.diabeteszaragoza.org

Que están físicamente bien preparados para la actividad, gozan de buena salud general, sin padecer enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse con la participación en dicha prueba. Si durante la prueba padecieran algún tipo de lesión o cualquier otra circunstancia que pudiera perjudicar gravemente su salud, lo pondrán en conocimiento de la Organización lo antes posible. Que se comprometen a cumplir las normas de seguridad establecidas por la organización, así como a mantener un comportamiento responsable que no aumente los riesgos para su integridad física o psíquica.

Seguirán las instrucciones y acatarán las decisiones que tomen los responsables de la Organización (jueces, médicos y organizadores) en temas de seguridad. Que el dorsal es personal e intransferible por lo que no podrá llevarlo otro participante o persona alguna en su lugar.

Que participan voluntariamente y bajo su propia responsabilidad en la prueba. Por consiguiente, exoneran y eximen de cualquier responsabilidad a la Organización, colaboradores, patrocinadores y cualquier otro participante, por cualquier daño físico o material y, por tanto, renuncian a interponer denuncia o demanda contra los mismos.

ARTÍCULO 12 – Protección de datos

De conformidad con lo dispuesto en la normativa vigente en materia de Protección de Datos de Carácter Personal, le informamos que el tratamiento de sus datos de carácter personal se realiza conforme a lo dispuesto en la “Hoja de inscripción” y el presente Reglamento.

Recorrido



Croquis de Ocupaciones y usos



Contacto

WEB

CARRERA.DIABETESZARAGOZA.ORG

EMAIL

CARRERA@DIABETESZARAGOZA.ORG

TELÉFONO

976 218 597

618 055 844

Organizado por

