



Ayuntamiento de
Medina de Pomar



Medina
de Pomar.
Por el
Deporte.

MARCHA NOCTURNA

entre esla 2026



DISTANCIA: 9,5 KM (CORRIENDO) Y 8 KM (ANDANDO/MARCHA NÓRDICA)

SÁBADO, 15 DE AGOSTO
MEDINA DE POMAR

SALIDA DESDE LA PLAZA MAYOR
21:00 CARRERAS INFANTILES
21:45 CALENTAMIENTO
22:00 CORRIENDO
22:05 ANDANDO/MARCHA NÓRDICA
23:00 ACTUACIÓN MUSICAL

INSCRIPCIONES HASTA EL 13 DE AGOSTO
NIÑOS/AS NACIDOS DEL 2019 A 2012: 10€
A PARTIR DEL 2011: 12€
INCLUYE: MOCHILA, FRONTAL, AVITUALLAMIENTOS Y SEGURO DE
ACCIDENTES.



Ayuntamiento de
Medina de Pomar



Medina
de Pomar.
Por el
Deporte.



DIPUTACIÓN
DE BURGOS
INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y JUVENTUD



MARCHA NOCTURNA ENTRE-TESLA

Medina de Pomar (Burgos) – 15 de agosto de 2026

Desde el Ayuntamiento de Medina de Pomar, junto con el IDJ de la Diputación de Burgos, el Cub U.C. Medinesa y Protección Civil, se os anima a participar en la 14ª Marcha Nocturna ENTRE-TESLA. Una cita que ya es todo un clásico en nuestro municipio y una experiencia ideal para disfrutar en familia, con amigos o en solitario, pero siempre en buena compañía.

Como novedad este año se realizará la primera Mini – EntreTesla para poder acercar el atletismo al público más joven. Por lo que es una actividad pensada para todos y todas. Desde los más deportistas hasta quienes solo quieren pasar un rato diferente, en un recorrido asequible, con frontales, buena compañía y con el aliciente de superar un pequeño reto personal bajo la luz de las estrellas.

No importa tu edad ni tu condición física, si tienes ganas de disfrutar, este es tu plan.

¡Te esperamos para vivir una noche diferente!

El Alcalde/Presidente del Ayuntamiento
de Medina de Pomar
Isaac Angulo Gutiérrez



MARCHA NOCTURNA ENTRE-TESLA – 2026

La Entre-Tesla de Medina de Pomar, es una prueba suave en cuanto a desniveles, alrededor de los 100 m acumulados. Los 9,5 y 8 km. del trazado llano, tienen la dificultad de realizarse por la noche y discurrir fuera del asfalto, por caminos y sendas con irregularidades, haciéndose necesario el uso de frontales para una correcta iluminación.

Esta prueba popular pretende reunir una participación de todos los sectores y edades de la sociedad. Va dirigida a todo tipo de deportistas, tanto atletas federados, no federados y a cualquier persona con una cierta inquietud por la actividad física. Es una aventura, un reto y terminar es el principal motivo de satisfacción. La idea es fomentar deporte y naturaleza en un ambiente de convivencia y compañerismo.

Salidas desde la Plaza Mayor

21:00 Carreras infantiles.

21:45 Calentamiento.

22:00 Salida corriendo (prueba cronometrada).

22:05 Salida andando y marcha nórdica.

Distancias

9,5 Km (corriendo)

8 km (andando/nórdica)

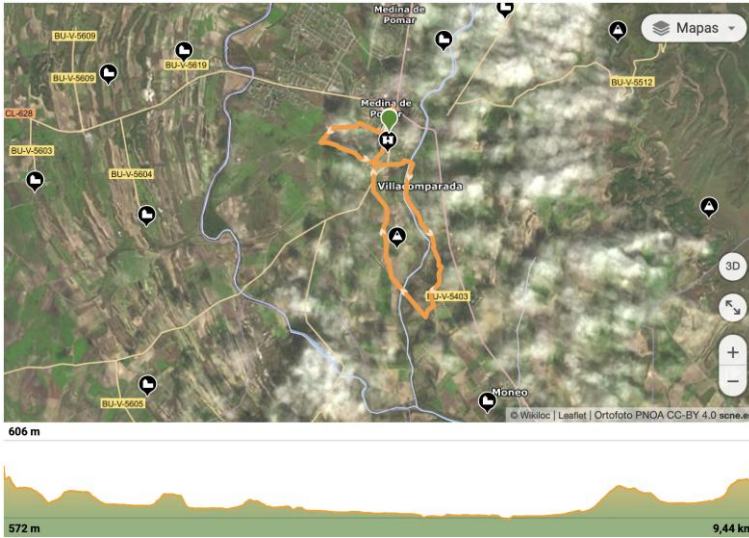
Desnivel acumulado: 100 m

Duración estimada: 1:30 h a 2:30 h andando / 40 min - 1:30 h corriendo



Recorrido

Correr

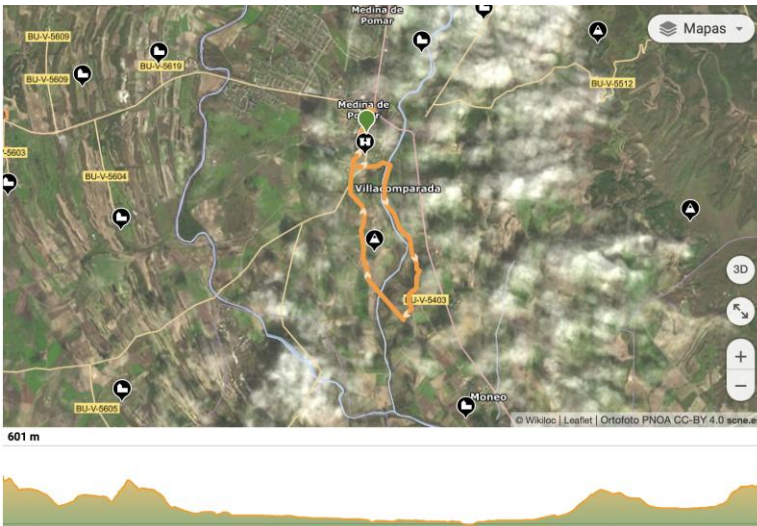


ESTADÍSTICAS DE LA RUTA

Distancia	Desnivel positivo
9,44 km	48 m
Dificultad técnica	Desnivel negativo
Moderado	48 m
Altitud máxima	TrailRank
606 m	16
Altitud mínima	Tipo de ruta
572 m	Circular

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/iglesia-san-pedro-y-ermita-senora-del-salcinar-y-del-rosario-desde-alcazar-de-los-velasco-216528580>

Andar y marcha nórdica



ESTADÍSTICAS DE LA RUTA

Distancia	Desnivel positivo
8,11 km	60 m
Dificultad técnica	Desnivel negativo
Fácil	60 m
Altitud máxima	TrailRank
601 m	16
Altitud mínima	Tipo de ruta
570 m	Circular

https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/iglesia-san-pedro-y-ermita-senora-del-salcinar-y-del-rosario-desde-alcazar-de-los-velasco-267322231?h=gpg77ka9lp&wa=so&utm_campaign=badge&utm_source=unknown&utm_medium=unknown



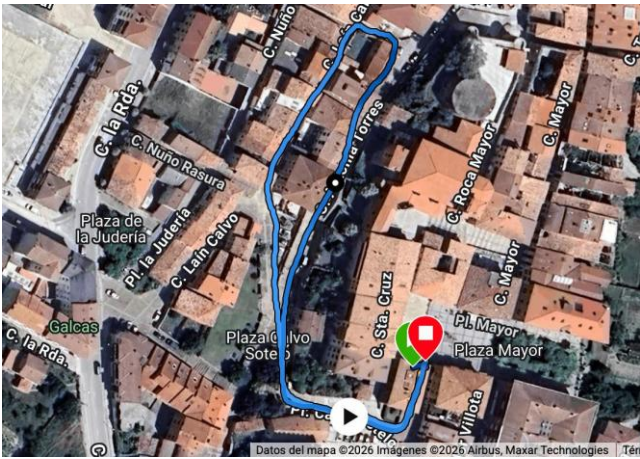
Recorridos Mini EntreTesla



Prebenjamín y Benjamín

Distancia: 240m

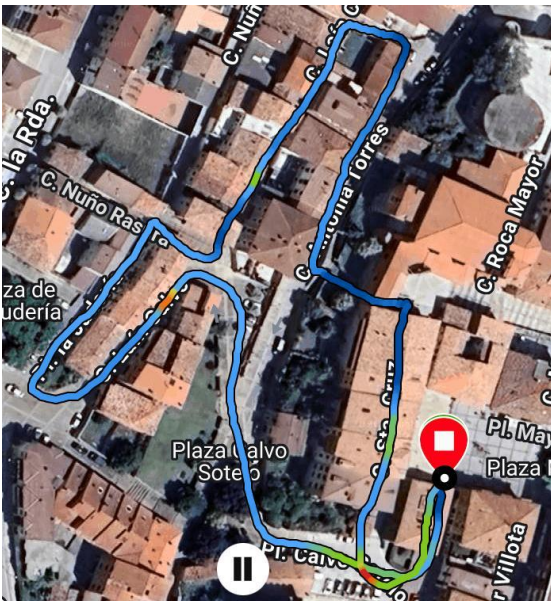
Desnivel: 7m



Alevín

Distancia: 450m

Desnivel: 13m



Infantil

Distancia 600m

Desnivel: 21m



Avituallamiento

Estará situado en el km 4.7 andando y nórdica; y en el km 6 corriendo (siendo el pueblo de Bustillo su ubicación). Estará formado por carpa, música, una mesa portátil con botellines de agua para los corredores y box de agua para andarines y nórdica (teniendo que llevar su propia botella para poder rellenarla tanto en salida como en los avituallamientos), papelera y un foco.

Seguridad

La organización para cumplir con las necesidades de los/as participantes y para atender lo mejor posible las condiciones de seguridad según se refleja en el reglamento.

Bicicletas de carrera

Serán necesarias dos bicicletas para la modalidad corriendo (abrir y cerrar carrera) y una para andando/ nórdica (abrir carrera). De ese modo se asegurará la inalterabilidad del recorrido durante la carrera, además, harán funciones de información, ayuda y enlace.

Premios

La entrega de premios se realizará de 23:30 a 23:40

Obsequios

Incluye mochila y frontal

Servicios sanitarios

En la prueba contará con el servicio de una ambulancia en permanente contacto con los puntos de control y enlaces.



Señalización

Se indicarán los últimos 3 puntos kilométricos, flechas en cambios de dirección, señalizaciones de direcciones y cintas cortando las calles fuera del circuito.

Seguro

De Responsabilidad Civil del Ayuntamiento de Medina de Pomar.

De Accidentes para los/as participantes.



REGLAMENTO

La ENTRE-TESLA tendrá lugar el 15 de agosto, con salida y llegada en Medina de Pomar, discurriendo por el circuito que marca la organización bajo el siguiente reglamento:

1º. La prueba se celebrará sobre un circuito de 9,5 km para Corredores y de 8 km para Marcha Nórdica y Andando, prácticamente sin desnivel.

La prueba corriendo está abierta a todos los/as atletas y deportistas nacidos en el 2011 o mayores. Los niños/as hasta 16 años deberán ir acompañados de un adulto en todo momento.

2º. Modalidades y Categorías (Los menores de 18 años, con autorización).

Carrera infantil: nacidos de 2019 a 2012. Categoría prebenjamín, benjamín, alevín e infantil.

Corriendo: categoría absoluta, master 50 y 60 (masculino y femenino), nacidos en 2011 o mayores. (prueba cronometrada).

Marcha Nórdica: Categoría única, nacidos en 2016 o mayores.

Andando: Categoría única, nacidos en 2011 o mayores.

3º. Recorrido

El trazado está señalizado mediante marcas de pintura, cintas plásticas, avituallamientos y puntos kilométricos. Habrá puntos de control en el recorrido, siendo descalificado el que no cumpla el mismo.

Se deben respetar las normas de circulación al salir a tramos de carretera aunque la organización disponga de personal en estos puntos. Cada participante es responsable de cumplir este apartado.

Durante la prueba habrá un servicio sanitario a disposición de los/as participantes permanentemente comunicado con los puntos de asistencia y control.

La carrera se cerrará a las 00:30 horas del domingo día 16.



4º. Clasificación y premios

Se tomarán tiempos de los/as participantes en la modalidad de carrera absoluta.

Se darán premios a los tres primeros puestos en categoría absoluta, master 50 y 60 (masculina y femenina).

Los tiempos que no contarán para la conformación del pódium serán:

Masculino:

- Absoluta >60 min
- Master 50: >65 min
- Master 60: >75 min

Femenino:

- Absoluta >70 min
- Master 50: >80 min
- Master 60: >90 min

5º. Avituallamientos

La organización dispondrá de dos avituallamientos, sólido-líquido Se podrá modificar el emplazamiento o el número de éstos en función de las necesidades de carrera.

6º. Vehículos.

Durante la prueba la organización dispondrá de vehículos de asistencia permanente en el recorrido, además de vehículos en los avituallamientos para trasladar a participantes retirados o lesionados hasta la línea de meta en Medina de Pomar.

7º. La asistencia sanitaria será dispensada en el centro de salud de Medina de Pomar, a parte de la proporcionada por la ambulancia.



8º. Obligaciones.

Es obligatorio llevar frontal y el dorsal en el frente siempre bien visible, atender las indicaciones de la organización para el buen desarrollo de la prueba.

9º. Respeta el entorno y ayuda a la organización con los medios que a tal fin se dispongan.

10º. Inscripciones

(Hasta llegar a 600 participantes) a través de la página web IDJ burgos inscripciones Entre-Tesla.

<https://idj.burgos.es/deportes/circuitos-provinciales/inscripciones-line-las-pruebas-deportivas>

11º. Precio

El precio será 10 € niños/as nacidos del 2019 a 2012 y 12 € para nacidos a partir de 2011. Inscripciones hasta el 13 de agosto e incluye, participar en la prueba, mochila, frontal, avituallamientos, seguros y demás servicios que la organización disponga para la prueba.

12º. La organización podrá realizar todas las modificaciones que considere oportunas para el buen desarrollo de la prueba.



PROGRAMA

Sábado 15 de agosto de 2026

- Entrega de dorsales Carrera infantil/senderismo de 20:00 a 20:50
 - Entrega de dorsales Corriendo de 20:00 a 21:45 horas
 - Entrega de dorsales Marcha Nórdica, de 20:00 a 21:45 horas
 - Entrega de dorsales Andando, de 20:00 a 21:45 horas
- * Todos los dorsales se entregarán en la Plaza Mayor.

Horarios:

- 21:00 Carrera Prebenjamin y Benjamin
 - 21:10 Carrera Alevín
 - 21:20 Carrera Infantil
 - 22:00 h. Salida Corriendo 9,5 km.
 - 22:05h. Salida Marcha Nórdica 8 km.
 - 22:05 h. Salida Andando 8 km.
- * Los horarios podrán sufrir modificaciones.

Contacto de información:

- Teléfono: 661.42.26.04
- Email: deportes@medinadepomar.org