



LOGROÑO
LA MARATÓN

Tu mayor logro



**GUIA DEL
CORREDOR**

 www.maratonlogrono.es

 [maratonlogrono](https://www.facebook.com/maratonlogrono)

 [@logronomaraton](https://twitter.com/logronomaraton)



LOGROÑO

LA MARATÓN

tu mayor logro

42K
21K
10K

Lugar

C/ Muro de la Mata

Fecha

Domingo 5 de Octubre de 2025

Horario

Salida de la carrera (maratón y media maratón) a las 09.00h. desde el Paseo del Espolón de Logroño y llegada de nuevo a Meta en el Paseo del Espolón. La salida del 10K se realizará desde un lugar diferente a las otras dos disciplinas (42K y 21K) y será a las 09.00h. en la rotonda situada entre Avda. de Lobete y Obispo Fidel García.

Tiempo límite para la prueba.

Maratón: 5 horas

Media Maratón: 2 horas 30 minutos

10k: 1 hora 30 minutos

Longitud

Maratón: 42.195 mts (distancia homologada por la RFEA)

Media Maratón: 21.097 mts. (distancia homologada por la RFEA)

10k: 10.000 mts (distancia homologada por la RFEA)





LOGROÑO

LA MARATÓN

tu mayor logro

42K
21K
10K

Recogida de dorsales

El horario y lugar de recogida de los dorsales es el siguiente:

El día viernes 3 de octubre de 2025:

De 10:00h a 21:00h en Ferrer Sport Center, en c/ 7 Infantes de Lara 19 en La Feria del Corredor, situada en Ferrer Sport Center, en c/ 7 Infantes de Lara 19.

El día sábado 4 de octubre de 2025:

De 10:00h a 21:00h en La Feria del Corredor, situada en Ferrer Sport Center, en c/ 7 Infantes de Lara 19.

El día Domingo 5 de octubre de 2025:

De 7:00h a 8:00h en la concha del espolón para los inscritos en el 21k y 42k y para los inscritos del 10k en un lugar habilitado en la misma salida del 10K situada en la rotonda situada entre Avda. de Lobete y Obispo Fidel García Para evitar colas y problemas innecesarios se recomienda a todos los atletas recoger los dorsales los días previos. Para retirararlos será necesario mostrar el DNI del interesado. Los dorsales deberán llevarse bien visibles en la parte delantera del tronco durante la totalidad de la carrera.

Importante:

A los corredores de la maratón se les entregarán dos dorsales. Uno que llevará el chip y deberá ir en la parte delantera y otro para la parte trasera. Es obligatorio que todos los corredores de la maratón lleven los dos dorsales visibles durante toda la carrera





LOGROÑO

LA MARATÓN

tu mayor logro

42K
21K
10K

Categorías.

Se establecen las siguientes categorías masculinas y femeninas.

Maratón: Absoluta M/F

Media maratón: Absoluta M/F

10k: Absoluta M/F

Habrán trofeos para los tres primer@s clasificados absolutos en todas las modalidades. Ver apartado premios del reglamento

Asistencia Médica.

Existirá un servicio médico en la Salida/Meta compuesto por un dispositivo amplísimo de CRUZ ROJA en salida/meta y varios vehículos más situados estratégicamente por toda la carrera, incluso dos bicicletas de CRUZ ROJA que estarán en continuo movimiento por el circuito por si sucediera cualquier anomalía.





LOGROÑO

LA MARATÓN

tu mayor logro

42K
21K
10K



La Rioja



Logroño Deporte

LA RIOJA TURISMO





LOGROÑO LA MARATÓN

Tu mayor logro
Avituallamientos

42K
21K
10K

La organización pondrá a disposición del corredor 17 puntos de avituallamiento durante el recorrido de maratón, y una amplia zona de recuperación al final del recorrido, una vez rebasada la meta. De esta manera, una vez rebasado el km 5 de carrera, cada 2,5 km los corredores tendrán a su disposición avituallamientos.

AVITUALLAMIENTOS

- Avituallamiento sólido
Solid victualing
- Avituallamiento líquido
Liquid victualing
- Avituallamiento isotónico
Isotonic victualing
- Frutos secos
Fruit droughts
- Punto de reanimación
Reanimation point
- Baños
Toilets
- Asistencia médica
Medical aid
- Fisioterapia
Physical

SALIDA						
km 5						
km 7.5						
km 10						
km 12.5						
km 15						
km 17.5						
km 20						
km 21.1						
km 22.5						
km 25						
km 27.5						
km 30						
km 32.5						
km 35						
km 37.5						
km 40						
META						





LOGROÑO

LA MARATÓN

tu mayor logro

42K
21K
10K

Guardarropa.

Guardarropa para 42K y 21K:

El Guardarropa 42K y 21K estará situado en la zona de Salida/Meta (en la concha del espolón). Cada corredor podrá depositar una mochila pequeña con la etiqueta que les entregaremos para que le pongan su número de dorsal y así poder recogerla ágilmente. Se ruega a los participantes que acudan con la suficiente antelación a dejar sus bolsas en el guardarropa para evitar problemas y aglomeraciones. También se ruega, en la medida de lo posible, depositar la ropa en el guardarropa antes de las 8:00h. de la mañana.

Guardarropa para 10K:

Para esta prueba existen dos posibilidades. Al tener la salida en un punto diferente a las otras modalidades, estas son las dos opciones de guardarropa para el 10K: Se dispondrá de un guardarropa móvil en la zona de salida del 10K (rotonda situada entre Avda. de Lobete y Obispo Fidel García. Una vez comience la carrera, la organización llevará las mochilas depositadas a la zona de meta (Paseo del Espolón de Logroño), para ser recogidas por los corredores al finalizar la prueba. La otra opción es depositar la mochila directamente en el guardarropa habilitado en la zona de meta (Paseo del Espolón de Logroño).





LOGROÑO LA MARATÓN

Tu mayor logro

42K
21K
10K

Donde aparcar.

Estos son los parkings (públicos y privados) cercanos a la salida/meta del 21/42k





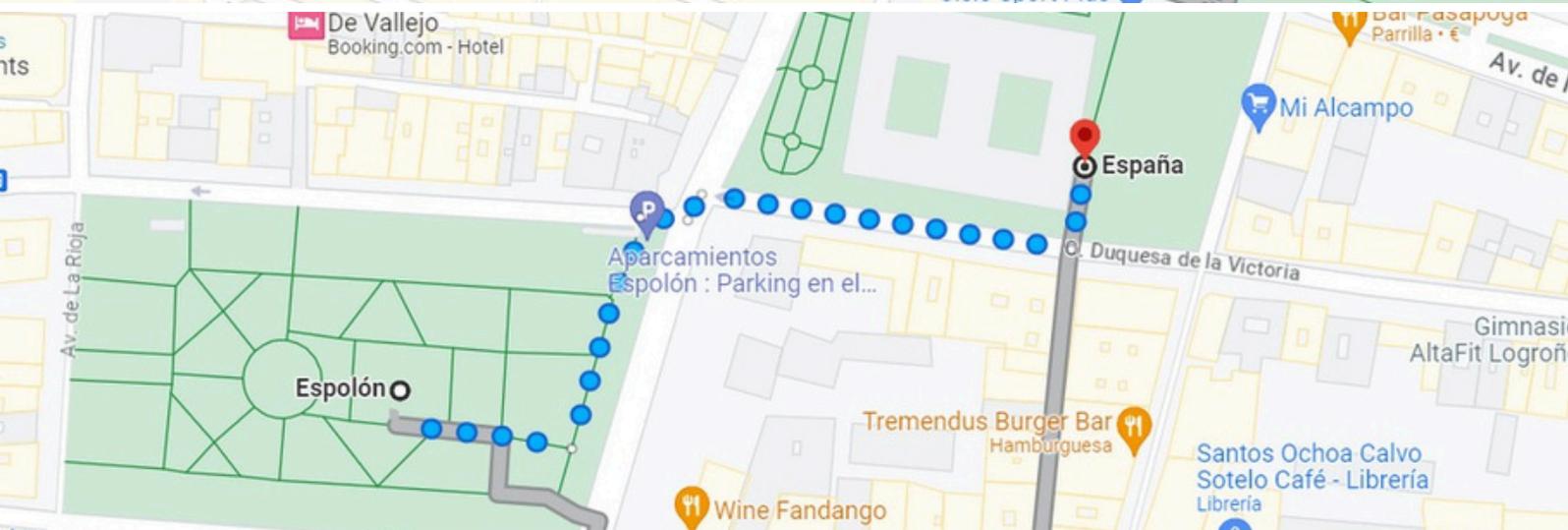
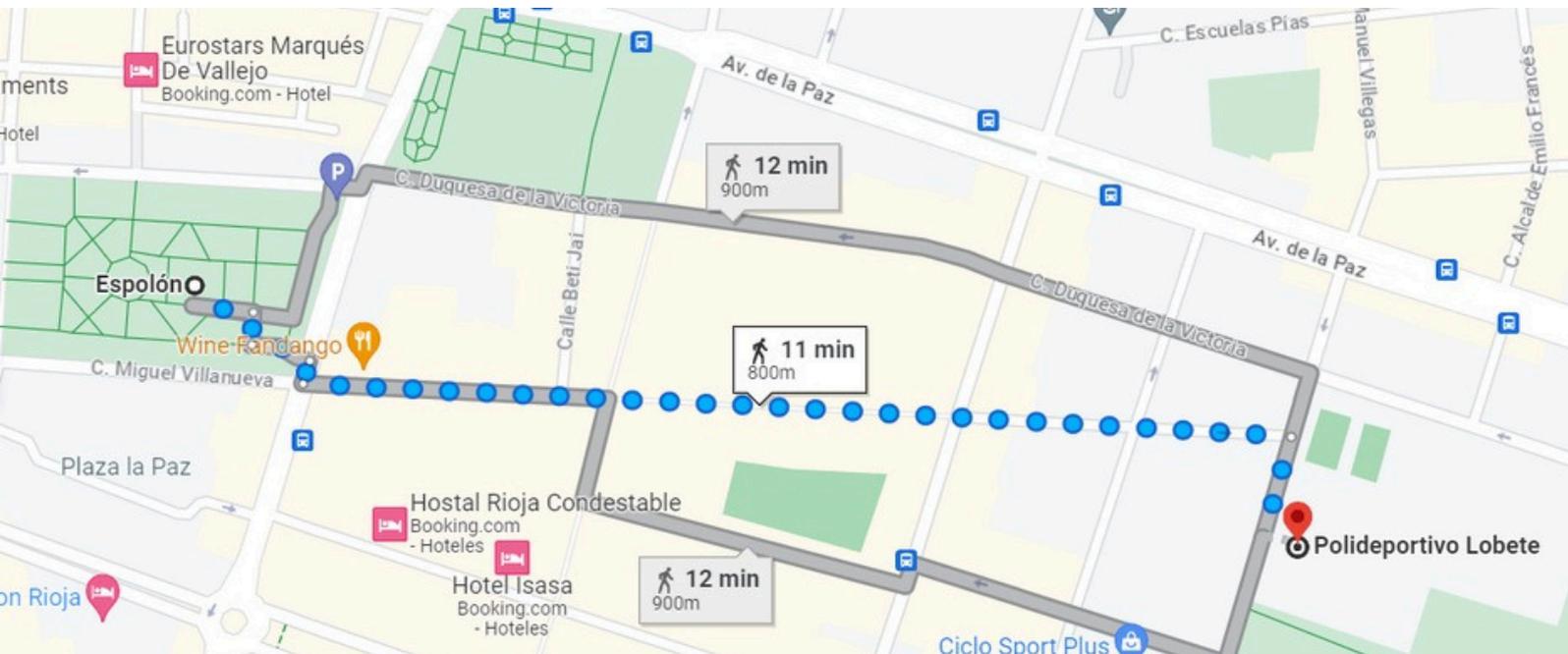
LOGROÑO LA MARATÓN

Tu mayor logro

42K
21K
10K

Duchas

La organización ha habilitado el CDM Lobete y el Colegio Público Duquesa de la Victoria y polideportivo Lobete que estarán disponibles hasta las 15:30 de la tarde,





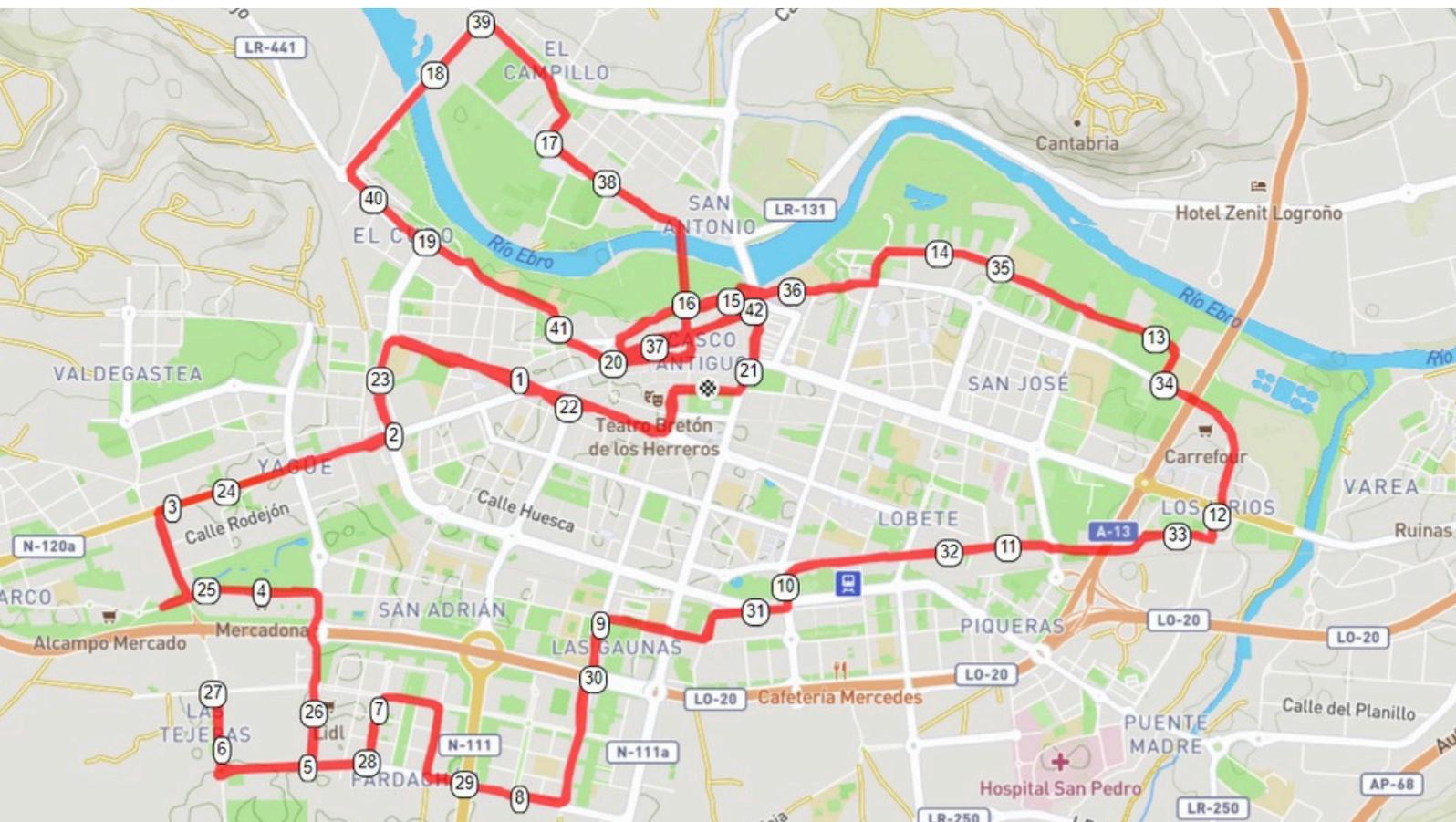
LOGROÑO

LA MARATÓN

Tu mayor logro

Recorrido maratón (2 vueltas)
Recorrido media maratón (1 vuelta)
Homologado Internacionalmente por la RFEA

42K
21K
10K



SALIDA - C. Muro de la Mata - C. Víctor Pradera - C. Gran Vía - C. Gonzalo de Berceo - C. Carmen Medrano - Avda. Burgos - C. Pradoviejo - C. Alfonso VI - C. Portillejo - C. La Cava - C. las Tejeras - C. Serradero - C. Sojuela - C. Clavijo - C. San Adrián - C. Sequoias - Avda. de la Sierra - C. Clavijo - C. República Argentina - C. Duques de Najera - Avda. Lobete - C. Tudela - C. Río Lomo - Paseo del Prior C. Luis de Ulloa. Recto - C. San Millán - C. Doce Ligero - C. San Francisco - C. San Gregorio - C. Norte - C. Once de Junio - C. Marqués de San Nicolás - C. Sagasta - Puente de Hierro - C. Cabo Noval - C. San Ignacio de Loyola - Puente de Sagasta - C. General Urrutia - C. Portales - C. Sagasta - C. Marqués de San Nicolás - C. Cadena - C. Rodríguez Paterna - C. Muro del Carmen - C. Muro de la Mata - META





LOGROÑO

LA MARATÓN

Tu mayor logro

Recorrido 10k

42K
21K
10K

Homologado Internacionalmente por la RFEA

*Salida desde
intersección de avd
lobete con calle obispo
Fidel García*



SALIDA - Avda. Lobete - C. Tudela - C. Rio Lomo - C. Madre de Dios - C. Luis de Ulloa - Paseo del Prior - C. La Ribera - C. San Francisco - C. San Gregorio - C. Norte - C. Once de Junio - C. Marqués de San Nicolás - C. Sagasta - Puente de Hierro - C. Cabo Noval - C. San Ignacio de Loyola - Puente de Sagasta - C. General Urrutia - C. Portales - C. Sagasta - C. Marqués de San Nicolás - C. Cadena - C. Rodríguez Paterna - C. Muro del Carmen - C. Muro de la Mata - **META**





LOGROÑO

LA MARATÓN

Tu mayor logro

42K
21K
10K



sapje
RENOVABLES

www.sapjerenovables.es



unir UNIVERSIDAD
INTERNACIONAL
DE LA RIOJA

Hospital
viamed
Los Manzanos



SILENCE



unir UNIVERSIDAD
INTERNACIONAL
DE LA RIOJA



POWERADE
ZERO



F-SPORT
TV

La Rioja



LA
RIOJA
TURISMO

LOGROÑO

ferrer
sport



RISER

Hospital
viamed
Los Manzanos



LOGROÑO

LA MARATÓN

tu mayor logro

42K
21K
10K

Espacio La Maratón.

Desde el viernes 3 de octubre hasta el sábado 4 de octubre, todos los corredores y acompañantes podrán pasar un buen rato, lleno de buen rollo y ambiente deportivo en el “espacio La Maratón” en las instalaciones de Ferrer Sport y los Cines 7 Infantes, en la calle Siete Infantes de Lara, 19. Como ya es tradición, además de la carrera, durante ese fin de semana, Logroño acogerá el “espacio La Maratón”. Un lugar donde corredores, acompañantes y el público en general podrá pasarse, conocer y participar de todas las actividades, pruebas y demostraciones en directo que hemos preparado para ti.

Horario “espacio La Maratón”:

Viernes 3 de octubre de 16:00h. a 21:00h.

Sábado 4 de octubre de 10:00h. a 21:00h.





LOGROÑO

LA MARATÓN

tu mayor logro

42K
21K
10K

Actividades "espacio La Maraton"

Viernes 3 de octubre 17:00h-21:00h.

Espacio La Maratón

Visita nuestro espacio LA MARATON donde un DJ amenizará un espacio cargado de ambiente deportivo y buen rollo
17:00h-21:00h.

Espacio "Imagina, crea y Anima".

Te estamos esperando con cartulinas corporativas para que dibujes y animes a tod@s los corredores el día de la carrera. Es la hora de dejar correr tu imaginación y ser el mejor cartel de animación.....y tiene premio!! Al cartel más original y creativo el día de la carrea le regalamos un vale de 100€ en material deportivo para que lo gaste cuando quieras

Espacio Viamed

Ven y prueba las ultimas tecnologias en presoterapia gracias a Viamed, Ven y prueba completamente gratis unas botas de presoterapia de ultima generacion y prepara las piernas para volar el día de la maraton.

Espacio Green Corners:

Trucos para calentar, para enfriar, para relajar...ven a este espacio y te explicaran todo lo que debes saber para dar el 100% en cada entrenamiento





LOGROÑO

LA MARATÓN

Tu mayor logro

42K
21K
10K

Sábado 4 de octubre

9:30h Calentamiento lleno de buen rollo con @ Verdelis y @eldeporteyyo.

Este año no te puedes perder la salida de 6km con Verdelis y Eldeporteyyo que nos llevarán hasta el parque natural de La Grajera y en el que a los 100 primeras personas que lleguen se llevaran una bolsa JOMA de regalo y en el que se sortearan 10 Packs de GREEN CORNERS SPORT. Habrá calentamiento y ejercicios de movilidad que nos dejarán completamente preparados para el gran día.....NO TE LO PUEDES PERDER!! Salida y Llegada desde Ferrersport (Siete Infantes de Lara 19).

10:00h. Apertura "Espacio La Maratón"

Visita nuestro espacio LA MARATON donde un DJ amenizará un espacio cargado de ambiente deportivo y buen rollo 10:00h-21:00h.

Entrega de dorsales 10:00h-21:00h.

Espacio "Imagina, crea y Anima".

Te estamos esperando con cartulinas corporativas para que dibujes y animes a tod@s los corredores el día de la carrera. Es la hora de dejar correr tu imaginación y ser el mejor cartel de animación.....y tiene premio!! Al cartel más original y creativo el día de la carrea le regalamos un vale de 100€ para que lo gaste cuando quieras





LOGROÑO

LA MARATÓN

tu mayor logro

42K
21K
10K

12:00h. Mini maratón solidaria a favor de Cruz Roja La Rioja

Una carrera infantil pensada para los más pequeños de la familia y en la que podrán participar todos los niños y niñas nacidos entre los años 2014 y 2020 ambos incluidos (*los niños de cinco años podrán ir acompañados por un adulto).

La Mini-Maratón Infantil Solidaria tendrá un recorrido de 500 metros para los más peques y 1.000 mtrs para los más experimentados.

La carrera será en el parque San Adrian justo al lado de las instalaciones de Ferrer Sport en la calle Siete Infantes de Lara 19 de Logroño.

Serán seis carreras distribuidas por edades.

La recaudación íntegra de la inscripción ira a favor de Cruz Roja La Rioja y se realizará mediante una aportación solidaria de 2€. Y recuerda que corres por una buena causa y que todo lo recaudado íntegramente en esta carrera será destinado a Cruz Roja La Rioja.

19:00h. Proyecto 7maratones7continentes7dias y 6destinos1meta

Si hay algo que no te puedes perder este año es conocer de primera mano las vivencias y experiencias vividas durante los retos 7maratones7continentes7dias y 6destinos1meta contadas en primera persona por Verdellis y eldeporteyyo.

Lugar: espacio GREEN CORNERS en el espacio la maratón

PLAZAS LIMITADAS:

inscripciones en maratonlogrono.es

21:00h. Fin de la jornada





LOGROÑO

LA MARATÓN

tu mayor logro

42K
21K
10K

patrocinadores



Media partner



Bebida oficial

