

REGLAMENTO TÉCNICO

CROSS DE LA CONSTITUCIÓN 5K

Distrito de Villaverde · Madrid

Fecha	Sábado, 5 de diciembre de 2026
Lugar	Parque Forestal Julio Alguacil Gómez · Distrito de Villaverde
Distancia	5.000 metros
Superficie	Mínimo 80 % sobre tierra, terrizo o superficie natural
Cupo máximo	600 participantes
Cronometraje	Chip electrónico
Servicios	Camiseta, medalla finisher y avituallamiento
Inscripción	6,00 € por participante
Plazo de inscripción	Del 26 de octubre al 3 de diciembre de 2026
Recogida previa	4 de diciembre · CDM Plata y Castañar · 17:00-20:00 h
Recogida día de prueba	5 de diciembre · zona de carrera · 09:00-10:00 h
Salida	11:00 h
Entrega de premios	12:00 h

1. Objeto y finalidad

El Cross de la Constitución 5K es una carrera popular destinada a promover la práctica deportiva, la convivencia vecinal y los hábitos de vida saludables, mediante una jornada segura, inclusiva y accesible que fomente la participación ciudadana y el uso responsable de los espacios públicos del Distrito de Villaverde.

La prueba tendrá carácter popular y se desarrollará bajo los principios de seguridad, respeto, igualdad de trato, deportividad, sostenibilidad y convivencia entre participantes, público y demás personas usuarias del parque.

2. Organización

La actividad se integra en la programación deportiva del Distrito de Villaverde del Ayuntamiento de Madrid. La organización técnica asumirá la planificación, coordinación y ejecución de la prueba, incluyendo el servicio de inscripciones, control de participantes, cronometraje, señalización, avituallamiento, asistencia sanitaria, entrega de materiales y premios.

3. Fecha, lugar y duración

La prueba se celebrará el sábado 5 de diciembre de 2026 en el Parque Forestal Julio Alguacil Gómez, en el Distrito de Villaverde, Madrid.

La actividad tendrá una duración operativa aproximada de cinco horas, incluyendo montaje previo, recepción de participantes, recogida de dorsales, salida, desarrollo de la carrera, llegada, entrega de premios y desmontaje de los elementos directamente vinculados a la actividad.

4. Distancia y características generales

La carrera tendrá una distancia aproximada de 5.000 metros. El trazado se configurará como un circuito de cross predominantemente sobre superficie natural.

Como condición técnica del recorrido, un mínimo del 80 % de la distancia total deberá desarrollarse sobre caminos de tierra, terrizo o superficie natural. En consecuencia, al menos 4.000 metros del recorrido serán no asfaltados, pudiendo utilizarse superficies pavimentadas únicamente para salidas, metas, enlaces, cruces o puntos concretos necesarios para garantizar la continuidad y seguridad del circuito.

5. Recorrido

El recorrido se desarrollará en el Parque Forestal Julio Alguacil Gómez y tendrá una distancia total aproximada de 5.000 metros, aprovechando prioritariamente los caminos interiores de tierra y terrizo del parque.

La propuesta técnica se articulará mediante dos vueltas consecutivas: una primera vuelta corta de aproximadamente 1,5 km y una segunda vuelta larga de aproximadamente 3,5 km. Ambas compartirán únicamente un tramo inicial aproximado de 1 km, manteniendo en todo momento el mismo sentido de carrera. El resto de cada vuelta discurrirá por sectores diferenciados.

La vuelta corta se realizará en primer lugar con el objetivo de favorecer que el grueso de participantes haya superado el tramo común antes de que la cabeza de carrera acceda nuevamente a dicho sector para iniciar la vuelta larga. Esta solución busca reducir al máximo la coincidencia entre corredores de distinto ritmo y evitar cruces frontales o circulaciones en sentido contrario.

El punto de transición entre la vuelta corta y la vuelta larga estará reforzado mediante señalización específica, balizamiento y personal de organización. Antes de la prueba se realizará la medición y

revisión técnica definitiva del circuito para comprobar la distancia total, garantizar que al menos el 80 % del recorrido se desarrolla sobre tierra, terrizo o superficie natural y verificar la seguridad del trazado.

PLANO / IMAGEN DEL RECORRIDO

**ESPACIO RESERVADO PARA INSERTAR
LA IMAGEN / PLANO DEFINITIVO DEL CIRCUITO 5K**

**Vuelta corta: aprox. 1,5 km · Vuelta larga: aprox. 3,5 km
Tramo común: aprox. 1 km · Mínimo 80 % sobre tierra/terrizo**

El plano definitivo deberá reflejar salida, meta, sentido de carrera, bifurcación entre vueltas, puntos de control, zona sanitaria y avituallamiento.

Figura 1. Plano del recorrido (pendiente de inserción).

6. Participación y cupo

El cupo máximo será de 600 participantes. Las inscripciones se admitirán desde el lunes 26 de octubre de 2026 hasta el jueves 3 de diciembre de 2026, o hasta completar previamente las plazas disponibles.

La inscripción será personal. La cesión o cambio de titularidad del dorsal únicamente podrá realizarse con autorización previa y expresa de la organización, conforme al procedimiento que esta determine.

7. Inscripción y servicios incluidos

El precio de inscripción será de 6,00 euros por persona. El importe recaudado se destinará íntegramente al material facilitado a los corredores, conforme a las condiciones previstas para la actividad.

La inscripción incluirá, como mínimo:

- Dorsal identificativo.
- Chip electrónico de cronometraje.
- Camiseta conmemorativa de la prueba.
- Medalla finisher para quienes completen correctamente el recorrido.
- Avituallamiento de meta con agua y fruta.
- Clasificación oficial y acceso a los servicios generales de la prueba.

8. Cronometraje y control

La prueba será cronometrada mediante chip electrónico. Cada participante deberá portar correctamente durante toda la carrera el dorsal y el dispositivo de cronometraje que le hayan sido asignados.

Los dorsales son personales. No podrán cederse, venderse, intercambiarse ni utilizarse por otra persona sin autorización previa y expresa de la organización. Para figurar en la clasificación oficial será necesario tomar correctamente la salida, completar la totalidad del recorrido, pasar por los controles establecidos y cruzar la línea de meta con el dorsal y chip asignados.

Si una persona participa con el dorsal asignado a otra sin autorización de la organización, será descalificada de la prueba. Asimismo, la persona titular del dorsal cedido sin autorización quedará excluida de la participación en futuras ediciones del Cross de la Constitución. Los resultados tendrán carácter provisional hasta su revisión y validación por la organización.

9. Categorías

Se establecen cuatro categorías, con clasificación masculina y femenina:

Categoría	Edad
Jóvenes / Promesas	16 a 23 años
Absoluta	Todos las edades.
Veteranos A	40 a 49 años
Veteranos B	50 años en adelante

La edad correspondiente a cada categoría se determinará por la edad que la persona participante cumpla durante el año natural 2026.

10. Premios

Se concederán trofeos a las personas mejor clasificadas de las categorías establecidas, tanto en modalidad masculina como femenina, conforme a la relación definitiva de premios comunicada por la organización.

Los premios no serán acumulables. Cuando una misma persona pudiera tener derecho a más de un reconocimiento, se aplicará el criterio de asignación fijado por la organización, evitando la acumulación de trofeos por una misma clasificación.

11. Salida, llegada y avituallamiento

La recogida de dorsal, chip y camiseta podrá realizarse el viernes 4 de diciembre de 2026 en el CDM Plata y Castañar, en horario de 17:00 a 20:00 horas. También podrá efectuarse el día de la prueba, sábado 5 de diciembre, en la zona habilitada por la organización, de 09:00 a 10:00 horas. No se garantizará la entrega de dorsales una vez finalizado este horario.

La salida de la prueba tendrá lugar a las 11:00 horas. Las personas participantes deberán encontrarse con antelación suficiente en la zona de salida y atender las indicaciones de la organización y del servicio de megafonía. Tras cruzar la meta, deberán continuar hacia la zona de recuperación y avituallamiento, dimensionada para 600 personas y compuesta, como mínimo, por agua y fruta. La entrega de premios está prevista a las 12:00 horas.

12. Medalla y camiseta del corredor

Cada participante correctamente inscrito recibirá una camiseta conmemorativa de la prueba. La disponibilidad de tallas estará sujeta al procedimiento de solicitud y entrega establecido por la organización.

Todas las personas que completen correctamente los 5.000 metros recibirán una medalla conmemorativa de finisher en la zona de meta. Esta medalla tendrá carácter de reconocimiento a la finalización de la prueba y será independiente de los trofeos deportivos.

13. Seguridad y asistencia sanitaria

La prueba contará con servicio médico y con personal de organización distribuido estratégicamente por el circuito. Los efectivos se ubicarán especialmente en salida, meta, cruces, bifurcaciones, cambios de dirección, zonas con posible conflicto y puntos de acceso para vehículos de emergencia.

El personal sanitario y la organización podrán retirar de la prueba a cualquier participante cuando consideren que continuar puede suponer un riesgo para su salud o para la seguridad del resto.

14. Abandono y descalificaciones

Toda persona que decida abandonar la carrera deberá comunicarlo, siempre que sea posible, al personal de organización más próximo.

Podrán ser motivo de descalificación:

- No completar íntegramente el recorrido establecido.
- Acortar deliberadamente el circuito o acceder a zonas no autorizadas.
- Utilizar el dorsal o chip asignado a otra persona sin autorización expresa de la organización, o ceder el propio dorsal sin dicha autorización. En este supuesto, la persona que participe con dorsal ajeno será descalificada y la persona titular del dorsal quedará excluida de futuras ediciones del Cross de la Constitución.
- Recibir ayudas externas que supongan una ventaja deportiva.
- Incumplir de forma grave las instrucciones de la organización.
- Mantener comportamientos antideportivos o que comprometan la seguridad de terceras personas.

15. Protección del entorno

La celebración del Cross deberá ser compatible con la conservación del Parque Forestal Julio Alguacil Gómez y con su condición de espacio público. Las personas participantes deberán respetar las zonas verdes, el mobiliario y los caminos habilitados, quedando prohibido arrojar residuos fuera de los puntos establecidos o salirse voluntariamente del trazado señalizado.

La organización habilitará puntos de recogida de residuos en las zonas de salida, meta y avituallamiento y realizará una revisión final del recorrido una vez terminada la actividad.

16. Modificación, suspensión o interrupción

La organización podrá modificar el recorrido, horarios o cualquier otro elemento técnico cuando existan razones de seguridad, condiciones meteorológicas adversas, estado inadecuado del firme, emergencias, indicaciones de los servicios municipales o cualquier otra circunstancia de fuerza mayor.

Cuando las condiciones lo exijan, la prueba podrá retrasarse, interrumpirse o suspenderse, prevaleciendo siempre la seguridad de participantes, público y personal de organización.

17. Protección de datos e imagen

El tratamiento de los datos personales facilitados en la inscripción se realizará de acuerdo con la normativa vigente y con la información incluida en el correspondiente formulario. La captación y utilización de imágenes del evento se ajustará igualmente a las autorizaciones y condiciones legalmente aplicables.

18. Aceptación del reglamento

La formalización de la inscripción implica el conocimiento y aceptación del presente Reglamento Técnico. Las cuestiones no previstas expresamente serán resueltas por la organización atendiendo a criterios técnicos, de seguridad, igualdad de trato, deportividad e interés general de la prueba.

Nota técnica: el plano definitivo del recorrido se incorporará una vez realizado el replanteo y medición sobre el terreno, garantizando una distancia aproximada de 5 km y un mínimo del 80 % del trazado sobre tierra, terrizo o superficie natural.