2ª MODALIDAD " MEDIA MARATON TRAIL 21 KM"

II RETO ARAQUE TRAIL JAMILENA 2014

Esta será la prueba estrella y la más dura requiriendo del atleta unas cualidades físicas y mentales más disciplinadas. Esta modalidad tendrá una distancia de 21 km de los cuales solo un 10% discurrirá por asfalto. Su altitud máxima es de 1300m y con un desnivel positivo de 1000m y un desnivel negativo de 1000m, sus veredas, vistas y paisajes harán de este recorrido algo especial y atribuirán a que el participante pueda sentir un poco más cerca esta naturaleza que nos ofrece las sierras de Jamilena.

Durante el recorrido se habilitarán 4 puntos de avituallamiento repartidos a cada 5km +/- . El primero y el ultimo con líquido (agua e isotónico en vaso) y los dos del medio llevarán también solido(fruta) que serán depositados en las papeleras que podrán encontrarse a 100m o en el mismo avituallamiento.

El recorrido estará muy bien señalizado y habrá personal voluntario de la organización en los puntos conflictivos y de confusión, por esta razón se le pide al atleta confianza en correr sin miedo a perderse y a seguir las instrucciones del personal de la organización y voluntario. Del mismo modo si durante la carrera sintiese molestias, malestar o cualquier causa que le impida continuar utilice al personal voluntario para pedir ayuda o para solicitar su cese en la carrera.

Durante todo el recorrido tendremos ciclistas del Club Espinar, voluntarios a pie, protección civil, ambulancia, policía local y guardia civil para resolver los imprevistos que puedan surgir, también colocaremos a personal voluntario para recoger detrás del último participante la cinta de balizamiento y toda la señalización de la prueba, respetando siempre al máximo nuestro y vuestro entorno natural.

Día del evento: 30 de Marzo de 2014.

Hora de salida: 10:30.

Precio: 15€.

Recogida de dorsal y bolsa del corredor: a partir de las 9:15.

Inscripción: WWW.CRONORACER.ES – WWW.FENIXAHORRO.ES

También se podrá realizar la inscripción personalmente y recoger el dorsal en Fenix Fitness Jamilena(c/emperador Carlos V nº1 Bajo) hasta el 24 de Marzo en horario de 17:00 a 19:00.

Más información al tlf: 620358299 Miguel.

Plazas limitadas.

Fecha límite de inscripción hasta el 24 de marzo o hasta agotar las 350 plazas.

Hora estimada del fin de la prueba: 13:30 del mediodía aproximadamente.

Con derecho a: Camiseta de la prueba, avituallamientos, dorsal, consumición y comida.

INFORMACIÓN ADICIONAL

Para los participantes se habilitará una zona de aparcamiento que estará situado en el recinto ferial de Jamilena y en polígono justo a la entrada (ya os encontrareis las señales que os lleven a él).

Se ruega puntualidad para no entorpecer al personal organizador ya que si queda completo el recinto ferial tendréis que atravesar la zona de entrega de dorsales. La organización hará la entrega de dorsales hasta 15 minutos antes de la prueba, todo aquel que llegue posterior a esa hora puede no tener la posibilidad de recoger

dorsal y por ello perder los privilegios de participante.

Se habilitarán unas duchas para el que así lo desee en el campo de futbol de Jamilena situado en C/Federico García Lorca.

Puesto que nos es imposible habilitar un punto de guardarropa la organización deja en manos del participante su decisión de donde dejar sus pertenencias.

Normas y reglamento:

- Se pondrá especial atención a la preservación y conservación del entorno natural.
- Cualquier comportamiento antideportivo será motivo de descalificación de la prueba.
- Atajar el recorrido será motivo de descalificación, y se advierte de que habrá puntos de control de paso para los participantes.

- En caso de que algún atleta presente síntomas evidentes de salud en mal estado será retirado de la prueba para su posterior análisis y recuperación.
- Cada participante deberá aceptar vía internet una declaración jurada de responsabilidad dejando al organizador exento de cualquier problema de salud que este pueda tener y en todo caso será consciente de su buen estado de salud en el momento de la prueba.
- Ante todo se pide compañerismo y humildad.