GUIA DEL CORREDOR

PLANO GENERAL

Media Maratón Getxo

HORARIOS

RECOGIDA DE DORSALES

- **Viernes 5 de Abril** 18:00-20:30 h
- **Sábado 6 de Abril** 09:00-14:00 h
- **Domingo 7 de Abril** 08:00-11:15 h

Piscinas.
Polideportivo Fadura Avda de los Chopos s/n Getxo

BOLSA DEL CORREDOR

BOLSA DE TELA

Reutilizable, para que puedas ir a la compra de una forma más responsable.

DORSAL

Será tu número de la buena suerte. ¡Lúcelo con orgullo! Será obligatorio su uso durante la prueba.

CAMISETA CONMEMORATIVA

Para que la luzcas en la prueba, en tus entrenos o en la comunión de tu sobrina... ¡Dónde tú quieras!

PULSERA

Te servirá para saber cual será tu cajón de salida.

Será obligatorio su uso durante la prueba.

GEL HYDRO

Podréis probar la gama Hydro de Fanté, nuestro colaborador y proveedor de avituallamiento.

FANTÉ

HORARIOS
SALIDAS

DOMINGO, 7 de Abril

- **Media Maratón** 09:00h
- **10 Kilómetros** 11:30h
- **5 Kilómetros** 11:30h

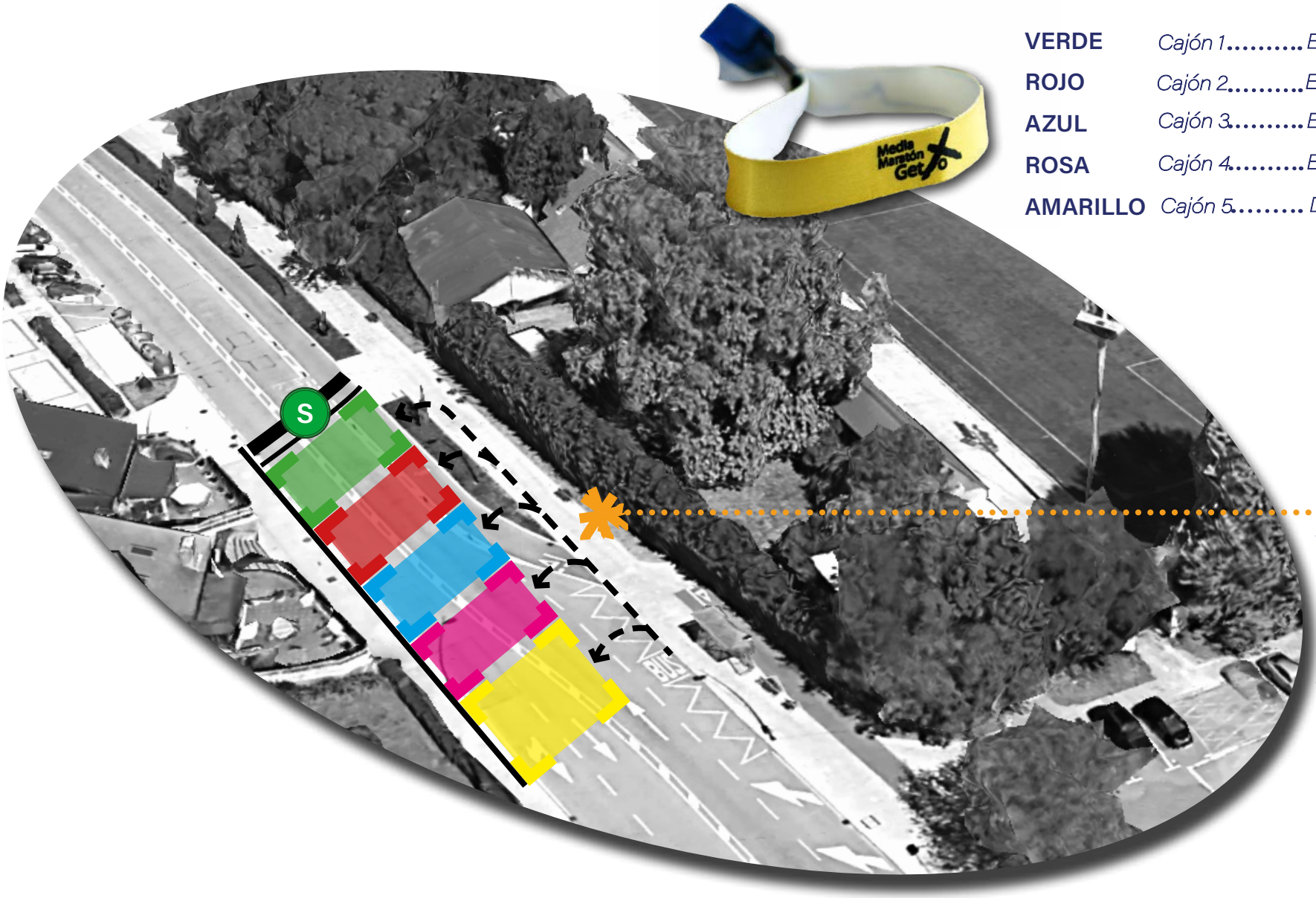
DIRECCIÓN DE CARRERA

En distancia Media Maratón, la dirección de carrera será Avda. Los Chopos hacia Avda. Salsidu.

Tanto en 10K como en 5k, la Avda. de Los Chopos hacia La Avanzada.

CAJONES DE SALIDA

Media Maratón Getxo



VERDE	*Cajón 1*	*Entre 1h - 1h 24*
ROJO	*Cajón 2*	*Entre 1h 24 - 1h 34*
AZUL	*Cajón 3*	*Entre 1h 34 - 1h 45*
ROSA	*Cajón 4*	*Entre 1h 45 - 1h 56*
AMARILLO	*Cajón 5*	*Desde 1h 56min*

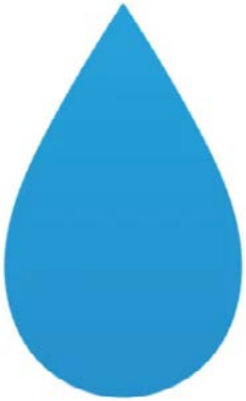
ZONA DE ACCESO

Sólo será posible el acceso a los cajones por el lado indicado.

En ese momento, un voluntario os revisará la pulsera y os indicará dónde debéis colocaros.

El uso de la pulsera será obligatorio.

AVITUALLAMIENTO



AGUA

Os lo prepararemos en vasitos reciclables, listo para tomar.

ISOTÓNICO

Con manzana natural liofilizada, sin conservantes ni aromas diseñada para mejorar tu rendimiento.

Ratio 1:0,8

Os lo prepararemos en vasitos reciclables, listo para tomar.

FANTÉ

IMPORTANTE

ZONAS DE RESIDUOS

Habrá zonas específicas de recogida de residuos.

Os pedimos por favor que intentéis deshaceros de geles, envoltorios y/o vasitos en estas zonas acotadas para ello.

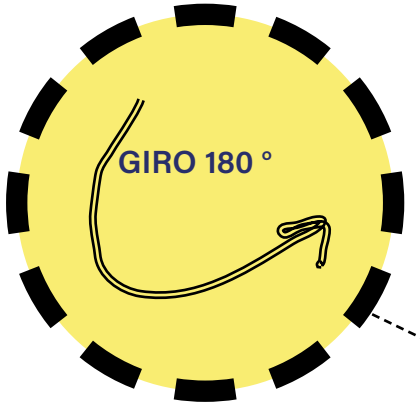
Si no os da tiempo a hacerlo en estos puntos, gurdad los envoltorios hasta meta.

Allí habrá más puntos de recogida de residuos.

AVITUALLAMIENTO

5K

En la distancia de 5k sólo habrá avituallamiento en Meta.

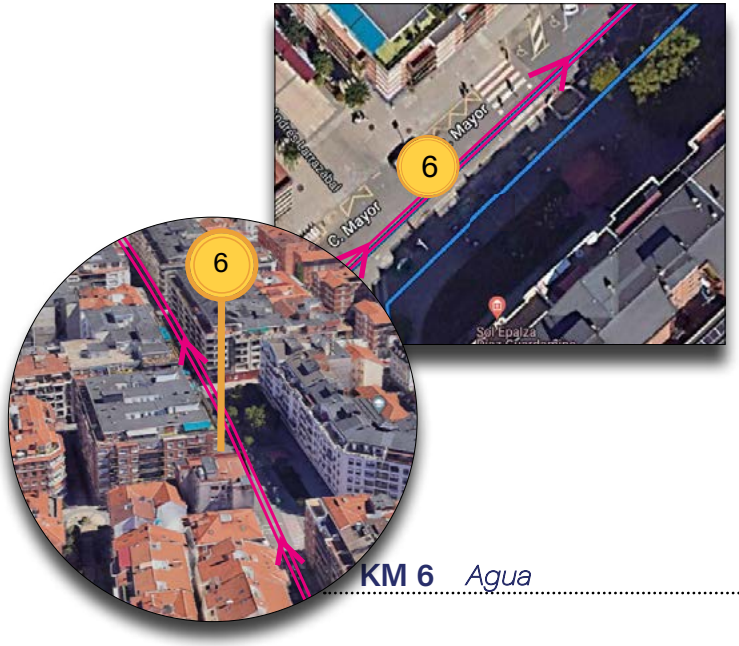


LEYENDA

- M — *META*
- S — *SALIDA*
- 10 — *Punto kilométrico*
- 12 — *Avituallamiento*

AVITUALLAMIENTO

10K



KM 6 *Agua*

Media Maratón Getxo

AVITUALLAMIENTO 21K

Media Maratón Getxo

KM 12 *Agua + isotónico*

KM 6 *Agua*

KM 18 *Agua + isotónico*

ZONA META

Media Maratón Getxo

ZONA BARBACOA

Donde podréis disfrutar de una mini hamburguesa gratis presentando vuestra pulsera y dorsal.

VESTUARIOS Y DUCHAS

Estarán disponibles para vosotros y vosotras.
4 para mujeres y 4 para hombres.

Os pedimos que hagáis un uso responsable del agua.

BAR

Podreís tomar algo y comeros un pincho mientras disfrutaís del ambiente de meta y la llegada de vuestros amigos y familiares

GUARDARROPA

MÚSICA

FRUTA Y BEBIDA

Para que podáis reponeros del esfuerzo.

ENTREGA DE PREMIOS

- **Media Maratón** 11:30h
- **10 Kilómetros** 13h
- **5 Kilómetros** 13h

CURIOSIDADES

ROJO *Cajón 2*

VERDE *Cajón 1*

AMARILLO *Cajón 5 / 10K / 5K*

ROSA *Cajón 4*

AZUL *Cajón 3*

SKYLINE

Podrás ver este skyline en el dorso de la camiseta de los corredores que lleves delante.
Te servirá para tener una referencia estimada de los kilómetros y los puntos de paso.

SORPRESAS POST -META

Todos los participantes que acabéis la carrera recibiréis la ansiada medalla de finisher pero... habrá más sorpresas a las que podrás optar si decides pasar un ratito con nosotros....

¿Te lo vas a perder?

VOLUNTARIOS

Podrás reconocer a los voluntarios porque irán uniformados con la camiseta de la prueba en color blanco.

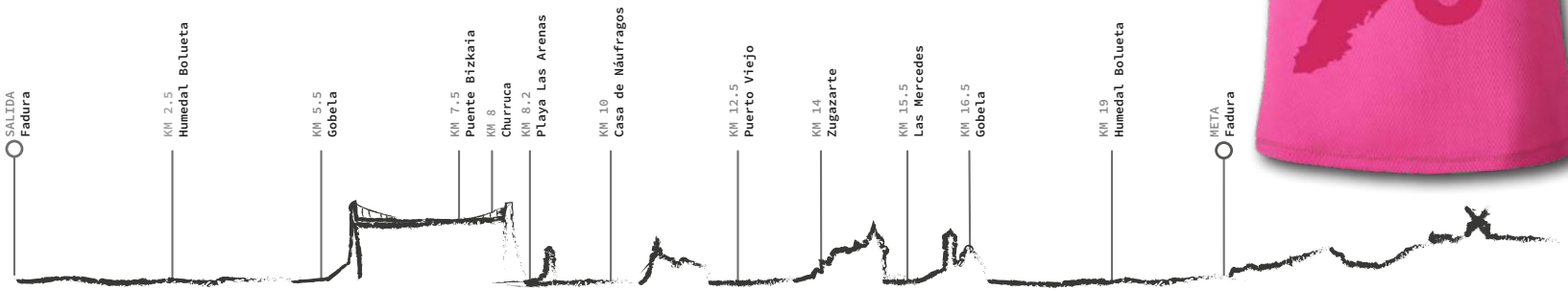
¡No dudes en preguntarles cualquier duda y sigue sus indicaciones, están para AYUDARTE!

LIEBRES

Las liebres llevarán camiseta rosa, por lo que si ves una... ¡Pégate a ella y no la sueltes hasta que cruces la meta!

Tendrás liebres desde 1h 20 hasta 2h, en intervalos de +5min.

Tendrás toda la información en las banderolas que llevarán a cuestas.



AGRADECIMIENTOS

Os agradecemos a todos los participantes, voluntarios, instituciones y colaboradores todo vuestro apoyo y ayuda.

Esperamos que disfrutéis de esta primera edición y por supuesto, que haya muchas más.

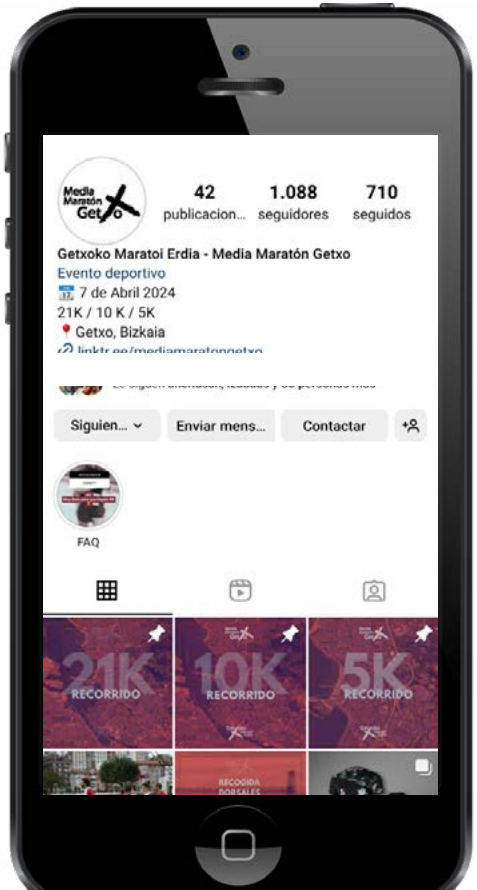
¡Gracias por hacerlo posible!

PATROCINADOR OFICIAL

NORTE

Getxo KIROLAK bizi ezazu

Síguenos en nuestras redes para enterarte de las últimas noticias
#yocorrolamediadegetxo



COLABORADORES

alzola basque water

FANTÉ

RUNNING PORTUGALETE

ATLETISMO BARAKALDO

onda vasca

LABORAL kutxa

EL CORREO

FISIOSCAN

Txonbo! ibilaldia 2024 Getxo

FERNANDEZ TERREROS DESDE 1908

C.D. PAUSARIK GABE KIROLA, GURE BIZIMODUA