

2^a CARRERA IBERO PUEBLA 3, 5 y 10 km

CARRERA CON
CAUSA
FONDO EDUCATIVO
IMPULSO IBERO >

GUÍA PARA PARTICIPANTES

IBERO
PUEBLA

MEJORAR
EL MUNDO
ES POSIBLE

Los **Rostros**
LA PASIÓN DE BEBER

Síntesis
SIN LIBRE EXPRESIÓN NO HAY LIBERTAD

telcel 5G

GRUPO
MÁS+

DIQUIBA
Aditivos y Materias Primas
para la Industria Alimenticia

IKEA

Café Aguirre
RESTAURANTE
DESDE 1955

HALCONES
FLAFOOTBALL



SPORT MASTERS



CHRISTUS MUGUERZA
Sistema de Salud

mitsubishi
MOTORS
Drive your Ambition
ANGELÓPOLIS

PONTE
exa
94.1



Instituto Oriente



HYDROFÍSIC
Hidroterapia, Fisioterapia y Rehabilitación



ve self
WELLNESS CENTER

La Zarza
PASTELES PARA COMPARTIR

skarch
AGUA PARA TODOS

Electrolit

¡Te damos la bienvenida!

Queremos compartir contigo la emoción de participar en la **2a Carrera IBERO Puebla**. Para que tengas la mejor experiencia posible en esta carrera, te compartimos esta guía en la que encontrarás información referente a:

- Entrega de paquetes
- Derechos de la persona participante
- Programa de salida y premiaciones
- Servicios para el día de la carrera
- Cierre de vialidades
- Rutas para 3, 5 y 10 km con zonas de hidratación
- Recomendaciones previas para la carrera
- Resultados y premiación

Deseamos que vivas una gran carrera en comunidad con la IBERO Puebla y que invites a tus familiares y amistades a apoyarte en la ruta o en la llegada. ¡Pongamos el amor más en las obras que en las palabras!

Entrega de paquetes

Sábado 5 de julio del 2025 / Horario: 9:30 a 14:00 horas

Lugar: Auditorio-Gimnasio *Ignacio Ellacuría*, SJ al interior de la IBERO Puebla.

Dirección: Bulevar del Niño Poblano 2901, Col. Reserva Territorial Atlixcáyotl, San Andrés Cholula, Puebla. Entrada al campus por puertas 1, 2 y 3 al estacionamiento o por puerta peatonal del bulevar del Niño Poblano presentando identificación oficial.

Para recibir tu paquete deberás presentar:

- QR de la inscripción. Si no lo tienes, puedes descargarlo aquí: https://www.chronostart.com.mx/eventos/recuperar_inscripcion
- Copia de identificación oficial de quien pagó con tarjeta y de quien participa (INE, pasaporte)
- Hoja de exoneración impresa y firmada. Descárgala aquí: https://www.chronostart.com.mx/pre_registro/pdf_exoneracion/452
- **En el caso de las categorías de Comunidad IBERO de 5 y 10 km, deberá presentar credencial de la Universidad vigente (de estudiante, colaborador o egresado).**
- En caso de ser menor de edad, el padre o tutor tendrá que realizar la firma en el documento de exoneración.

Los paquetes constan de:

- Un número de competencia
- Chip
- Playera oficial del evento¹

Recuerda que:

- Solo se entregarán paquetes en el día y horario estipulados.
- No se entregarán paquetes el día de la carrera.
- El corredor que no recoja su paquete el día y horario estipulado perderá todo derecho derivado de la inscripción.
- No hay reembolsos por paquetes no recogidos el día y fecha establecidos.

¹ La elección de talla para la playera se realizará en línea y no habrá cambios. En caso de registrarse durante la semana previa a la carrera, la talla estará sujeta a existencia.

Tu inscripción incluye

- Playera oficial de corredor.
- Número de corredor.
- Medalla de participación a toda persona que cruce la meta y porte número oficial.
- Chip.
- Seguridad vial durante la ruta.
- Guardarropa.
- Hidratación en la ruta.
- Sanitarios.
- Asistencia médica.
- Diploma digital con tiempo y lugar.

Programa de salida y premiaciones

El domingo 6 de julio de 2025, fecha en la que se realizará la carrera, podrás acceder a la Universidad a partir de las 6:00 horas. Considera tu tiempo de calentamiento con los siguientes horarios:

Hora	Actividad
6:20 h	Apertura de bloques de salida
6:35 h	Inicio de calentamiento
6:50 h	Último llamado a bloques de salida
6:53 h	Protocolo de inicio de carrera
7:00 h	Salida de atletas distancia 5 km
7:06 h	Salida de atletas distancia 10 km
7:09 h	Salida de atletas distancia 3 km
8:30 h	Ceremonia de premiaciones
10:30 h	Cierre del campus

Servicios para el día de la carrera

Acceso al campus

El arco de salida y meta se ubicará en la zona del estacionamiento frente al Instituto de Diseño e Innovación Tecnológica (IDIT). El acceso a la Universidad para corredores será a partir de las 6:00 horas por alguna de las siguientes formas:

- A pie: Puerta peatonal sobre el bulevar del Niño Poblano.
- En auto: Estacionamiento Puerta 4 (lateral del bulevar del Niño Poblano, acceso a un costado del Parque de la Niñez) o Puerta 1 (Av. Centauro).

Estacionamiento

El día de la carrera estarán abiertos los estacionamientos de Puerta 4 (bulevar del Niño Poblano) o Puerta 1 (Av. Centauro)². Considera que habrá vialidades aledañas que serán cerradas horas previas a la carrera. Considera utilizar estacionamientos alternos como el del Parque de la Niñez y el Jardín del Arte.

Sanitarios

Los sanitarios habilitados para uso de los competidores serán los ubicados alrededor del Auditorio-Gimnasio Ignacio Ellacuría, SJ, tanto los que se encuentran en la zona de lobby como los que se encuentran en la parte posterior en la zona de vestidores.

² Cupo limitado y acceso disponible de acuerdo a cierre de vialidades.

Guardarropa

Habrá una carpa para que deposites tu ropa, la cual dejarás dentro de una bolsa. Al finalizar la carrera podrás recogerla con tu número correspondiente y una identificación. No nos hacemos responsables por objetos de valor extraviados, perdidos u olvidados.

Hidratación

Durante la ruta y al finalizar la carrera recibirás hidratación en los distintos puntos de abastecimiento colocados por la organización. En el mapa de las rutas podrás encontrar las distancias donde se ubicarán estas áreas.

Cierre de vialidades

A partir de 6:15 horas habrá cierre total de la avenida Centauro, la avenida de Sol, la calle Osa Mayor y la vía Atlixc yotl (desde los accesos al puente 485 -frente a La Noria y de las calles 25 y 27 sur, hasta antes del hotel Hilton Garden Inn). Estas vialidades se reabr n a partir de las 9 horas aproximadamente. Recomendamos acceder a la Universidad por el bulevar Atlixco y bulevar del Niño Poblano. Toma tus precauciones.

Rutas para cada distancia y zonas de hidratación

Consulta las rutas de 3, 5 y 10 km aquí:

<https://repo.iberopuebla.mx/pdf/rutasCarrera.pdf>

Recomendaciones para la carrera

Tu salud, seguridad y diversión son lo más importante para nosotros, por lo que te invitamos a que consideres los siguientes puntos:

- Si es la primera vez que participas en alguna de estas distancias, comienza moderadamente, ve monitoreando tu desempeño y deja el esfuerzo para el final.  Disfruta la carrera!
- Descansa lo suficiente una noche antes y deja preparadas las cosas que usarás en la mañana.
- Preve el horario y la ruta por la que llegarás a la Universidad para evitar toparte con vialidades cerradas.
- Llega al menos 40 minutos antes del inicio de tu horario de carrera para que puedas calentar.
- Una noche antes, consume alimentos de fácil digestión, y por la mañana procura consumir igualmente algo ligero como galletas y pan tostado con mermelada. Preferentemente, evita lácteos.
- Mantente hidratado desde varios días previos a la carrera.
- Evita estrenar ropa o calzado el día de la carrera. Utiliza ropa que sepas que te resulta cómoda y que sea adecuada para el clima esperado.
- No ingieras bebidas que contengan alcohol la noche anterior a la carrera y evita desvelarte.
- Utiliza alguna gorra o visera, así como bloqueador para protegerte del sol durante el trayecto.

Motivos de descalificación

- No tener colocado el número correspondiente a cada corredor al frente y a la vista

de los jueces.

- Usar un número que no le corresponda.
- Subirse a un vehículo, bicicleta, patines, patín, etc. (la carrera es a pie).
- No seguir la ruta marcada.
- Actitudes antideportivas en general. Seamos ejemplo de convivencia.
- Ser apoyado en ruta con marcaje de ritmos o coacheado durante la carrera.

Resultados y premiación

Zona de recuperación

Después de cruzar la meta recibirás hidratación y tu medalla.

Resultados

Los resultados de todos los participantes se publicarán el domingo 6 de julio a partir de las 16:00 h, en el sitio www.chronostart.com.mx/resultados

En este mismo sitio podrás descargar tu diploma de participación con tiempo oficial.

Premiación

Las categorías que conllevan premiación únicamente son las de distancias 5 y 10 km, ramas varonil y femenil, en categoría Comunidad y General. La distancia de 3 km, por su carácter recreativo, no conlleva premiación.

La premiación consistirá en un obsequio simbólico en especie para cada uno de los primeros 3 lugares de cada categoría, distancia y rama anteriormente mencionadas. Se entregará en la ceremonia de premiación prevista para las 8:45 h del domingo 6 de julio (dependiendo de los tiempos de finalización de los participantes). Aún si no eres ganador, te invitamos a ser parte de la ceremonia en la que podrás participar de las sorpresas que tenemos preparadas para ti.

IBERO
PUEBLA

Los **Rostros**

Síntesis
SIN LIBRE EXPRESIÓN NO HAY LIBERTAD

telcel 5G

