

CONVOCATORIA  
**MARZO 15, 2025**



**EXPERIENCE 8K**  
**SPRINT 15K**  
**FULL RACE 30K**

**SWIM 2K - 5K**  
**RELAY ACUATHLON 12K - 26K**





**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## ¿QUÉ ES EL SWIM RUN?

Esta nueva disciplina combina series de nado en aguas abiertas con carrera a campo traviesa (trail).

Es una modalidad divertida y demandante, que se realiza en medio de la naturaleza, por lo que el terreno presenta dificultades y desafíos.

Es por esto que generalmente la prueba se realiza en parejas, ya que ir acompañados beneficia a los participantes para completar la prueba.

La idea surgió en Suecia en 2002, como una apuesta entre amigos, pero fue hasta 2006 que se realizó la primer competencia oficial.

## BACALAR SWIMRUN

Hemos preparado este evento deportivo en uno de los escenarios más bellos de México, la maravillosa Laguna de Bacalar, y tiene como objetivo fomentar la actividad física, el deporte y la sana convivencia, además de promover el turismo y activación económica de la comunidad donde se lleva a cabo.

Bacalar Swim Run contará con:

- Ambulancia y personal de apoyo capacitado en primeros auxilios.
- Guardavidas y embarcaciones de apoyo en rutas de nado.
- Puestos de control, jueces y abastecimiento en cada cambio de nado a carrera y viceversa.
- Señalización de ruta en tierra y en agua.
- Zona de recuperación.

Esta vez, presentamos 3 pruebas de Swin Run:

### SWIM RUN EXPERIENCE

Ruta de 8km totales  
1000m      7000m



### SWIM RUN SPRINT

Ruta de 15km totales  
2000m      13000m



### SWIM RUN FULL RACE

Ruta de 30km totales  
5000m      25000m



*Rutas pendientes de publicación.*

*Rutas señalizadas y guiadas con staff de apoyo.*

*\*Las distancias son aproximadas y dependen de diversos factores geográficos\**



**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## REGLAS SWIM RUN

1. Podrán participar todos aquellos atletas mayores de 15 años que naden en aguas abiertas y realicen carrera a campo traviesa.
2. Las pruebas de Swim Run se podrán realizar de manera individual, o en parejas, bajo las siguientes especificaciones:
  - a) Prueba individual. El participante realiza todo la ruta.
  - b) Prueba en parejas. Dos participantes en conjunto realizan toda la ruta.  
Colaboran entre sí, y deberán ir juntos todo el trayecto de principio a fin con una distancia máxima de separación entre ambos de 10 metros.
3. Es obligatorio por parte de todos los participantes ayudar en situaciones de dificultad a quienes lo requieran.
4. Los participantes deberán llevar durante todo el trayecto la totalidad del equipo que requieren para realizar su prueba.
5. El equipo obligatorio es el siguiente:
  - Traje de baño o trisuit
  - Gorra de natación
  - Calzado deportivo de trail o especializado de swimrun (con buen agarre en superficies húmedas y drenaje rápido)
  - Casaca de identificación (proporcionada por el comité organizador en el paquete)
  - Reloj o banda inteligente
  - Silbato
6. El equipo permitido y sugerido es el siguiente:
  - Wetsuit
  - Goggles
  - Botella para agua
  - Paletas
  - Cuerda
  - Pull buoy
  - Manta térmica
7. Los participantes deberán presentarse con una hora de anticipación (6:00 am) en el lugar de salida para marcaje e indicaciones finales.
8. En cada puesto de control, los participantes deberán tener visible su número y decirlo en voz muy alta al juez de ruta para que sea válido su paso por el puesto.
9. Al finalizar su prueba, los participantes deberán pasar al módulo de verificación en meta y mostrar el registro de su prueba con la app utilizada por su dispositivo, de esta manera podrá corroborarse con los registros manuales de los jueces y el chip de cronometraje.





**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## **SWIMRUN EXPERIENCE**

Es exactamente lo que su nombre indica, una experiencia de Swimrun para aquellos que son completamente nuevos en el deporte o para aquellos que no están listos aún para competir en distancias más largas.

La ruta presenta series cortas de nado y carrera trail en terreno fácil. Con la intención de que, como nuevos competidores, tengan una experiencia placentera que los motive a ir por más.

## **SWIMRUN SPRINT**

La distancia intermedia de Swimrun, retadora y con grado de dificultad medio.

Si ya lograste superar la distancia del Experience, es momento de perseguir la siguiente meta.

La ruta presenta algunas dificultades en el terreno de la carrera trail y series de nado cortas en su mayoría.

## **SWIMRUN FULL RACE**

Es una carrera larga y dura, para competidores más experimentados en natación de aguas abiertas y en senderos difíciles de carrera trail. La ruta presenta varias series intercaladas de ambas disciplinas. Está diseñada para ser muy desafiante sin perder la diversión.





¿Todavía no te sientes listo para el Swim Run?  
Prueba las modalidades de EXTENDED

**SWIM 2K & 5K**  
**RELAY ACUATHLON 12K & 26K**



**BACALAR**  
**SWIMRUN**

**EXTENDED**



**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## SWIM 2K & 5K

Si lo tuyo es nadar en aguas abiertas, aventúrate en una de las dos distancias disponibles durante este evento. 2k o 5k de recorrido por las cristalinas aguas de la laguna.

## RELAY ACUATHLON 12K & 26K

Dos participantes en equipo pueden participar de nuestras rutas de acuatlón. Un participante nada y otro corre.

La ruta de 12k, consta de 2k de nado en aguas abiertas y 10k de carrera pedestre.

La ruta de 26k, consta de 5k de nado en aguas abiertas 21k (medio maratón) de carrera pedestre.

**SWIM 2K**  
**Ruta de 2km de nado**  
**2000m**



**RELAY ACUATHLON 12K**  
**Ruta de 12km totales**  
**2000m      10000m**



**SWIM 5K**  
**Ruta de 5km de nado**  
**5000m**



**RELAY ACUATHLON 26K**  
**Ruta de 26km totales**  
**5000m      21000m**





**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## **REGLAS SWIM 2K & 5K**

1. Podrán participar todos aquellos nadadores mayores de 15 años que naden en aguas abiertas.
2. Las pruebas de Swim 2k y 5k se podrán realizar solo de manera individual y consisten en un circuito de ida y vuelta en la laguna de Bacalar.
3. Uso obligatorio de la gorra del evento.
4. Uso obligatorio de boya de seguridad (no habrá en renta ni venta en el evento).
5. Marcaje de número en brazos, omoplatos y anverso de manos.
6. Uso obligatorio del chip de cronometraje.
7. Puesto de hidratación y abastecimiento colocado en el giro de 2.5k para la ruta de 5k.

## **REGLAS RELAY ACUATHLON 12K Y 26K**

1. Podrán participar en equipos de dos participantes todos aquellos atletas mayores de 15 años.
2. Un participante será quien nade la distancia de su ruta y el otro participante será quien corra.
3. Las distancias de nado en aguas abiertas son: 2000m para Relay Acuathlon 12k y 5000m para Relay Acuathlon 26k.
4. Las distancias de carrera pedestre son: 10000m para Relay Acuathlon 12k y 21000m para Relay Acuathlon 26k.
5. Uso obligatorio de la gorra del evento para el circuito de nado en aguas abiertas.
6. Uso obligatorio de boya de seguridad para el circuito de nado en aguas abiertas (no habrá en renta ni venta en el evento)
7. Marcaje de número en brazos, omoplatos y anverso de manos para el circuito de nado en aguas abiertas,
8. Uso obligatorio del dorsal con número de competidor para el circuito de carrera pedestre.
9. Uso obligatorio del chip de cronometraje. Deberá cambiarse con el competidor de su relevo en la zona de transición.
10. Puesto de hidratación y abastecimiento colocado en el giro de 2.5k para el circuito de nado de 5k.
11. Puesto de hidratación y abastecimiento en zona de transición.
12. Puestos de hidratación y abastecimiento durante la ruta de carrera pedestre (2 puestos en la ruta de 10k, 4 puestos en la ruta de 21k)





**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## COSTOS DE INSCRIPCIÓN

### VENTA FLASH

18 a 23 de diciembre, 2024

#### **EXPERIENCE 8K**

**\$1500**

INDIVIDUAL

**\$2500**

PAREJA

#### **SPRINT 15K**

**\$1700**

INDIVIDUAL

**\$2900**

PAREJA

#### **FULL RACE 30K**

**\$2000**

INDIVIDUAL

**\$3500**

PAREJA

#### **SWIM 2K**

**\$1200**

INDIVIDUAL

#### **SWIM 5K**

**\$1400**

INDIVIDUAL

#### **RELAY ACUATHLON 12K**

**\$2900**

EQUIPO 2 PAX

#### **RELAY ACUATHLON 26K**

**\$3500**

EQUIPO 2 PAX



**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## COSTOS DE INSCRIPCIÓN

### EARLY BIRD

24 a 31 de diciembre, 2024

#### **EXPERIENCE 8K**

**\$1800**

INDIVIDUAL

**\$3000**

PAREJA

#### **SPRINT 15K**

**\$2000**

INDIVIDUAL

**\$3500**

PAREJA

#### **FULL RACE 30K**

**\$2200**

INDIVIDUAL

**\$3800**

PAREJA

#### **SWIM 2K**

**\$1400**

INDIVIDUAL

#### **SWIM 5K**

**\$1600**

INDIVIDUAL

#### **RELAY ACUATHLON 12K**

**\$3500**

EQUIPO 2 PAX

#### **RELAY ACUATHLON 26K**

**\$3800**

EQUIPO 2 PAX



**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## COSTOS DE INSCRIPCIÓN

### PERIODO REGULAR

01 de enero a 10 de febrero, 2025

#### **EXPERIENCE 8K**

**\$2000**

INDIVIDUAL

**\$3500**

PAREJA

#### **SPRINT 15K**

**\$2200**

INDIVIDUAL

**\$3800**

PAREJA

#### **FULL RACE 30K**

**\$2400**

INDIVIDUAL

**\$4100**

PAREJA

#### **SWIM 2K**

**\$1600**

INDIVIDUAL

#### **SWIM 5K**

**\$1800**

INDIVIDUAL

#### **RELAY ACUATHLON 12K**

**\$3800**

EQUIPO 2 PAX

#### **RELAY ACUATHLON 26K**

**\$4100**

EQUIPO 2 PAX





**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## COSTOS DE INSCRIPCIÓN

### PERIODO FINAL

11 de febrero a 09 de marzo, 2025

#### **EXPERIENCE 8K**

**\$2200**

INDIVIDUAL

**\$3800**

PAREJA

#### **SPRINT 15K**

**\$2400**

INDIVIDUAL

**\$4100**

PAREJA

#### **FULL RACE 30K**

**\$2600**

INDIVIDUAL

**\$4400**

PAREJA

#### **SWIM 2K**

**\$1900**

INDIVIDUAL

#### **SWIM 5K**

**\$2000**

INDIVIDUAL

#### **RELAY ACUATHLON 12K**

**\$4100**

EQUIPO 2 PAX

#### **RELAY ACUATHLON 26K**

**\$4400**

EQUIPO 2 PAX



**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## GENERALES

1. Zona de recuperación en meta.
2. Servicios de seguridad pública, ambulancia, protección civil y paramédicos disponibles durante el evento.
3. Cierre de inscripciones en línea el día Domingo 09 de marzo 2025.
4. Podrán inscribirse posteriormente (siempre y cuando exista disponibilidad de cupo) hasta el día Miércoles 12 de marzo de 2025, únicamente mediante pago por depósito o transferencia bancaria y con un cargo adicional por inscripción extemporánea de \$150.00 MXN.
5. Así mismo podrán inscribirse el día Viernes 14 de marzo de 2025, durante el horario de entrega de paquetes entre 14:00 y 20:00 hrs. siempre y cuando haya cupo disponible y será cobrado únicamente en efectivo con el mismo cargo adicional por inscripción extemporánea de \$150.00 MXN.
6. Todos los participantes recibirán medalla conmemorativa y certificado de participación.
7. Los jueces serán designados por el comité organizador.
8. Los resultados se publicarán de manera física, una hora después de que el último participante haya llegado a la meta y también serán publicados de manera digital al siguiente día hábil a través de la página web oficial y redes sociales del evento.
9. Los participantes deberán mantenerse atentos a las diversas formas de contacto ya que se proporcionarán actualizaciones previas, en el sitio web del evento, redes sociales y newsletter.
10. Todos los participantes inscritos en las diferentes pruebas podrán recoger su paquete de participante el viernes 14 de marzo de 2025 en horario de 14:00 a 20:00 hrs. Lugar por definirse.
11. Para recoger su paquete es indispensable haber realizado la carga previa de sus documentos en el sitio web oficial del evento.
12. Todos los competidores deberán firmar los formularios de Liberación de Responsabilidades y Transferencia de Derechos de Uso de Imagen para completar su inscripción. (Dichos formularios se firman de manera digital).
13. Los participantes menores de edad, deberán cargar digitalmente la Identificación oficial vigente del padre o tutor y los formularios deberán ser firmados tanto por el competidor como por el padre o tutor.
14. En caso de los equipos que requieran recoger su paquete en conjunto a través de un representante, deberán avisarlo con antelación y cada participante realizar la carga digital de sus documentos.



**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## CATEGORÍAS

### SWIMRUN

Los competidores de las pruebas de SwimRun se encuentran separados por distancia y rama para su registro y cronometraje. No existen categorías por edad

#### Experience 8k

Individual	Varonil / Femenil
Pareja	Varonil / Femenil / Mixto

#### Sprint 15k

Individual	Varonil / Femenil
Pareja	Varonil / Femenil / Mixto

#### Full Race 30k

Individual	Varonil / Femenil
Pareja	Varonil / Femenil / Mixto

### SWIM 2K & 5K

Los competidores de Swim serán separados por categoría de edad y rama para su registro y cronometraje. Con excepción de los competidores de capacidades diferentes, quienes se encuentran en una única categoría general.

15 a 19 años	Varonil / Femenil
--------------	-------------------

20 a 29 años	Varonil / Femenil
--------------	-------------------

30 a 39 años	Varonil / Femenil
--------------	-------------------

40 a 49 años	Varonil / Femenil
--------------	-------------------

50 a 59 años	Varonil / Femenil
--------------	-------------------

60 +	Varonil / Femenil
------	-------------------

Capacidades diferentes	General
------------------------	---------

### RELAY ACUATHLON 12K & 26K

Los competidores de las pruebas de Relay Acuathlon se encuentran separados por distancia y rama para su registro y cronometraje. No existen categorías por edad.

Equipo 12k	Varonil / Femenil / Mixto
------------	---------------------------

Equipo 26k	Varonil / Femenil / Mixto
------------	---------------------------





**BACALAR  
SWIMRUN**

## **INDIVIDUAL**

*Un competidor solo que realiza la ruta completa. Modalidad de Swim Run de series intercaladas de nado y carrera. Varias transiciones sin cambio de equipamiento.*

## **PAREJAS**

*Dos competidores en equipo. Modalidad de Swim Run de series intercaladas de nado y carrera. Varias transiciones sin cambio de competidor ni de equipamiento. Ambos realizan la ruta completa.*

## **EXTENDED**

*Swim 2k y 5k. Individual, disponible solo para nadadores de aguas abiertas  
Relay Acuathlon 12k y 26K. Equipo de 2 participantes. Modalidad en relevo. Un participante nada y el otro corre. Una sola transición.*

## **PAQUETE DEL PARTICIPANTE Y PREMIACIÓN**

- Morral
- Casaca de identificación
- Gorra de natación
- Botella para agua
- Playera conmemorativa
- Chip de cronometraje

La entrega de paquetes se realizará el viernes 14 de marzo en horario de 14:00 a 20:00hrs. (lugar por definirse en Bacalar)

## **PREMIACIÓN**

- Medalla de finisher para todos los participantes
- Reconocimientos de premiación a los 3 primeros lugares de rama femenil y rama varonil de cada distancia





**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## PROGRAMA

LUGAR: FUERTE DE SAN FELIPE DE BACALAR  
FECHA: 15 DE MARZO DE 2025

### Reto SwimRun Full Race

07:30 - 15:30 hrs.

Tiempo límite para terminar la prueba: 8 horas

### Reto SwimRun Sprint

08:00 - 13:00 hrs.

Tiempo límite para terminar la prueba: 5 horas

### Reto SwimRun Experience

08:30 - 11:30 hrs.

Tiempo límite para terminar la prueba: 3 horas

La premiación se realizará por distancia, 20 minutos después de que el último competidor haya llegado a la meta.







**BACALAR**  
**SWIMRUN**

## PROGRAMA

LUGAR: FUERTE DE SAN FELIPE DE BACALAR

FECHA: 15 DE MARZO DE 2025

### Reto Relay Acuathlon 26k

07:40 - 13:40 hrs.

Tiempo límite para terminar la prueba: 6 horas

### Reto Swim 5k

07:50 - 10:50 hrs.

Tiempo límite para terminar la prueba: 3 horas

### Reto Relay Acuathlon 12k

08:10 - 12:10 hrs.

Tiempo límite para terminar la prueba: 4 horas

### Reto Swim 2k

08:20 - 10:00 hrs.

Tiempo límite para terminar la prueba: 1:40 horas

La premiación se realizará por distancia, 20 minutos después de que el último competidor haya llegado a la meta.







**BACALAR**  
**SWIMRUN**

# PROCESO DE INSCRIPCIÓN

## INSCRIPCIÓN EN LÍNEA

Ingresa en [www.mexicoopenwater.com](http://www.mexicoopenwater.com) y seguir las indicaciones y llenado de información en el menú de INSCRIPCIONES.

## INSCRIPCIÓN POR TRANSFERENCIA O DEPÓSITO BANCARIO

Realizar el pago de su inscripción de acuerdo al precio marcado para su prueba a los siguientes datos bancarios:

**Cuenta No. 2772666014 BBVA Bancomer, Clabe 012682027726660142**

**No. Tarjeta 4152314366143389 a nombre de María Isabel Rabell Mañón**

Enviar su comprobante a:

**[laislaopenwater.ishusports@gmail.com](mailto:laislaopenwater.ishusports@gmail.com)** o al WhatsApp **442 354 9016** incluyendo los siguientes datos:

- Nombre completo
- Distancia
- Correo electrónico

Posteriormente, recibirás un formulario para completar tu registro. (solo para pagos por depósito o transferencia)

POR SEGURIDAD DEL PARTICIPANTE Y LA DE LA EMPRESA ORGANIZADORA Y PARA QUE EXISTA UNA FORMA DE RASTREO NO SE ACEPTAN PAGOS EN EFECTIVO DURANTE EL PERÍODO QUE COMPRENDE DEL 11 DE NOVIEMBRE DE 2024 AL 09 DE MARZO DE 2025.

**15 MARZO 2025**



**NO ES PARA  
CUALQUIERA...  
PERO TÚ  
¡NO ERES  
CUALQUIERA!**