

Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón



06 ABRIL 2025



GUIA OFICIAL



Un pequeño gesto  
y el planeta  
te hará la ola



Repara



Recompramos  
tu móvil



Elige  
Reacondicionados



Recicla

Únete al Movimiento Azul

## ¡BIENVENIDOS A VUESTRA CARRERA!

Queridos corredores, voluntarios, organizadores y amigos,  
¡Bienvenidos a esta nueva edición de la Movistar Madrid Medio Maratón y a la carrera solidaria de la Fundación Profuturo!

En nombre del club Agrupación Deportiva Marathon, organizadores del evento junto a Sport Life Ibérica y Atresmedia, quiero agradecer vuestra participación. Con vuestra asistencia contribuís a que nuestra labor, como entidad deportiva, sirva para seguir promoviendo el atletismo en todas sus categorías y niveles a través de nuestras escuelas deportivas.

Hoy no solo celebramos una carrera más, sino cada logro que hemos alcanzado hasta llegar aquí. La verdadera victoria está en el camino que nos ha traído hasta hoy, en el coraje de levantarnos cada día para entrenar, en la valentía de salir a enfrentarnos a lo desconocido y en la satisfacción de saber que dimos lo mejor de nosotros.

Hoy, cada uno de nosotros tiene una historia que contar: los entrenamientos, las horas de esfuerzo, las dudas superadas y, sobre todo, el deseo de mejorar y alcanzar nuevos horizontes. Ya sea tu primer medio maratón o una carrera más en tu corta o larga experiencia, todos compartimos la misma pasión por el desafío.

A lo largo del recorrido, cada kilómetro será una prueba de tu determinación, pero también será una oportunidad para conectar con otros corredores que, como tú, están aquí por una razón especial. La energía de esta comunidad será tu fuerza cuando las piernas se cansen y tu mente te diga que ya no puedes más. Recuerda que no estás solo; estamos todos juntos en esto.

Quiero dar las gracias a cada uno de los participantes. Sois los verdaderos protagonistas de este evento: con vuestra valentía,

disciplina y dedicación, nos inspiráis a todos. Cada paso que dais es un testimonio de esfuerzo y capacidad para superar los límites.

También quiero agradecer a todos aquellos que, con su participación o colaboración, hacen posible este evento. Familias, entrenadores y amigos que han estado a vuestro lado en cada momento de la preparación, y que, de alguna manera, también comparten el éxito de este día. Gracias a todos por ser parte de este logro y por hacer de esta experiencia algo tan especial.

Y por supuesto, quiero reconocer a los organizadores, colaboradores y voluntarios. Ellos hacen también posible que cada corredor tenga un apoyo, un aliento, una mano amiga en el camino.

Quiero agradecer al Ayuntamiento de Madrid, a la Comunidad de Madrid y al resto de las Administraciones su apoyo a la prueba con todos los medios disponibles, contribuyendo con ello a la organización de la carrera y su repercusión para nuestra ciudad.

También doy las gracias a Movistar por el patrocinio del evento, así como al resto de los colaboradores de la carrera, como Joma, que, con su compromiso y entrega, lo hacen mejor cada año.

Así que, al mirar la línea de salida, recuerda que no importa el tiempo que tardes en llegar a la meta. Lo que importa es el viaje, la dedicación y la fuerza que has puesto en cada paso. ¡Hoy celebramos el espíritu de la perseverancia, el esfuerzo y el éxito compartido!

¡Nos vemos en la meta!

**Eduardo Ajuria Fernández**

*Presidente de la Agrupación Deportiva Marathon*



## ¡NOS VEMOS EL 6 DE ABRIL EN EL ASFALTO!

Todo preparado para la gran fiesta que será, como cada año, el Movistar Madrid Medio Maratón. Falta muy poco para que llegue el 6 de abril. Las inscripciones se agotaron hace tiempo y las 24.000 personas que participarán, récord histórico, tendrán la oportunidad de disfrutar de un novedoso recorrido que nos acercará por los lugares más emblemáticos y monumentales de Madrid para disfrute de todos los corredores

Salvo imprevisto de última hora volveré a tomar la salida de esta maravillosa carrera que está marcada en nuestros calendarios, especial por muchos motivos. Madrid es mi casa y este año la carrera, además de ser una de las grandes citas deportivas del calendario, sus 21 kilómetros con casi 100 metros estarán repletos de animación y sorpresas para todos los/las participantes y también para todas aquellas personas que quieran acercarse a vivir la experiencia de correr por las calles de Madrid donde nunca falta el apoyo y el calor de todos los aficionados que cada año nos acompañan. Todos juntos disfrutaremos de las preciosas estampas del Madrid monumental, incluida la Puerta del Sol, donde toda la gente nos avitualla dándonos una dosis alta de energía a través de sus ánimos

Son muchos días y muchos kilómetros preparándonos para la competición y tan sólo queda un último esfuerzo para poder llegar en las mejores condiciones a la carrera y así poder cumplir con el objetivo fijado.

Seguro que muchos os habéis quedado con las ganas de participar porque las inscripciones “han volado” pero siempre tenéis la posibilidad, y para ello os animo, a participar en la carrera solidaria de Profuturo que se celebra en paralelo donde todo el dinero recaudado será para ayudar a niños que viven en entornos vulnerables dándoles la posibilidad de tener una educación y con ello un futuro ilusionante.

¡Ah, se me olvidaba! Recordaros que este año la salida y la meta serán en el mismo lugar, el Paseo de Recoletos. Una decisión que busca la comodidad de todos los participantes y aficionados

Preparados, listos...

Nos vemos el 6 de abril en el asfalto

**Chema Martínez.**



## MOVISTAR MADRID MEDIO MARATÓN, 21 KM PARA SOÑAR EN LA CAPITAL DE ESPAÑA

El Movistar Madrid Medio Maratón 2025 va a ser muy especial. Este domingo 6 de abril se estrena un recorrido más monumental y céntrico en el que sus 24.000 corredores, récord histórico de participación, podréis disfrutar de los lugares más emblemáticos de Madrid mientras completáis sus 21.097 metros. Además, habrá todavía más puntos de animación con música durante el recorrido con Dj's, charangas, batucadas, un espectacular coro y hasta la banda de la Policía Municipal, y se instalará un impresionante escenario con música en directo para amenizar el pistoletazo de salida y la llegada de los atletas a los metros finales.

La salida y la meta se unifican en esta edición para favorecer al máximo la comodidad de los participantes, y se sitúa en el Paseo de Recoletos, junto a plaza de Colón, facilitando también que los que corran la Carrera ProFuturo de 5km (solidaria para favorecer la educación en familias con menos recursos) compartan toda la parte final del mismo recorrido, que es donde habrá más novedades y mejoras. La espectacular salida será a las 9h15, paralela la del Movistar Madrid Medio Maratón con la de ProFuturo, con más de 26.000 corredores.

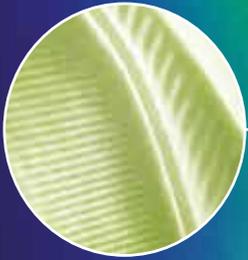
Tras el paso por plaza de Colón, la carrera transcurrirá por el Madrid más monumental y reconocido: paseo de la Castellana, el Bernabéu, plaza de Castilla, la Puerta de Alcalá, Serrano y la "milla de oro", los bulevares, Callao, Gran Vía, Cibeles... Y por primera vez en los últimos años retomará la vuelta a meta por la Puerta del Sol, la Carrera de San Jerónimo, el Congreso de los Diputados, Neptuno, el edificio de la Bolsa y, finalmente, el paseo del Prado.

La espectacularidad de la Puerta del Sol y el paso de todos los participantes deparará imágenes únicas que los 'finishers' guardarán en su memoria para siempre. De esta manera, se estrenará un circuito más céntrico incluso que los anteriores y mostrará la cara más monumental de Madrid.

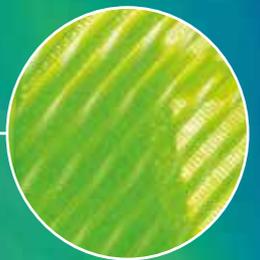
*El Movistar Madrid Medio Maratón es el medio maratón más rápido de la ciudad (con un récord de 59 minutos y 38 segundos), y ha sido distinguido con el sello "Road Race Label" de la federación internacional World Athletics, y fue nombrado por el Ayuntamiento de Madrid como "evento de interés general para la ciudad".*



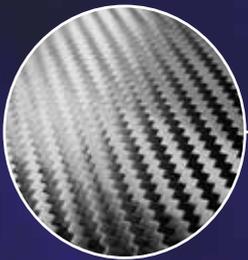
# RISE. RADIATE. REPEAT.



The **FLY REACTIVE** midsole balances cushioning and reactivity, maximizing energy return to amplify each stride.



The **VTS** system improves ventilation, keeping your feet cool and comfortable throughout any activity.



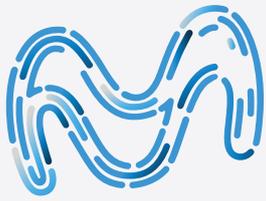
The **CARBON PLATE** ensures stability, ideal for intense training and competition, enhancing smooth transitions and optimal propulsion.



The rubber outsole with **DURABILITY** technology offers superior grip and long-lasting resistance, ensuring high performance over any distance.

**R**  
L I N E

[joma-sport.com](http://joma-sport.com)



**Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón**



**JOMA**

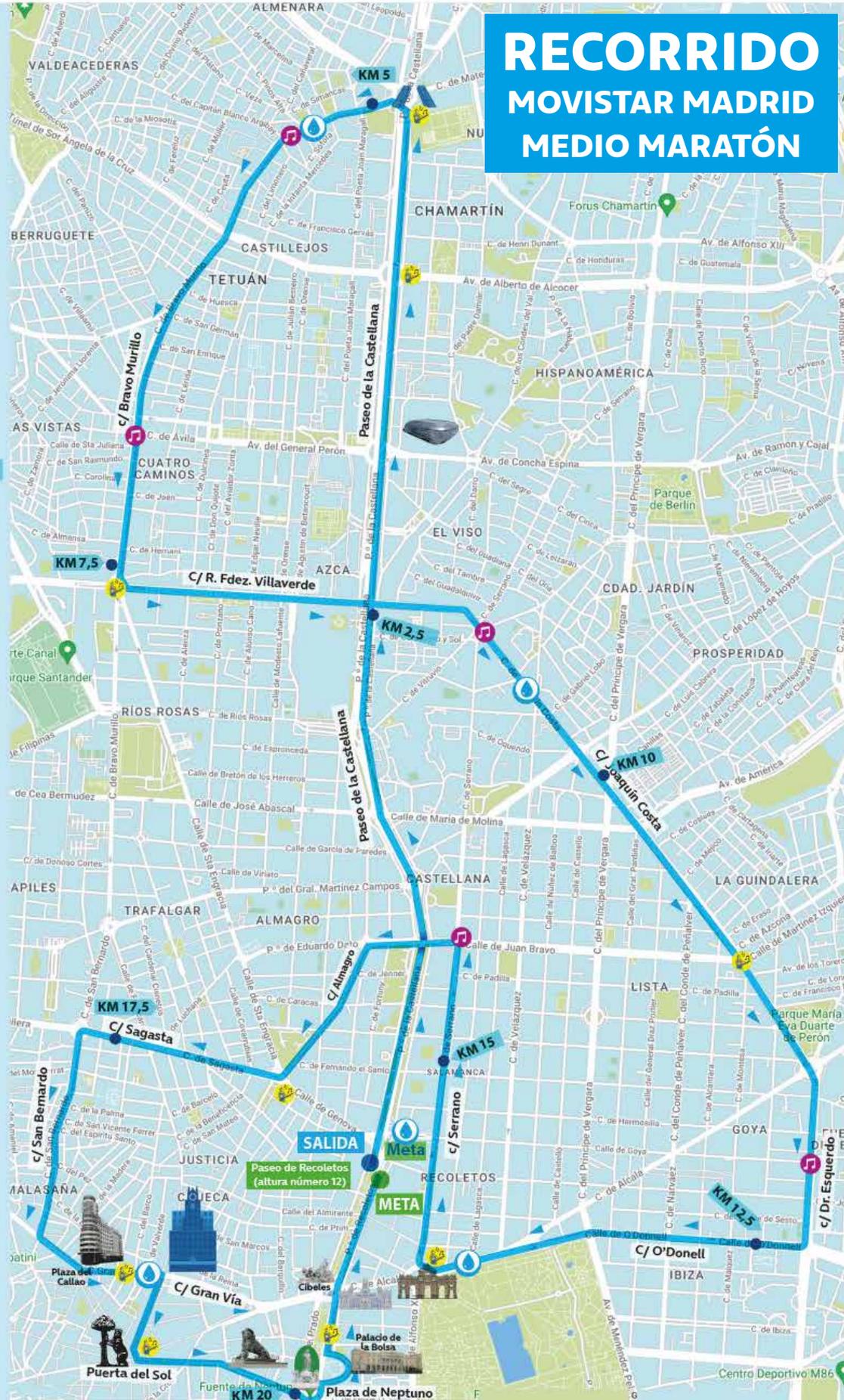
# RECORRIDO MOVISTAR MADRID MEDIO MARATÓN



**Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón**

-  **PUNTOS KILOMÉTRICOS**
-  **AVITUALLAMIENTOS**
-  **GRUPOS ANIMACIÓN**
-  **MÚSICA**

**RECORRIDO,  
ALTIMETRÍA  
Y VIARIO**



Si la vida fuera una ciudad...sería Madrid

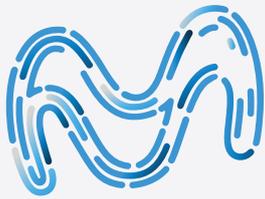


En una taberna típica de Madrid  
¿Hay algo más rico que una croqueta?

Taberna La Daniela

[esmadrid.com](http://esmadrid.com)

 MADRID

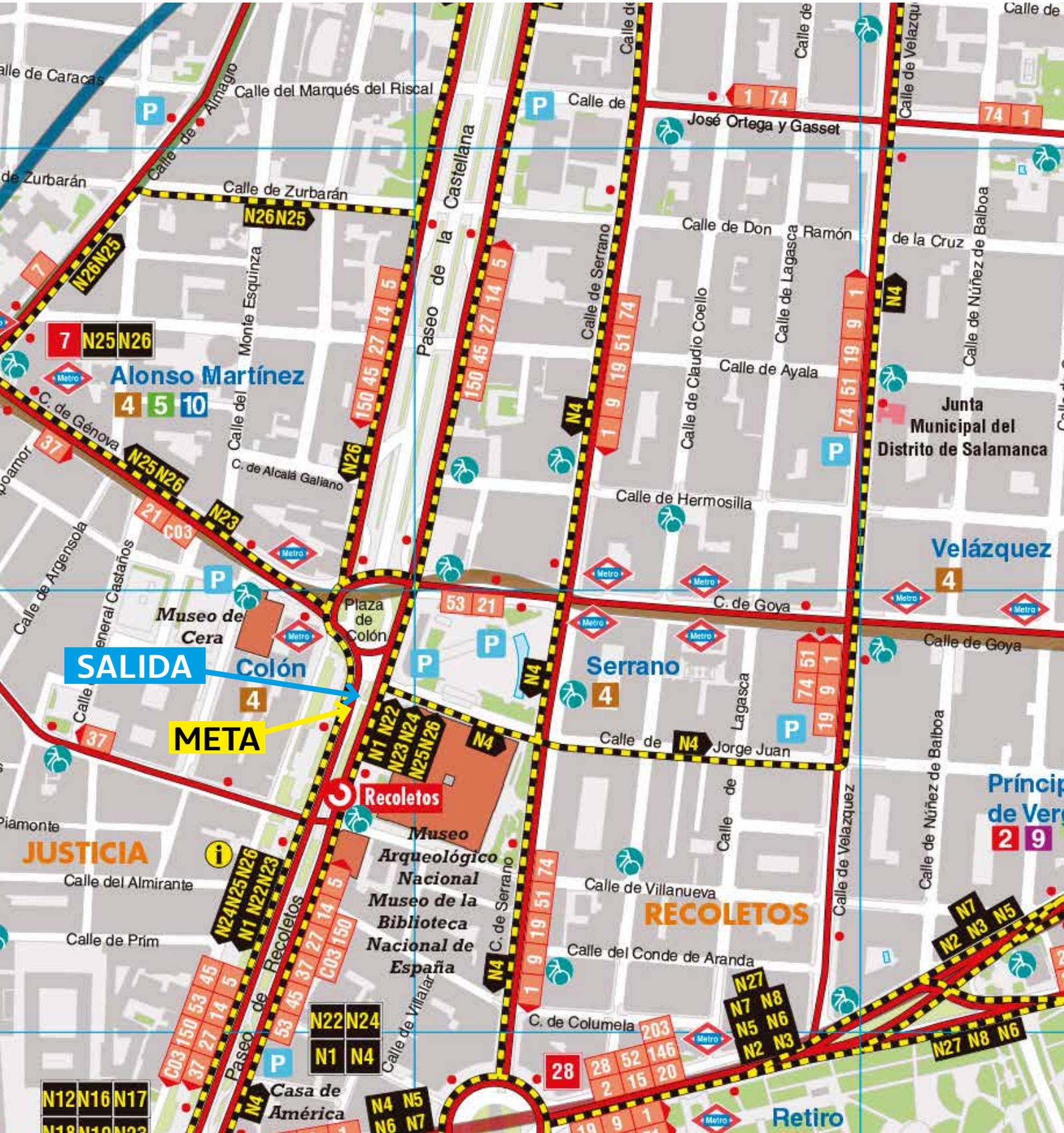


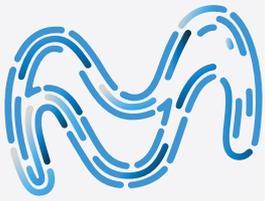
**Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón**



**JOMA**

# CÓMO LLEGAR HASTA LA ZONA DE SALIDA/META EN TRANSPORTE PÚBLICO



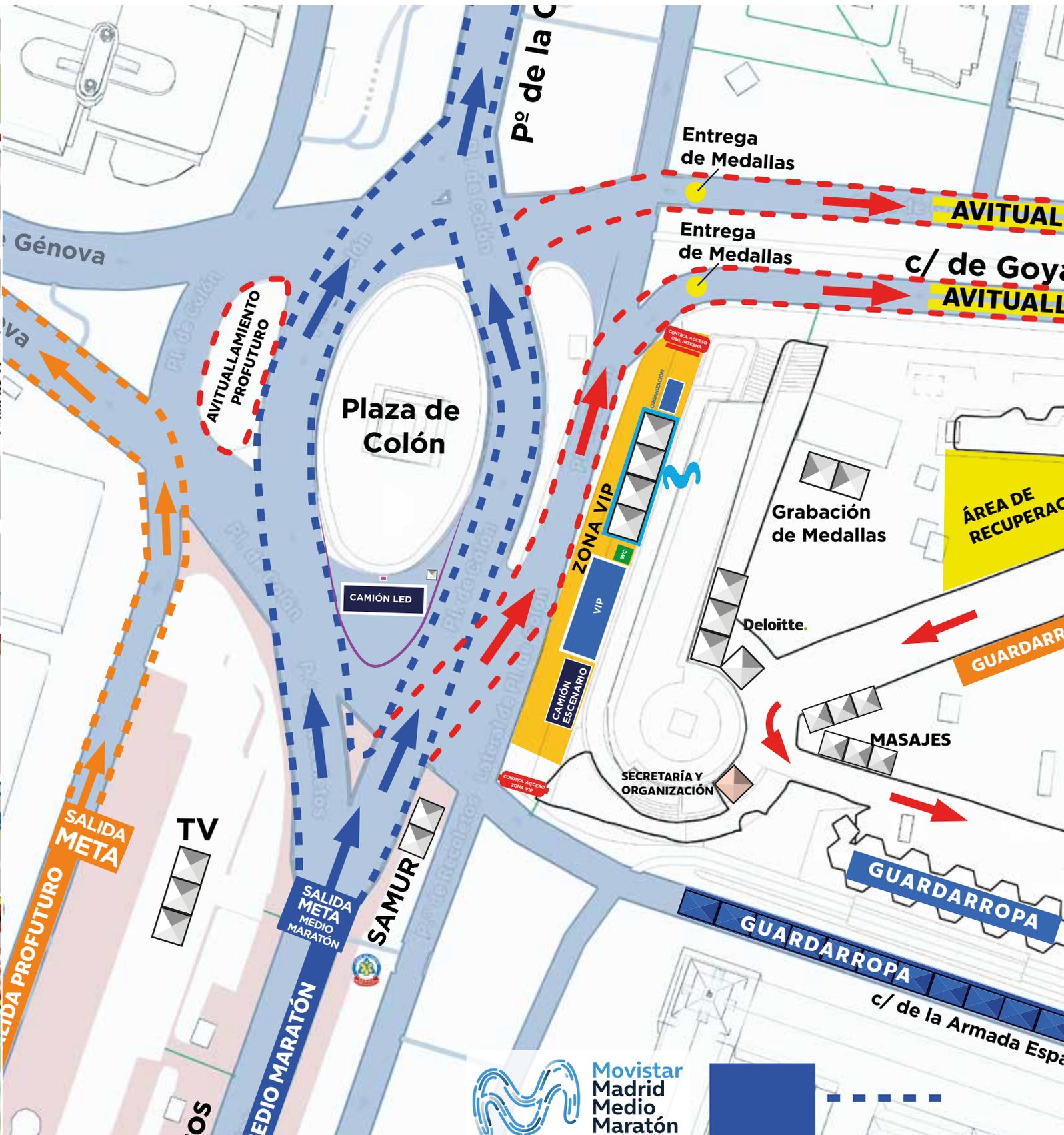


Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón



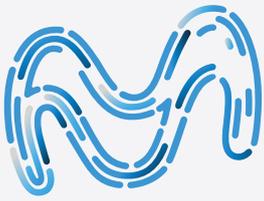
Joma

# ZONA DE SALIDA/META



Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón



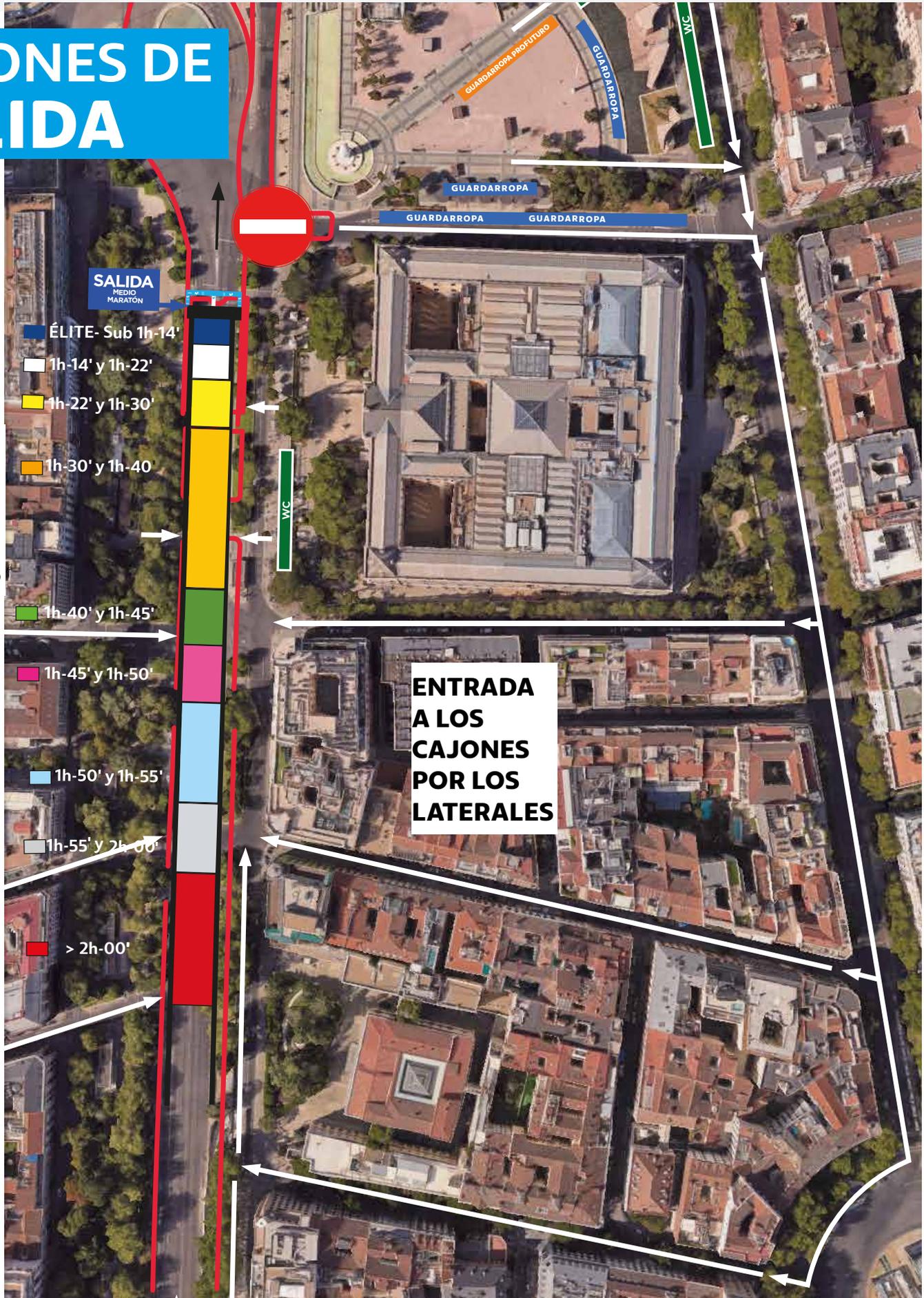


Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón



Joma

# CAJONES DE SALIDA



**ENTRADA  
A LOS  
CAJONES  
POR LOS  
LATERALES**

**ENTRADA  
A LOS  
CAJONES  
POR LOS  
LATERALES**

- ÉLITE- Sub 1h-14'
- 1h-14' y 1h-22'
- 1h-22' y 1h-30'
- 1h-30' y 1h-40'
- 1h-40' y 1h-45'
- 1h-45' y 1h-50'
- 1h-50' y 1h-55'
- 1h-55' y 2h-00'
- > 2h-00'

# ENTRENA DE FORMA BRILLANTE



**FORERUNNER® 965 | 265 SERIES**

CON UNA PANTALLA AMOLED BRILLANTE

**GARMIN.**



**Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón**



**JOMA**

# EXPO MOVISTAR MADRID MEDIO MARATÓN

**LA FERIA DEL CORREDOR EN DISTRITO TELEFÓNICA. ZONA DE LA RONDA, AVDA. RONDA DE LA COMUNICACIÓN, S/N, EDIFICIO SERVICIOS, PLANTA 1, MADRID**

*Jueves 3 de abril de 14:00 h a 20:00 h y viernes 4 y sábado 5 de abril de 10:00 h a 20:00*

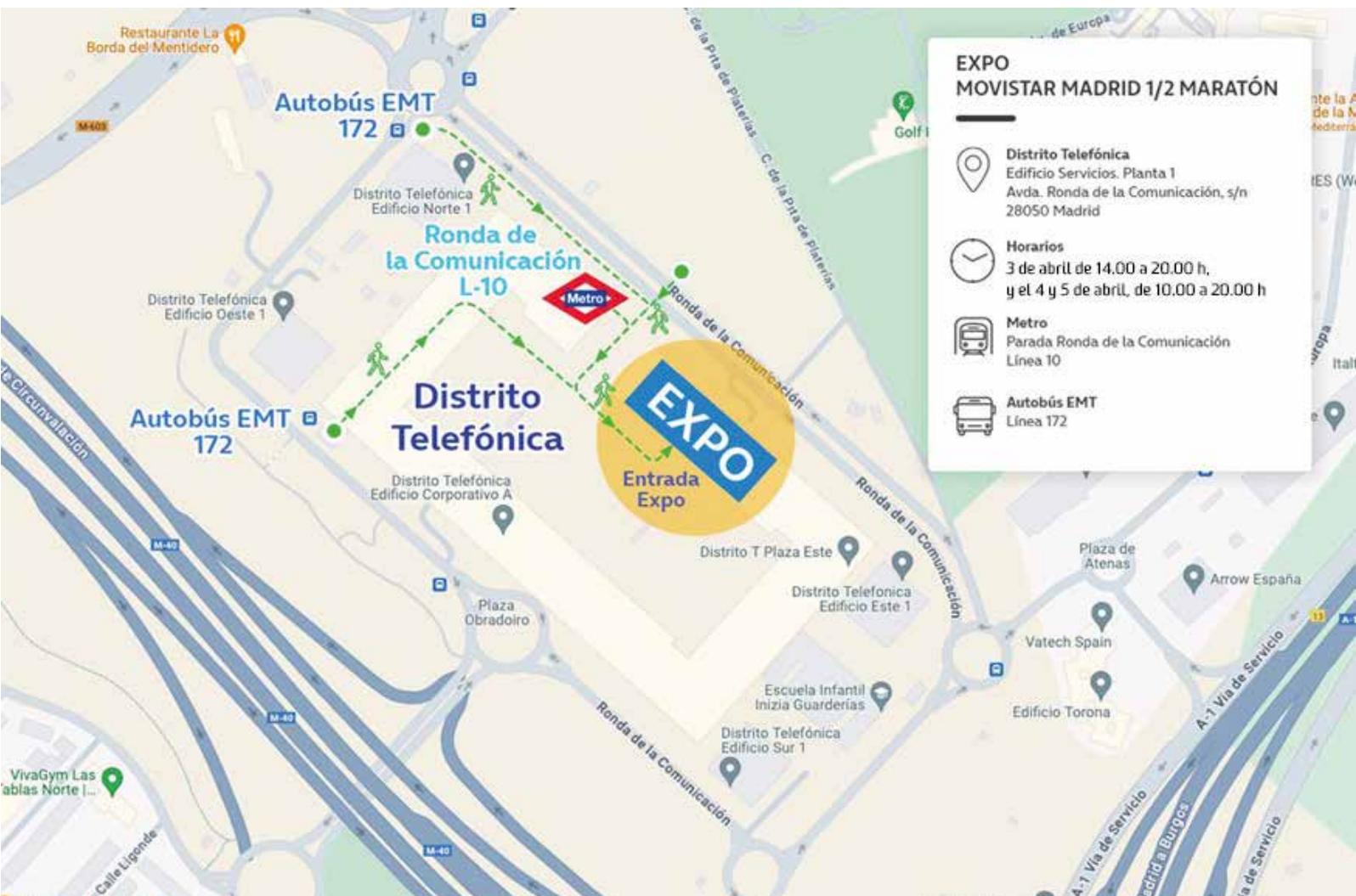
La Expo Movistar Madrid Medio Maratón es la primera toma de contacto de participantes, acompañantes, deportistas y público en general con la carrera y el lugar donde se celebran diversas actividades paralelas al Movistar Madrid Medio Maratón y la Carrera ProFuturo, organizadas por los diferentes Sponsors de la carrera y la Organización. El acceso es gratuito y de paso obligado para los participantes, que deberán recoger aquí su dorsal, camiseta y bolsa del corredor.

La Expo se encuentra ubicada en el Edificio de Servicios de Dis-

trito Telefónica, en la primera planta, a escasos 300 metros de la estación Ronda de la Comunicación de la línea 10 de Metro. A esto se une la línea de la EMT 172, con parada en las propias instalaciones de Telefónica. Además, junto a la feria existe un parking con gran número de plazas, gratuito, para dejar el coche.

El acceso a la Expo se realiza por las escaleras existentes frente a la boca de Metro, para a continuación girar a la izquierda y andar unos 50 m hasta llegar a la entrada.

## ACCESOS Y TRANSPORTE A LA FERIA DEL CORREDOR



# ENERGY ProDetox



Nutrición  
Científica  
Barcelona

## EL IMPULSO QUE NECESITAS

¿Notas que tu recuperación es más lenta de lo que debería?

¿Te sientes agotado después de entrenar?

**Recuperarte rápido** es clave para mejorar tu rendimiento.

**¿Estás dando a tu cuerpo lo que realmente necesita?**

Cada entrenamiento y desafío físico exige lo mejor de ti.

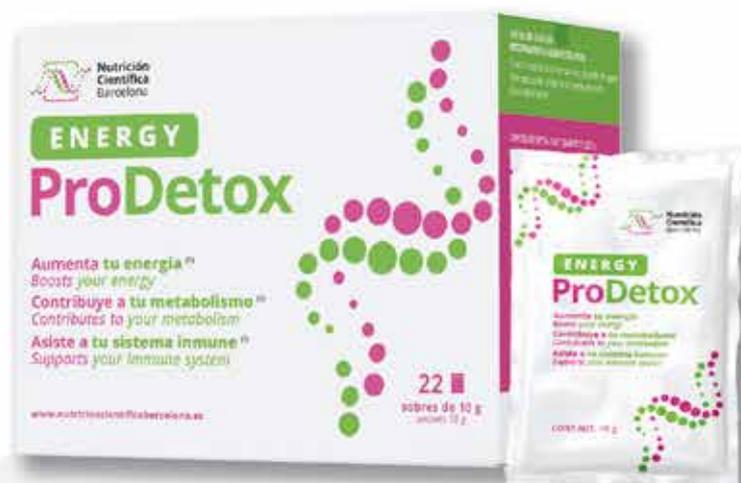
**EnergyProDetox** es el complemento perfecto para quienes buscan potenciar su vitalidad, reducir la fatiga y favorecer una recuperación muscular rápida y efectiva.

SIENTE LA DIFERENCIA CON **ENERGYPRODETOX**

Nuestra fórmula avanzada, combina ingredientes clave para ayudarte a:

- ✓ Recuperarte más rápido después de cada entrenamiento.
- ✓ Eliminar tóxicos acumulados por el esfuerzo físico.
- ✓ Reducir el cansancio y mejorar tu resistencia.
- ✓ Apoyar el metabolismo celular para un rendimiento óptimo.

**Pruébalo hoy y experimenta la diferencia en tu próximo entrenamiento.**



**Menos fatiga.  
Más kilómetros.  
Mejor rendimiento.**

Si eres un deportista exigente o una persona activa que cuida su bienestar, **EnergyProDetox** es tu mejor aliado para rendir al máximo en cada desafío.



# DEL ASFALTO AL SKYLINE: ¡celebra tu maratón en lo más alto!

Terminas la carrera pero la verdadera meta está en

## EL CIELO DE MONTERA

**2x1**

en cosumiciones para finishers

**Baño de hielo**

para una recuperación premium

**DJ en Vivo**

para mantener el ritmo

Hotel Montera Madrid,  
Curio Collection by Hilton  
C. de la Montera, 47

Oferta disponible:  
06/04 y 27/04

TU PELO TAMBIÉN  
MERECE LLEGAR  
A LA META.  
¡RECUPÉRALO!

TRASPLANTE CAPILAR  
— LIVET ADVANCED —

DESDE **97€/MES**

Con una entrada de 1700€, precio total **3899€**

**SIN LÍMITE DE UNIDADES FOLICULARES.**  
**4 REVISIONES POSTRATAMIENTO INCLUIDAS.**  
**SERVICIO POSTCIRUGÍA GRATUITO PARA**  
**MEJORAR EL RESULTADO.**  
**INCLUYE 1 SESIÓN PRP O TERAPIA**  
**FOTOBIODINÁMICA.**

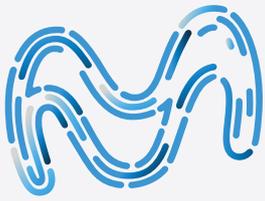
**ESCANEA EL CÓDIGO QR E INFÓRMATE.**

El Dr. José Manuel Gómez Villar es licenciado en medicina, cirujano y experto en trasplante capilar especializado en una de las técnicas más avanzadas del momento: la técnica FUE. Contáctanos y te informamos sin compromiso.

CALLE DE VELÁZQUEZ, 146 MADRID | 915 35 76 12 | LIVET.ES

Livet





**Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón**



**Joma**

## ¡CONSIGUE TU POSTER PERSONALIZADO DEL MOVISTAR MADRID MEDIO MARATÓN 2025!

Te ofrecemos la oportunidad de tener un recuerdo muy especial de tu participación el 6 de abril de tu participación en el Movistar Madrid Medio Maratón. Podrás recibir en tu casa este póster enmarcado personalizado con tu nombre y la marca con la que completes los 21'097 km en el asfalto de la capital de España.

Lo podrás tener en dos tamaños: 30 x 40 cm (25 €) y en tamaño 50 x 70 (30 €). ¡Sólo cinco días después de pedirlo lo tienes en tu casa!

Podrás comprarlo aquí <https://shop.finishers.com/en>

## GET YOUR PERSONALIZED POSTER FROM THE MOVISTAR MADRID HALF MARATHON 2025!

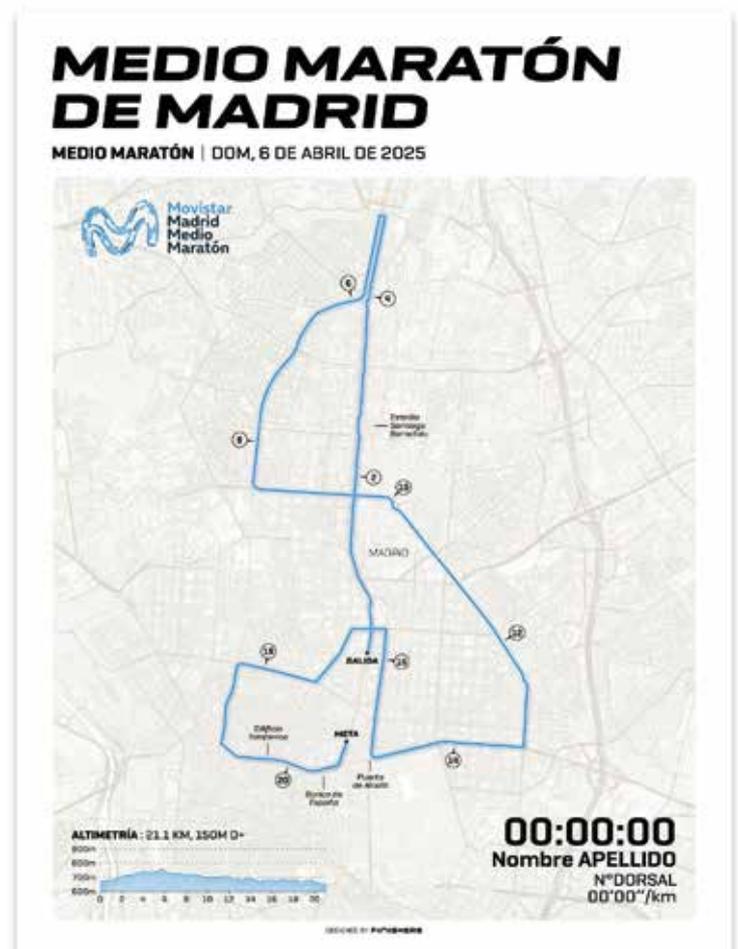
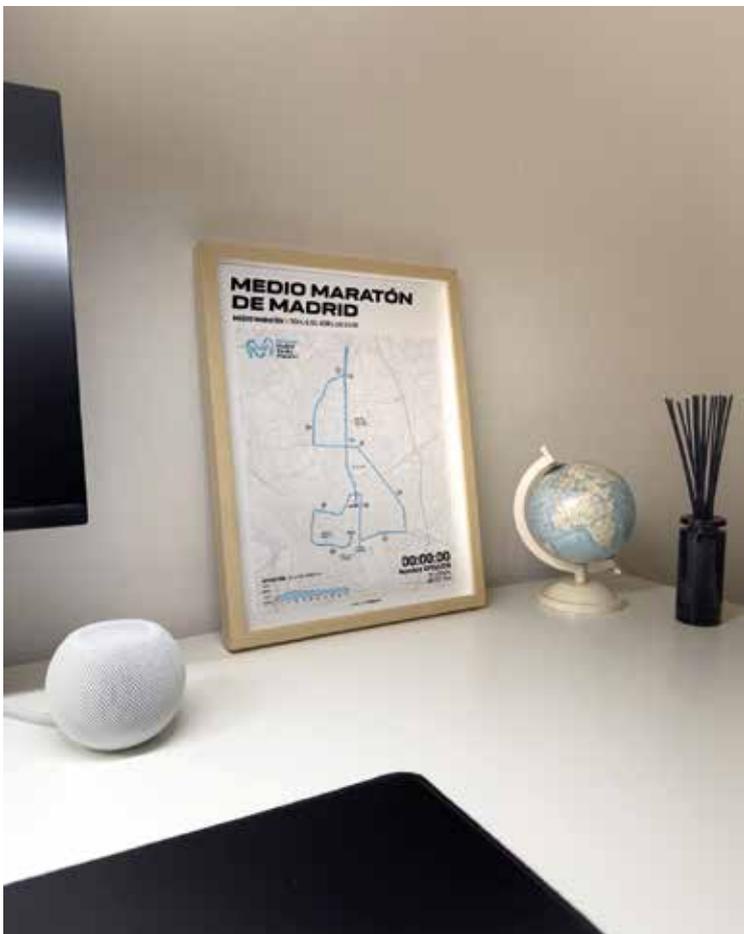
We offer you the chance to have a very special keepsake from your participation in the Movistar Madrid Half Marathon on April 6. You can receive this framed poster at home, personalized with your name and the time you achieve over the 21.097 km on the streets of Spain's capital.

Available in two sizes:

- 30 x 40 cm (€25)
- 50 x 70 cm (€30)

You'll have it at home just five days after ordering!

Order yours here: <https://shop.finishers.com/en>





## Un año más somos el avituallamiento oficial del Movistar Madrid Medio Maratón.

### Alimentando el Futuro:

Un proyecto para promover un estilo de vida saludable.

Ahorramas mantiene un fuerte vínculo con el deporte con cuyos valores, tales como trabajo en equipo, esfuerzo, compromiso, inclusión, se identifica.

Asimismo, es el compañero idóneo para el deportista proporcionándole una alimentación saludable.

El proyecto 'Alimentando el Futuro', lanzado recientemente por la compañía, promueve un estilo de vida saludable reforzando su vinculación con el deporte a través de patrocinios como el de Movistar Madrid Medio Maratón, entre otras muchas carreras. Esta iniciativa quiere fomentar una alimentación sana y coherente en combinación con la práctica deportiva.

**AHORRAMas**



VEGANO



SIN ALÉRGENOS



# Tu dosis **para entrenar mejor**



# Vitaldin

## Sport

Energía rápida y sostenida para cada momento del entrenamiento. Gracias a su fórmula **ready to go**, no necesitan agua y ofrecen una perfecta digestión. Con un delicioso **sabor a base de zumo de frutas**. Además, cuentan con el **respaldo científico y nutracéutico** de Boston Nutraceutical Science, garantizando la máxima calidad e innovación.

**CON Y SIN CAFEÍNA**

Con la garantía:

**BNS**  
BOSTON NUTRACEUTICAL SCIENCE



[vitaldin.com](http://vitaldin.com)

# AGRUPACIÓN DEPORTIVA MARATHON: UNA PASIÓN QUE TRASCIENDE EL ATLETISMO

## Más de 60 años impulsando el atletismo en España

**H**ablar de atletismo en España es hablar de la Agrupación Deportiva Marathon (A.D. Marathon). Con más de seis décadas de historia, este club madrileño se ha consolidado como una de las entidades más influyentes del panorama nacional, gracias a su compromiso con la formación, el alto rendimiento y la organización de eventos de gran calibre, como el Movistar Madrid Medio Maratón.

Hoy, A.D. Marathon cuenta con más de 700 socios, de los cuales 300 son atletas en formación, una cifra que evidencia la solidez del proyecto y su apuesta por el futuro del atletismo.

### Escuelas de atletismo: la base de un proyecto ganador

Desde su fundación, la cantera ha sido el pilar fundamental del club. Sus Escuelas de Atletismo en Vallehermoso, Orcasitas y Vicálvaro ofrecen un entorno ideal para que los más pequeños descubran y desarrollen su talento en uno de los deportes más completos.

Divididos por edades, los niños y niñas comienzan su andadura en el atletismo de forma lúdica, fomentando hábitos saludables y un estilo de vida activo. Con el tiempo, el enfoque se torna más competitivo, guiando a los atletas hasta la categoría sénior bajo la tutela de 19 entrenadores altamente cualificados.

El prestigio de A.D. Marathon no solo se mide en títulos y medallas, sino en el impacto que ha tenido en miles de corredores que han hecho del atletismo una parte esencial de sus vidas. Por sus filas han pasado campeones de España, atletas internacionales y olímpicos, pero también corredores populares que encuentran en el club una comunidad para disfrutar del deporte.

### Atletismo para todas las edades y niveles

El atletismo no tiene edad, y A.D. Marathon es el mejor ejemplo

de ello. Su estructura no solo está diseñada para formar a futuras promesas, sino también para acompañar a corredores de todas las edades y niveles en su camino deportivo.

Para ello, el club dispone de una amplia red de grupos de entrenamiento en parques y pistas de Madrid, donde cualquier persona, sin importar su experiencia, puede iniciarse o mejorar su rendimiento en el running. Algunos de estos grupos están dirigidos por atletas de renombre, como Pablo Villalobos, doble campeón de España de maratón y referente en el atletismo nacional.

Además, el club cuenta con un equipo máster que compite en pista, cross y ruta al más alto nivel dentro de la categoría veterana, demostrando que el espíritu competitivo no entiende de límites de edad.

### Más que un club: organizadores de grandes eventos

El impacto de A.D. Marathon en el atletismo español va más allá de la formación y la competición. Su experiencia en la organización de eventos deportivos ha sido clave en el crecimiento de pruebas de gran prestigio, siendo el Movistar Madrid Medio Maratón su mayor exponente.

Esta prueba, nacida en 1989 como el 20K Villa de Madrid, se ha convertido en uno de los medios maratones más importantes de Europa, atrayendo a miles de corredores cada año a las calles de la capital.

Pero su labor organizativa no se detiene ahí. A.D. Marathon también impulsa pruebas de cross, campeonatos en pista, competiciones de ciclismo y eventos corporativos, consolidándose como un club global del atletismo único en España.

Un legado construido con pasión, compromiso y una visión de futuro que sigue marcando el ritmo del atletismo nacional.





# VINMAR

REHABILITACIONES

**TODO TIPO DE TRABAJOS  
PARA COMUNIDADES DE PROPIETARIOS**

**PREGUNTA SIN COMPROMISO!!!**

Teléfono gratuito: **900 907 021**

**FINANCIACIÓN A COMUNIDADES DE PROPIETARIOS HASTA 10 AÑOS  
MEDIANTE PRESTAMO APROBADO  
FINANCIACIÓN DIRECTA MEDIANTE PAGARES HASTA 60 MESES O MÁS  
DESDE UNA GOTERA, HASTA LA OBRA MAS COMPLEJA (ESTRUCTURAS,  
ASCENSORES, FACHADAS, PATIOS, CUBIERTAS, URALITAS, TEJADOS,  
IMPERMEABILIZACIONES, FONTANERÍA, ELECTRICIDAD, SATE, ITE, IEE Y  
OTROS MUCHOS SERVICIOS**



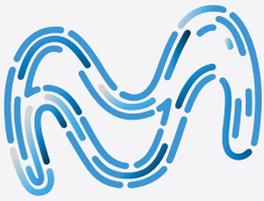
C/ Toledo, 15  
GETAFE  
info@vinmar.es



## CUADRO DE HONOR



AÑO	HOMBRES	TIEMPO	MUJERES	TIEMPO	
2001	Abel Chimukoko (ZIM)	01:03:32	Jane Salumae (EST)	01:13:20	
2002	Samuel Kimayo (KEN)	01:03:25	María Ruiz (ESP)	01:17:49	
2003	Cuthbert Nyzvango (ZIM)	01:02:40	Tina María Ramos	01:15:09	
2004	Abdelhadi El Mouaziz (MAR)	01:02:42	Lea Kiprono (KEN)	01:14:52	
2005	Edwin Kibet (KEN)	01:03:15	Muliye Lemma (ETH)	01:14:38	
2006	Shadrack Kiplagat (KEN)	01:02:31	Anne Kosgei (KEN)	01:13:23	
2007	Francis Komu (KEN)	01:04:13	Ana Burgos (ESP)	01:15:24	
2008	Eric Kibet (KEN)	01:04:33	Mercy Cheburet (KEN)	01:15:28	
2009	Kabtamu Reta (ETH)	01:03:33	Aseffa Aselefelch (ETH)	01:13:46	
2010	Allan Ndiwa (KEN)	01:04:15	Soud Kambuchia (MAR)	01:12:55	
2011	Enock Kipchirchir (KEN)	01:02:42	Frehiwat Goshu (ETH)	01:13:25	
2012	Eliud Kipserem (KEN)	01:02:07	Jane Mwikali (KEN)	01:13:16	
2013	Haile Mengesha (ETH)	01:02:57	Meseret Kitata (ETH)	01:11:31	
2014	Peter Emase (KEN)	01:02:00	Cynthia Jerotich (KEN)	01:09:40	
2015	Cherop Kapcheromit (UGA)	01:02:30	Linah Cheruto (KEN)	01:10:43	
2016	Morris Gachaga (KEN)	01:02:40	Poline Wanjikn (KEN)	01:12:39	
2017	Moises Kibet (KEN)	01:01:54	Joy Kemuna Loyce (KEN)	01:10:27	
2018	Ezrah Kiprotich Sang (KEN)	01:02:37	Naomi Jebet (KEN)	01:09:56	
2019	Kipremoi Kiprono (ETH)	01:01:47	Tigist Teshome Ayanu (ETH)	01:10:08	
<b>RÉCORD</b>	2021	Ronald Kiprotich (KEN)	<b>59:38</b>	Nelly Jepchumba (KEN)	01:07:46
	2022	Vincent Kipkemoi Ngetich (KEN)	01:01:05	Winfridah Mora Moseti (KEN)	<b>01:07:22</b> <b>RÉCORD</b>
	2023	Hillary Kipkoeh (KEN)	59:56	Zewditu Aderaw Gelaw (ETH)	01:07:37
	2024	Mike Kipkoir (Kenia)	01:01:07	Aberash Shilima Kebeda (Etiopía)	01:08:37



**Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón**



**Joma**

## **YAGO ROJO, LA GRAN ESPERANZA ESPAÑOLA EN EL MOVISTAR MADRID MEDIO MARATÓN**

**Yago Rojo** empieza contándonos empezó a correr “en mi barrio, en Aluche. Yo jugaba al fútbol pero hicieron una carrera en el Instituto cuando yo estaba en 2º de la ESO, y quedé segundo, sólo por detrás de uno que tenía 18 años. Mi padre me dijo que como era un paquete al fútbol porque no me dedicaba mejor al atletismo...”.

Yago hizo caso a su padre y fue olímpico en maratón en París 2024 tras ganarse la plaza en la selección española en el Maratón de Valencia corriendo en 2h 07' 47". Llegó en un gran momento de forma al Movistar Madrid Medio Maratón tras ser quinto en el Medio Maratón de Paris (1h 01'59 ).

**Sobre los consejos para un maratoniano popular, Yago destaca** que “las circunstancias personales cambian mucho los planes de entrenamiento. Hay que pensar por ejemplo en un pescadero o un panadero que se levanten a las cuatro de la mañana cada día o una persona que tenga turnos, o alguien que trabaje de pie 10 horas en una tienda. Mi recomendación si estáis preparando un maratón es entrenar 4 días por semana para tener días de descanso para asimilar bien los entrenamientos y estar entre los 60/70 km semanales.”

**El corredor madrileño nos destaca la importancia de trabajar la fuerza.** “Sé que a los corredores nos cuesta concienciarnos de que hay más cosas que correr para mejorar, pero trabajar la fuerza es imprescindible si quieres disfrutar y no sufrir el maratón. Nos damos contra el muro muchas veces porque estamos agotados muscularmente; cardiovascularmente vas bien, pero ya no tienes fuerza en tus músculos. Yo trabajo dos días a la semana la fuerza en el gimnasio, los lunes y los miércoles, pero además hacemos muchísimas cuestas de todas las distancias (desde explosivas de 100 ó 200 metros hasta algunas de 1 km que subimos a 3'30"). Para que os hagáis una idea de la importancia que da mi entrenador a las cuestas, de 55 semanas que tiene el año, en 30 o más tenemos cuestas en el plan”.

**Respecto a las últimas horas antes del maratón,** Yago nos cuenta su cena y su desayuno. “La cena todo muy limpio, sin nada de salsas. Mi plato fetiche pre-maratón es arroz con aceite de oliva y atún. Aunque no sea intolerante al gluten, prefiero el arroz a la pasta. El desayuno en Valencia, con la salida a las 8.15, lo hice a las 5 de la mañana (estaba en la puerta esperando a que abrieran el restaurante del hotel) y tomé un par de tostadas con aceite oliva y pavo, un café cortado y un plátano”. Respecto a los geles, “hay que tener en cuenta que nosotros tenemos nuestro avituallamiento personalizado en cada punto. Yo tengo un bidón con sub 9 race de 226 que me aporta carbohidratos. Geles en carrera en Valencia tomé dos, uno el Km 15 y otro de cafeína en el Km 25”.



Comunidad de Madrid,

# LA CASA DEL DEPORTE



Comunidad  
de Madrid

## ¡LLÉVATE TU VÍDEO NADA MÁS CRUZAR LA META GRACIAS A MOVISTAR!

Una vez finalizada la carrera, Movistar facilitará a todos los participantes del Movistar Madrid Medio Maratón, un vídeo personalizado de su carrera.

Este video incluirá imágenes captadas en distintos puntos significativos del recorrido: al pasar por el emblemático Edificio Telefónica en Gran Vía (km 20), justo antes de cruzar la línea de meta, y en el instante más conmovedor y emocionante al finalizar la carrera.

Los vídeos estarán disponibles para ser visualizados y descargados de manera gratuita inmediatamente después de la carrera, ofreciendo así un servicio innovador y exclusivo.

Así que...

¡No olvidéis sonreír a las cámaras!



## CARRERAS INFANTILES PROFUTURO: LA CANTERA DE LOS FUTUROS MEDIO-MARATONIANOS

El próximo sábado 5 de abril, en el Distrito Telefónica de Madrid, se llevará a cabo un evento muy especial: las Carreras Infantiles ProFuturo. Estas carreras, que forman parte de las actividades previas al Movistar Madrid Medio Maratón y a la Carrera ProFuturo, serán de nuevo una experiencia inolvidable para niños y niñas desde 1 a 12 años.

La Carrera ProFuturo nació en el año 2016 con un objetivo claro: correr por la educación. Desde entonces, anualmente hemos salido a las calles de Madrid para celebrar una jornada llena de deporte y compromiso enfocada en contribuir al programa educativo ProFuturo, con el fin de seguir acercando el poder

transformador de la educación, la innovación y la tecnología a los niños y niñas en cualquier rincón del planeta. La Carrera ProFuturo, en la que pueden participar los mayores de 14 años, se celebrará el domingo 6 de abril en el centro de Madrid.

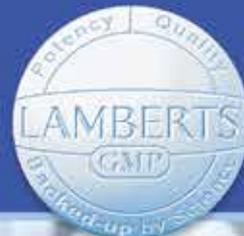
Como gran prólogo, las Carreras Infantiles ProFuturo tendrán lugar en Distrito Telefónica a partir de las 17:00h. del sábado 5 de abril. Los pequeños corredores tendrán la oportunidad de unirse a diferentes pruebas con distancias adaptadas a su edad. La inscripción tiene un coste simbólico de 1 €. Las carreras no son competitivas y todos los niños recibirán la misma medalla para premiar su participación.





# LAMBERTS®

## EL RANGO PROFESIONAL



# RENDIMIENTO DEPORTIVO

El cuidado del bienestar humano es la base de nuestra filosofía



Desde 1989 en España • más de 200 complementos alimenticios para la Óptima Nutrición • usted es nuestra razón de ser

Lamberts Española SL - Corazón de María 3, 28002, Madrid • 91 415 04 97 • E-mail: info@lambertsespanola.es • Web: www.lamberts.es

Desde 1989 - Complementos Alimenticios para una Óptima Nutrición, fabricados en UK bajo Normas GMP - De venta en establecimientos acreditados de toda España



## DISEÑO Y CALIDAD PARA **TU CLUB**

Diseñamos, fabricamos y distribuimos ropa técnica de alta calidad, pensada para el máximo rendimiento.

- Diseño exclusivo
- Fabricación y distribución multimarca
- Personalización total para tu equipo

Contacta con nosotros y juntos crearemos la equipación que necesitas

Info@equipacionespanda.com · Tel. 666 624 676  
[www.equipacionespanda.com](http://www.equipacionespanda.com)



¡Corre con seguridad y eficiencia!  
Tu podólogo@, tu Aliad@ en la Maratón!

Prevenir lesiones es tan importante como entrenar. Un estudio biomecánico de la pisada realizado por un podólogo@ puede marcar la diferencia entre una carrera sin molestias y una temporada llena de dolor.

En el Ilustre Colegio Profesional de Podología de la Comunidad de Madrid, queremos que llegues a la meta con tu mejor rendimiento y sin lesiones. Cuidar tus pies es cuidar tu éxito. Antes de correr, visita a tu especialista de los pies. Visita a tu podolog@

↑ Más información en [www.icopoma.es](http://www.icopoma.es)



## PLANES ONLINE PERSONALIZADOS

Para 10K, ½ y Maratón.

**BORJA PÉREZ BATET**

[www.born2run.es](http://www.born2run.es)  
[borja@born2run.es](mailto:borja@born2run.es)



Corre **MÁS RÁPIDO**. Llega **MÁS LEJOS**

Las mezclas más sorprendentes



[WWW.TCOMPANYSHOP.COM](http://WWW.TCOMPANYSHOP.COM)





# EL MEJOR PLANAZO EN MADRID

EVENTOS · AFTERWORKS · CUMPLEAÑOS

Estación de Chamartín (planta alta) 28036 Madrid  
+34 913 15 71 19 | www.bowlingchamartin.com

## PROMO MEDIA MARATÓN MADRID

De lunes a jueves



1 PARTIDA



1 BEBIDA



ZAPATOS

PARA DOS PERSONAS

7€\*  
/persona



Escanea el código QR y canjea tu promoción. \* Sujeto a condiciones

# Alltricks.es

CICLISMO | RUNNING | OUTDOOR

## ¡Supera tus límites con Alltricks!

Corre, participa y gana un Running Pack\*



Participar es muy fácil: Escanea el QR code y rellena el formulario



PAGOS SEGUROS



GARANTÍA DEL MEJOR PRECIO



ENTREGA GRATIS A PARTIR DE 100€



EXPERTOS A TU DISPOSICIÓN



PAGO EN 3, 4, 6, 10 PLAZOS x10

La resolución del sorteo tendrá lugar el 16 de abril de 2025. Nos pondremos en contacto con el ganador a través del correo electrónico registrado en el formulario "Running Pack". Los zapaticos de running Adidas Adizero Adios Pro 4 y una bolsa de agua Evoc hydration Bladder 3L. AVANS, SAS con un capital de 166.054 €, RCS Chartres 484 395 620, 7 rue de la Forêt aux Carreaux - 36200 Châteauneuf. No tirar a la puzélica.

SOYCORREDOR.ES

# CORREDOR



**SEVILLA**  
1985-2025

ISSN 1134-3662  
1134-3662  
4,95 €

MARZO-ABRIL 2025

**LA REVISTA PARA TODOS  
LOS QUE AMAN CORRER**

# X SIBUYA

URBANSUSHIBAR



CHUECA

CALLE ORENSE

CALLE IBIZA

PADRE DAMIÁN

SANTA ENGRACIA

CC CALEIDO

CC ARTURO SORIA

LAS ROZAS

CC X-MADRID

ALCALÁ DE HENARES

POZUELO DE ALARCÓN



Clínica Sánchez Doblado  
ESPECIALISTAS EN PODOLOGÍA DEPORTIVA

Cada vez en mayor medida y con mayor frecuencia nuestros pacientes son deportistas a todo tipo de niveles. La elección de estos por nuestro centro se basa en el cuidado y la prevención, a veces no solo relacionado con la actividad deportiva que realizan, ni a causa de una lesión. Vienen a cuidarse como una cuestión de bienestar y salud.

**"Ellos mismos quieren conocerse para poder mejorar".**

La reacción del deportista tras una lesión es conocer la causa o el origen de la misma, quieren saber cómo su cuerpo puede cambiar positivamente, así como incrementar su nivel de rendimiento o responder a una nueva actividad deportiva.

Nuestro trato con corredores es diario, participando y colaborando con diversos clubs de running y con corredores a nivel individual. Este trato nos hace poder acercarnos más a su forma de pensar y entender las metas que se proponen.

Hace unos días lloraba un corredor en la clínica al que intentamos consolar. Y haremos lo posible para que vuelva a correr.

Nuestra capacidad para tratar a corredores parte de nuestra formación, seriedad y empeño. También está relacionada con que parte de nuestro equipo de profesionales tiene o ha tenido relación con el running en su vida personal, así como en otras diferentes disciplinas deportivas.

Desde nuestro *"Contigo a cada paso"*, te esperamos en nuestro centro.



Calle de Ayala 92, local - Madrid  
918 324 081 / 653 924 828  
www.sanchezdoblado.es





Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón



Joma

## APP OFICIAL

# DEL MOVISTAR MADRID MEDIO MARATON

Todos los corredores participantes en el Movistar Madrid Medio Maratón y sus acompañantes, familiares y amigos podrán descargarse y disfrutar de la App Oficial del Movistar Madrid Medio Maratón, disponible de manera gratuita en la App Store y en Google Play, para no perderse ni un detalle del evento y estar informado en todo momento de lo más importante que acontece en torno a la carrera.

Si eres participante, te permite retransmitir tu posición durante la carrera y que puedas ser seguido por amigos y familiares.

Recuerda que para retransmitir tu posición debes correr con el móvil y la app oficial configurada correctamente.

Y si no eres participante, podrás seguir a los corredores en tiempo real y consultar su tiempo por los puntos de paso intermedios.

La app también permite consultar el dorsal, una vez que hayan sido asignados por la organización o consultar la información más relevante de la carrera: reglamento, noticias, alojamientos, galerías, feria del corredor..



Descarga la app





# REGLAMENTO

## Art. 1.- PRESENTACIÓN Y HORARIOS

La Agrupación Deportiva Marathon, Atresmedia y Sport Life Ibérica organizan, junto con la colaboración del Excmo. Ayuntamiento de Madrid, la 24ª edición del Movistar Madrid Medio Maratón, a celebrar el próximo 6 de abril de 2025, con salida a las 9:15 h en el Paseo de Recoletos y llegada en el mismo punto del Paseo de Recoletos en la ciudad de Madrid.

Sobre el mismo recorrido se celebrará, con salida a las 9:14 horas, la modalidad de personas con discapacidad en silla de ruedas (no handbikes, modalidad perteneciente a la Federación de Ciclismo).

Nota: Los horarios y la localización de salida y llegada podrán sufrir variaciones por exigencias organizativas.

## Art. 2.- RECORRIDO

El circuito del Movistar Madrid Medio Maratón mide 21,097 Km y está debidamente homologado por la Real Federación Española de Atletismo. Esta prueba se realiza bajo el reglamento de carreras en carretera de la World Athletics y de la RFEA, y está integrada en el calendario de carreras de la AIMS. El recorrido estará controlado y vigilado por la Policía Municipal, agentes de movilidad y miembros de la Organización. Cada kilómetro estará señalizado.

Recorrido por calles:

**SALIDA:** Paseo de Recoletos, delante de la Biblioteca Nacional.

Paseo de la Castellana (vial central), Plaza de Emilio Castelar, Paseo de la Castellana (vial central), Glorieta de Gregorio Marañón, Paseo de la Castellana (vial central), Salida a Vía de Servicio antes de Plaza de Castilla, Plaza de Castilla (dejando la parte central de la laza a la derecha, en sentido contrario al tráfico), Calle Bravo Murillo, Glorieta Cuatro Caminos (dejando la Glorieta a la derecha de los corredores), Calle Raimundo Fernández Villaverde, incluido el paso superior por encima del Paseo de la Castellana), Calle de Joaquín Costa, Plaza de la República Argentina (dejándola la parte central a la izquierda), Calle de Joaquín Costa (por la plaza de la República Argentina), Calle de Francisco Silvela, Glorieta López De Hoyos, Calle de Francisco Silvela y paso por el túnel de Avenida de América, Plaza de Manuel Becerra (por el túnel), Calle del Doctor Esquerdo, Calle de O'Donnell, Calle de Alcalá, Plaza de la Independencia (rodeando la Puerta de Alcalá por la derecha), Calle Serrano, Calle Juan Bravo, Paseo de Eduardo Dato (sobre el Paseo

de la Castellana), Glorieta de Rubén Darío, Calle Almagro, Glorieta de Alonso Martínez (dejando la Glorieta a la derecha), Calle de Sagasta (sentido contrario al tráfico), Glorieta de Bilbao (Dejando la glorieta a la derecha), Calle Carranza (sentido contrario al tráfico), Glorieta de Ruiz Giménez (Dejando la glorieta a la derecha), Calle de San Bernardo, Calle de Gran Vía, Calle Montera, Puerta del Sol, Carretera de San Jerónimo, Plaza Cánovas del Castillo (rodeando Neptuno), Plaza de la Lealtad, Paseo del Prado, Plaza de Cibeles, Paseo de Recoletos (vial central)

META: Paseo de Recoletos delante de la biblioteca Nacional.

## Art. 3.- PARTICIPACIÓN

Podrán participar todas las personas que lo deseen, nacidos/as en el año 2007 y años anteriores, siempre que hayan cumplido los 18 años el día de la prueba, estén federadas o no y sin distinción de sexo o nacionalidad. Para ello deberán haberse inscrito correctamente, según la normativa expuesta en este reglamento.

## Art. 4.- CIERRE DE CONTROL

El tiempo máximo para realizar el Movistar Madrid Medio Maratón es de 3 horas desde la salida de la última oleada.

## Art. 5.- INSCRIPCIONES

### 5.1.- PLAZOS Y PRECIOS

Las inscripciones se podrán realizar hasta llegar a un máximo de 24.000 participantes, para garantizar una buena organización, y según los siguientes plazos y precios:

Hasta 7 de mayo o 2.000 primeras: **22 €**

8 de mayo a 30 de junio de 2024: **33 €**

1 de julio a 30 de septiembre de 2024: **37 €**

1 de octubre de 2024 a 6 de enero de 2025:

**41 €**

7 de enero a 28 de febrero de 2025: **44 €**

1 a 24 de marzo de 2025: **49 €**

Inscripciones realizadas en Feria del Corredor (siempre que haya dorsales disponibles e independientes a la lista de espera): **70 €**

Precio proveniente desde lista de espera: **70 €**

La inscripción incluye los gastos de gestión de la plataforma de pago.

Aquellos corredores que no posean la licencia federativa de atletismo con cobertura para el territorio de Madrid deberán añadir la licencia de día para el seguro de accidentes de la Real Federación Española de Atletismo que tiene un coste de 3 €.

Las inscripciones se cerrarán antes de los pla-

zos previstos si se cubren los 24.000 dorsales disponibles.

Las inscripciones realizadas antes del 15 de marzo de 2025 llevarán en el dorsal el nombre que la persona inscrita haya puesto en el apartado "Alias dorsal" del formulario de inscripción.

Condiciones de la garantía de cancelación y cambio de titularidad:

Una vez formalizada la inscripción, ya que el corredor/a acepta el presente reglamento, no se devolverá el importe de la misma en ningún caso excepto a los que hayan contratado esta garantía. Para cualquier contingencia la organización ofrece un seguro o garantía de cancelación y/o cambio de titularidad del dorsal, con un coste de 4 €uros por inscripción, en los siguientes términos:

En solicitudes de cancelación o cambios antes del 1 de marzo: devolución del 100% del importe de la inscripción o cambios sin coste añadido.

En solicitudes de cancelación o cambios entre el 1 y el 23 de marzo: devolución del 50% del importe de la inscripción o cambios sin coste añadido.

En solicitudes posteriores al 23 de marzo las inscripciones se considerarán definitivas, y no se podrán hacer devoluciones ni aplazamientos.

La garantía de cancelación sólo se podrá contratar a la hora de hacer la inscripción.

El importe de la garantía de cancelación no es reembolsable en ningún caso.

No obstante, se aceptarán cambios de titularidad sin esta garantía hasta el 23 de marzo con un coste de 4 € y en Feria del Corredor a un precio de 8 €. Las solicitudes de cancelación y cambios de titular (excepto después las que se hacen en la Feria del Corredor) se deben realizar a través del email [inscripciones@deportiket.com](mailto:inscripciones@deportiket.com) dentro de los plazos indicados.

### 5.2.- FORMAS DE INSCRIPCIÓN

Las inscripciones se podrán realizar únicamente a través de la web oficial [www.movistar-mediomaratónmadrid.es](http://www.movistar-mediomaratónmadrid.es) y las plataformas autorizadas por la organización publicadas en la web oficial de la carrera.

### 5.3.- SALIDA POR CAJONES

El corredor deberá indicar en el momento de la inscripción la marca estimada a realizar, con el fin de acceder al cajón correspondiente a su tiempo y conseguir así una salida más fluida para todos/as.



Para el acceso a cajones de un tiempo inferior a 1h30 en esta distancia será necesario acreditar mediante resultado oficial del/la atleta en una prueba homologada en los dos últimos años y correspondiente al tiempo del cajón en el que se desea tomar la salida. Esta información será enviada a [info@mediomaratónmadrid.es](mailto:info@mediomaratónmadrid.es) antes del 23 de marzo de 2025. En inscripciones posteriores a esa fecha no se garantiza selección de cajón de salida a ningún inscrito.

En caso de tener una marca oficial posterior se podrá solicitar un cambio de cajón en el mostrador de Soluciones en la recogida de dorsales (Feria del Corredor).

#### 5.4.- CONSIDERACIONES

La inscripción es personal e intransferible y supone la aceptación total del presente reglamento.

Una vez formalizada la inscripción no se podrá transferir la participación a otra persona; salvo para los que lo hagan acorde al Artículo 5 de este reglamento.

Las camisetas se entregarán según la talla solicitada en el momento de la inscripción. La Organización no garantiza poder entregar a todos los participantes la talla de camiseta solicitada, ya que el inicio de la producción de las camisetas se realiza en fechas muy anteriores a la de cierre de las inscripciones.

El importe de la inscripción no se devolverá bajo ninguna circunstancia, incluidas lesiones o motivos laborales, salvo para los que hayan contratado el seguro de cancelación y cambio de condiciones y bajo las condiciones del mismo.

No se considerarán válidas las inscripciones que no tengan todos los datos identificativos correctos: DNI (salvo para extranjeros), nombre, apellidos, fecha de nacimiento, sexo y prueba.

#### Art. 6.- CATEGORÍAS

Se establecen las siguientes categorías, tanto en hombre como en mujeres:

Sub20: Nacidos en 2006 y 2007

Sub23: Nacidos de 2003 a 2005

Senior: Nacidos desde 2002 hasta los 35 años

Máster M-35 / F-35: De 35 a 39 años

Máster M-40 / F-40: De 40 a 44 años

Máster M-45 / F-45: De 45 a 49 años

Máster M-50 / F-50: De 50 a 54 años

Máster M-55 / F-55: De 55 a 59 años

Máster M-60 / F-60: De 60 a 64 años

Máster M-65 / F-65: De 65 a 69 años

Máster M-70 / F-70: De 70 a 74 años

Máster M-75 / F-75: De 75 a 79 años

Máster M-80 / F-80: De 80 a 85 años

Máster M-85 / F-85: Más de 85 años.

Absoluta M / F: todas las categorías de cada sexo.

Atleta con discapacidad en silla de ruedas M/ F

Atleta con discapacidad Física/Intelectual M/ F

IMPORTANTE: Todas las edades indicadas han de estar cumplidas el día de la prueba.

#### Art. 7.- RETIRADA DEL DORSAL-CHIP Y CAMISETA OFICIAL

La retirada del dorsal-chip y camiseta oficial se realizará, de manera exclusiva, en la Feria del Corredor, los días 3, 4 y 5 de abril. Más info en <https://www.mediomaratónmadrid.es/mm4-expo>

Para retirar el dorsal-chip los corredores tendrán que presentar el resguardo o copia de la inscripción (en papel o digital), o el DNI, pasaporte u otro documento oficial que acredite la identidad.

En caso de no poder recoger el dorsal en persona se deberá hacer una autorización a quien lo vaya a recoger presentando una fotocopia del DNI del inscrito en la recogida del dorsal.

La camiseta se entregará previa presentación del dorsal-chip.

#### Importante:

Los corredores no podrán pedir una talla distinta a la solicitada en el momento de la inscripción.

La organización no garantiza poder entregar a todos los corredores la talla solicitada en el momento de la inscripción, debido a que la producción se realiza con mucha anterioridad al cierre de inscripciones.

No se entregarán dorsales y camisetas el día de la prueba.

Los dorsales llevan incorporado un chip desechable, por lo que no podrán doblarse o manipularse ni alterar de ningún modo, incluida su publicidad.

El tiempo de carrera solo será registrado si se lleva correctamente colocado el dorsal-chip en la parte delantera del tronco.

#### Art. 8.- MEDALLA, TROFEOS Y PREMIOS EN METÁLICO

##### 8.1.- TROFEOS Y MEDALLA

Todos los corredores/as llegados/as a meta recibirán una medalla como recuerdo de su participación en la prueba. La Organización dispondrá de un servicio de grabación para dicha medalla de la marca realizada, que se podrá contratar al hacer la inscripción a la prueba.

Una vez revisadas las posibles incidencias y

dadas como definitivas las clasificaciones, se otorgarán trofeos a los tres primeros/as corredores/as todas las categorías contempladas en el artículo 6 del reglamento. Los trofeos no entregados en el podio el día de la prueba, serán entregado en las oficinas del club A.D. Marathon (calle Villaamil nº 65 de Madrid, teléfono: 914026962) entre los días 15 al 30 de abril. En caso de solicitar el envío de éste el premiado correrá con todos los gastos. La no recogida, por parte de los premiados, en dichas fechas, se entenderá como la renuncia a dicho trofeo y cualquier otro premio que conlleve dicha clasificación.

##### 8.2.- PREMIOS EN METÁLICO

Se establecen premios económicos para los primeros clasificados, siendo necesario realizar la marca mínima estipulada en cada apartado para poder acceder a ellos.

##### EXCLUSIVOS DE ATLETAS NACIONALES

Hombres (marca mínima: 1h08:00)

Mujeres (marca mínima: 1h18:00)

1º y 1ª 1.000 €

2º y 2ª 800 €

3º y 3ª 600 €

4º y 4ª 300 €

5º y 5ª 200 €

##### CLASIFICACIÓN GENERAL ABSOLUTA

Hombres (marca mínima: 1h04:00)

Mujeres (marca mínima: 1h14:00)

1º y 1ª 2.500 €

2º y 2ª 1.200 €

3º y 3ª 800 €

4º y 4ª 500 €

5º y 5ª 400 €

##### RÉCORD DEL MEDIO MARATÓN

Hombres (marca: 59:38")

Mujeres (marca: 1h07:22")

1º 2.000 €

1ª 2.000 €

##### ATLETAS FEDERADOS POR A.D. MARATHON

Hombres (marca mínima: 1h14:00)

Mujeres (marca mínima: 1h26:00)

1º y 1ª 200 €

2º y 2ª 100 €

##### 8.3.- CONSIDERACIONES

Si los atletas no consiguieran la marca mínima exigida el premio en metálico se reduciría a la mitad.

Los premios exclusivos de los atletas nacionales son acumulables a los de la clasificación general absoluta.

Los premios de los atletas de la A.D. Marathon son acumulables al resto de premios.

# CORRE CON NOSOTROS LOS **MARATHON MAJORS**



**MARATÓN  
DE NUEVA YORK**  
2 de noviembre  
Desde **1135 €**  
(más 625 € del dorsal  
garantizado)



**MARATÓN DE CHICAGO**  
12 de octubre  
Desde **1295 €**  
(más 550 € del dorsal  
garantizado)



**MARATÓN DE SYDNEY**  
31 de agosto  
Desde **2000 €**



Más información en [www.sporttravelviajes.es](http://www.sporttravelviajes.es)  
**910 054 048**  
[sporttravel@slib.es](mailto:sporttravel@slib.es)





**Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón**



**Joma**

## ¿QUIEN GANARÁ REALMENTE EL MOVISTAR MADRID MEDIO MARATÓN?

**Estrenamos “el running con hándicap” con una clasificación alternativa que tendrá en cuenta tu edad y si eres hombre o mujer.**

**¿Qué pasaría si tenemos en cuenta la edad y el sexo a la hora de la clasificación de una carrera? ¡Llega el running con “hándicap”! ¡Lo vamos a saber el 7 de abril!**

En el Movistar Madrid Medio Maratón hemos desarrollado un método matemático que clasifica a los corredores según lo excepcional que es su tiempo en comparación con otros de su misma edad y sexo. En lugar de basarse solo en quién es más rápido, calcula la probabilidad de que un corredor logre su tiempo o uno mejor dentro de su grupo.

El lunes 7 de abril publicaremos la clasificación “con hándicap” del Movistar Madrid Medio Maratón y “el ganador alternativo” recibirá como premio el reloj oficial: el Garmin Forerunner 265.

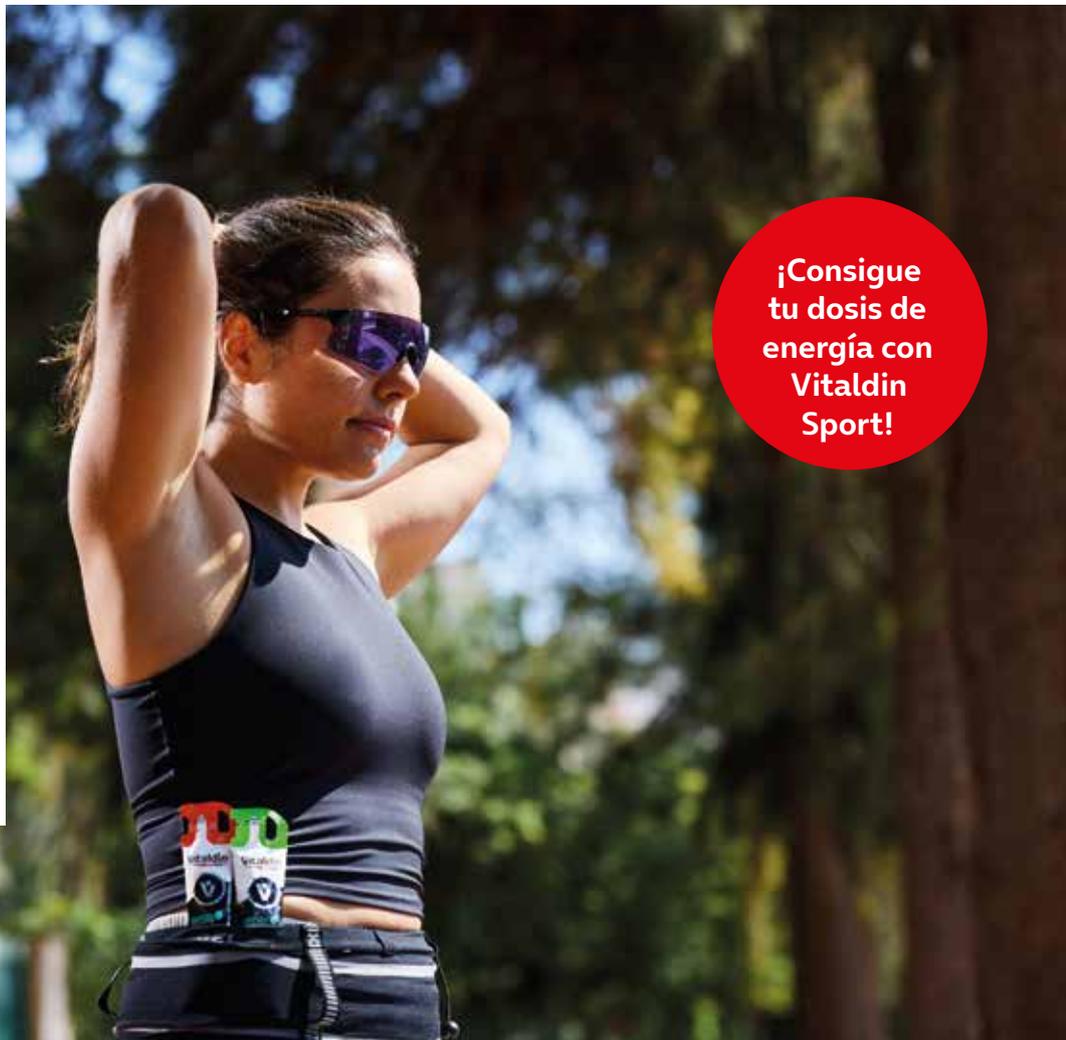


## CONSIGUE CON 30% DE DESCUENTO EN LOS GELES DEL MOVISTAR MADRID MEDIO MARATÓN

Para superar cada kilómetro con la mejor energía, la Movistar Medio Maratón de Madrid contará con los Geles de Caffeine Berriesy Geles de Electrolitos Lima de Vitaldin Sport. El Gel Caffeine Berries es perfecto para esos momentos en los que necesitas un impulso extra gracias a su combinación de carbohidratos y cafeína. Por otro lado, el Gel de Electrolitos Lima te ayudará a reponer sales minerales y mantenerte hidratado, evitando la fatiga muscular.

Además, puedes conseguir estos geles y toda la gama de productos de Vitaldin Sport con un 30% de descuento en su web usando el código MMADRID. Una oportunidad perfecta para equiparte con la mejor suplementación y potenciar tu rendimiento en cada entrenamiento y carrera.

Aprovecha la oferta en [www.vitaldin.com/](http://www.vitaldin.com/)



**¡Consigue  
tu dosis de  
energía con  
Vitaldin  
Sport!**

# EN EL CORAZÓN DE MADRID



**HOTEL OFICIAL**



**SOMOS  
RUNNING  
FRIENDLY**

**+INFO**





## PREGUNTAS FRECUENTES

### ¿HAY SALIDAS POR OLEADAS?

Para facilitar que desde el inicio todos/as podamos correr a nuestro ritmo, y sin parar, se van a hacer las siguientes oleadas en horario aproximado:

- 09:15 h. Salida 1. Cajones hasta 1h40
- 09:18 h. Salida 2. Cajones hasta 1h50
- 09:21 h. Salida 3. Cajones hasta 2h00
- 09:24 h. Salida 4. Cajones más de 2h00

Pero eso no quiere decir que tengamos que estar en la salida a diferentes horas. Todos y todas tenemos que estar antes de las 9:15 preparados. Publicaremos en la web y RRSS cómo acceder a los cajones y los colores del dorsal de cada bloque de tiempo.

### ¿HAY TIEMPO LÍMITE PARA ACABAR LA PRUEBA?

Sí. El tiempo máximo para realizar la prueba es de 3 horas.

### ¿DÓNDE Y CUÁNDO RECOJO EL DORSAL, CAMISETA Y BOLSA DEL CORREDOR?

La retirada del dorsal-chip y camiseta oficial se realizará, de manera exclusiva, en la Feria del Corredor, los días 3, 4 y 5 de abril en Distrito Telefónica, Avda. Ronda de la Comunicación s/n, Edificio Servicios, planta 1, Madrid en horario ininterrumpido de 10 a 20 horas.

### ¿QUÉ NECESITO PARA RECOGER EL DORSAL Y LA BOLSA DEL CORREDOR?

Para recoger el dorsal se deberá presentar el resguardo o copia de la inscripción y el DNI o pasaporte. Después del dorsal, habrá una zona para recoger la bolsa del corredor y la camiseta Joma oficial de la carrera, para lo cual será imprescindible presentar el dorsal.

### ¿CÓMO PUEDO RECOGER EL DORSAL SI NO PUEDO ACUDIR A LA FERIA?

En el caso de que un corredor no pudiera acudir a la feria a recoger su dorsal, éste podrá ser recogido por otra persona siempre y cuando lleve consigo el resguardo o copia de la inscripción más una fotocopia del DNI y una autorización firmada por dicho corredor.

### ¿QUÉ CHIP SE UTILIZA Y CUANDO SE RECOGE?

El chip va pegado en la parte posterior del dorsal y es de un solo uso. No hay que

devolverlo a la finalización de la prueba. Se recoge en la feria del corredor. Es muy importante no doblar, despegar ni manipular de ningún modo el chip pues se puede estropear y no aparecerá en la clasificación.

### ¿HAY SERVICIO DE GUARDARROPA?

Sí. Es gratuito y estará operativo desde las 7:30 h en la Plaza de Colón, junto a salida y meta. En el dorsal hay una zona troquelada que tendrás que poner en tu mochila.

### ¿HAY BAÑOS? ¿DÓNDE SE ENCUENTRAN UBICADOS?

Sí. Hay muchas cabinas de baño instaladas en las inmediaciones de la zona de salida y meta.

### ¿DÓNDE SE ENCUENTRAN LOCALIZADOS LOS AVITUALLAMIENTOS?

Se dispondrá de avituallamiento líquido **aproximadamente** en los kilómetros 5, 10, 14,6 y 19 y luego en la zona de meta. En la llegada se os dará una bolsa especial con avituallamiento líquido y sólido gracias a la colaboración de los supermercados AhorraMas.

### ¿ME PUEDE ACOMPAÑAR ALGUIEN EN BICICLETA DURANTE LA CARRERA?

No. Está terminantemente prohibido acompañar a los corredores en bicicleta, patines o cualquier otro tipo de vehículo. El reglamento federativo lo sanciona con la descalificación. Además pueden generar, sin intención, un accidente, cuyas consecuencias no cubriría el seguro... y tod@s queremos de acabar la carrera sin incidentes.

### ¿HAY CAJONES DE SALIDA?

Sí. Para una salida más acorde al ritmo de cada uno/a se establecen los siguientes cajones en función de los tiempos estimados en meta: Élite - Sub 1h14, 1h15-1h22, 1h23-1h30, 1h31-1h40, 1h41-1h45, 1h46-1h50, 1h51-1h55, 1h56-2h y más de 2h.

### ¿HAY LIEBRES EN CARRERA?

Claro. Ponemos un equipo de 40 corredores y corredoras expertos para llevarte a la meta al ritmo que elijas... o que puedas. Tendremos liebres, debidamente identificadas, para estos tiempos: 1h25, 1h30, 1h35, 1h40, 1h45, 1h50, 1h55, 2h, 2h5 y 2h10.

### ¿PUEDO PERSONALIZAR LA MEDALLA DE META?

Sí, puedes grabar tu nombre y marca. Será un gran recuerdo. En el momento de realizar la inscripción puedes solicitar la grabación de la medalla al precio de 6 €. También podrás realizarlo en la zona de meta, en una carpa que habrá en la zona del ropero, al precio de 10 €.

### ¿HAY DUCHAS EN META?

No, lo sentimos. Un recorrido que sale y llega en pleno centro de la ciudad hace que no tengamos cerca instalaciones para ofrecer duchas a tantos participantes, ni espacio para poner duchas portátiles.

### ¿EL AVITUALLAMIENTO SE DA EN VASO O BOTELLA?

Todos los avituallamientos se sirven en botellas de 0,33 litros para poder beber mejor en carrera. Os pedimos tener cuidado de dónde tiráis las botellas después de beber, por favor.



**Deloitte.**



**Cada paso cuenta.  
Cada paso juntos, cuenta más**

**Make an impact that matters**

**Deloitte.**



Colaborador Oficial

## CAMISETA Y MEDALLA OFICIAL

### MOVISTAR MADRID MEDIO MARATÓN DE MADRID Y CARRERA PROFUTURO



## JOMA R-1000, LAS ZAPATILLAS OFICIALES DEL MOVISTAR MADRID MEDIO MARATÓN

Joma, marca líder en calzado y equipamiento deportivo, ha creado un año más las **zapatillas oficiales para el Movistar Madrid Medio Maratón**, una de las competiciones más importantes de España que cada año bate récord de participantes. Este modelo exclusivo, diseñado específicamente para la prestigiosa prueba, incorpora lo último en tecnología con una **placa de carbono** que promete maximizar la eficiencia y la velocidad de los corredores.

Las zapatillas R-1000, concebidas para brindar la mejor experiencia a corredores de todos los niveles, incorporan las últimas innovaciones en tecnología deportiva. Se trata de un modelo con placa de carbono que optimiza la eficiencia en carrera, un retorno de energía superior y una transición más fluida en cada zancada. También cuenta con una mediasuela de alto retorno de energía y amortiguación mejorada gracias a la tecnología FLY REACTIVE.

Con ellas, los corredores recorrerán un nuevo itinerario más monumental y céntrico el próximo 6 de abril. De hecho, este año se espera que 24.000 runners, récord histórico de participación, disfruten de los lugares más emblemáticos de Madrid mientras completan los 21.097 kilómetros calzando las exclusivas R-1000 Movistar Madrid Medio Maratón.

### NUEVO DISEÑO CON GUIÑOS A LA CIUDAD DE MADRID

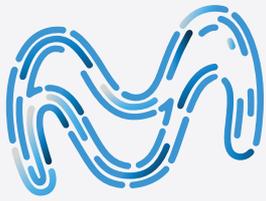
El calzado especial de la edición de 2025 fusiona los **colores oficiales del Movistar Madrid Medio Maratón** con detalles emblemáticos de la ciudad. Sobre el elegante upper blanco, se ha añadido la silueta del **icónico oso y el madroño**, a juego con la camiseta oficial del evento. El azul tan característico de la prueba se ha incorporado en la mediasuela con la inscripción de "Madrid". Además, la suela es **magenta** para darle un toque de color y romper así con la cromática tradicional de la carrera.

### TECNOLOGÍA AVANZADA PARA ALCANZAR EL MÁXIMO RENDIMIENTO

En cuanto a las características técnicas, las zapatillas de alta gama R-1000 cuentan con una **placa más flexible y de menor densidad**, ideal para corredores experimentados que buscan mejorar su rendimiento sin sacrificar la comodidad. Su diseño menos agresivo y más estable la convierte en una opción perfecta para entrenar y competir. Junto con la **tecnología FLY REACTIVE**, alcanzan una reactividad superior, al mismo tiempo que absorben los impactos.

En cuanto al upper, está elaborado con **malla técnica**, muy ligera y transpirable. EL sistema de ventilación VTS regula la temperatura del pie y la mantiene constante. Por otro lado, el sistema de ajuste termosellado JOMA SPORTECH está ubicado en zonas estratégicas que necesitan más sujeción. La suela es de **caucho DURABILITY** de alta calidad y resistencia a la abrasión sobre el asfalto.





Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón



Joma

# MERCHANDISING

CÓMPRALO EN LA FERIA DEL CORREDOR

o en <https://www.mediomaratonmadrid.es/web-tienda2025>

TAZA



Mi mamá  
es más fuerte  
que 21 km

Mi papá  
es más fuerte  
que 21 km



CAMISETAS  
INFANTILES



GORRA



MANGUITOS



PAÑUELO  
MULTIDEPORTE



SUDADERA





# RENTING FLEXIBLE de vehículos industriales para empresas

## ¿POR QUÉ ALQUIBER?



Plan ajustado a las necesidades de tu empresa.



Empresa pionera en el sector.



Plantilla constituida por expertos en el sector.



Más de 3500 talleres propios y concertados.



Mantenimiento integral para tu vehículo.



24 delegaciones a nivel nacional.



Tenemos **muchas más razones**, entérate de cuáles son en nuestra página web.



## ¿Conoces nuestra gama de **vehículos transformados?**

**Paga solo** por lo que necesitas en una sola **cuota fija mensual** sin sorpresas y con **todo incluido**.



¡Solicita tu presupuesto!

☎ 919 26 19 40

✉ [comercial@alquiber.es](mailto:comercial@alquiber.es)

🌐 [www.alquiber.es](http://www.alquiber.es)



Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón



## ¡LLÉVATE UN BUEN RECUERDO!

Si quieres llevarte un buen recuerdo de tu participación en el Movistar Madrid Medio Maratón y la Carrera ProFuturo, este año, cuando termines la prueba, entra en GetPica y disfruta de tus fotos.

Podrás ver tus fotos en [getpica.com](https://getpica.com). En los próximos días te enviaremos un correo electrónico con un enlace que te llevará directamente a tu álbum.

Si no recibes el email o necesitas ayuda para ver tus fotos, escribe a [support@getpica.com](mailto:support@getpica.com), recordando que has participado en el Movistar Madrid Medio Maratón y tu número de dorsal.

## KEEP SOME GOOD MEMORIES FROM YOUR RACE!

If you wish to keep a nice memory of your participation in the Movistar Madrid Half Marathon and the ProFuturo Race, this year, when you finish the race, enter GetPica and enjoy your photos.

You will be able to see your photos on [getpica.com](https://getpica.com). In the days following the race we will send you an email with a link that will lead you directly to your album.

If you don't receive the email or need help to see your photos, please contact [support@getpica.com](mailto:support@getpica.com), indicating that you have participated in the Movistar Madrid Medio Maratón and your bib number.



[getpica.com](https://getpica.com)



1

foto:  
6,99€

2

fotos:  
11,99€

3

fotos:  
15,99€

4

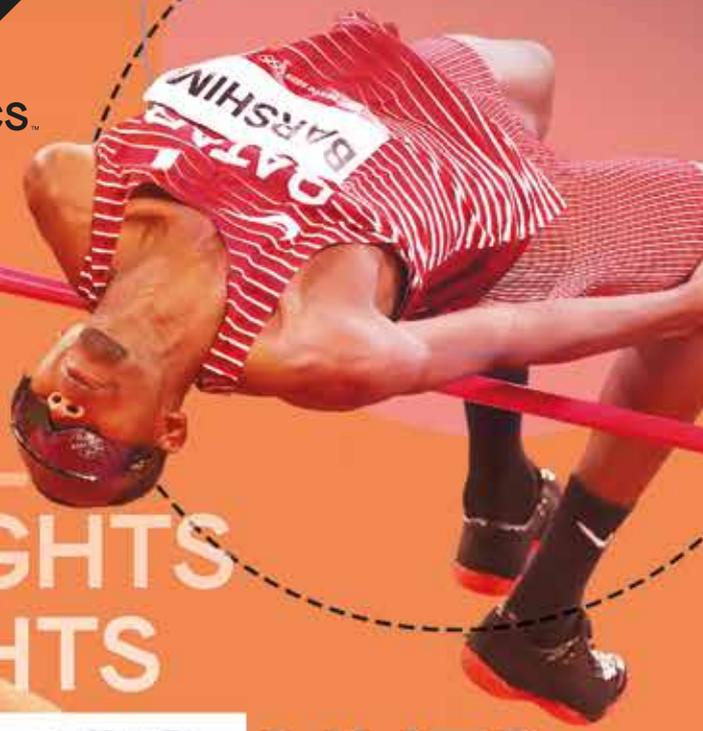
fotos:  
19,99€

Pack

completo:  
23,50€



WORLD  
ATHLETICS



RESULTS  
HIGHLIGHTS  
INSIGHTS

WHERE **ATHLETICS** LIVES

HISTORY  
GLORY

JOIN US



# GARMIN FORERUNNER 265, RELOJ OFICIAL DEL MOVISTAR MADRID MEDIO MARATÓN

Un año más Garmin, líder absoluto en relojes deportivos, es la marca oficial del Movistar Madrid Medio Maratón con su modelo Forerunner 265.

Con una brillante pantalla táctil AMOLED de 1.3" y sugerencias de sesiones de entrenamiento de running diarias de Garmin Coach integradas, el Garmin Forerunner 265 es un reloj deportivo avanzado ideal para todo tipo de deportistas, sobre todo corredores.

Su batería le da hasta 20 horas de autonomía usando el GPS y el registro de pulsaciones, que se convierten en 13 días en modo smartwatch.

Evalúa tu nivel de estrés y de recuperación, con un informe matutino nada más levantarte, analizando tu VFC y con el pronóstico del tiempo, para que planifiques tu momento de hacer ejercicio, sabiendo lo recuperado que estás.

Te permite descargar sesiones de entrenamiento gratuitas de HIIT, fuerza, cardio, yoga y pilates, para darle variedad a tu preparación.

Puedes llevar en él tu música favorita y dejarte la tarjeta de crédito en casa, ya que integra Garmin Pay y tiene una potente memoria interna para guardar tus canciones. También puede seguir tu ciclo menstrual, el embarazo y te da consejos sobre nutrición y ejercicio.

Entre sus perfiles de entrenamiento está el de triatlón, con cambio de métricas para cada segmento, y puedes personalizar el tipo de multideporte que realices si decides unir otras disciplinas diferentes.

La potencia de carrera desde la muñeca, entrenamiento en pista con precisión (tiene una base de datos de más de 10 000 pistas de todo el mundo) y su función Pacepro™ de planificación de estrategias de carrera lo convierten en un utilísimo aliado para los que nos tomamos correr en serio.

Y si te apetece explorar, con el Forerunner 265 podrás descargar recorridos para realizar navegación punto a punto asistida por todos los sistemas de posicionamiento, para poder volver sobre tus pasos e incluso mostrar a tus amigos, con su función LiveTrack, por dónde estás. En caso de tener algún problema, su Detección de Incidentes puede enviar automáticamente tu ubicación a contactos preseleccionados.





18 MAYO 2025

UNA EXPERIENCIA ÚNICA PARA TODA LA FAMILIA

INSCRIPCIONES ABIERTAS: <https://colorescontralaviolencia.com/>



INSCRIPCIONES

ORGANIZA



INSCRIPCIONES



**CROSS ALPINO  
DEL TELEGRAFO!**

19KM  
980M+



14 JUNIO 2025

# CARRERA PROFUTURO, 5KM SOLIDARIOS POR LA TRANSFORMACIÓN EDUCATIVA Y LA INCLUSIÓN DIGITAL

Este año más que nunca la Carrera ProFuturo forma parte de la gran fiesta del running en Madrid. Por primera vez la Carrera ProFuturo saldrá a la vez que el Movistar Madrid Medio Maratón y así serán casi 28000 los runners que comiencen a correr a la vez por las calles de Madrid. También es novedad el circuito, que serán prácticamente los últimos 5 km de los 21 km del circuito del Medio Maratón, pasando por la Gran Vía, la Puerta del Sol o la Cibeles.

Otra gran novedad este año de la Carrera ProFuturo ha sido la iniciativa #RunnersConCausa ha sido un espacio único para el desarrollo integral de jóvenes con discapacidad y en situación de riesgo de exclusión social. A través de entrenamientos liderados por el atleta paralímpico Lorenzo Albaladejo, amigo de ProFuturo, los participantes han tenido la oportunidad de fortalecer su condición física, así como su autoestima y habilidades sociales, en un ambiente inclusivo y de apoyo mutuo. Estos entrenamientos han sido clave para su integración social, permitiendo a los jóvenes conectarse con la comunidad a través del deporte.

A lo largo de los tres meses de entrenamientos, 80 jóvenes de entre 14 y 17 años han participado activamente en esta iniciativa, de los cuales 60 tienen discapacidad y 20 están en situación de riesgo de exclusión social. Los entrenamientos no solo se centraron en mejorar su condición física, sino también en proporcionarles las herramientas necesarias para aumentar su au-

toestima, fomentar sus habilidades sociales y lograr una mayor integración en la sociedad. Y el domingo 6 de abril este grupo de 80 jóvenes formarán parte del gran "pelotón" de corredores de la Carrera ProFuturo.

El programa ha puesto de manifiesto cómo el deporte puede ser una herramienta transformadora para los jóvenes, especialmente cuando se combina con el apoyo emocional y la inclusión.

## PROFUTURO, EDUCACIÓN DE CALIDAD, EQUITATIVA E INCLUSIVA

ProFuturo es un programa de innovación educativa con tecnología puesto en marcha por Fundación Telefónica y la Fundación "la Caixa" para reducir la brecha educativa proporcionando una educación de calidad a niños y niñas en entornos vulnerables de Latinoamérica, el Caribe, África y Asia. Su modelo de intervención se basa en las evidencias de impacto que le proporcionan continuos procesos de monitorización, estudios y evaluaciones. ProFuturo se apoya en metodologías innovadoras de enseñanza con las que busca que docentes y alumnos desarrollen competencias para hacer frente a los retos del siglo XXI. El programa trabaja con otras instituciones y empresas y aspira a crear una gran red internacional de docentes que enseñan, aprenden y comparten conocimientos para lograr, entre todos, una educación mejor en el mundo.



*ProFuturo*

UN PROGRAMA DE:



¡Conviértete en un  
**RunnerConCausa!**

# *Carrera* **ProFuturo** *Madrid 2025*



6 abril



Madrid



5 km

¡INSCRÍBETE!

[www.carrerafundacionprofuturo.com](http://www.carrerafundacionprofuturo.com)



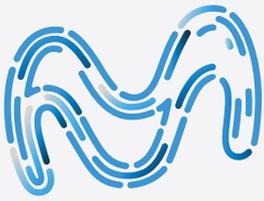
CON LA COLABORACIÓN DE:



MADRID



Occident



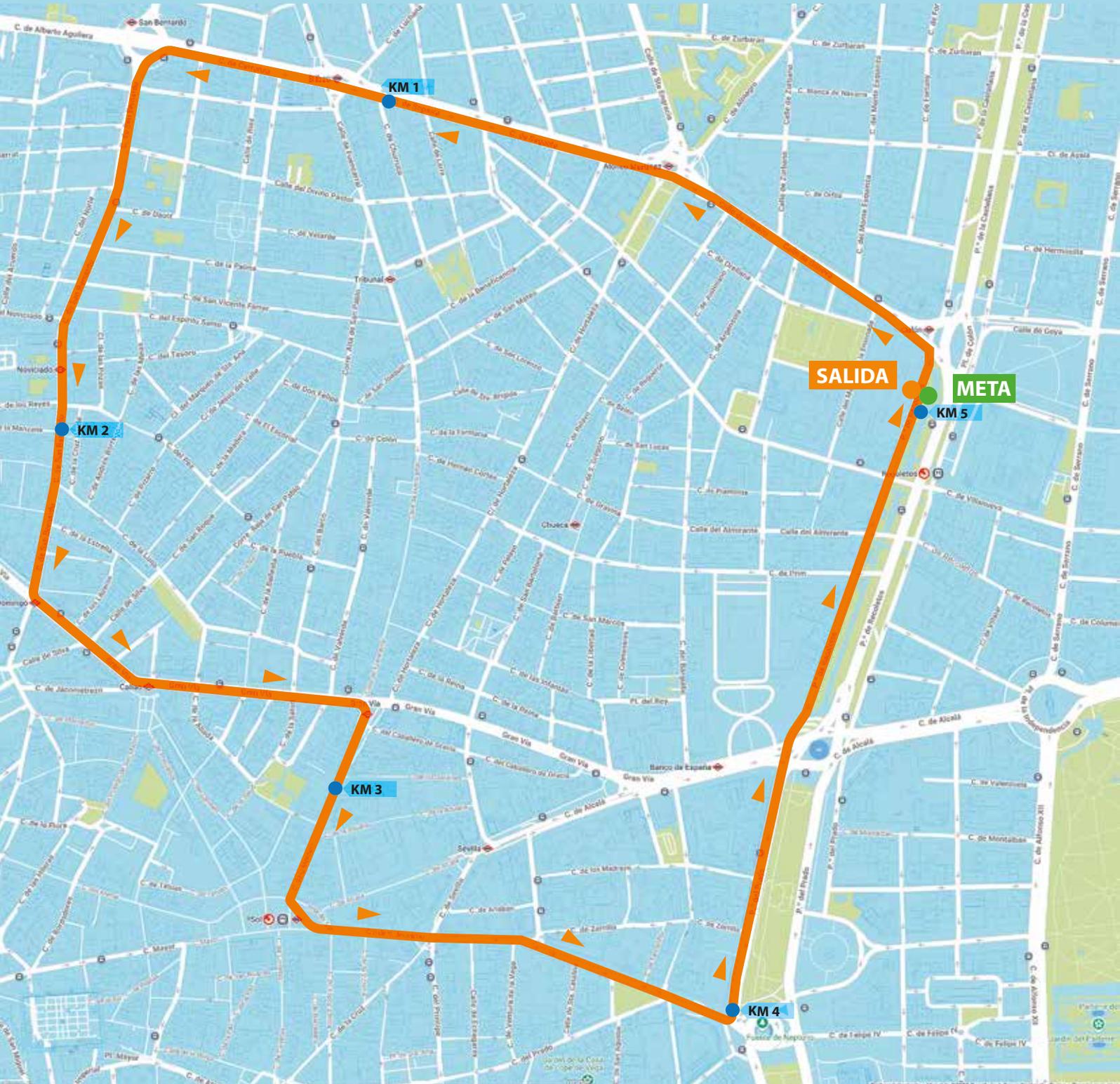
Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón



Joma

ProFuturo

# IX Carrera ProFuturo Madrid 2025



# 2025 MOVISTAR MADRID HALF MARATHON REGULATIONS

## **Art. 1.- PRESENTATION AND SCHEDULE**

The Agrupación Deportiva Marathon, Atresmedia and Sport Life Ibérica, in collaboration with the City Council of Madrid, organizes the 24th edition of the Movistar Madrid Half Marathon, to be held on April 6, 2025, starting at 9:15 a.m. on Paseo de Recoletos and finishing at the same spot on Paseo de Recoletos in the city of Madrid.

On the same route, the modality for people with disabilities in wheelchairs (no handbikes allowed) will be held, starting at 9:14 a.m.

Note: The times and location of departure and arrival may vary due to organizational requirements.

## **Art. 2.- ROUTE**

The Movistar Madrid Medio Marathon circuit measures 21.097 km and is approved by the RFEA. This race is carried out under the World Athletics and RFEA road racing regulations and is integrated into the AIMS racing calendar. The route will

be controlled and monitored by the City Police and members of the Organization and marked in its entirety by a blue line. In addition, each kilometer will be marked vertically and horizontally.

## **Art. 3.- PARTICIPANTS**

All people who wish to run, born in 2007 and previous years, may participate, whether they are federated or not and without distinction of sex or nationality. To do this, they must have registered correctly, according to the regulations set forth in these regulations.

## **Section 4. - CLOSURE OF THE RACE**

The maximum time to complete the Movistar Madrid Half Marathon is 3 hours from the official start.

## **Art. 5.- REGISTRATIONS**

### **5.1.- DEADLINES AND PRICES**

Registrations can be made up to a maximum of 24,000 participants

Those runners who do not have a federative athletics licence with coverage for the territory of Madrid will have to add the

day licence for the accident insurance of the Royal Spanish Athletics Federation, which costs €3.

Registrations will close before the deadline if the 24,000 bibs available are filled.

Cancellation insurance and change of ownership

Once the registration has been formalised, as the runner accepts these regulations, the registration fee will not be refunded under any circumstances, except to those who have taken out this guarantee. In case of any contingency, the organisation offers an insurance or guarantee for cancellation and/or change of ownership of the race bib, at a cost of 4 € per registration, under the following terms:

- For requests for cancellation or changes before 1st March: 100% refund of the registration fee or changes at no extra cost.
- For requests for cancellations or changes between 1st and 23rd March: 50% of the registration fee or changes will be refunded.



ded at no extra cost.

- For requests after 23 March, registrations will be considered definitive, and no refunds or deferrals can be made.

The cancellation guarantee can only be contracted at the time of registration.

The amount of the cancellation guarantee is not refundable under any circumstances.

However, changes of ownership will be accepted without this guarantee until 23 March at a cost of €4 and at the Feria del Corredor at a price of €8. Requests for cancellations and changes of ownership (except after those made at the Feria del Corredor) must be made by email to [inscripciones@deporticket.com](mailto:inscripciones@deporticket.com) within the deadlines indicated.

## 5.2.- REGISTRATION FORMS

Registrations can only be made through the official website [www.movistarmediomaratónmadrid.es](http://www.movistarmediomaratónmadrid.es) and the platforms authorised by the organisers published on the official website of the race.

## 5.3.- DEPARTURE IN PREFERENTIAL BOX

At the time of registration, the runner must indicate the estimated mark to be made, in order to access the box corresponding to his/her time on the starting straight and thus achieve a more fluid start for all.

For access to boxes with a time of less than 1h30 it will also be necessary to attach, during the registration process, the diploma accrediting the mark carried out in an official homologated race in the last two years and corresponding to the time of the drawer in which you wish to take the start. This info must be sent to [info@mediomaratónmadrid.es](mailto:info@mediomaratónmadrid.es) before 23th March.

In case of having a later official mark, a change of drawer can be requested at the incident counter in the collection of numbers.

## 5.4.- CONDITIONS

Registration is personal and non-transferable and implies full acceptance of these regulations.

Once the registration is formalized, the participation cannot be transferred to another person; except for those who have contracted cancellation insurance and

under its conditions.

The shirts will be delivered according to the size requested at the time of registration. The Organization does not guarantee to be able to deliver to all the participants the requested t-shirt size, since the beginning of the production of the t-shirts takes place on dates long before the closing of the inscriptions.

The registration fee will not be refunded under any circumstances, including injuries or work-related reasons, except for those who have contracted the cancellation and change of conditions insurance and under its conditions.

Registrations that do not have the correct identification data will not be considered admissible: ID (except for foreigners), name, surname, date of birth, sex.

## Art. 6.- CATEGORIESS

U20 M / F: Born in 2006 and 2007

U23 M / F: Born from 2003 to 2005

Senior M / F: Born from 2002 to 35 years old

Masters M 35 / F 35: From 35 to 39 years old

Masters M 40 / F 40: From 40 to 44 years old

Masters M 45 / F 45: From 45 to 49 years old

Masters M 50 / F 50: From 50 to 54 years old

Masters M 55 / F 55: From 55 to 59 years old

Masters M 60 / F 60: From 60 to 64 years old

Masters M 65 / F 65: From 65 to 69 years old

Masters M 70 / F 70: From 70 to 74 years old

Masters M 75 / F 75: From 75 to 79 years old

Masters M 80 / F 80: From 80 to 85 years old

Masters M 85 / F 85: Older than 85 years old

Absolute M / F: Includes all categories of each gender.

Athlete with a disability in a wheelchair M / F

Athlete with Physical / Intellectual Disability M / F

Note: All the indicated ages must be fulfilled on the day of the race.

## Art. 7.- BIB NUMBER AND ATHLETES' BAG PICK UP

The collection of the bib-chip and official T-shirt will take place exclusively at the Runner's Fair on 3, 4 and 5 April. More Information <https://en.mediomaratónmadrid.es/mme-expo>

In order to collect the dorsal-chip, runners will have to present the receipt or copy of the registration (digital or printed), toge-

ther with their ID, passport or other official document that proves the identity.

The t-shirt will be delivered upon presentation of the dorsal-chip.

In case of not being able to pick up the dorsal-chip in person, an authorization must be made to the person who is going to pick it up, presenting a photocopy of the ID of the person registered in the dorsal-chip pick-up.

**Important:** The size of the t-shirts will be delivered by strict order of request in the delivery of the dorsal-chip. Runners may not ask for a size other than the one requested at the time of registration.

The organization does not guarantee that it will be able to deliver to all runners the size requested at the time of registration, because the production is carried out long before the closing of registrations.

Numbers and T-shirts will not be delivered on the day of the race.

The bibs have a disposable chip, so they can not be bent or manipulated or altered in any way, including advertising.

The race time will only be recorded if the dorsal-chip is correctly placed on the front of the body.

## Art. 8.- TROPHIES AND PRIZES

### 8.1.- TROPHIES

All runners who reach the finish line will receive a finisher medal as a souvenir of their participation in the race. The Organization will have a recording service for the medal, which can be contracted when registering for the race.

Once the possible incidents have been reviewed and the classifications have been finalised, trophies will be awarded to the first three runners in all the categories contemplated in article 6 of the regulations. The trophies not awarded on the podium on the day of the race will be delivered to the offices of the A.D. Marathon club (Calle Villaamil nº 65, Madrid, telephone: 914026962) between the 15th and 30th of April. In case of requesting the delivery of the prize, the winner will be responsible for all the expenses. Failure to collect the trophy by the winners on these dates will be understood as a waiver of said trophy and any other prize that the classification

## FREQUENT QUESTIONS

### ARE THERE WAVE STARTS?

To make it easier for everyone to run at our own pace from the start, and without stopping, there will be the following waves:

09:15 h. Departure 1. Boxes up to 1h40

09:18 h. Departure 2. Boxes up to 1h50

09:21 h. Departure 3. Boxes up to 2h00

09:24 h. Departure 4. Boxes more than 2:00 h

But that does not mean that we have to be at the start at different times. We all have to be ready before 9:15 am. We will publish on the web and RRSS how to access the boxes and the bib colors of each time block.

### IS THERE A TIME LIMIT TO FINISH THE RACE?

Yes, the maximum time to finish the race is 3 hours.

### WHERE AND WHEN DO I PICK UP THE BIB NUMBER, T-SHIRT AND ATHLETE'S BAG?

The race bib-chip and official T-shirt must be collected exclusively at the Runner's Expo on April 3, 4, and 5 at Distrito Telefónica, Avda. Ronda de la Comunicación s/n, Edificio Servicios, 1st floor, Madrid.

Access is free for runners, accompanying persons and general public and you can arrive on public transportation by Metro (Line 10) and Bus (Line 172) and there is also a free parking at site.

### HOW DO I KNOW MY BIB NUMBER?

The organization sends an email to all the participants the week before the event communicating your bib number. If you have not received it, check your spam or junk mail folder. You can also check it through a link that will be published on the official website of the race.

### WHAT DO I NEED TO PICK UP THE BIB NUMBER AND THE ATHLETE'S BAG?

To pick up the BIB number, you must present the receipt or copy of the registration and your ID or passport. There will be also an area to pick up the athlete's bag and the official Joma T-shirt of the race, for which it will be essential to present the

BIB number.

### HOW CAN I PICK UP MY BIB NUMBER IF I CANNOT GO TO THE EXPO?

In the event that an athlete cannot come to the expo to pick up his/her bib number, it can be picked up by another person as long as he/she has the receipt or copy of the registration plus a photocopy of the ID card and an authorization signed by the athlete.

### WHAT CHIP IS USED AND WHEN IS IT COLLECTED?

The chip is attached to the back of the bib number and is for single use only. It does not have to be returned at the end of the race. It is collected at the runner's expo. It is very important not to bend, detach or manipulate in any way the chip because it can be damaged and you will not appear in the classification.

### IS THERE A BAGGAGE/CLOAKROOM SERVICE?

Yes, it's free and will be available from 7:30 AM at Plaza de Colón, near the start and finish lines. A sticker with your bib number will be provided with your bib. Make sure to bring it for easier classification and retrieval of your belongings. Avoid leaving valuables and use a backpack to store your items.

### ARE THERE TOILETS AND WHERE ARE THEY LOCATED?

Yes, there are many toilets at the start/finish area.

### WHERE ARE THE ENERGY STATIONS LOCATED?

There will be liquid refreshments at approximately kilometres 5, 10, 14.6 and 19 and then at the finish area. At the finish you will be given a special bag with liquid and solid refreshments thanks to the collaboration of AhorraMas supermarkets.

### CAN ANYONE ACCOMPANY ME ON THE BIKE DURING THE RACE?

No. It is strictly forbidden to accompany runners on bicycles, roller skates or any other type of vehicle. The federative regulations sanction this with disqualification. Besides, they can unintentionally cause

an accident and we all have the illusion of finishing the race without incident.

### ARE THERE STARTING BOXES?

Yes, for a start more in accordance with the pace of each person, the following boxes are established according to the estimated times at the finish line: Elite - Sub 1h14, 1h15-1h22, 1h23-1h30, 1h31-1h40, 1h41-1h45, 1h46-1h50, 1h51-1h55, 1h56-2h and more than 2h.

In order to access these boxes, it is necessary to inform the Organisation, at the time of registration, of the accredited personal best, which must be equal to or less than the time of the box for which you wish to apply. To certify the personal best, only times achieved in the last two years and in approved Half Marathon events will be valid.

### ARE THERE PACEMAKERS IN THE RACE?

Of course there are. We have a team of 40 expert runners to take you to the finish line at the pace you choose... or can. We will have pacers, properly identified, for these times: 1h25, 1h30, 1h35, 1h40, 1h45, 1h50, 1h55, 2h, 2h5 and 2h10.

### CAN I ENGRAVE THE FINISH MEDAL?

Yes, you can engrave your name and brand. -It will be a great souvenir. At the time of registration you can request the engraving of the medal at the price of 6€. You can also have it engraved at the finish line, in a tent in the cloakroom area, at the price of 10 €.

### ARE THERE SHOWERS AT THE FINISH LINE?

No, sorry. A course that starts and finishes in the city centre means that we don't have the facilities to offer showers to so many participants, nor the space to put portable showers.

Are refreshments given in glass or bottle?

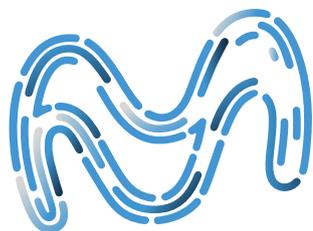
All refreshments are served in 0.33 litre bottles to make it easier to drink during the race. Please be careful where you throw the bottles after drinking.

Pizzería  
**Carlos**  
La pizza que recordabas

Un  
*sabor muy  
nuestro*

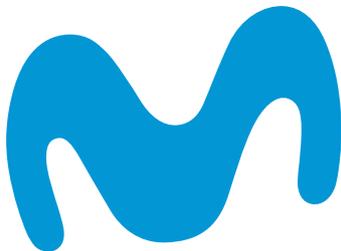
Disfruta del sabor que recordabas  
y de nuestras mejores promos





Movistar  
Madrid  
Medio  
Maratón

Title sponsor



Technical sponsor



Collaborators



Institutions



Oficial Media



Organiza





**Movistar**  
**Madrid**  
**Medio**  
**Maratón**

**dreamfit.**

**CORRE MÁS, ENTRENA MEJOR**

**DEL GYM A LA META**



**GRATIS**  
**45€\***  
**40€**  
**POR VENIR A CORRER**

**dreamfit.es**

\*45€ a canjear en la cuota de inscripción presentando esta imagen en cualquier gimnasio Dreamfit antes del 30/04/2025. No acumulable a otras promociones.



por M+

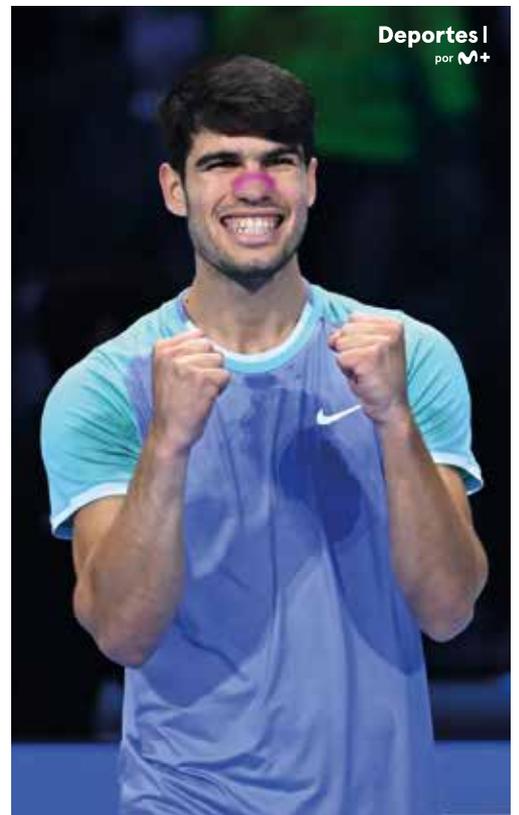
Salta del golf a la Liga Endesa o de la Champions a LALIGA sin saltar de plataforma



Golf | por M+



Deportes | por M+



Deportes | por M+



Liga de Campeones | por M+

Todo el deporte sin salir de Movistar