

*Domingo, 15 de Abril del 2018*



*Trail y andaina por el Ortegal*

## **INDICE**

### **1. PROGRAMA**

### **2. UBICACIONES**

### **3. MATERIAL RECOMENDADO**

### **4. ESPECIFICACIONES GENERALES**

- HORA DE CORTE
- AVITUALLAMIENTO
- RECORRIDOS
- OTRAS RECOMENDACIONES

### **5. INFORMACIÓN DE RESTAURACIÓN.**

### **6. AGRADECIMIENTO A PATROCINIOS/COLABORADORES**

---

## **1. PROGRAMA**

### **● SÁBADO**

- **DE 19 A 21H:** RETIRADA DE DORSALES EN EL MERCADO DE CARIÑO.

### **● DOMINGO**

- **DE 8:30H A 9:15:** APERTURA SECRETARÍA Y RETIRADA DE DORSALES EN EL MERCADO DE CARIÑO.
- **9:15H:** FIN DE LA ENTREGA DE DORSALES Y BREVE "BRIEFING" ANTES DE DAR LA SALIDA.
- **9:30H:** SALIDA DE TODAS LAS MODALIDADES DESDE LA PLAZA ROJA DE CARIÑO.
- **11:00H:** APERTURA DE DUCHAS EN EL PABELLÓN DE DEPORTES DE CARIÑO.
- **DESDE LA LLEGADA:** CONSUMICIONES Y PINCHOS DEGUSTACIÓN EN LOS BARES COLABORADORES.
- **14:00H:** CIERRE DE META, ENTREGA DE PREMIOS Y SORTEO DE REGALOS EN EL MERCADO DE CARIÑO.

## **2. UBICACIONES**

- **SECRETARÍA:**  
EDIFICIO DEL MERCADO MUNICIPAL DE CARIÑO  
([HTTPS://GOO.GL/MAPS/VPQU4KEAFFO](https://goo.gl/maps/vpou4keaffo)).
- **SALIDA / META:**  
PLAZA ROJA, COLINDANDO CON EL EDIFICIO DEL MERCADO DEL MERCADO DE CARIÑO.
- **PABELLÓN MUNICIPAL DE DEPORTES DE CARIÑO**  
([HTTPS://GOO.GL/MAPS/DGII2NFAU82](https://goo.gl/maps/dgii2nfanU82)).  
ZONA DE **DUCHAS**. **se recomienda estacionar LOS COCHES en sus INMEDIACIONES para una mayor comodidad.**  
DESDE EL PABELLÓN HASTA LA SALIDA/META HAY 800 METROS SIGUIENDO EL PASEO MARÍTIMO QUE COMIENZA JUSTO EN FRENTE DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS.



## **3. MATERIAL RECOMENDADO**

SEGÚN LAS PREVISIONES METEOROLÓGICAS LA TEMPERATURA SE SITUARÁ ENTRE LOS 10º-14º, PEQUEÑAS RACHAS DE VIENTO (25KM/H) Y PROBABLEMENTE SE PRODUZCA ALGUNA LEVE PRECIPITACIÓN. SE HACE **RECOMENDABLE** EL USO O AL MENOS EL PORTEO DE LAS SIGUIENTES PRENDAS DE ABRIGO:

- CAMISETA TÉRMICA DE MANGA LARGA.
- CHAQUETA IMPERMEABLE Y TRANSPIRABLE TIPO GORE-TEX® O CHAQUETA CORTAVIENTOS.
- BANDANA PARA EL CUELLO Y GANTES.

#### **4. ESPECIFICACIONES GENERALES:**

EL recorrido estará balizado con cinta clásica (roja y blanca), cartelería mediante indicaciones (flechas de color rojo) y pintura biodegradable naranja.

Encontraréis carteles advirtiendo de "Peligro" en zonas donde se debe extremar la precaución (cruces de carreteras, bajadas técnicas, etc).

En el KM 9 se desviará el recorrido del Trail con el del Minitrail & Andaina. Encontraréis indicaciones a las cuales tendréis que atender para seguir por el recorrido que os corresponde.

- **HORA DE CORTE:** A partir de las 11:30 todo corredor de la distancia Trail que no haya sobrepasado el desvío anteriormente mencionado del KM 9, deberá acortar y seguir el recorrido del Minitrail & Andaina.
  
- **AVITUALLAMIENTOS (LÍQUIDOS Y SÓLIDOS):**
  - KM 7
  - KM 16 (SÓLO TRAIL 25K)
  - META

será de vital importancia el respeto por el medioambiente, fauna y flora en todo momento.

se colocaran contenedores de basura en avituallamientos para que los participantes depositen sus desechos.

- **RECORRIDOS:** Enlaces a los track´s con un click:

[TRAIL 25K](#)

[MINITRAIL & ANDAINA](#)

Para cualquier otra consulta os recomendamos que reviséis [el reglamento de la prueba](#).

- **OTRAS RECOMENDACIONES:**

Aquellos participantes que vengan acompañados de su mascota, será conveniente que la lleve atada en todo momento para evitar posibles incidentes. La organización no asumirá ninguna responsabilidad al respecto.

