I MEDIA MARATÓN

SAN ROQUE 2026

12 Diciembre de 2.026

PROYECTO TÉCNICO

MTB SAN ROQUE



N CARLOS CRESPO SÁNCHEZ (1 de 1)
tor Servicio Delegación de Deportes
a Firma: 10/11/2026
H: b289cffab04e5f92d76568148c22fe0c5

Cod. Validación: 7J7JX5W2H9XGKF3RRQ4CXAYT4
Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 1 de

I MEDIA MARATÓN

SAN ROQUE 2026

ÍNDICE

1. Denominación y características

2. Descripción de los recorridos.

3. Track

4. Organigrama de la prueba.

5. Participantes.

6. Plan de prevención y emergencia

Cód. Validación: 7J7JX5W2H9XGKF3RRQ4CXAYT4
Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 2 de 13

I MEDIA MARATÓN

SAN ROQUE 2026

1. Denominación y características de la prueba.

Nombre: I Media Maratón MTB SAN ROQUE 2026

Fecha: Sábado 12 Diciembre de 2026

PROGRAMA GENERAL:

- **Sábado 12 de Diciembre:**
  - 8:30H a 9:30H: Recogida de dorsales de los participantes AULA de la NATURALEZA. Zona Recreativa PINAR del REY
  - 10:00H: SALIDA de la PRUEBA. Zona Recreativa PINAR del REY.
  - De 11:30 a 12:00H: Llegada a meta de los primeros participantes. META. Zona Recreativa PINAR del REY
  - A partir de las 13:30H: Comienzo de la COMIDA de CONVIVENCIA para los participantes.
  - A las 13:30H aproximadamente: Llegada del último participante a meta.
  - De 14:00H: ENTREGA de TROFEOS. AULA de la NATURALEZA.

Cód. Validación: 7J7JX5W2H9XGKF3RRQ4CXAYT4
Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 3 de 13

I MEDIA MARATÓN

SAN ROQUE 2026

2. Descripción del Recorrido.

La primera Edición de la Media Maratón de Bicicleta de Montaña SAN ROQUE 2026 transcurrirá por un recorrido un carácter popular, al alcance de todos los aficionados, y nivel técnico medio.

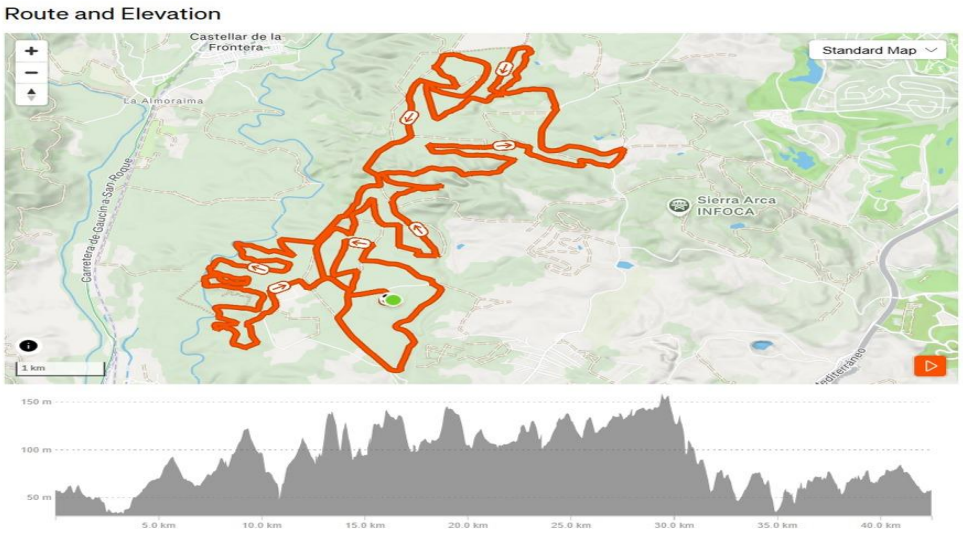
El Recorridos parte de la ZONA RECREATIVA del Pinar del Rey, donde se ubicarán:

SALIDA DE LA PRUEBA;

Punto de Salida; Se realizará una Cámara de Llamada situada en la Zona Recreativa del PINAR del REY, donde se ubicarán la Zona de Organización con los siguientes servicios para los participantes:

- Recogida de Dorsales.
- Aseos
- Información.





Análisis rápido de la ruta

- **Distancia:** 42,5 km. **Desnivel positivo:** 824 m. Tiempo estimado: ~1:27 para los más rápidos.
- **Estructura:**
  - **Km 0–10:** calentamiento suave hasta la primera subida moderada.
  - **Km 10–30:** el corazón de la ruta, con un sube y baja continuo entre 90 y 150 m. El punto más alto está en el km 29–30.
  - **Km 30–42:** bajada larga y rodar tranquilo hasta meta. Se termina disfrutando, no sufriendo.
- **Trazado:** muchas curvas, lazos y cambios de dirección. Eso indica senderos revirados combinados con pistas anchas. Todo transcurre entre Pinar del Rey y el entorno de La Alcaidesa, con Castellar de la Frontera al fondo.

Cód. Validación: 7J7JX5W2H9XGKF3RRQ4CXAYT4
Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 4 de 13

I MEDIA MARATÓN

SAN ROQUE 2026

De esta forma, la prueba se realizará en función al siguiente RUTOMETRO:

Rutómetro BTT

Media Maratón BTT Ciudad de los Desafíos — 42 km

Punto	Km aprox.	Altitud aprox.	Tipo de tramo	Descripción / indicaciones
Salida	0,0	57 m	Inicio	Comenzar a ritmo controlado. Tramo inicial ondulado.
1	1,5	54 m	Llano-bajada	Primer descenso suave; aprovechar para ajustar ritmo y material.
2	3,0	62 m	Ascenso	Comienza una subida progresiva. Evitar aceleraciones innecesarias.
3	4,5	50 m	Descenso	Bajada rápida con posibles cambios de dirección. Revisar trazada.
4	6,0	34 m	Descenso	Punto bajo del primer sector. Posible acumulación de agua o barro según el tiempo.
5	7,5	50 m	Ascenso	Recuperación progresiva; terreno favorable para mantener cadencia.
6	9,0	67 m	Ascenso	La pendiente aumenta. Reservar fuerzas para el sector central.
7	10,5	83 m	Ascenso	Tramo de subida continuada. Usar desarrollo cómodo.
8	12,0	92 m	Cima / transición	Zona elevada; iniciar descenso con precaución.
9	13,5	65 m	Descenso	Descenso prolongado. Controlar la velocidad y las frenadas.
10	15,0	61 m	Llano ondulado	Sector adecuado para beber y comer.
11	16,5	75 m	Ascenso	Nueva subida moderada. Mantener ritmo constante.
12	18,0	96 m	Ascenso	Tramo exigente antes del sector principal.
13	19,5	121 m	Ascenso	Una de las zonas de mayor altitud del recorrido.
14	21,0	137 m	Ascenso fuerte	Posible punto crítico de la ruta. Regular el esfuerzo.
15	22,5	142 m	Cota alta	Aproximación a la zona más elevada; extremar precauciones en la bajada.
16	24,0	125 m	Descenso	Descenso técnico o rápido. Revisar curvas, piedras y roderas.
17	25,5	100 m	Descenso	Continúa la pérdida de altitud. Posible tramo favorable para recuperar.
18	27,0	112 m	Ascenso	Vuelve el terreno ascendente. Comienza el último sector exigente.
19	28,5	132 m	Ascenso	Subida sostenida; controlar el consumo de agua.
20	30,0	144 m	Cota alta	Segundo sector de máxima exigencia. Mantener una cadencia regular.
21	31,5	158 m	Punto alto	Cota máxima aproximada del recorrido. Posible punto de control o avituallamiento.
22	33,0	127 m	Descenso	Descenso largo. Comprobar frenos y evitar riesgos innecesarios.
23	34,5	94 m	Descenso	Tramo rápido si el firme está seco. Atención a curvas cerradas.
24	36,0	55 m	Descenso-llano	Se alcanza una zona baja. Aprovechar para recuperar.
25	37,5	76 m	Ascenso suave	Última remontada importante del recorrido.
26	39,0	63 m	Llano ondulado	Posible tramo para aumentar progresivamente el ritmo.
27	40,5	52 m	Aproximación	Terreno favorable hacia la llegada. Mantener atención hasta el final.
Llegada	42,0	57 m	Final	Final de la Media Maratón BTT.

Cód. Validación: 7J7JX5W2H9XGKF3RBQ4CXAYT4
Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 5 de 13

I MEDIA MARATÓN

SAN ROQUE 2026

RUTÓMETRO POR SECTORES

Sector	Distancia	Características
Salida - km 10	10 km	Terreno ondulado, con una primera bajada y ascensos progresivos.
Km 10 - km 20	10 km	Alternancia de bajadas y subidas; comienza la parte más exigente.
Km 20 - km 30	10 km	Sector central duro, con ascensos prolongados y cotas superiores a 130 m.
Km 30 - km 35	5 km	Punto más alto y posterior descenso prolongado.
Km 35 - llegada	7 km	Tramo de recuperación con una última subida moderada y llegada favorable.

Recomendaciones para participantes

Llevar al menos dos bidones o sistema de hidratación equivalente.

Reservar fuerzas para los sectores comprendidos entre los kilómetros 18-23 y 27-32.

Revisar especialmente frenos, neumáticos y transmisión antes de la salida.

En los descensos, adaptar la velocidad al estado del terreno y mantener distancia de seguridad.

Llevar herramientas básicas, cámara o kit antipinchazos y bomba.

Confirmar sobre el terreno la ubicación de avituallamientos, cruces y puntos de control, porque los datos facilitados no contienen waypoints ni nombres de caminos.

Este rutómetro es orientativo: para un documento de organización o seguridad sería necesario disponer del track GPX/KML con coordenadas, sentido de marcha y puntos exactos de interés.

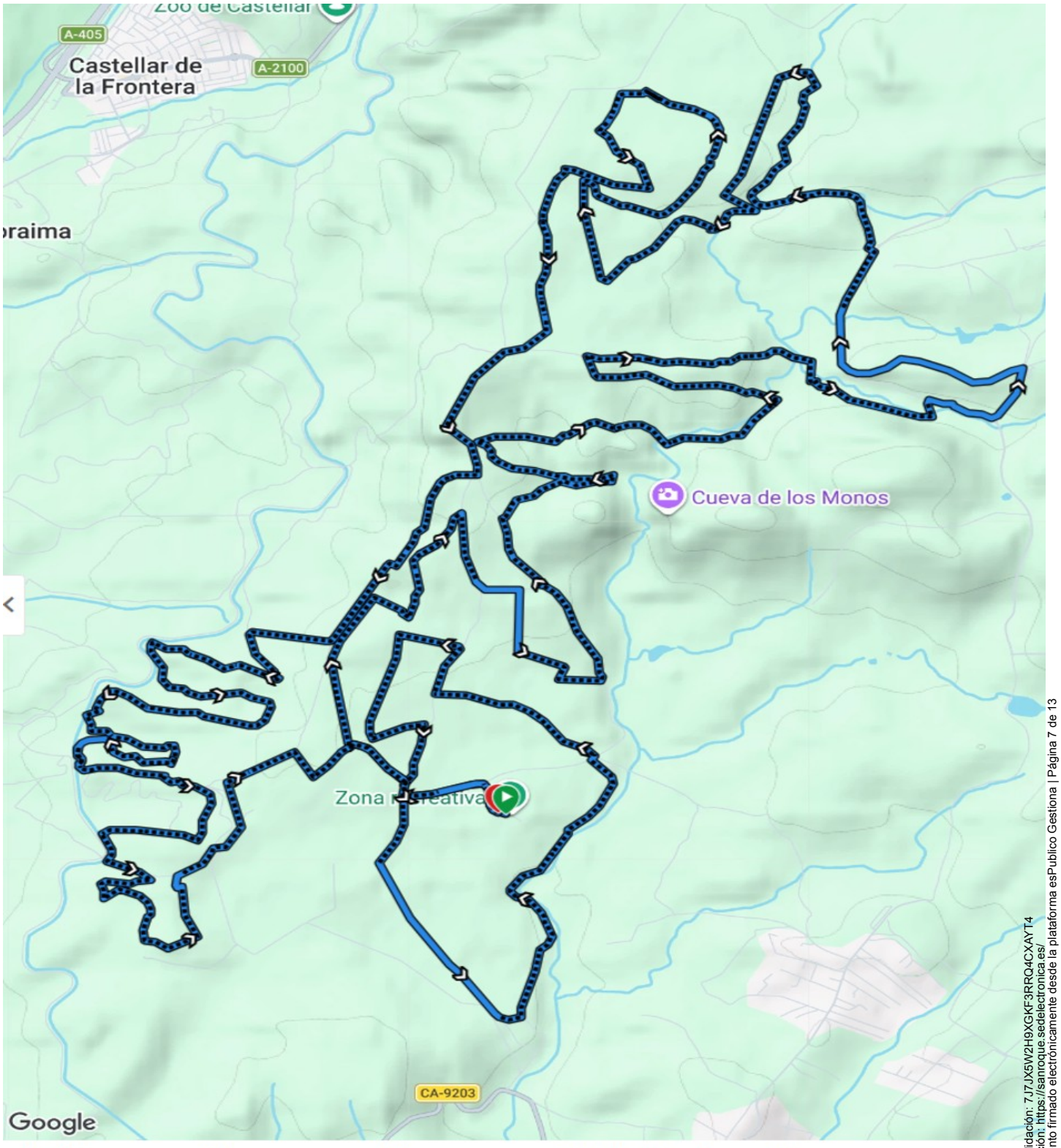
La ruta y sus datos de altitud proceden del recorrido "Media Maratón BTT Ciudad de los Desafíos 42 km"

Cód. Validación: 7J7JX5W2H9XGKF3RRQ4CXAYT4
Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 6 de 13

I MEDIA MARATÓN

SAN ROQUE 2026

3. Track



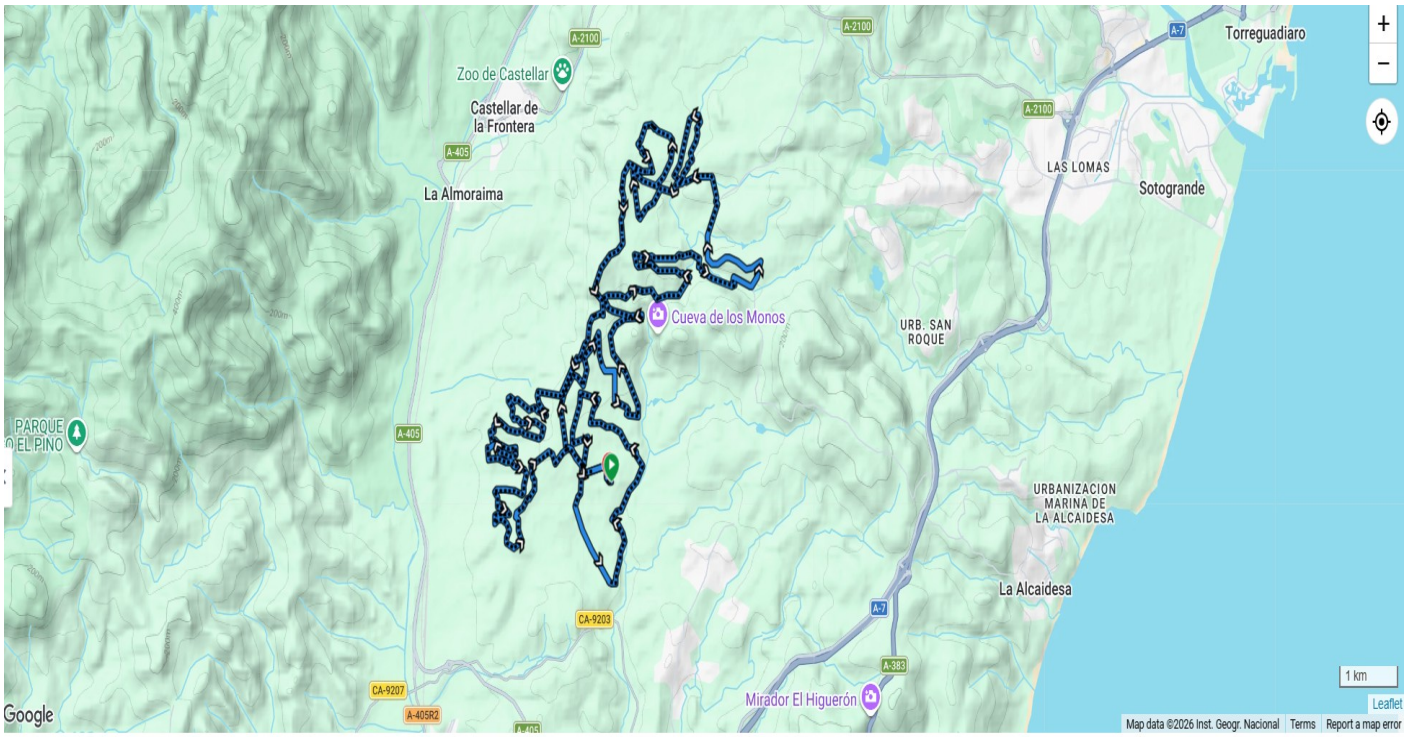
42.50 km	824 m	825 m	87% (37.2 km)	0%
Distancia	Ascenso total	Descenso total	Sin asfaltar	Mucho tráfico

Cód. Validación: 7J7JX5W2H9XGKF3RRQ4CXAYT4
Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 7 de 13

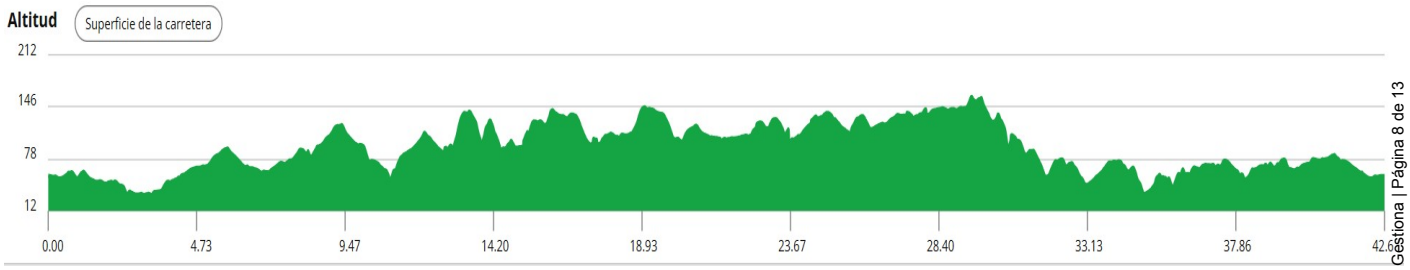
I MEDIA MARATÓN

SAN ROQUE 2026

PERFIL de la PRUEBA



42.50 km	824 m	825 m	87% (37.2 km)	0%
Distancia	Ascenso total	Descenso total	Sin asfaltar	Mucho tráfico



Todo el circuito estará marcado con cinta de balizar, y carteles blancos con flechas rojas.

En el recorrido los participantes contarán con 3 puntos de avituallamiento con agua, isotónico, frutas y barritas, además de 3 puntos de agua repartidos entre los avituallamientos.

Para garantizar que los corredores realizan el recorrido completo se realizarán varios puntos de control repartidos en sitios estratégicos del circuito y que solo conocerá la organización. Se realizarán unas marcas en los dorsales que después verificarán los árbitros de la federación para dale validez al resultado.

Cód. Validación: JJQW2H9XGKF3RRQ4CXAYT4
Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 8 de 13

4. Organigrama de la prueba.

El evento contará con un Director de Carrera que será el Director de Servicios de La Delegación Municipal de Deportes, y un coordinador técnico que será el Presidente Del Club Deportivo Ciclista SR2 San Roque.

Director de Carrera Juan Carlos Crespo Sánchez
DNI: 75.952.451-B
Tel.: 637 33 99 79

Coordinador Técnico Jaime Domingo Ayora

Tel.: 617 77 58 24

Además de esto dispondremos de diferentes personas encargadas de las siguientes funciones:

- Gestionar los avituallamientos, puntos de agua y puntos de control.
- Gestión de participantes.
- Control del recorrido.
- Encargado de salida y meta.
- Guías de carrera (motos).
- Encargado de comida de corredores, duchas y pódium.

Los encargados de gestionar el cronometraje y arbitraje de la prueba será la Federación Andaluza de Ciclismo.

Federación Andaluza de Ciclismo Tel.: 956 34 88 12

En cuanto a la seguridad de la prueba, se contará con la coordinación de los siguientes cuerpos de seguridad:

- Guardia Civil. Tel.: 956 78 01 93
- Policía Local. Tel.: 956 78 02 56
- Protección Civil. Tel.: 956 78 01 06

Cód. Validación: 7J7JX5W2H9XGKF3RRQ4CXAYT4
Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 9 de 13

5. Participantes.

Previsión de Participantes:

- 200 participantes.

Participación máxima que permite la organización.

- 250 inscripciones.

La participación a esta prueba está abierta a todas las personas que deseen participar, ya sea profesional, amateur o aficionado con poco nivel. No es necesario que el inscrito reciba una invitación para participar, solo el conocimiento de las normas y reglamento de la prueba que se publicará en la web de la Federación Andaluza de Ciclismo, a través de https://andaluciaciclismo.com

Por el solo hecho de conocer el reglamento de carrera y completar la inscripción, el competidor renuncia a cualquier acción legal en contra de la organización por causa de algún accidente o lesión deportiva causada durante la prueba. Así mismo acepta y comprende los riesgos asociados a la práctica de esta prueba deportiva, por lo que se responsabiliza personalmente de su participación en esta competición.

La inscripción tendrá un coste de 13 € para los corredores federados y 25 € los corredores no federados. Dicha inscripción da derecho a participar en la presente edición de la Media MTB San Roque, optar a los premios y al obsequio que la organización entregará con el dorsal a cada corredor.

Cód. Validación: 7J7JX5W2H9XGKF3RRQ4CXAYT4
Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 10 de 13

I MEDIA MARATÓN

SAN ROQUE 2026

CATEGORÍAS

Año Nacimiento	EDAD	**Categoría**
2010-2011	15 – 16 años	CADETE (Masc/Fem)
2008-2009	17-18 años	JUNIOR (Masc/Fem)
2004-2007	19-22 años	SUB23 (Masc/Fem)
2003 o anteriores	23–29 años	ÉLITE (Masc/Fem)
1987-1996	30-39 años	MASTER30 (Masc/Fem)
1977-1986	40-49 años	MASTER40 (Masc/Fem)
1967-1976	50-59 años	MASTER50 (Masc/Fem)
1951-1966	60-75 años	MASTER60 (Masc/Fem)
CICLOTURISTA	ABIERTA	NO COMPETITIVA

Cód. Validación: 7J7JX5W2H9XGKF3RRQ4CXAYT4
Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 11 de 13

I MEDIA MARATÓN

SAN ROQUE 2026

SISTEMA de PREMIOS

CLASIFICACIÓN GENERAL
→ **TROFEO PARA 1º, 2º Y 3er Clasificados/as Masculinos y Femeninos**
CLASIFICACIÓN POR CATEGORÍAS
→ **MEDALLA INSTITUCIONAL del EVENTO (Premios Acumulativos)** para los TRES PRIMEROS PUESTOS Masculino y Femenino

PRECIOS

FEDERADOS	13 €
NO FEDERADOS	25 €

Cód. Validación: 7J7JX5W2H9XGKF3RRQ4CXAYT4
Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/
Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 12 de 13

6. Plan de prevención y emergencia de la prueba.

El servicio de protección Civil de San Roque elabora el siguiente plan de prevención para la I Edición de la MEDIA MARATON MTB San Roque 2026, que se celebrará el próximo día 12 de Diciembre de 2026.

En cuánto a los Seguros Obligatorios de las pruebas deportivas, tanto de Responsabilidad Civil, como de Accidentes de deportistas, se utilizarán las Pólizas tramitadas al respecto por la Federación Andaluza de Ciclismo.

Este importante evento deportivo será organizado por la Delegación Municipal de Deportes, contando con la importante colaboración de los colectivos implicados, Policía Local de San Roque, además del servicio de Protección Civil de San Roque, que pone a disposición de la entidad organizadora los siguientes medios técnicos y humanos.

LINEA DE SALIDA Y META

Se dispondrá de un vehículo ambulancia de Clase B, dotada de médico y Técnico Sanitario, así como, con material y equipo humano sanitario para atender a los Deportistas a la llegada a meta.

Se reforzará esta ayuda, con una QUAD Medicalizado que estará en todo el recorrido.

SALIDA DE LAS DIFERENTES MODALIDADES DE LA PRUEBA

Para la salida de la prueba, dos vehículos acompañarán al pelotón durante todo la competición . Uno de ellos se situará delante del grupo (MOTO Organización) y otro en la cola de carrera, también se contará con coches de organización . En los vehículos se contará con Policía Local y personal de la organización.

DESARROLLO DE LA COMPETICIÓN

Durante el desarrollo de la carrera, se colocarán estratégicamente varios vehículos por todo el recorrido, distanciados entre ellos por unos kilómetros. Cada vehículo, ,dispondrá de DOS personas de la organización y controlarán el paso de los ciclistas e informarán inmediatamente de cualquier accidente.

Este servicio de Protección Civil de San Roque estará en todo momento disponible para las posibles incidentes se pudieran producirse dicho evento, y se complementarán con el Documento Oficial, Plan de Seguridad de la Prueba, que la organización redactará y publicará para el conocimiento de los Atletas.

Todo el personal encargado de la Seguridad de la Prueba, estará comunicado entre sí, con los siguientes Sistemas de Comunicación;
Personal de Seguridad Vial; Policía Local y Protección Civil → Sist. Radiofrecuencia Cerrada
Resto de Personal de Organización → Telefonía Móvil.

D. Juan Carlos Crespo Sánchez
Director de la Prueba
Delegación Municipal de Deportes
ILUSTRE AYUNTAMIENTO de SAN ROQUE

Cód. Validación: 7J7JX5W2H9XGKF3RR4CXAYT4 | Verificación: https://sanroque.sedelectronica.es/ | Documento firmado electrónicamente desde la plataforma esPublico Gestiona | Página 13 de 13