

Formentera 4x10K PER EQUIPS

9/05/2026



Consell Insular
de Formentera



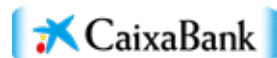
Formentera



RUNNER GUIDE GUIDA AL PARTECIPANTE



OYSHO



Si te gusta observar
las estrellas, Formentera
promete deslumbrarte.



Consell Insular
de Formentera





Consell Insular
de Formentera

Óscar Portas

President del Consell Insular
de Formentera

The inclusion of the 4x10K race in Formentera's sports calendar reflects the commitment to continue expanding and diversifying the island's sports offering.

With this innovative format, a different way of experiencing sport is proposed—more open and adaptable—allowing us to reach more people and create new forms of participation.

Formentera is an ideal place for outdoor sports, and initiatives like this help strengthen that positioning, always with respect for our environment and our island model.

We are committed to accessible sport, one that brings people together and builds community.

We invite everyone to take part in this new initiative and enjoy the experience.

L'inserimento della gara 4x10K nel calendario sportivo di Formentera risponde alla volontà di continuare ad ampliare e diversificare l'offerta sportiva dell'isola.

Con questo formato innovativo si propone un modo diverso di vivere lo sport, più aperto e adattabile, che permette di raggiungere più persone e generare nuove forme di partecipazione.

Formentera è un territorio ideale per la pratica sportiva all'aria aperta, e iniziative come questa contribuiscono a rafforzare questo posizionamento, sempre nel rispetto del nostro ambiente e del nostro modello di isola.

Puntiamo su uno sport accessibile, che unisca e che generi comunità.

Invitiamo tutti a far parte di questa nuova proposta e a godere dell'esperienza.

FORMENTERA
EBIKES TOURS

**¡Descubre la
Formentera
más auténtica!**

 Discover the most authentic Formentera!
 Scopri la Formentera più autentica!



**¡6 Rutas para vivir
una experiencia única!**

www.formenteraebikestours.com



Hugo Martínez
Conseller d'Esports



Consell Insular
de Formentera

The 4x10K arrives as a new proposal that brings dynamism and a different way of understanding competition.

By offering different levels, it encourages both individual and collective participation, making it an open and inclusive race.

This type of initiative helps us continue expanding the island's sporting base and bringing physical activity closer to more people, which is one of our main goals.

It also offers an appealing experience that combines sport, organization, and environment—elements that clearly reflect what we want for Formentera.

We encourage everyone to take part and experience it up close.

La 4x10K arriva come una nuova proposta che porta dinamismo e un modo diverso di intendere la competizione.

Offrendo diversi livelli, favorisce sia la partecipazione individuale che quella collettiva, rendendola una gara aperta e inclusiva.

Questo tipo di iniziative ci aiuta a continuare ad ampliare la base sportiva dell'isola e ad avvicinare l'attività fisica a più persone, che è uno dei nostri principali obiettivi.

Inoltre, offre un'esperienza attraente che combina sport, organizzazione e ambiente, elementi che rappresentano molto bene ciò che desideriamo per Formentera.

Invitiamo tutti a partecipare e a viverla da vicino.

WE MOVE *with the* **ISLAND** FORMENTERA



five flowers
HOTEL FORMENTERA
MEMBER OF MELIA COLLECTION

paya
HOTELS

BLANCO
HOTEL FORMENTERA *****

¡CORRE, DISFRUTA
Y VIVE LA ISLA!

alma

A WELLNESS BRAND BY PAYA HOTELS



Consell Insular
de Formentera



Artal Mayans García
Conseller de Turisme,
Innovació i Habitatge

It is a source of pride to present the first edition of the 4x10K of Formentera, a new event born with the aim of continuing to consolidate the island as a benchmark for sports tourism in the Mediterranean.

This initiative responds to the commitment to continue growing in our firm dedication to sport as a key element outside the months of highest influx, offering new opportunities for participation to all those who wish to take part in other sporting events and who, on many occasions, cannot access other races due to capacity limitations or simply do not quite fit into any of them.

The 4x10K is not only a competition, but an experience that invites you to discover Formentera in a different way, combining sport, nature and Mediterranean lifestyle in a unique environment, but with friends, family or work colleagues, turning the event into an opportunity to enjoy the island for several days.

As Councillor of Tourism and Commerce, it is an honour to support an event that, from its first edition, is committed to integrating sports practice with the promotion of our local offer in dining, commerce and services, thus helping to energise the island and generate value for residents and visitors.

I would like to welcome all participants and their companions, and encourage you to enjoy the island calmly, to explore its landscapes and to discover everything that Formentera offers beyond the competition, taking advantage of your stay to experience it without rushing.

È un orgoglio presentare la prima edizione della 4x10K di Formentera, una nuova prova che nasce con la volontà di continuare a consolidare l'isola come un punto di riferimento del turismo sportivo nel Mediterraneo.

Questa iniziativa risponde all'impegno di continuare a crescere nella nostra ferma convinzione dello sport come elemento chiave al di fuori dei mesi di massima affluenza, offrendo nuove opportunità di partecipazione a tutte quelle persone che desiderano far parte di altri eventi sportivi e che, in molte occasioni, non possono accedere ad altre prove per limitazioni di capienza o semplicemente perché non riescono a inserirsi in nessuna di esse.

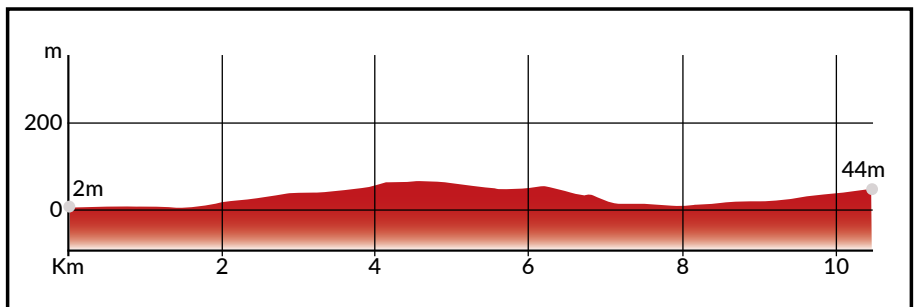
La 4x10K non è solo una competizione, ma un'esperienza che invita a scoprire Formentera in un modo diverso, combinando sport, natura e stile di vita mediterraneo in un ambiente unico, ma con amici, familiari o colleghi di lavoro, trasformando la prova in un'opportunità per godersi l'isola per diversi giorni.

Come Consigliere del Turismo e del Commercio, è un onore sostenere un evento che, sin dalla sua prima edizione, punta a integrare la pratica sportiva con la promozione della nostra offerta locale in ristorazione, commercio e servizi, contribuendo così a dinamizzare l'isola e a generare valore per residenti e visitatori.

Voglio dare il benvenuto a tutti i partecipanti e ai loro accompagnatori, e incoraggiarvi a godervi l'isola con calma, a percorrere i suoi paesaggi e a scoprire tutto ciò che Formentera offre oltre la competizione, approfittando del vostro soggiorno per viverla senza fretta.

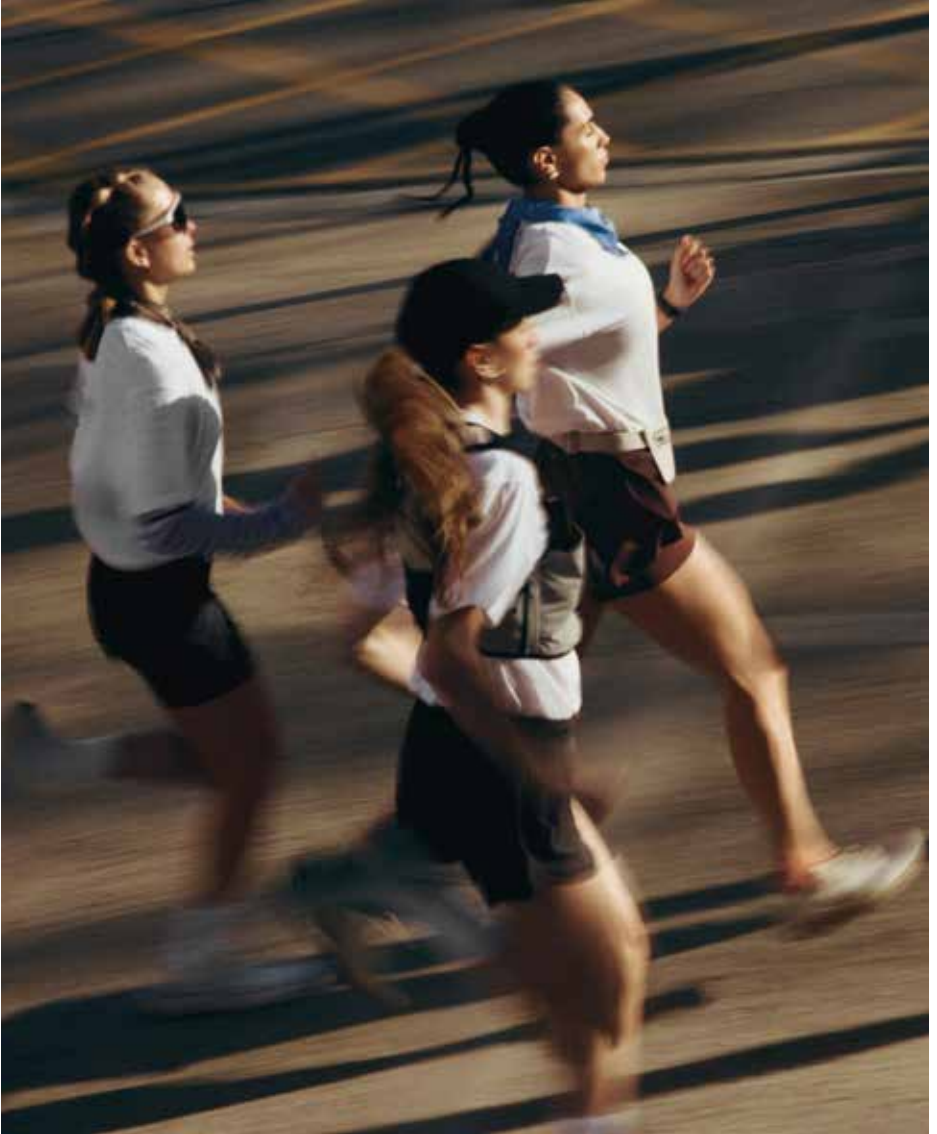
MAP & ALTITUDE

MAPPA & ALTITUDINE



OYSHO

Running Club



**¡Únete al Oysho Running Club
y prepárate para la carrera!**



Pitiüsa Sud

Autocars



SU EMPRESA DE TRANSPORTE
EN FORMENTERA

CONTACTO:

+34 971 32 90 33 / autocarspitiüsasud@hotmail.com



FORMENTERA

IBIZA

www.emarhotels.com

C/ Espalmador 71, Es Pujols,
Formentera

+34 971 32 18 16



TRAJECTORY / PERCORSO

Start / Inizio: Paseo de la Marina (La Savina) to 6:00 PM /
Passeggiata Marina (La Savina) A 18:00

Finish line / Arrivo: Antoni Blanc Sports Center / Polideportivo Antoni Blanc
(c/ Pius Tur Mayans de Sant Francesc Xavier)

Control closure / Chiusura di controllo: at 7:45 p.m. at Km. 9 / *alle ore 19:45 al Km. 9*

Route / Itinerario: Urban and interurban circuit, completely closed to traffic. 75% on asphalt, 25% on consolidated road. / *Circuito urbano e interurbano, completamente chiuso al traffico. 75% su asfalto, 25% su strada consolidata.*

The route will take place on the streets and roads listed below:

Il percorso si svolgerà sulle strade e vie elencate di seguito:

Alt.	Itinerary / Itinerario	Km. total
0	Actual exit / Partenza reale. Passeig de la Marina. Port de La Savina	0,0
0	Left turn towards Sant Francesc via PM-820 <i>Svolta a sinistra verso Sant Francesc per PM-820</i>	0,2
0	Turn right onto the La Savina to Portossaler road. <i>Incrocio, svolta a destra sulla strada La Savina - Portossaler</i>	1,0
10	Intersection, turn left toward Sant Francesc via Camí de Baixde Portossaler <i>Incrocio, svolta a sinistra verso Sant Francesc per Camí de Baix de Portossaler</i>	2,0
40	Intersection at Sports Center, go straight toward Sant Francesc via Av. de Portossaler. <i>Incrocio Polideportivo, dritto verso Sant Francesc per Av. de Portossaler</i>	3,1
40	Intersection, go straight / <i>Incrocio, dritto</i>	3,4
40	Turn left onto Sant Joan Street / <i>Svolta a sinistra in via de Sant Joan</i>	3,5
40	Turn right at Molins de na Miranda Street <i>Svolta a destra in via Molins de na Miranda</i>	3,7
50	Exit town via Camí de Dalt de Portossaler <i>Uscita dalla località per Camí de Dalt de Portossaler</i>	4,0
60	Intersection, turn right onto Portossaler / <i>Cruce giro derecha por Portosaler</i>	4,3
50	Aid station / Punto di ristoro	5,4
45	Go straight on Camí de Portossaler. At the intersection, turn right (beginning of dirt track). <i>Dritto su Camí de Portossaler. Incrocio, svolta a destra (inizio sterrato)</i>	6,1
25	Intersection, turn right toward the lagoon <i>Incrocio, svolta a destra verso lo stagno</i>	6,8
5	Intersection, turn right onto Camí de sa Pedrera <i>Incrocio, svolta a destra su Camí de sa Pedrera</i>	7,9
5	Intersection, turn left onto Portossaler Road <i>Incrocio, svolta a sinistra sulla strada di Portossaler</i>	8,6
15	Intersection, go straight onto Camí de Baix de Portossaler <i>Incrocio, dritto su Camí de Baix de Portossaler</i>	9,2
40	Intersection at the Sports Center, turn right onto Pius Tur Mayans Street <i>Incrocio Polideportivo, svolta a destra in via Pius Tur Mayans</i>	10,3
45	Finish / Arrivo. Antoni Blanc Sports Center / Polideportivo Antoni Blanc	10,5

HANNAH

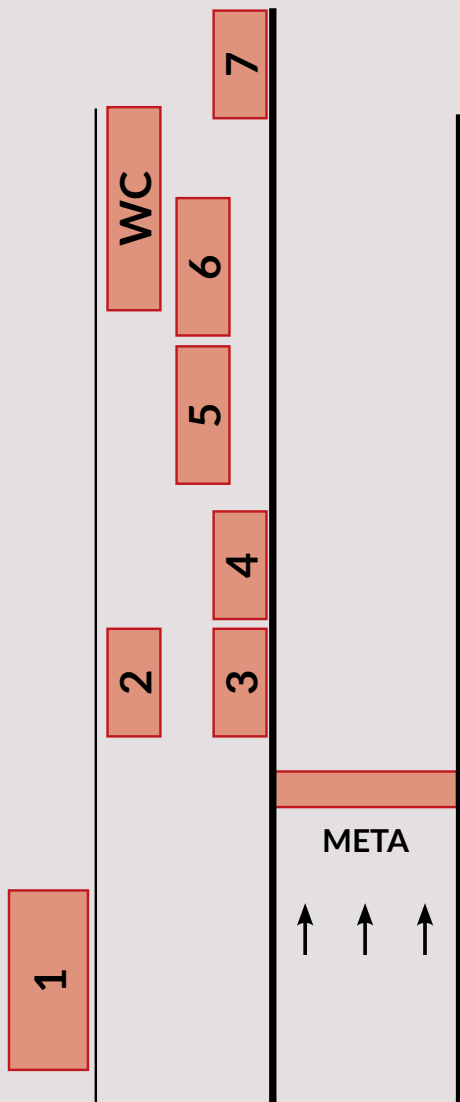
FORMENTERA

HOTEL BOUTIQUE | RESTAURANT | MEDITERRANEAN EXPERIENCE



*Camí es Arenals, Km. 11, 07872
Es Caló, Balearic Islands*

ARRIVAL / ARRIVO

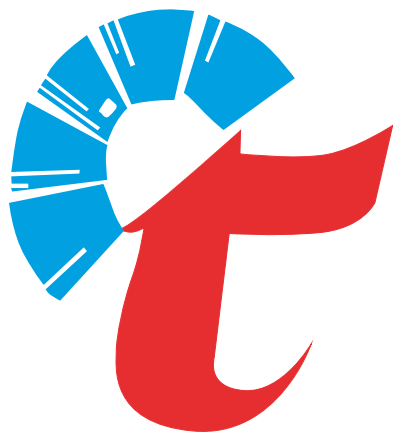


1. SHOWERS / DOCCE
2. STAGE / PALCO
3. RACE CONTROL
CONTROLLO DELLA GARA
4. MEDAL AWARD
MEDAGLIE
5. CLOACKROOM SERVICE
SERVIZIO CUSTODIA BORSE
6. REFRESHMENT STOP
VETTOVAGLIAMENTO
7. MEDICAL SERVICE
SERVIZIO MEDICO



Hacer de la superación nuestra meta

En CaixaBank apoyamos el esfuerzo personal: ponerse metas, ir cada día un paso más allá, no darse nunca por vencido. Creer en uno mismo y superar cualquier obstáculo es la clave para hacer de cada desafío un éxito.



CARBÓNICAS *tur*

Ctra. San Francisco, Km 2 - Tel 971 32 22 50 - Fax 971 32 22 51

07860 FORMENTERA - BALEARES



Javier Sanz

President de l'Autoritat Portuària de Balears

Formentera once again takes centre stage in the sporting calendar with the celebration of the 2026 4x10K Team Relay, an event that stands out for its collective spirit and shared energy.

Unlike other competitions, this relay format invites us to understand sport through cooperation: each segment completed forms part of a common effort, where coordination, trust and commitment among teammates are just as important as individual performance. It is precisely this team spirit that makes this event such an enriching experience.

The island's unique beauty and its firm commitment to sustainability provide the ideal setting for a race that combines sport with respect for the territory.

In this context, the port of La Savina plays a leading role as a space of welcome, gathering and celebration. At the Balearic Port Authority, we greatly value the opportunity to collaborate in the development of events that generate dynamism, cohesion and a positive image of our islands.

My thanks go to the organisers, the collaborators and all those involved in making this day possible. To the participating teams, I encourage you to enjoy the course, the camaraderie and every moment that this unique competition offers.

Kind regards,

Formentera torna a collocarsi, anche quest'anno, al centro del calendario sportivo con la celebrazione della 4x10K a squadre 2026, una prova che si distingue per il suo carattere collettivo e per l'energia condivisa.

A differenza di altre competizioni, questo formato a staffetta invita a vivere lo sport attraverso la cooperazione: ogni tratto percorso fa parte di uno sforzo comune, in cui coordinazione, fiducia e impegno tra compagni risultano importanti quanto la prestazione individuale. È proprio questo spirito di squadra a rendere questo appuntamento un'esperienza particolarmente arricchente.

L'ambiente dell'isola, con la sua bellezza unica e il suo deciso impegno per la sostenibilità, offre il contesto ideale per una prova che unisce sport e rispetto per il territorio.

In questo scenario, il porto della Savina assume un ruolo da protagonista come spazio di accoglienza, incontro e celebrazione. Dall'Autorità Portuale delle Baleari valutiamo molto positivamente la possibilità di collaborare allo sviluppo di eventi che generano dinamismo, coesione e un'immagine positiva delle nostre isole.

Il mio ringraziamento va all'organizzazione, ai collaboratori e a tutte le persone coinvolte nel rendere possibile questa giornata. Alle squadre partecipanti, auguro di godersi il percorso, il cameratismo e ogni momento che questa singolare competizione offre.

Cordiali saluti,



Somos F
50 añ



trasmapi.com

trasmapi

RY IBIZA FORMENTERA

*Formentera
os juntos!*



Nº1
LOCAL COMPANY



formotor

Comprometidos con que *Formentera* sea una isla más sostenible

Committed to making Formentera a more sustainable island



Más de 35 años dando el mejor servicio de alquiler de vehículos en formentera
More than 35 years giving the best vehicle rental service in formentera

Abierto todo el año · Open all year · Ganzjährig Geöffnet · Siamo aperti tutto l'anno

for you, for rent
Formentera

971 322 929 · 971 322 674 · 971 327 048
rent@formotor.com La Savina (Formentera)

formotor.com

LA MOLA *Rent*.COM



FORMENTERA

“No pienses tanto...Deja que Formentera te sorprenda”



P



¿A dónde vamos hoy?

Renta una scooter con MotoRent Pujols.

Fácil, Rápido, motorentpujols.com

PUJOLS
MOTO RENT

PRO *Auto*
RENT A CAR

**PROAUTO:
TU MOTOR EN
EL PARAÍSO**

Patrocinador oficial • Media Maratón Formentera





GENERAL INFORMATION

PARTICIPANT TRANSFER:

The organization will provide participants with a free transfer service to the starting line from Av. 8 d'Agost (in front of IES Marc Ferrer in Sant Francesc), next to the parking area designated for participants on Sant Joan Street.

There will be no return service from the finish at La Savina Port.

RACE CONTROL:

It will be done using a chip, which will be attached to the race bib. Each participant will have a chip. The team's time will be the sum of the four individual times.

GIFTS:

Upon collecting their race number, each athlete will receive a souvenir of the event. The t-shirt size must be selected during registration, where the size chart is available. **Due to logistical reasons, t-shirt size exchanges are not possible.**

Those who complete the race will be entitled to a medal which they can collect upon crossing the finish line.

CLOAKROOM SERVICE:

At the starting line there will be a bag storage service for participating athletes.

The cloakroom will remain open until fifteen minutes before the race (5:45 p.m.).

The bag must be closed and identified with the label that the organization will provide, along with the race number.

The organization is not responsible for personal belongings left in the cloakroom.

MEDICAL SERVICE:

A doctor will be in charge of this service. All athletes with physical, respiratory, allergic, or other conditions requiring special attention must notify the organizers before the start of the competition and indicate this on the back of their race number.

Each runner participates in the race at their own risk and declares that they possess a sufficient level of physical fitness to complete the event. The organizers recommend that all runners undergo a medical examination and/or stress test before the start.



**CELEBRAMOS
LO QUE NOS UNE**

Coca-Cola

Real Magic[®]





GENERAL INFORMATION

CAREER INSURANCE:

All officially registered participants will be covered by an insurance policy arranged by the organization, which will cover accidents that may occur as a direct result of the development of the event, and never as a result of a latent illness or defect, injury, recklessness, negligence, non-compliance with the laws and the articles of the regulations, etc., nor those produced in the journeys to and from the place where the race is held.

The Organization declines all responsibility for any damages that participants may suffer or cause to third parties in the hours before or after their participation in the race.

Since they are not covered by the organization's insurance, it is strictly forbidden to accompany participants by any type of vehicle, device or on foot. **This includes baby or child carrier strollers.**

TROPHIES:

- Trophy for the first 3 finishers in the categories detailed in Article 4 of the regulations:

Trophy presentation: At the finish line (Antoni Blanc Sport Centre, Sant Francesc), approximately at 7:30 p.m.

Failure to attend the awards ceremony will be understood as a waiver of the trophies. Any delegation of the awards to another person by the winners must be communicated to and authorized by the Organization at least half an hour before the ceremony.

ATTENTION TO THE PARTICIPANT AT THE FINISH LINE:

Participants will have access to WC, changing rooms and showers inside the Sports Center.

Compeed®

TE SALVA EL DÍA

AMPOLLAS

VENTAS 24/25*
Nº1
VENTAS
TRATAMIENTO DE AMPOLLAS



ALIVIO INMEDIATO DEL DOLOR

CURACIÓN RÁPIDA



*IOVIA unidades vendidas en farmacia y parafarmacia SellOut de Junio 2024 a Mayo 2025, mercado de apósitos para ampollas en España.
No aplicar sobre heridas infectadas. Cumple la normativa de productos sanitarios. CPSP25122CAT

Corre hacia nuevas aventuras con Trasmed

Conectamos la Península y Baleares para que tu próxima aventura comience desde el momento en que subes a bordo. Con Trasmed, puedes viajar con total comodidad, llevando contigo tu vehículo, tu mascota y, por supuesto, todo lo necesario para llegar listo a la línea de salida.

Por cada 10€
ganas 1 Nudo = 1€



Club MyTrasmed

Club de Fidelización

Tanto si viajas una o
cien veces al año...
Viajar y ahorrar,
¡Todo es empezar!
¡Únete aquí!

Club MyTrasmed:
Viajar tiene recompensa.





Blue Bar

FORMENTERA

RESTAURANTE ★ COMIDAS Y CENAS



RESERVA 666758190
PLAYA MIGJORN KM 8
P.O. BOX 165
FORMENTERA BALEARES



BLUEBARFORMENTERA.COM FACEBOOK.COM/BUEBARFORMENTERA TWITTER.COM/BUEBARSPACE

INFORMAZIONI GENERALI



TRASPORTO DEI PARTECIPANTI:

L'organizzazione metterà a disposizione dei partecipanti un servizio gratuito di trasferimento fino alla linea di partenza da Av. 8 d'Agost (di fronte all'IES Marc Ferrer di Sant Francesc), accanto al parcheggio riservato ai partecipanti in via Sant Joan.

Non sarà previsto un servizio di ritorno dal traguardo al Porto di La Savina.

CONTROLLO GARA:

Verrà effettuato tramite chip, che sarà consegnato fissato al pettorale. Ogni partecipante avrà un chip. Il tempo della squadra sarà la somma dei quattro tempi individuali.

REGALI:

Al ritiro del pettorale, ogni atleta riceverà un ricordo dell'evento. La taglia della maglietta dovrà essere selezionata al momento dell'iscrizione, consultando la tabella taglie. Per motivi logistici, non è possibile effettuare cambi di taglia.

Chi completerà la gara avrà diritto a una medaglia che potrà ritirare una volta tagliato il traguardo.

SERVIZIO GUARDAROBA:

Alla partenza sarà presente un servizio di deposito borse per gli atleti partecipanti.

Il guardaroba rimarrà aperto fino a quindici minuti prima dell'inizio della gara (17:45).

La borsa dovrà essere chiusa e identificata con l'etichetta che l'organizzazione fornirà, insieme al numero di gara.

L'organizzazione non è responsabile degli effetti personali lasciati nel guardaroba.

SERVIZIO MEDICO:

Un medico sarà responsabile di questo servizio. Tutti gli atleti con patologie fisiche, respiratorie, allergiche o di altro tipo che richiedono particolare attenzione devono avvisare gli organizzatori prima dell'inizio della gara e indicarlo sul retro del proprio pettorale.

EXPLORA EL PARAISO FORMENTERA

TU ESCAPADA PERFECTA EMPIEZA AQUÍ



TU EXPERTO EN
BALEARES DESDE
HACE 40 AÑOS

Reserva con nosotros tus vacaciones y despreocúpate de todo.
Te ofrecemos traslado desde el aeropuerto, billetes de ferry Ibiza-
Formentera, alojamiento, alquiler de moto o coche, alquiler de
barco y paquetes con seguro de viaje.
Viajes Es Freus, tu mejor elección.



¡RESERVA YA!



0034 971308069



www.marjetincoming.com



booking@esfreus.com

INFORMAZIONI GENERALI



Ogni corridore partecipa alla gara a proprio rischio e pericolo e dichiara di possedere un livello di forma fisica sufficiente per portare a termine l'evento. Gli organizzatori raccomandano a tutti i corridori di sottoporsi a visita medica e/o test da sforzo prima della partenza.

ASSICURAZIONE DI CARRIERA:

Tutti i partecipanti ufficialmente iscritti saranno coperti da una polizza assicurativa predisposta dall'organizzazione, che coprirà gli incidenti che dovessero verificarsi come conseguenza diretta dello svolgimento della manifestazione, e mai come conseguenza di malattia o difetto latente, infortunio, imprudenza, negligenza, inosservanza delle leggi e degli articoli del regolamento, ecc., né quelli prodotti nei viaggi da e per il luogo in cui si svolge la gara.

L'Organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali danni che i partecipanti dovessero subire o causare a terzi nelle ore precedenti o successive alla loro partecipazione alla gara.

Non essendo coperti dall'assicurazione dell'organizzazione, è severamente vietato accompagnare i partecipanti con qualsiasi tipo di veicolo, dispositivo o a piedi. **Sono inclusi i passeggini porta-bambini.**

TROFEI:

- Trofeo per i primi 3 classificati nelle categorie specificate nell'articolo 4 del regolamento:

Presentazione del trofeo: All'arrivo (Polideportivo Antoni Blanc di Sant Francesc), circa alle 19:30.

La mancata presenza alla cerimonia di premiazione sarà considerata come rinuncia ai premi. L'eventuale delega dei premi a terzi da parte dei vincitori dovrà essere comunicata e autorizzata dall'Organizzazione almeno mezz'ora prima della cerimonia.

ATTENZIONE AL PARTECIPANTE AL TRAGUARDO:

I partecipanti avranno accesso a servizi igienici, spogliatoi e docce all'interno del Polideportivo.



RESTAURANT

S'Avaradero

Especialitats en Peix i Marisc
Carns al grill a l'estil Argentí

Terrassa davant el mar

Avinguda Miramar 32-26
Es Pujols
Formentera
Tel. 971 329 043



sons

formentera

**SONIDO, ILUMINACIÓN, VÍDEO &
PRODUCCIÓN**

info@sonsformentera.com
www.sonsformentera.com
(+34) 679 96 94 86

OYSHO

COMMUNITY



**¡Únete a la
comunidad deportiva!**

Save Posidonia Project

Formentera

#soyverdeposidonia

La pradera de Posidonia de Formentera es el ser vivo más longevo del mundo. Es también responsable de la **claridad y color de las aguas de la isla**. La Posidonia se ve amenazada por varios factores, como los fondeos irregulares sobre Posidonia, la contaminación marina y el cambio climático. **Apadrina metros de Posidonia** y estarás financiando **proyectos científicos** y ambientales para conservar la Posidonia.



Consell Insular
de Formentera

