

BOLETÍN FINAL

MEDRANO TRAIL RACE

2018

ÍNDICE

HORARIOS DEFINITIVOS	2
LOCALIZACIONES	3
MATERIAL OBLIGATORIO	4
MODIFICACIÓN EN EL RECORRIDO	5
AVITUALLAMIENTOS Y PUNTOS DE CORTE	6
CONTACTO	7

HORARIOS DEFINITIVOS

VIERNES DÍA 2 DE NOVIEMBRE

18:30 - 22:00 Recogida de dorsales. Frontón de Medrano.

20:00 Charla nutricional por Anna Grifols-Nutriexper y técnica por Pedro González, se recomienda asistencia por cambios de última hora. **Bajos del Ayuntamiento de Medrano**

SÁBADO DÍA 3 DE NOVIEMBRE

06:30 Recogida de dorsales hasta media hora antes de cada salida. **Frontón de Medrano.**

08:00 Acceso a zona de salida MTR37 y control de material. **Calle del colegio de Medrano.**

08:30 Salida MTR37*. Calle del colegio de Medrano.

09:00 Acceso a la zona de salida de MTR21, MTR12 (con control de material) y marcha senderista. **Calle del colegio de Medrano**

09:30 Salida MTR21, MTR12* y marcha senderista**

13:30 Comienzo de reparto de comida. **Frontón de Medrano.**

14:00 Entrega de trofeos. Frontón de Medrano***

16:00 Cierre de meta.

* Este horario se podrá retrasar hasta finalizar control de material o por consideraciones organizativas.

** Los senderistas se colocarán detrás de los corredores de MTR21 y MTR12.

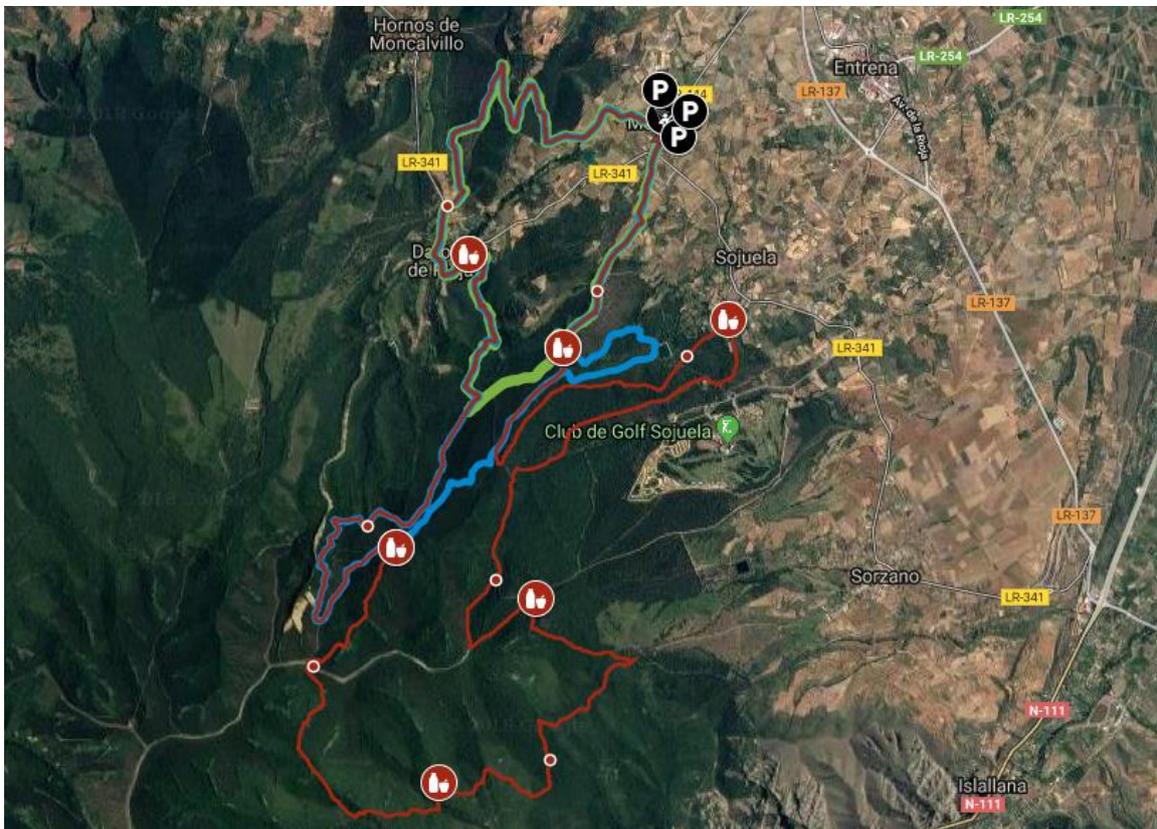
*** Este horario podrá variar dependiendo de cuánto esté completo el pódium de cada carrera.

LOCALIZACIONES



Acceso al mapa interactivo de Google Maps:

<https://drive.google.com/open?id=1Vgbnh6CKYeCSF0HqeWtV4HHRFVY&usp=sharing>



3

MATERIAL OBLIGATORIO

MTR37 Y MTR21:

- Chaqueta impermeable (muy recomendable) o cortavientos con capucha (en su defecto se añadirá un gorro o buff).
- Manta de supervivencia
- Silbato
- Teléfono móvil cargado
- Recipiente para líquidos al menos de un litro de capacidad
- Dorsal visible y en la parte delantera del cuerpo
- Calzado y ropa adecuada para carreras de trail.

MTR12:

- Chaqueta impermeable (muy recomendable) o cortavientos con capucha (en su defecto se añadirá un gorro o buff).
- Dorsal visible y en la parte delantera del cuerpo.
- Calzado y ropa adecuada para carreras de trail.

MARCHA SENDERISTA (12,5K):

- Calzado y ropa adecuada para senderismo.
- Teléfono móvil cargado.
- **Habrà vasos en los avituallamientos.**

Es **recomendable** tener preparado el siguiente material para anticipar las previsiones meteorológicas (parte puede hacerse obligatorio según las mismas). Se informará el día de antes en la charla técnica y en redes sociales:

- Ropa de abrigo (camiseta térmica, guantes y gorro)
- Silbato y manta de supervivencia
- Pequeño botiquín
- Bebida y comida de reserva
- Mochila o riñonera con recipiente para líquido

MODIFICACIÓN EN EL RECORRIDO

Informamos a todos los corredores y senderistas de la segunda edición de “Medrano Trail Race” que, por motivos de seguridad y medioambientales, nos hemos visto obligados a variar el trazado de **los 6 primeros kilómetros de todas las pruebas**. ello **únicamente implica** que se harán por un recorrido alternativo (que discurre por caminos agrícolas del valle del río mayor entre Medrano y Daroca de Rioja), pero **las distancias y desniveles de MTR37, MTR21, MTR12 y marcha senderista serán las mismas que las anunciadas. Los puntos kilométricos de avituallamiento, control y corte, así como los tiempos de corte, siguen siendo los mismos que los anunciados.**

A partir del km 5,5 (coincidente con el centro del pueblo de Daroca de Rioja) el recorrido vuelve a ser el original y anunciado para todas las pruebas.

Durante la charla técnica de la tarde del viernes día 2, se informará de los detalles del recorrido definitivo.

Como todos sabéis, los imprevistos en pruebas que abarcan tanta superficie están a la orden del día y, siendo nuestra máxima prioridad velar por la seguridad de voluntarios y participantes, la organización ha tomado esta decisión amparada por el **artículo 5.4 de nuestro reglamento:**

“La organización se reserva el derecho de modificar o desviar el recorrido de la prueba por un recorrido alternativo por y para asegurar el cumplimiento de las Normas que imponga la Administración y preservar la seguridad de los participantes, así como la suspensión de la prueba por causa de fuerza mayor o condiciones meteorológicas extremas.

En tal caso, se intentará informar a la mayor celeridad y por todos los medios disponibles a los participantes.”

Aunque lamentamos las molestias, gracias a esta pequeña variación podréis disfrutar de todo el esplendor otoñal de nuestras viñas y conocer otras zonas de nuestro pueblo, entre otras, el cerro de las bodegas centenarias y no os libraréis de subir la emblemática “Cruz del Muerto”. Gracias a todos por la comprensión.

AVITUALLAMIENTOS Y PUNTOS DE CORTE

MTR37

	AV1	AV2	AV3	AV4	AV5	AV6	META
Km.	6,1	13,4	18,3	23,3	29,3	33,4	36,6
Corte	-	-	12:30	-	-	-	16:00
Pro-ducto	Líquido + fruta	Líquido + fruta + tortilla	Líquido + fruta + tortilla + frutos secos	Líquido + caldo + fruta + gominolas	Líquido + caldo + fruta + gominolas + chocolate	Líquido + fruta + gominolas + chocolate + fuet	Líquido + fruta + chocolate + fuet

MTR21

	AV1	AV2	AV3	META
Km.	6,1	13,4	18,5	21,3
Corte	-	12:30	-	13:30
Avituallamiento	Líquido + fruta	Líquido + fruta + tortilla	Líquido + fruta + gominolas + chocolate + fuet	Líquido + fruta + chocolate + fuet

MTR12

	AV1	AV2	META
Km.	6,1	9,8	12,5
Corte	-	-	12:30
Avituallamiento	Líquido + fruta	Líquido + fruta + gominolas + chocolate + fuet	Líquido + fruta + chocolate + fuet

NORMATIVA

9.1 Ayuda externa: Está terminantemente prohibido recibir ayuda o avituallamiento de cualquier persona ajena a la carrera durante el desarrollo de la prueba fuera de los puntos dispuestos por la organización a tal efecto (avituallamientos y puntos de control).

9.2 No arrojar desperdicios

9.3 En caso de necesidad, los corredores deberán prestarse auxilio y, en caso de necesidad, solicitar ayuda a la organización para él o para otro corredor. El denegar auxilio a otro corredor será motivo de descalificación y de pérdida de todos los derechos adquiridos con la inscripción.

9.4 No portar el material obligatorio durante toda la duración de la carrera.

9.5 Se debe facilitar el adelantamiento en todo momento del participante que lleve mejor ritmo para no enlentecer su marcha, independientemente de la distancia en la que participe.

9.6 Los participantes de la Marcha Senderista, la cual no es competitiva, facilitarán el paso de los corredores en todo momento.

CONTACTO

Problemas leves de salud o abandonos: **659929106 (Teo)**

Emergencias: **112**

E-Mail: info@medranotrailrace.com



www.medranotrailrace.com