



**CLUB  
PAMPLONA  
ATLETICO**

# CARRERA SOLIDARIA 10 K PAMPLONA 2015 INTERSPORT IRABIA



**20-9-2015**

# CARRERA SOLIDARIA

“10 K PAMPLONA 2015 INTERSPORT IRABIA”



## PRESENTACIÓN-

La carrera **10 K PAMPLONA**, pertenece al **CIRCUITO RUNNING NAVARRO**. Organizada por el club PAMPLONA ATLETICO los años 2012 y 2013 y 2014, ya es una cita obligada para todos los corredores tanto profesionales como aficionados.

Dentro del ESTADIO LARRABIDE se realizan **carreras y actividades para niños**.

Un año más la carrera es **SOLIDARIA**, coincidiendo con el Día Mundial del Alzheimer, este evento ayudará a la asociación Afán (Asociación navarra de ayuda a familiares con enfermos de alzheimer) a dar a conocer la existencia de esta enfermedad y de las dificultades que van asociadas a ella.

Además la carrera 10 K PAMPLONA 2015 INTERSPORT IRABIA ayuda a apoyar a la ASOCIACION ARCO IRIS (ayuda niños ucranianos) y BANCO DE ALIMENTOS

# CIRCUITO RUNNING NAVARRA

## CIRCUITO CARRERAS POPULARES DE NAVARRA

Varios clubes de Atletismo de Navarra nos hemos juntado para crear un circuito de carreras populares. El I Circuito Provincial de Carreras Populares de Navarra se desarrolló durante el año 2013, partiendo de 7 pruebas, con posibilidad de ampliar más pruebas al circuito, este año ya 8 pruebas componen el mismo.

Calendario: Circuito Navarra Running 2015

- 08 Marzo: Cross Pinares (Lerin)
- 28 Marzo: Carrera Popular C.A.Iranzu (Estella)
- 19 Abril: Carrera Popular Hiru Herri (Burlada)
- 26 Abril: Carrera del Camino (Zizur)
- 06 Junio: 10kms Ciudad de Tudela (nocturna)
- **20 Septiembre: 10k Pamplona 2015 Intersport Irabia (Pamplona)**
- 18 Octubre: Carrera 5 y 10 kms Sarriguren
- 08 Diciembre: Cross de las Peñas (Tafalla)

## DATOS DE LA CARRERA

### 10K PAMPLONA 2015 INTERSPORT IRABIA

**NOMBRE: 10K PAMPLONA 2015 INTERSPORT IRABIA**

**ESTADIO LARRABIDE ACCESO LIBRE DESDE LAS 9H00**

**FECHA: DOMINGO 20 SEPTIEMBRE 2015**

- **CARRERA ADULTOS – A PIE- 10h30**  
Salida- Avda Galicia  
Llegada – Estadio Larrabide
- **CARRERAS NIÑOS- desde las 9h30**  
en Interior Estadio Larrabide

**INSCRIPCION ON LINE (ADULTOS Y NIÑOS)**

## RECORRIDO

10 km. por las calles más emblemáticas de Pamplona.



## OBJETIVOS

- **INCENTIVAR LA VIDA SANA ENTRE PERSONAS DE TODAS LAS EDADES A TRAVES DE ESTE DEPORTE, ASOCIANDO DEPORTE Y SALUD.**
- **INCENTIVAR Y PROMOCIONAR el DEPORTE EN LA MUJER.**
- **SOLIDARIO- DAR A CONOCER Y APOYAR LA CONCIENCIACIACIÓN DE CAUSAS SOCIALES (CADA AÑO A DISTINTAS ASOCIACIONES BENEFICAS)**

## SOLIDARIZATE

- **ASOCIACION AFAN – Asociación de familiares de enfermos de ALZHEIMER)-ya que la fecha de celebración de la carrera coincide con el DIA MUNDIAL DEL ALZHEIMER.**



El **ALZHEIMER** es una enfermedad neurodegenerativa que se manifiesta con trastornos de conducta y deterioro cognitivo.

**ALZHEIMER- En España** existen unos 800.000 enfermos, en total afecta en España a 3,5 millones de personas entre quienes la sufren y sus familiares cuidadores

Hay que destacar además que se detectan **150.000 nuevos casos al año**

En Navarra se cuentan sobre los 9000 los afectados por demencias.

**TRATAMIENTO.** El Alzheimer es un problema de carácter socio-sanitario ya considerado de **primera magnitud**, cuyo principal abordaje se establece en el ámbito familiar.

### **A.F.A.N.**

ASOCIACION DE FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER DE NAVARRA  
C/ Pintor Maeztu 2 , bajo 31008 Pamplona

[afan@movistar.es](mailto:afan@movistar.es)

Tlfn.948 275252



- **ASOCIACION ARCO IRIS SOLIDARIO- ONG fundada en 1996 con el objeto de ayudar a niños y niñas ucranianos necesitados.**

Cada año organizan la acogida temporal de menores ucranianos en familias navarras durante las vacaciones de verano y Navidad.



Son niñ@s de entre 8 y 17 años que viven bien en orfanatos

donde las carencias materiales y afectivas están muy presentes o en familias desestructuradas o con problemas graves que les impiden poder desarrollar una vida plena.

Acciones principales:

- Acogimiento de menores de entre 8 y 17 años en familias de Navarra durante los periodos vacacionales o bien a lo largo del curso escolar. En este verano de 2015, llevan a cabo una experiencia de acogida en campamento de menores provenientes de la zona de Donest (Este de Ucrania). 25 niños y niñas que durante dos meses están alojados en una vivienda recibiendo clases y atención, especialmente, afectiva. Alejados del ambiente pre-bélico que se lleva viviendo en la zona desde hace tiempo.

### **ARCO IRIS SOLIDARIO**

AYUDA A NIÑOS Y NIÑAS UCRANIANOS NECESITADOS

[arcoirissolidario@hotmail.com](mailto:arcoirissolidario@hotmail.com)

Tfno: 645698392



➤ **BANCO DE ALIMENTOS DE NAVARRA “Contra el hambre y el despilfarro”  
MEJORA DE LAS CONDICIONES ALIMENTARIAS PERSONAS EN RIESGO O SITUACIÓN DE  
EXCLUSIÓN SOCIAL**

El Banco de Alimentos de Navarra ( BAN ) es una fundación benéfica de carácter social, independiente, laica y sin ánimo de lucro. Está integrada en las Federaciones Española y Europea de Bancos de Alimentos (FESBAL) desde 1996.

**Objetivos del BAN**



El BAN tiene como objetivo prioritario la mejora de las condiciones alimentarias de los grupos de personas en riesgo o situación de exclusión social, como base para su integración.

- Pretende en esta misión implicar a la sociedad entera con la promoción y desarrollo del voluntariado de manera que la Fundación sea ejemplo de organización, gestionada por voluntarios, dentro del tercer sector, de modo eficiente y transparente.
- Pretende igualmente que las empresas y la sociedad en general adquieran hábitos de racionalización en el uso y consumo de alimentos, como medio de reducir impactos ambientales y alcanzar una mayor sostenibilidad.

<p><b>BANCO DE ALIMENTOS DE NAVARRA</b>          “Contra el hambre y el despilfarro”          Polígono Agustinos s/n (Recinto Mercairuña). 31013 Pamplona (Navarra)          Tfno: 948 30 38 16</p>	
---	--

**OFERTA A PARTICIPANTES**

**10K PAMPLONA 2015 INTERSPORT IRABIA**

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LIMPIO Y FÁCIL RECORRIDO POR LAS CALLES DE PAMPLONA PARA CORREDORES A PIE Y EN PATINES</b></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>RÁPIDA Y SENCILLA INSCRIPCIÓN ON LINE</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>CARRERA A PIE</b></li> <li>• <b>CARRERA CON PATINES</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>CRONOMETRAJE CON CHIP</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>CAMISETA TÉCNICA DE LA MAYOR CALIDAD</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>TROFEOS Y PREMIACIONES ECONÓMICAS PARA LOS TRES PRIMEROS EN LLEGAR (M/F)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>BOLSA DE CORREDOR CON VARIOS OBSEQUIOS Y BEBIDAS PARA HIDRATACIÓN</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>AVITUALLAMIENTO EN KM. 5 Y A LA LLEGADA</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SERVICIO DE GUARDARROPA</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SERVICIO DE MASAJES EN META</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SEGURO DE RESPONSABILIDAD CIVIL</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SORTEOS DE MATERIAL DEPORTIVO, BONOS GIMNASIO, MENÚS EN RESTAURANTES, POR CORTESÍA DE EMPRESAS COLABORADORAS</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>RESERVA DESCUENTOS EN RESTAURANTES SELECCIONADOS PARA COMER EL DOMINGO, PRESENTANDO INSCRIPCIÓN O NÚMERO DE DORSAL.</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>DUCHAS EN ESTADIO LARRABIDE</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>DESCUENTOS EN PODOLOGÍA Y FISIOTERAPEUTA, SI NECESITARAN ESTOS SERVICIOS DIAS PREVIOS A LA CARRERA, PRESENTANDO INSCRIPCIÓN Y NÚMERO DE DORSAL.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>CHARLAS DE ENTRENADORES Y PLAN DE ENTRENAMIENTO PARA LA CARRERA (GIMNASIO ONFITNESS)</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>CARRERAS Y ACTIVIDADES PARA NIÑOS</b></li> </ul>		<p><b>EN INTERIOR ESTADIO LARRABIDE</b></p>

# GALERIAS

## Galerias 10K PAMPLONA 2013

<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.1474984676093146.1073741830.1473519606239653&type=3>

## Galería Pamplona Atlético 10K PAMPLONA 2014



<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.1512193799038900.1073741832.1473519606239653&type=3>

## Galerías Diario de Navarra 10K PAMPLONA 2014



I-[http://www.diariodenavarra.es/multimedia/galerias-imagenes/dn\\_running/fotos\\_dnrunning/2014/09/28/a325c\\_carrera\\_ciudad\\_pamplona.html](http://www.diariodenavarra.es/multimedia/galerias-imagenes/dn_running/fotos_dnrunning/2014/09/28/a325c_carrera_ciudad_pamplona.html)

II-[http://www.diariodenavarra.es/multimedia/galerias-imagenes/dn\\_running/fotos\\_dnrunning/2014/09/28/ebfca\\_carrera\\_ciudad\\_pamplona.html](http://www.diariodenavarra.es/multimedia/galerias-imagenes/dn_running/fotos_dnrunning/2014/09/28/ebfca_carrera_ciudad_pamplona.html)

III- [http://www.diariodenavarra.es/multimedia/galerias-imagenes/dn\\_running/fotos\\_dnrunning/2014/09/28/carrera\\_ciudad\\_pamplona\\_iii.html](http://www.diariodenavarra.es/multimedia/galerias-imagenes/dn_running/fotos_dnrunning/2014/09/28/carrera_ciudad_pamplona_iii.html)

IV-[http://www.diariodenavarra.es/multimedia/galerias-imagenes/dn\\_running/fotos\\_dnrunning/2014/09/28/carrera\\_ciudad\\_pamplona.html](http://www.diariodenavarra.es/multimedia/galerias-imagenes/dn_running/fotos_dnrunning/2014/09/28/carrera_ciudad_pamplona.html)

# PATROCINADORES y COLABORADORES

## CARRERA SOLIDARIA 10K PAMPLONA 2015 INTERSPORT IRABIA

### Patrocinadores y Colaboradores 2015

Organiza



Carrera perteneciente a  
Circuito Navarro Running Nafar Zirkuitua



Patrocina



Gobierno  
de Navarra



Ayuntamiento de  
Pamplona  
Iruñeko Udala



Pamplona  
me gusta!

INTERSPORT  
IRABIA

DN

DIARIO DE  
NAVARRA



Reyno  
Gourmet  
calidad natural garantizada



Auto-recambios  
"HERGOY"



EROSKI  
contigo



Kaiku



CAJA RURAL  
DE NAVARRA  
funciona



Coca-Cola  
Coca-Cola

Colabora



FUNDACIÓN  
CAJANAVARRA



POWERADE  
bebida para deportistas

ESPECTÁCULOS INFANTILES



MONSTRUOS  
www.monstruosma.es

Onfitness  
Sport & Spa



Carnicería  
YERRO



COPYWIND  
FOTOCOPIAS  
PAMPLONA

anvés  
INGENIERIA

rótuloslavin

Estrella Brta  
Centro estético integral

Onfitness  
EL BAR DEL GIMNASIO  
Comida casera para llevar, sana y  
baja en calorías. Ideal para deportistas

SURYA  
FORMACION

deporte.com  
navarro

RADIO MARCA  
NAVARRA  
101.9 fm



10K PAMPLONA Solidaria



Asociación de  
familiares de  
enfermos de  
Alzheimer  
de Navarra





**CARRERA SOLIDARIA**  
**10K PAMPLONA 2015 INTERSPORT IRABIA**



**CLUB PAMPLONA ATLETICO**  
[www.pamplonaatletico.com](http://www.pamplonaatletico.com)

**INFORMACION, INSCRIPCIONES y CONSULTAS**

<http://www.rockthesport.com/evento/10k-pamplona-2015-intersport-irabia>

<http://www.rockthesport.com>

<https://twitter.com/PamplonaAt>

 10 K PAMPLONA

 PAMPLONA ATLETICO