



Ayuntamiento de
San Fernando



XXXVII MEMORIAL SARGENTO DE INFANTERÍA DE MARINA “RAFAEL CARMONA PÁEZ”

NORMATIVA

1. COMISIÓN ORGANIZADORA

Ayuntamiento de San Fernando, Armada Española y Club de Atletismo Carmona Páez.

2. COORDINACION

Esta carrera popular participativa correrá a cargo de la Concejalía de Actividad Física y Deporte de la Delegación General del Área de Desarrollo de la Ciudadanía de Deporte del Ayuntamiento de San Fernando, Junta de Educación Física y Deportes de la Armada en San Fernando y Club Atletismo “Carmona Páez”.

3. DATOS DE LA PRUEBA

- Día de celebración: sábado 13 de junio de 2026.
- Distancia: 10 kilómetros.
- Concentración: a partir de las 17:30 horas en la Ciudad Deportiva de Bahía Sur de San Fernando.
- Salida: a las 20:00 horas de la Ciudad Deportiva de Bahía Sur.
- Itinerario:
 - o Zona urbana 1. Paseo de la Fuente, Vial del Estadio, Calle Carpinteros, Calle Caldereros, Carretera de Fadrilas, Calle Estacha (Polígono Fadrilas II), Calle Trinquete (Polígono Fadrilas II), Rotonda de la Cruz, Calle San Federico, Paseo Joly Velasco.
 - o Zona militar. Entrada TEAR (puerta 5), Salida TEAR (puerta 2), Calle Almte. Baturone Colombo, Paseo Capitán Conforto, Entrada ESUBO (Junto pasillo del Panteón Marineros Ilustre), Salida de ESUBO, Calle Almte. Baturone Colombo Avenida de la Armada.
 - o Zona urbana 2. Carretera de la Carraca, Calle Cantabria, Calle Felipe II, Calle Campomanes, Puente hacia Barriada Diputación, Calle Servando Camúñez, Calle Albina del Puente, Plaza del Castillo, Calle Escaño, Calle Colón, Avda. Alcalde Cayetano Roldán bajada y subida sin llegar a la Avenida Pery Junquera, Calle Reyes Católicos, Calle Poeta Jiménez Ayllón, Calle General García de la Herrán, Calle Dr. Revuelta Soba, Calle General Pújales, Avda. Almirante León Herrero, giro en la Rotonda del Torero, Avda. Almirante León Herrero, Calle Arenal.
- Meta: en Calle Arenal junto a Parque Almirante Lahulé.
- Servicio de guardarropa: con recogida en el punto habilitado en el lugar de concentración próximo a la salida (Ciudad Deportiva Bahía Sur) en banda horaria de 18:00 a 19:15 horas y entrega en el interior del Pabellón del Parque Almirante Lahulé próximo a meta.
- Puestos de avituallamiento: en punto intermedio (agua) y meta (agua, fruta e isotónicas).



4. CATEGORÍAS CONVOCADAS

Tanto para hombres como mujeres, se establecen las siguientes categorías en función de la edad en el día de la prueba:

- Sub-20, para atletas que tengan de 16 a 19 años.
- Sub-23, para atletas que tengan de 20 a 22 años.
- Senior, nacidos en el año que cumplan 23 años hasta máster (hasta 34 años inclusive).
- Máster 35, desde el día que cumplan 35 años hasta 39.
- Máster 40, desde el día que cumplan 40 años hasta 44.
- Máster 45, desde el día que cumplan 45 años hasta 49.
- Máster 50, desde el día que cumplan 50 años hasta 54.
- Máster 55, desde el día que cumplan 55 años hasta 59.
- Máster 60, desde el día que cumplan 60 años hasta 64.
- Máster 65, desde el día que cumplan 65 años hasta 70.
- Máster 70, desde el día que cumplan 70 años y mayores.
- CATEGORÍA ESPECIAL, (miembros fuerzas armadas, cuerpos de seguridad, bomberos y protección civil).

(* Menores de 18 años deben de contar con autorización de padres o tutores.

5. INSCRIPCIONES

Se establecen las siguientes cuotas de inscripción:

- Desde la apertura al 3 de mayo de 2026: 14 €
- Desde el 4 de mayo al 31 de mayo de 2026: 18 €
- Desde el 1 de junio hasta llegar a 1.000 inscripciones: 20 €
- A partir de 1.000 inscritos: 25 €

El proceso de inscripción se realizará online utilizando uno de los siguientes enlaces:

- <https://atletismofaa.es/carreraspopulares/>
- https://web.faaalive.com/ch/2026/14214/xxxvii%20memorial%20sargento%20de%20infanter%C3%ADa%20marina%2022rafael%20carmona%20p%C3%A1ez%22%20*

Se recomienda la comprobación de la totalidad de los datos personales facilitados en el proceso online de inscripción en la plataforma web, sobre todo aquellos que tengan que ver con las diferentes clasificaciones y así evitar potenciales errores en las mismas.

El cierre de inscripciones se efectuará el lunes 8 de junio a las 13.00 h. o cuando se llegue al número máximo de atletas establecido en 1.100 para esta edición.

La entrega de la bolsa del corredor que incluye dorsal, chip y camiseta conmemorativa, se realizará en la Ciudad Deportiva Bahía Sur los siguientes días y horarios:

- Jueves 11 de junio de 10:00 a 14:00 y de 17.00 a 21.00 horas.
- Viernes 12 de junio de 10:00 a 14:00 y de 17.00 a 21.00 horas.
- Sábado 13 de junio de 10:00 a 19:00 horas.



Ayuntamiento de
San Fernando



La organización recomienda que la recogida de la bolsa del corredor se realice con suficiente antelación y no esperar, en la medida de lo posible, a última hora.

6. INSCRIPCIÓN GRATUITA CAMPEON@S EDICIÓN ANTERIOR Y AQUELLOS QUE POSEAN EL RÉCORD DE LA PRUEBA

Con la intención de premiar a los y las atletas ganadores y ganadoras de la edición anterior y a los y las que posean el récord de la prueba, la Comisión Organizadora ha decidido cursarles INVITACIÓN con inscripción GRATUITA, de lo que dará cuenta a la Federación Andaluza de Atletismo.

7. CRONOMETRAJE

Correrá a cargo de la Federación Andaluza de Atletismo, con puntos de cronometraje en el Estadio Iberoamericano de Atletismo 2010 (salida), Junta de Deportes (punto intermedio) y calle Arenal (meta).

8. PREMIACIONES

MEDALLAS FINISHER CONMEMORATIVAS DE ESTA EDICIÓN:

- Para todas y todos los atletas inscritos que finalicen la prueba (en línea de meta).

CLASIFICACIONES GENERALES (ABSOLUTAS):

- Trofeo a las tres primeras clasificadas y obsequio.
- Trofeo a los tres primeros atletas clasificados y obsequio.

CLASIFICACIONES POR CATEGORIAS:

- Trofeo a las tres primeras y los tres primeros atletas clasificados en cada una de las categorías establecidas en el punto 8.
- No acumulable a las "Generales".

PREMIOS ESPECIALES A LA PARTICIPACIÓN DE MIEMBROS DE LAS FUERZAS ARMADA, CUERPOS DE SEGURIDAD, BOMBEROS Y PROTECCIÓN CIVIL:

- Destinado a las y los atletas participantes pertenecientes a las Fuerzas Armadas, Cuerpos de Seguridad, Bomberos y Protección Civil, que así se hayan identificado en el proceso de inscripción.
- Camiseta conmemorativa de esta edición a las tres primeras y tres primeros atletas clasificados.
- Este premio es adicional y acumulable.

PREMIOS ESPECIALES A LA PARTICIPACION DE CENTROS DE ENSEÑANZA

- Destinado a los Centros de Enseñanza que hayan promocionado e incentivado la participación de su alumnado en esta prueba. Es imprescindible que el alumnado se identifique como pertenecientes a su Centro de Enseñanza en el proceso de inscripción.
- Para optar a estos premios los Centros de Enseñanza deberán superar el límite de 10 atletas en meta.



Ayuntamiento de
San Fernando



- Habrá un premio de 100 € en material deportivo para el Centro que consiga el mayor número de atletas en meta.
- Habrá dos premios adicionales de 100 € en material que se sorteará entre todos los Centros que hayan cumplido con el requisito de un mínimo de 10 atletas en meta.

9. CONSIDERACIONES GENERALES

- La inscripción en esta prueba lleva parejo la aceptación de las normas que la regulan y de la interpretación de estas que haga el Comité Organizador.
- El hecho de inscribirse en esta prueba implica una declaración de no tener contraindicada la actividad física y de tener el estado físico necesario para poder realizar la prueba, eximiendo a la organización de cualquier patología o anomalía físicas que pudiese padecer. Se recomienda la realización de un reconocimiento médico previo.
- La prueba cuenta con seguro de responsabilidad civil y seguro de accidentes.
- Se facilitará la participación de personas con discapacidad y/o movilidad reducida, debiendo de ponerse en contacto con el organizador antes de iniciar el proceso de inscripción con objeto de garantizar que se disponen de los medios adicionales que sean necesarios en cada caso
- El tiempo mínimo de paso por kilómetro se establece en 7 minutos, ampliable 10 segundos más, siempre y cuando no constituya un riesgo de seguridad.
- Al ser un recorrido urbano se recomienda correr por el centro de la calle, respetando las indicaciones de la Organización.
- La carrera estará controlada por jueces adscritos al Comité Territorial de Jueces de la Federación Andaluza de Atletismo. La Comisión Organizadora aceptará las decisiones del Juez Principal designado por la Federación en cuanto a resultados y descalificaciones.
- Serán descalificados las y los atletas que:
 - o no pasen por todos los controles existentes en la carrera;
 - o no lleven el dorsal visible en su parte delantera;
 - o tengan un comportamiento antideportivo;
 - o no respeten las indicaciones realizadas por la organización.
- Es obligatorio el abandono inmediato de la carrera, para aquellos atletas que les sea notificado por los servicios médicos o auxiliares de la Organización, así como aquellos que sean superados por la bandera verde de la carrera por incumplimiento del tiempo de paso.
- Por cuestiones de seguridad, no está permitida la participación de corredores con animales, ni correr con carritos portando a menores. Ni se permite el uso de bicicletas o motocicletas, ajenas a la Organización, para acompañar a los corredores.
- Queda prohibido la realización de fotografías, selfies o grabaciones en vídeo en todo el recinto militar.
- Podrá interponerse una reclamación ante el juez de la prueba una vez publicadas las clasificaciones en el tablón de anuncios, hasta un máximo de quince minutos.
- La inscripción y participación en esta prueba deportiva implica la aceptación de la cesión de los derechos de imagen, audiovisual, fotográfica y periodística de la competición.



Ayuntamiento de
San Fernando



- El Comité Organizador se reservará el derecho de modificar o ampliar las Normas de esta competición si con ello se consigue una mejora en la prueba. De producirse alguna modificación se dará conocimiento a través.

10. CARRERA DE MENORES

Organizado por la Escuela de Atletismo del Club Carmona Páez, el mismo sábado 13 de Junio, se realizarán carreras para menores durante la jornada de mañana en el Parque Almirante Laulhé, en la banda horaria de 10 a 13 horas.

El Club de Atletismo Carmona Páez informará puntualmente de las actividades a desarrollar, información que estará disponible en las webs.

11. RECOMENDACIONES DIETÉTICAS

- Días previos a la carrera: mantener un consumo de hidratos de carbonos adecuados para conseguir así una buena reserva de glucógeno muscular.
- Día de la carrera:
 - o El **DESAYUNO** debe ser **COMPLETO Y VARIADO**, rico en hidratos de carbonos de absorción lenta (pan blanco, cereales, productos lácteos, etc...) combinándolos también con los de absorción rápida (pieza de fruta, miel, galletas, etc.).
 - o Realizar la última comida sólida unas tres horas antes de la carrera.
 - o Evitar ese mismo día alimentos ricos en grasas y/o fibra.
 - o El **ALMUERZO** deberá ser **RICO EN HIDRATOS DE CARBONOS** (pasta o arroz), **VERDURAS** (las que contenga menos fibras) Y **FRUTAS**, la ingesta de alimentos con leve carga proteínica son los más indicados, deberán ser alimentos digeribles y con poca grasa, como por ejemplo (pavo, pollo).
 - o Se deberá mantener buena **HIDRATACIÓN** durante todo el día, destacando la importancia que tiene haber seguido una correcta hidratación los días previos al evento, es recomendable beber agua preferentemente en pequeñas cantidades acompañada también de bebidas isotónicas.
- Durante la carrera: es muy importante mantener **BUENA HIDRATACIÓN**, se recomienda beber pequeñas cantidades de agua y/o bebidas isotónicas, para mantener en todo momento buena reserva de electrolitos, sobre todo si la temperatura es superior a 20° C.
- Después de la carrera: recargar los depósitos de glucógeno para conseguir una buena recuperación muscular, por tanto, es recomendable seguir una **DIETA RICA EN HIDRATOS DE CARBONOS Y PROTEÍNAS**.



CONSEJOS PARA CORRER 10 km

➤ **Tus tiradas largas, no tan largas**

Durante tus entrenamientos no es necesario hacer sesiones de 10 km. Ten en cuenta que si puedes llegar a correr 7 kilómetros, podrás terminar la carrera con garantías de éxito. Una vez tengas una buena base aeróbica, si quieres **mejorar tu ritmo en carrera**, el trabajo los últimos tres meses debe de estar orientado a combinar el trabajo fraccionado, cambios de ritmo, fartleck con alguna sesión de carrera continua larga.

➤ **Conoce tus tiempos de paso**

Ya sabes cuál es tu estado de forma, así que **planifica** tu ritmo en carrera y predice tu tiempo de paso por cada kilómetro. Establece una **estrategia** para cumplirlos, como rodar lento o subir el ritmo en el kilómetro 'X'.

➤ **Prepara tu equipamiento**

Presta especial atención a los **factores externos**, como el equipamiento deportivo.

Cada corredor necesita un calzado específico y adecuado dependiendo de su peso y pisada. Recuerda **no estrenar material** deportivo el día de la prueba por las posibles rozaduras y para evitar ampollas.

➤ **Dedica tiempo al fortalecimiento**

El **entrenamiento de fuerza** es indispensable para tener una base sólida que te ayude a prevenir lesiones. Un músculo más fuerte genera una contracción más potente, lo que se traduce en una mayor amplitud de zancada y en su rápida recuperación.

Las **pesas**, o las **gomas** en su defecto, pueden llegar a ser tus mejores herramientas de trabajo. Es necesario trabajar de forma específica tus cuádriceps, gemelos y bíceps femoral (en excéntrico, isométrico y concéntrico), sóleos, psoas ilíaco, abductores y aductores.

Presta atención también al fortalecimiento de los ligamentos del tobillo para prevenir fascitis, periostitis, tendinitis, esguinces o torceduras por inestabilidad del mismo. La articulación del tobillo posee un amplio movimiento de flexo-extensión, prueba a fortalecerlo mediante flexiones dorsales (15°) y plantares (30°).

➤ **Resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad**

De todas las capacidades físicas básicas (resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad), la resistencia nos permite soportar la carga de entrenamiento para cubrir la distancia, la fuerza nos permite llevar un paso relajado en carrera, la velocidad nos permite subir de nivel nuestro ritmo de carrera y la flexibilidad nos ayudará en el aspecto técnico, economizando nuestros



esfuerzos. La **clave** en tu entrenamiento residirá en la correcta **estructuración** de tus ejercicios para que te permitan obtener tu máximo rendimiento.

➤ **Entrena la velocidad**

Es conveniente entrenar los **sistemas energéticos** que nos permitan aumentar el ritmo en carrera.

El entrenamiento anaeróbico mediante el trabajo de velocidad (**intervalos, fartlek, carrera en desniveles**), aumentará tu capacidad anaeróbica. Sin embargo, nos exige tener las distancias medidas y nos cuesta más, pero es necesario y beneficioso.

➤ **Mejor descansar que sobreentrenar**

Los entrenamientos se deben hacer con moderación. Es mucho mejor **descansar** que sobreentrenarse, sobre todo los tres días previos a la carrera. Cambia el orden de los días de los rodajes para no hacer el mismo rodaje dos días seguidos, y procura no aumentar el volumen y la intensidad del entrenamiento al mismo tiempo.

➤ **Estira**

La flexibilidad es la única práctica que involuciona, es decir, no se puede mejorar, por lo que nuestra labor será mantenerla para prevenir lesiones. Por esta razón, es conveniente realizar estiramientos antes y después de los entrenamientos si no queremos tener una flexibilidad geriátrica poco flexibilidad, el día de mañana agradeceremos los estiramientos.

➤ **Participa en otras carreras populares**

Incorpora en tu programa de entrenamiento una **carrera semanal** en función de tus posibilidades (un 2.000, 3.000 o 5.000). Supondrá un desafío, mejorará tu umbral láctico (el ritmo más rápido que puedes realizar sin acumulación de ácido láctico) y aumentará de forma sostenida tu intensidad de trabajo, ayudándote a mejorar tus marcas.

Te servirá de autoestima y seguridad tanto en tus entrenamientos diarios, semanales y en tus carreras populares.

La competencia con otros corredores en las mismas carreras populares te motivará hasta el punto de que consigas mejoras y resultados beneficiosos para tu estado de forma.



Ayuntamiento de
San Fernando



BREVE HISTORIAL

Este MEMORIAL se inició en el año 1.988, siendo el recorrido entre las ciudades de Chiclana (lugar de su nacimiento) y San Fernando (donde se formó como militar y deportista).

El II MEMORIAL se desarrolló entre las ciudades de San Fernando y Chiclana.

Debido a las obras que se realizaban en la carretera nacional 340, en los años 1.990 y 91, lo que impedía poder ser utilizada, se celebraron el III y IV MEMORIAL en dos circuitos urbanos en Chiclana y San Fernando respectivamente.

Finalizadas las obras de la carretera nacional volvió a celebrarse el V MEMORIAL entre las ciudades de Chiclana y San Fernando.

La organización de los CINCO (5) primeros MEMORIALES corrió a cargo conjuntamente de la Armada y los Ayuntamientos de San Fernando y Chiclana.

El VI y VII MEMORIAL se celebraron en un circuito urbano en San Fernando con salida del Parque Almirante Lauhé y Meta situada en el Estadio de Bahía Sur.

En el VIII, IX y XI MEMORIAL, se repite el mismo circuito con salida de la Junta de Educación Física t Deportes de la Armada, y la Meta en el Parque Almirante Lauhé, que en opinión de todos los corredores participantes es el más idóneo, por el calor de los aplausos que reciben a su paso por las calles céntricas de nuestra ciudad.

En la edición del 2.019, se homologa el circuito por parte de la Real Federación Española de Atletismo.

A partir del VI MEMORIAL, la organización corrió a cargo de la Armada, Club Carmona Páez y el Ayuntamiento de San Fernando.

Durante los años 2.020 y 2.021 no pudo celebrarse el Memorial a consecuencia de la pandemia por el COVID-19.

Los OBJETIVOS, de la Armada, Club Atletismo Carmona Páez y del Excmo. Ayuntamiento de San Fernando, son seguir manteniendo esta importante prueba deportiva en memoria de este gran Deportista que ha sido el Sargento de Infantería de Marina "CARMONA PAEZ", que tantos triunfos deportivos dio a la Armada y a nuestra Ciudad, llevando su nombre por todo el territorio Nacional e Internacional y que sirva al mismo tiempo, como ejemplo a todos los jóvenes deportistas en general y corredores en particular.

Los atletas que inscribieron su nombre como ganadores de los diferentes MEMORIALES son los siguientes:



Ayuntamiento de
San Fernando



HISTÓRICO PUESTOS DE HONOR

EDICIÓN	CAMPEONA	CAMPEÓN
I	LIDIA CORONEL.- del Club ADAF	LUIS SASTRE.- del club Joma Sport de Toledo
II	LIDIA CORONEL.- del Club ADA-Cruzcampo	JOAN ANTUNEZ.- del club Caparica de Portugal
III	MERCEDES VILLALÁ.- de la U.A. San Fernando	JOAQUIN PIÑEIRO.- del club Maratón de Portugal
IV	ELENA FIGUEIRA.- del Club Alhao	JOSE CENTRUN.- del club Maratón de Portugal
V	NAIMA RHAOWI.- del Club P. Jimesa	ABDELKADER EL MOUAZIZ.- del club Casablanca
VI	CANDIDA ALMEIDA.- del Club Independiente de Portugal	ABDELKADER EL MOUAZIZ.- del club Casablanca
VII	MARÍA DE LOS ANGELES MARTÍN.- del Club Indep.	J JUAN MUÑOZ NAVAS.- de la U.A. San Fernando
VIII	FÁTIMA ROMERO GARCÍA.- de la U.A. San Fernando	SERGIO NIETO BERNAL.- de la U.A. San Fernando
IX	MERCEDES VILLALÁ.- de la U.A. San Fernando	SERGIO NIETO BERNAL.- de la U.A. San Fernando
X	ELENA APARICIO PEÑA.- del Club Carmona Páez	JOSE LUIS ZARZA RODRIGUEZ.- del club Dep. Espada
XI	MARÍA CARMEN CALLEALTA.- del Club Carmona Páez	JUAN MUÑOZ NAVAS.- de la U.A. San Fernando
XII	ELENA APARICIO PEÑA.- del Club Carmona Páez	ENRIQUE FERNANDEZ DOMINGUEZ.- Indep. San Fdo
XIII	ELENA APARICIO PEÑA.- del Club Carmona Páez	MIGUEL A. CORONIL NEIRA.- del club CHAPIN DE J.
XIV	M ^o CARMEN PERALTA MACÍAS.- del C. Carmona Páez	PABLO FONTAN SORIANO.- del club CARMONA PAEZ
XV	ELENA APARICIO PEÑA.- del Club Carmona Páez	JOSE LUIS MONTIEL CHAVES.- Indep. de Chiclana
XVI	ELENA APARICIO PEÑA.- del Club Carmona Páez	MIGUEL A. CORONIL NEIRA.- del club Maratón Jerez
XVII	ELENA APARICIO PEÑA.- del Club Carmona Páez	PABLO FONTÁN SORIANO.- del club Carmona Páez
XVIII	M ^o CARMEN PERALTA MACÍAS.- del C. Carmona Páez	JAVIER ARANDA MARTÍN ARROYO.- del Bahía Algeciras
XIX	M ^o CARMEN PERALTA MACÍAS.- del C. Carmona Páez	JAVIER ARANDA MARTÍN ARROYO.- del Peña Dosa
XX	ELISA ORELLANA MONTERO.- del Club Carmona Páez	ANTONIO J. LAGARES BARRERA.- del Nerja Málaga
XXI	RAQUEL LÓPEZ CALCIS.- del Club Carmona Páez	ALVARO DE FUENTE CARRASCO.- del club B. Algeciras
XXII	RAQUEL LÓPEZ CALCIS.- del Club Carmona Páez	ALVARO DE FUENTE CARRASCO.- del club B. Algeciras
XXIII	ESTHER CÓRDOBA.- del Club Atletismo Olimpo	JAVIER ARANA MARTÍN-ARROYO.- del Club Nerja de Atl
XXIV	RAQUEL LÓPEZ CALCIS.- del Club Carmona Páez	CARLOS CEPERO GÓMEZ.- de la A.D. Maratón Jerez
XXV	VICTORIA DÍEZ SANCHEZ FERRAGOUT.- de la U.A. SF	M. ANGEL HIDALGO MARTÍN.- del club C. Páez



Ayuntamiento de
San Fernando



XXVI	VICTORIA DÍEZ SANCHEZ FERRAGOUT.- de la U.A. SF	OTMANE BENOMAR.- del Club Atletismo Tarifa
XXVII	VICTORIA DÍEZ SANCHEZ FERRAGOUT.- de la U.A. SF	OTMANE BENOMAR.- del Club Bahía Algeciras
XXVIII	VICTORIA DÍEZ SANCHEZ FERRAGOUT.- de la U.A. SF	MIGUEL BLANCO MADONADO.- del Club A. Tarifa
XXIX	NOEMÍ MARTÍNEZ GRREZ.- del C.A. Chiclana	ANTONIO NARVÁEZ VIDAL.- del C.A. Chiclana
XXX	TAMARA PÉREZ MERA.- del SEOANE PAMPIN	JORGE SOTO HONOR.- de la U.A. SF
XXXI	TAMARA PÉREZ MERA.- del SEOANE PAMPIN	LUIS FIGUEROA G ^a CUBILLANA.- del Pvo. Getafe
XXXII	TAMARA PÉREZ MERA.- del SEOANE PAMPIN	LUIS FIGUEROA G ^a CUBILLANA.- del C.A. C. Páez
XXXIII	TAMARA PÉREZ MERA – del SEOANE PAMPIN	PEDRO GARRIDO BEJARANO – del C.A. Villa de Rota
XXXIV	NAHZA MACHROUH – del TROPS CUEVAS DE NERJA	SERGIO MENA MARCUELLO – del Independiente
XXXV	TAMARA PÉREZ MERA – del SEOANE PAMPIN	LUIS FIGUEROA G ^a CUBILLANA.- del Pvo. Getafe
XXXVI	TAMARA PÉREZ MERA – del SEOANE PAMPIN	JORGE SOTO HONOR- del Hygge Running Concept-B.



Ayuntamiento de
San Fernando



RANKING POR TIEMPOS “MEMORIAL CARMONA PÁEZ”

CIRCUITO HOMOLOGADO 10K

CATEGORÍA MASCULINA:

ATLETA	CLUB	MARCA	EDICIÓN
SERGIO MENA MARCUELLO	INDEPENDIENTE	31'21"	2023
LUIS FIGUEROA GARCÍA-CUBILLANA	C.A. CARMONA PÁEZ	31'23"	2019
PEDRO GARRIDO BEJARANO	C.A. VILLA DE ROTA	31'32"	2022
PEDRO GARRIDO BEJARANO	A.D. MARATÓN JEREZ	31'50"	2023
JORGE SOTO HONOR	HYGGE RUNNING C.B.	31'51"	2025
JORGE SOTO HONOR	U. ATL. SAN FERNANDO	31'56"	2022
LUIS FIGUEROA GARCÍA-CUBILLANA	POLIDEPORTIVO GETAFE	32'05"	2024
JORGE SOTO HONOR	CD SURCO LUCENA	32'06"	2023
PEDRO GARRIDO BEJARANO	RUNCHIPS JEREZ CATUNAMBÚ	32'08"	2025
ADRIÁN ANDIVIA SOTO	C.A. PUNTA HUMBRÍA	32'39"	2023

CATEGORÍA FEMENINA:

ATLETA	CLUB	MARCA	EDICIÓN
TAMARA PÉREZ MERA	RUNNING P. SEOANE PAMPIN	36'15"	2019
NAZHA MACHROUH	TROPS CUEVA DE NERJA	36'44"	2023
TAMARA PÉREZ MERA	RUNNING P. SEOANE-PAMPIN	37'15"	2023
TAMARA PÉREZ MERA	RUNNING P. SEOANE-PAMPIN	37'29"	2024
TAMARA PÉREZ MERA	RUNNING P. SEOANE-PAMPIN	37'37"	2025
MARÍA DEL MAR MARQUES CÓRDOBA	TROPS CUEVA DE NERJA	37'58"	2023
LOLA CHICLANA PARRILLA	TROPS CUEVA DE NERJA	38'34"	2023
IRENE PEINADO MORALES	INFORHOUSE DE SANTIAGO	39'34"	2025
MALU DEL RÍO CARO	INDEPENDIENTE	39'49"	2024
KEILA FERNANDEZ MARTINEZ	TROPS CUEVA DE NERJA	40'02"	2023

RECORD MASCULINO	31'21"
RECORD FEMENINO	36'15"