avianca
el cielo es de todos

creemos en lo extraordinario

Guía de itinerario

Bienvenidos al Run Tour

Octubre 4 de 2026

Invita:

compensar

Patrocinan:

GATORADE

UNDER ARMOUR

avianca lifemiles

avianca cargo

AMADEUS

Vigilado SuperTransporte

STAR ALLIANCE

avianca
el cielo es de todos

Bienvenidos a bordo

¡No te pierdas el Run Tour Avianca !

Para asegurarte la mejor experiencia, hemos preparado esta de guía de itinerario, que incluye toda la información necesaría para este fin de semana de carrera, desde la preparación, la visita a la expo Run Tour Avianca y finalmente volar con nosotros.

¿Listo para lograr tu récord personal en 10K-15K? el equipo del Run Tour Avianca, te envia buenos deseos para tus últimos días de entrenamiento pre competencia.

Si tienes inquietudes acerca de la carrera, puedes escribirnos a través de la sección “contáctanos” en www.runtouravianca.com

*Ten en cuenta que es posible que durante la semana del Run Tour Avianca, nos puede tomar más tiempo responder tus consultas.



Vigilado SuperTransporte

STAR ALLIANCE

avianca lifemiles

¿Qué es el Banco de millas?

Es nuestro recurso insignia para apoyar los proyectos de nuestros aliados sociales y ambientales, generando bienestar y atención integral a comunidades vulnerables y aporte a ecosistemas estratégicos.

En lo corrido de 2026 hemos impactado a 70.000 personas, 28 territorios impactados en Latinoamérica, +900 profesionales especializados transportados gracias al compromiso de 24 aliados que hacen posible esta labor.

En el Run Tour Avianca 2026, tu aporte tendrá aún más fuerza, porque Avianca igualará las millas donadas por los socios Lifemiles.

Solo necesitas tu cuenta Lifemiles activa para empezar a donar desde una milla en adelante

¡Únete al Banco de millas y multiplica el impacto, una milla a la vez!

compensar | medicina prepagada

Tu bienestar nos inspira

a darte cada vez más opciones en salud.



Por eso en nuestra Medicina Prepagada

puedes elegir el plan que mejor se adapte a tus necesidades y momento de vida:

Plan Ideal

para quienes buscan mayor cobertura, más especialidades y un respaldo integral con los beneficios de una red diferencial.

Nuevo Plan Óptimo

una alternativa para quienes quieren dar el paso hacia una medicina prepagada con equilibrio entre accesos directos, tarifa y experiencia.

Sin importar cómo vivas tu bienestar, estamos contigo para brindarte tranquilidad:

- Orientación médica **24/7**
- **Reconocida** red de clínicas
- **Odontología**
- **Salud Mental**
- **Tarifas diferenciales** para planes familiares y colectivos empresariales.
- Plan de **Bienestar Integral**
- ***y mucho más.***

Conoce todos los beneficios ingresando a

medicinaprepagada.compensar.com

Vigilado Supersalud

Vigilado Supersubsidio



Expo Run Tour Avianca 2026

Inicia tu check- in, recogiendo tu kit de competencia

Lugar:
Plaza del Jubileo
Compensar Av.68, Bogotá

Horario:
8:00 A.M. a 5:00 P.M.
(Jornada continua)

Fecha:
Viernes 2 y sábado 3
de octubre 2026

El ingreso al parqueadero de Compensar tiene cupos limitados y tiene costo.

Las mascotas no pueden ingresar al recinto de la expo.

¿Cómo recoger tu Kit de?

1. Lleva contigo el voucher (impreso o en digital) con el número de competencia asignado.

2. Ubica el punto de entrega correspondiente según tu número. Habrá señalización clara y personal dispuesto para ayudarte.

3. Recorre la feria y una vez tengas tu número, dirígete a reclamar tu camiseta oficial.

Se permitirá la entrega del kit a terceros. Para autorizar a un tercero, este deberá llevar obligatoriamente el siguiente documento impreso. (No se reciben cartas, escritas o fotocopias de la cédula)

haz clic aquí »

Entrega de kits

avianca
el cielo es de todos



¿No sabes tu número de competencia?

Al inscribirte, recibiste tu número de competencia en el correo de confirmación. Sin embargo también puedes consultarlo aquí:

haz clic aquí »

De igual manera, durante la semana de carrera podrás solicitarlo en la Expo Run Tour Avianca con nuestros orientadores identificados con la camiseta **"Consulta tu número".**

Ten en cuenta:

1. La camiseta se entregará según la disponibilidad de tallas al momento del reclamo.

2. Para recibir tu kit del corredor, deberás firmar la recepción.

Tu inscripción incluye

- **Medalla de finalista**
  (únicamente si el participante finaliza el recorrido)
- **Número de competencia**
- **Camiseta oficial**
- **Bolsa de kit**



*Imagen de referencia, el contenido del kit puede variar.

Uso correcto del número de competencia

El número de competencia es el único identificador válido de acceso a los escenarios del Run Tour Avianca 2026 y debe ser portado al frente de la camiseta.

- Recuerda **no obstruir la visibilidad** del número de competencia con otros elementos.
- **No alteres** el número de competencia en ninguna forma.
- **El número de competencia es intransferible** y debe ser portado únicamente por el respectivo participante inscrito.
- **No se permitirá el acceso a corredores sin número**, números de otras competencias o copias de los números oficiales.



No uses tu número de competencia así:







- Los dispositivos electrónicos pueden **obstruir el funcionamiento** del chip.
- **No coloques tu número** de competencia en ninguna de tus extremidades.
- El número de competencia **sólo se trendrá en cuenta si está ubicado** en la parte de adelante de tu camiseta.

Número de competencia

avianca
el cielo es de todos

Tu número de competencia incluye toda la información necesaria para el día del evento. Aquí te explicamos cada parte:

Adelante

Distancia

Corral de salida
Se asigna según el tiempo estimado que seleccionaste.

Hora de salida

Semana de carrera
Encontrarás toda la información importante sobre la carrera, incluyendo tu resultado.



Nombre del corredor
Verifica que esté escrito correctamente.

Válido para reclamar tu camiseta

Número del corredor
Este es tu identificador oficial.

Atrás



Reglamento
Al recibir el kit, aceptas los términos de participación.

Semana carrera
Para más información, escanea el siguiente QR.

Distancia

Nombre del corredor

Información personal
Verifica que la información sea la correcta.

Datos del contacto de emergencia

Chip de competencia

Revisa que toda esta información esté correcta y completa,
si ves algún error, acércate al punto de información en la feria.

¡Llego el gran día!

Run Tour Avianca

04.oct.2026

Plaza de Alfiles

Av Calle 26 # 62-47

Accesos

- **Acceso principal:** Calle 26 con Cra 66 (esquina)
- Carrera 66 con calle 24C (Estación ferrocarril)

Domingo
04 de octubre

Horario
Debes estar en la Plaza de Alfiles 1 hora antes de tu hora de salida

Ten en cuenta que el ingreso a corrales estará habilitado solo 10 min. Una vez sé de el ingreso, transita ágilmente hasta tu corral asignado.

	Apertura del evento	Calentamiento	Ingreso a corrales	Salida de carrera
15K	6:00 A.M.	6:10 A.M.	6:40 A.M.	7:00 A.M.
10K	6:00 A.M.	6:10 A.M.	6:40 A.M.	7:00 A.M.

El parqueadero del Centro Comercial Gran Estación estará habilitado el día de la carrera. Recuerda que este servicio tiene costo, sujeto a las tarifas del establecimiento, y los cupos son limitados.

Responsabilidades del corredor

avianca
el cielo es de todos

Antes del evento

- Consulta a tu médico antes de participar en cualquier programa de actividad física.
- No participes si presentas lesiones, malestar general o no cuentas con el estado físico adecuado para la distancia a la que te inscribiste.
- Tu salud está primero, no consumas bebidas alcohólicas ni alucinógenas.
- Evita hacer uso de carro particular, utiliza transporte público.
- Usa ropa deportiva cómoda y calzado adecuado para correr por la ciudad.
- Aplica protector solar y, si lo deseas, usa gorra o visera.
- Mantente bien hidratado antes, durante y después de la carrera.
- Revisa el mapa y horarios de la programación, para que planifiques tu desplazamiento.

Durante el evento

- El guardarropa estará ubicado en la plaza de alfiles y está sujeto a disponibilidad. No se aceptan cascos de moto, tarjetas de crédito, celulares u objetos de gran dimensión.
- Debes presentarte en la zona de ingreso a corrales 10 min antes de la salida.
- Si sientes dolor o molestia física, acude al personal médico más cercano.
- Lleva contigo tu documento de identificación y/o un medio de comunicación.

Una vez dentro de la zona de concentración, te invitamos a seguir las indicaciones de los operadores. No se permitirá el acceso a personas sin número, números de otras competencias o copias de los números oficiales.

avianca
el cielo es de todos

¡Accesos zona VIP y Categoría discapacidad!

Centro administrativo Avianca
Cra. 59 #24a-9, Bogotá





Ten en cuenta

Para ingresar a la **zona VIP** es obligatorio portar la credencial visible todo el tiempo. Es de **uso personal, intransferible** y válida para una sola persona. Ante cualquier uso indebido o irregularidad, el personal de STAFF tendra la potestad de retirarla.

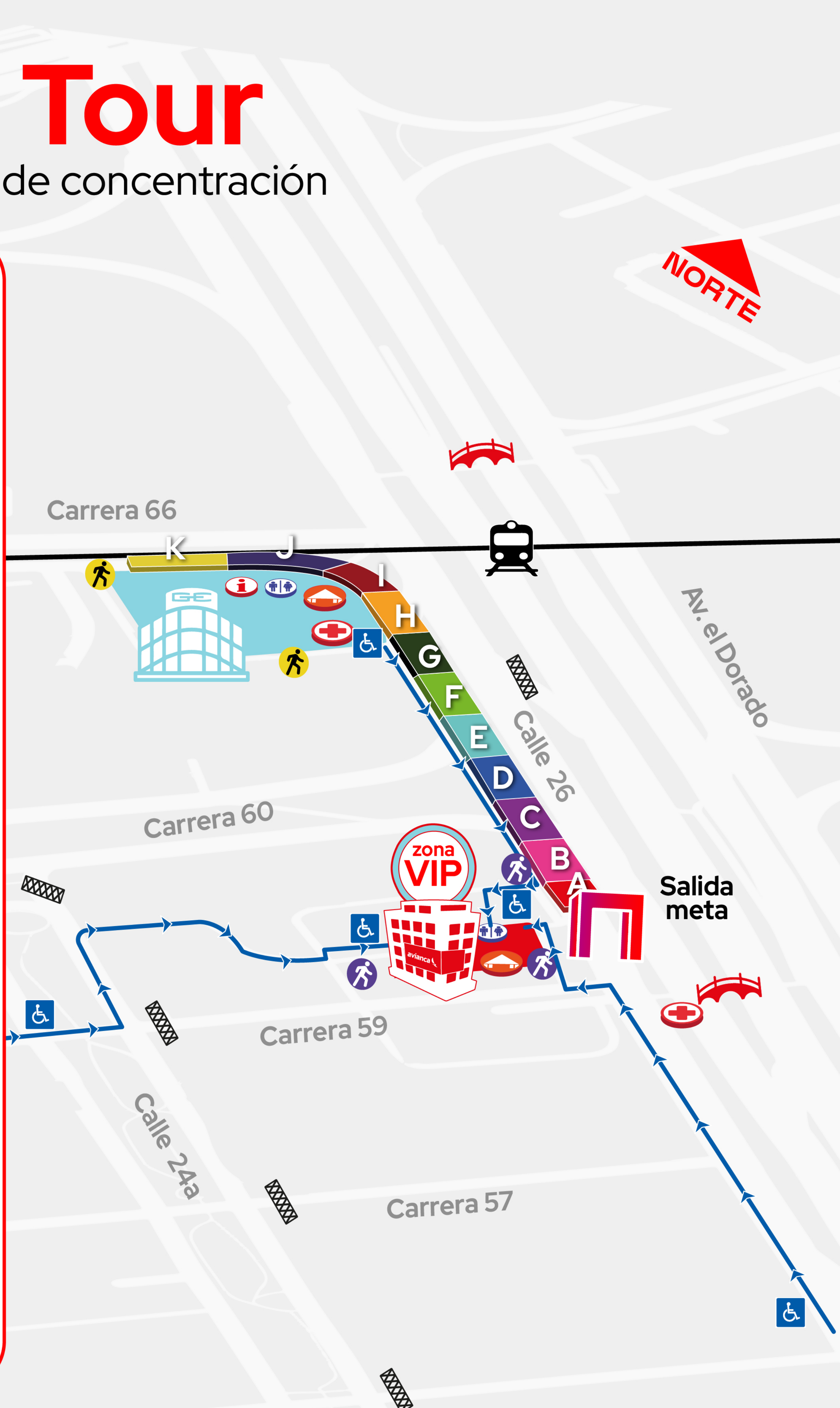
Run Tour

Mapa zona de concentración

- Zona de concentración
- Centro administrativo Avianca
- Acceso zona VIP
- Punto de información
- Acceso zonas con rampas
- Entradas de acceso VIP
- Entradas de acceso
- Arco salida/meta
- Isla al corredor
  zona que cuenta con hidratación y baños.
- Primeros auxilios
- Baños
- Puente peatonal
- Ferrocarril del tren
- Via cerrada

Corrales de salida

A B C D
E F G H
I J K



Run Tour 2026

avianca
el cielo es de todos

SALUD Y PRIMEROS AUXILIOS

Banderolas de kilometraje: Señalizarán la distancia cada Kilómetro. Teniendo en cuenta que es un circuito y hay zonas de repaso, el corredor debe prestar atención a las banderolas que encuentre de frente en el sentido de su carrera.

Islas de servicio: Se encuentran espaciadas entre 2 y 3 kilómetros cada una. Las corredoras podrán encontrar los servicios de hidratación, baños y salud.

FOTOGRAFIA: Asegúrate de sonreír a la cámara, fotógrafos estarán en la meta y varios puntos del recorrido. (identifica los fotógrafos oficiales con el chaleco morado).



10K

15K

Pacers

Para ayudarte a cumplir tus metas y mantener el ritmo perfecto, contamos con un grupo exclusivo de Pacers expertos de SYNERGY.

Ellos son corredores experimentados que irán marcando un tiempo y velocidad constante durante todo el recorrido de 10K. Su misión es guiarte, motivarte en todo momento y asegurarse de que disfrutes la carrera, ayudándote a sacar lo mejor de ti en cada kilómetro.



Diego Rodríguez

creemos en lo extraordinario

4:30 MIN KM



Victor López

creemos en lo extraordinario

5:00 MIN KM



Óscar Torres

creemos en lo extraordinario

5:30 MIN KM



María Ramírez

creemos en lo extraordinario

6:00 MIN KM



Sindy Tautiva

creemos en lo extraordinario

6:30 MIN KM



Andres F Cuevas

creemos en lo extraordinario

7:00 MIN KM

Ubica tu corral de salida

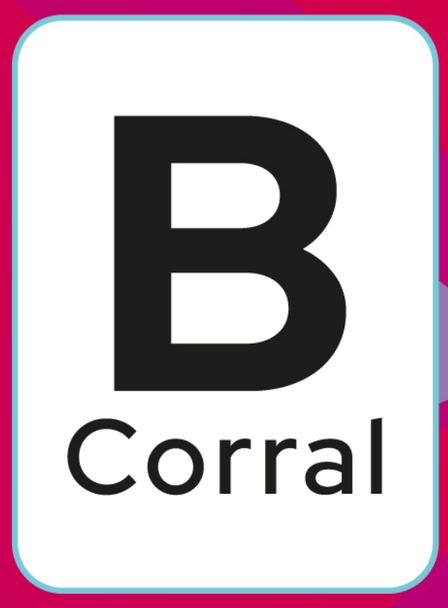
avianca
el cielo es de todos

1. Ubica tu corral de salida, los cuales están señalados en al costado izquierdo de tu número de competencia.

2. Porta tu número de competencia visible en la parte frontal.

3. Para ingresar, puedes ubicarte con los pasacalles que se encuentran señalizados.

Corral de acceso





Tiempo objetivo	Corral
exclusivo para atletas élite y discapacidad	A
hasta 44:59	B
45:00 - 49:59	C
50:00 - 54:59	D
55:00 - 59:59	E
1:00:00 - 1:04:59	F
1:05:00 - 1:09:59	G
1:10:00 - 1:14:59	H
1:15:00 - 1:19:00	I
1:20:00 - 1:24:59	J
mayor a 1:25:00	K

4. Respeta el espacio de los demás. No empujes.

5. Solo se permitirá ingresa al carril de salida por el punto de acceso al corral respectivo.

6. Asegúrate de hacer tu ingreso puntual, ya que los corrales de salida serán cerrados en los siguientes 10 minutos después de dar la partida.

Si corres con otra persona de un tiempo diferente, ten en cuenta que podrás ir a un corral de mayor tiempo de carrera, pero no podrás ir a un corral de menor tiempo de carrera.

Islas de servicio

En la Plaza de los Alfiles y en los recorridos de las 2 distancias, han sido dispuestas **“islas de servicio”** que se encuentran espaciadas entre 2 y 3 kilómetros cada una. En ellas los corredores podrán encontrar los siguientes servicios:

Servicio de baños



Puntos de hidratación



Servicio de salud



Para un correcto funcionamiento de la isla de servicio ten en cuenta:

1. Consulta la ubicación de las islas en el mapa de recorrido y familiarízate con su ubicación. Es probable que el tráfico en estos puntos sea lento, sé respetuoso con los demás corredores.

2. Las islas de servicios están constituidos por varias mesas, dirígete a cualquiera de ellas y toma el producto de esta.

3. Continúa movíendote hacia adelante si las primeras mesas están ocupadas.

4. Las islas de servicio cuentan con puntos de reciclaje para que arrojes la basura y residuos que tengas.

5. Si no tienes previsto hidratar, mantén tu línea de carrera por el centro de la vía.

Hemos diseñado un plan especial de recolección y reciclaje de residuos para antes, durante y después de la competencia. te invitamos a usar cada uno de estos puntos en las islas de servicio en nuestro recorrido y así ayudar a disminuir el impacto ambiental.

pepsico

VUELA HACIA LA META
SIN ATAJOS
EN EL Run Tour

GATORADE®
ELECTROLITOS Y
CARBOHIDRATOS
PARA HIDRATAR
CUERPO Y MENTE*.

IS IT IN YOU?



GATORADE® HIDRATANTE OFICIAL

*LA HIDRATACIÓN ADECUADA Y EL CONSUMO DE CARBOHIDRATOS FAVORECE EL FUNCIONAMIENTO DEL CEREBRO.
**IMÁGENES REFERENCIALES DE LOS PRODUCTOS.

Recomendaciones

Tu número de competencia incluye un chip que registra tus tiempos. Para que todo funcione correctamente, sigue estas indicaciones:

- Usa los ganchos que se entregan con tu kit para fijar el número al frente de tu camiseta.
- No dobles, cortes ni retires el chip del número.
- Mantén el chip lo más lejos posible de cualquier dispositivo electrónico.
- Si no registras paso por todos los puntos de control, quedarás descalificado automáticamente.



Ten en cuenta:

1. Para registrar tu tiempo correctamente, asegúrate de pasar por todos los puntos de control: en la salida, retorno y en la meta.

2. Tu tiempo oficial será el "tiempo chip", que registra exactamente cuándo cruzas la línea de salida y llegada.

Guardarropa

avianca
el cielo es de todos

Ten en cuenta las siguientes condiciones:

Este servicio es gratuito y esta disponible para todos los corredores, pero cuenta con **cupos limitados.**



En este espacio, la logística verificará que tu número de competencia haya sido registrado en el guardarropa y así mismo podrá devolverte tus objetos personales.

1. Presenta tu número de competencia para entregar o reclamar tu bolsa. Sin número no se hará entrega ni devolución de pertenencias.

2. No se aceptan objetos de valor como celulares, tarjetas de crédito, dinero en efectivo, relojes, joyas, cámaras, cascos de moto, armas u objetos delicados.

3. Reclama tu bolsa antes de las 10:30 A.M. del domingo 04 de octubre. Después de esa hora, las pertenencias serán trasladadas a la sede de Ergofitness. Si no recoges tus objetos dentro de los 10 días siguientes, estos podrán ser donados o desechados.

*Al inscribirse usted, acepta los terminos y condiciones de participación, que incluyen el articulo 19. declaración de exclusión de responsabilidad y aceptación de términos de participación en el Run Tour Avianca 2026 “declara que acepta que la organización proveerá para comodidad de los atletas un servicio de guardarropas el cual usaran bajo su propia y absoluta responsabilidad; desde ya se exime de cualquier responsabilidad a la organización por posibles pérdidas, extravíos, daños, hurtos que puedan darse sobre las pertenencias que dejará en el guardarropa. ...”

Premiación

avianca
el cielo es de todos

Dentro de la premiación se entregarán premios en efectivo, además de esto, cada uno de los corredores recibirá una medalla conmemorativa y un total de 325 millas en su cuenta Lifemiles.

Categoría élite 10K

Rama masculina		
	Efectivo	Millas
1er	$4.000.000	20.000
2do	$2.000.000	15.000
3ro	$1.000.000	10.000
4to	$500.000	5.000

Rama femenina		
	Efectivo	Millas
1er	$4.000.000	20.000
2do	$2.000.000	15.000
3ro	$1.000.000	10.000
4to	$500.000	5.000

Categoría abierta 15K - 10K

Rama masculina	
	Millas
1er	10.000
2do	5.000
3ro	2.500
4to	1.500

Rama femenina	
	Millas
1er	10.000
2do	5.000
3ro	2.500
4to	1.500

Categoría máster 15K - 10K

Rama masculina	
	Millas
1er	10.000
2do	5.000
3ro	2.500
4to	1.500

Rama femenina	
	Millas
1er	10.000
2do	5.000
3ro	2.500
4to	1.500

Categoría plus 15K - 10K

Rama masculina	
	Millas
1er	10.000
2do	5.000
3ro	2.500
4to	1.500

Rama femenina	
	Millas
1er	10.000
2do	5.000
3ro	2.500
4to	1.500

*Ten en cuenta que para el cargue de millas aplican condiciones y restricciones que puedes consultar en el reglamento del Run Tour Avianca 2026 en: www.runtouravianca.com/2026/legales/reglamento.php

Recibe tu medalla

avianca
el cielo es de todos

Al cruzar la meta, sigue estos pasos para cerrar con broche de oro:

- Dirígete a la zona de entrega de medallas.
- Muestra tu número de competencia oficial, sin él no se entregará la medalla.
- Solo se entregará medalla a los participantes que hayan finalizado el recorrido.

¡Sin número, no hay medalla!

Vuelta a la calma

- Tú salud es lo primero, hidrátate ingiriendo pequeños tragos de agua y bebidas isotónicas.
- Realiza estiramientos suaves y mantente en movimiento unos minutos más.
- Si sientes malestar, acude al personal médico, zonas de asistencia o puntos de servicio de salud.
- Dirigete a la zona de concentración. Allí tendremos sesiones de stretching especialmente diseñados para nuestros corredores.

Run Tour avianca

Resultados oficiales

- Todos los corredores podrán consultar los resultados parciales a través de la página web a partir de las 2:00 P.M. del 04 de octubre.
- Para consultar tu resultado, escanea el siguiente QR, o el QR que se encuentra impreso en tu número de competencia.

Ten en cuenta

- Únicamente serán clasificados los corredores que registren paso por TODOS los puntos de cronometraje y corran la distancia impresa en su número.
- La ausencia de paso por cualquier punto, llevará a descalificación.
- El sistema de cronometraje llevará un control de pace, variaciones fuera de lo usual llevarán a descalificación.

Patrocinadores

avianca
el cielo es de todos

Invita:

compensar

Patrocina:

avianca lifemiles

Apoyan:

UNDER ARMOUR

GATORADE

amadeus

Inflasan Gel

avianca cargo

GARMIN

NISSAN

GOING NUTRICIÓN DEPORTIVA

Ana Arias
Psicóloga y Educadora

Super Ricas

Banana Boat

Smerchz Recovery

Full White

Magical Warmers
Health • Beauty • Fitness

Vigilado SuperTransporte

STAR ALLIANCE

creemos en lo extraordinario

avianca
el cielo es de todos

Run Tour 2026

Vigilado SuperTransporte

STAR ALLIANCE