Sariñena 29 de marzo de 2020

7ª CARRERA SOLIDARIA

AECC SARIÑENA – MONEGROS

Dirigido a todos los participantes:

ZONA 1: **PORCHE EXTERIOR DEL RECINTO FERIAL (JUNTO AL BAR)**

Recogida de dorsales: El horario establecido para la entrega de dorsales será de 9.30 h. a 10.30 h. Nada más entrar al recinto ferial, los participantes en la prueba, encontrarán unos paneles informativos, donde se encontrarán unos listados diferenciados por colores (**2K: ROJO; 5K: NEGRO**), según nos hayamos inscrito a uno u a otra. Los listados estarán dispuestos por orden alfabético, donde cada uno podrá saber el dorsal asignado por la organización. Una vez que los participantes sean conocedores del dorsal que les corresponde, se colocarán en la fila indicada, para poder recogerlo junto con el obsequio-regalo. Recordamos que, a todos los participantes les corresponderá la **BOLSA DEL CORREDOR**, conmemorativa de la prueba, que contiene **CAMISETA TÉCNICA+BOTELLIN DE AGUA+DORSAL+IMPERDIBLES**. A la hora de recoger el dorsal, será imprescindible entregar el justificante de la inscripción, y presentar el DNI o documento con fotografía. **RECORDAMOS A TODOS LOS PARTICIPANTES QUE LOS DORSALES SON PERSONALES E INTRASFERIBLES.**

Calentamiento general y activación para la preparación de la carrera: Una vez concluida la entrega de dorsales, **sobre las 10.30**, desde el escenario principal del recinto, se llevará a cabo un calentamiento general para todos los participantes, con el objetivo de prepararse lo mejor posible para el posterior esfuerzo. Dicho calentamiento consistirá en ejercicios de movilidad articular y de preparación para la carrera, acompañados de un soporte musical. Las personas que dirigirán el calentamiento serán monitoras del Área de Deportes de la Comarca de Los Monegros y de Hozona.

Entrega de trofeos: Una vez finalizada la prueba, en sus dos modalidades, se establecerán las clasificaciones finales: **CARRERA CORTA**: Masculino (1º, 2º y 3º clasificado), Femenino (1º, 2º y 3º clasificado). **CARRERA LARGA**: Masculino (1º, 2º y 3º clasificado), Femenino (1º, 2º y 3º clasificado). Además se entregará trofeos al participante **+VETERANO, Y AL +JOVEN**. En estas últimas categorías, es indispensable que el participante realice el recorrido en su totalidad. La clasificación que se facilitará, será por puestos. No se cogerán tiempos.

Conforme los corredores vayan terminando su participación, en la zona del bar, se repartirá **CHOCOLATE Y BIZCOCHOS**, gracias a la colaboración de Afammer Sariñena y la Asociación de Mujeres y Consumidores Monegros de Sariñena.

ZONA 2: ARCO DE SALIDA (JUNTO A LA ENTRADA DEL RECINTO).

Presentación de la prueba: Unos minutos antes del comienzo, y ya colocados todos los participantes en la línea de salida tendrá lugar una breve presentación de la prueba, a cargo de personalidades y autoridades, de las diferentes entidades organizativas. Además se presentará, como todos los años, “al padrino y/o madrina” de la prueba, que en esta ocasión será el Monegrino, JAVIER GAZOL, Atleta Olímpico y Campeón de España en salto de Pértiga.

Salida: tendrá lugar a las 11 h. En la zona de salida habrá dos cajones, delimitados con vallas y cinta de marcaje. En el primer cajón, más próximo a la línea de salida, se colocarán todos los participantes inscritos, dando preferencia a los que la vayan a disputar corriendo, y en el segundo cajón se colocarán todos los participantes que vayan a disputarla andando. De esta manera evitaremos tropiezos, empujones, y posibles caídas.
En esta zona, los participantes dispondrán de avituallamiento líquido, conforme vayan concluyendo su participación.

ZONA 3: CIRCUITO CORTO (2 k)

Este circuito, discurrirá íntegramente por el casco urbano. El recorrido será desde la línea de salida, hasta la Plaza Estatuto de Aragón (Plaza Villanueva), se realizará un giro de 180º y se volverá hacia la meta prácticamente por el mismo camino, excepto un pequeño tramo. Los tramos comunes de ida y vuelta, estarán divididos con conos en el eje central. En ese caso, los corredores transitarán por el carril de la derecha según el sentido de la marcha.
Por seguridad se recomienda que, los participantes que vayan a completar el recorrido caminando, lo hagan por la parte derecha de cada carril, para no impedir el paso a los corredores.
La cabeza de carrera en categoría masculina y femenina, irán acompañados de un vehículo de la organización, con señalización específica, con el objetivo de tener una referencia clara del discurrir de la prueba.
Durante todo el recorrido habrá personal de la organización realizando diferentes funciones: abrir carrera, control de calles, control de pasos por las zonas de cambio de sentido, etc.)

ZONA 4: CIRCUITO LARGO (5 K)

La primera parte del recorrido será común, al circuito largo. Todos los participantes tendrán que llegar al punto de control, situado en el cambio de sentido, que se encontrarán en la plaza Estatuto de Aragón. Una vez hecho el giro, comenzarán a bajar por el mismo recorrido, hasta llegar a la Residencia de la 3ª Edad, donde realizarán un giro de 90º a la derecha, para coger el **CAMINO DE LOS BANCALES**. Una vez allí, y siguiendo las indicaciones que habrá a lo largo del recorrido (cinta de marcaje y flechas), llegarán hasta el segundo punto de control, con personal de la organización, los cuales tomarán referencias de paso de los primeros clasificados. En ese 2º punto de control, los participantes podrán encontrar avituallamiento líquido.

ZONA 5: META

En la recta de meta, los corredores encontrarán la calzada dividida en dos, por el eje central, con el objetivo de que las dos rutas establecidas, tengan diferentes entradas a meta, para un mejor control de la llegada. Los corredores de la ruta larga entrarán a meta, por el carril **DERECHO**, y los de la ruta corta, por el carril **IZQUIERDO**, hasta cruzar el arco de meta. En la zona de meta los corredores podrán encontrar avituallamiento líquido.

NOTA:

- La Organización cuenta con los seguros de Accidentes deportivos y Responsabilidad Civil, para la celebración del evento.
- Servicios Sanitarios (DYA)
  - 1 Soporte Vital Avanzado. Tipo C (TES).
  - 1 Servicio Médico
  - Equipo Bravo (2 unidades + 2 Sanitarios): Bicicletas equipadas en el recorrido.
  - Puesto Sanitario 3x4 metros: En la zona de meta.
  - 1 Ambulancia convencional con personal técnico.