

ULTRA TRAIL CUMBRES HURDANAS 51KMS

Viernes 8 de abril:

Desde las 18:00 hasta las 20:00 horas: entrega de dorsales en la avenida de Rocandelario de Caminomorisco (edificio de pizarra detrás de la gasolinera Repsol).

Sábado 9 de abril:

Desde las 06:00 Recogida de dorsales en la Plaza de La Libertad de Caminomorisco.

06:30 Cámara de llamada.

07:00 Salida (Plaza de La Libertad, Caminomorisco).

09:00 hora de corte en avituallamiento 1 (KM 8).

11:30 hora de corte en avituallamiento 3 (KM 20).

16:00 hora de corte en avituallamiento 5 (KM 39).

19:00 hora de cierre de meta -avituallamiento 7- (KM 51).

Desde las 19:00 hora entrega de premios (Plaza de La Libertad de Caminomorisco).

La organización, pondrá a disposición de todos los corredores, la opción de una **bolsa de vida** (mochila en la que el/a corredor/a puede meter lo que necesite: zapatillas, alimentación, ropa de recambio, etc.) y que estará ubicada en el kilómetro 33 de carrera a la altura de la población de EL GASCO, dicha bolsa deberá ser entregada en la zona de recogida de dorsales en la Plaza de La Libertad de Caminomorisco.

Material obligatorio

Todos los participantes estarán obligados a llevar el siguiente material (material que no se levantará):

- Zapatillas específicas de Carreras por Montaña con tacos de una suficiente longitud para el agarre en zonas técnicas.
- Chaqueta cortavientos impermeable. Si hay previsión de lluvia el material será “Chaqueta impermeable con capucha”, si las previsiones no son de lluvia se podrá cambiar por impermeable.
- Prenda de manga larga (no es necesario llevarlo puesto). La funcionalidad de esta prenda, es de llevarla en una bolsa impermeable y guardada, por si decidimos retirarnos en un control o sufrimos un accidente o vamos a estar parados mucho tiempo, podamos ponernos una prenda seca y quitarnos la sudada.
- Pantalones o mallas, mínimo por debajo de las rodillas (no es obligatorio correr con ello).
- Gorra o Bandana. O que la chaqueta cortaviento impermeable tenga gorro. El impermeable tiene que ser con capucha para, en caso de lluvia, protegernos la cabeza.

Si vamos con gorra o badana la lluvia acabaría mojando la badana y tendríamos en altura la cabeza mojada y expuesta a los vientos.

- Recipiente para avituallamiento.
- Luz (frontal o linterna).
- Teléfono móvil con el mayor porcentaje de carga posible.
- Silbato.
- Manta térmica.
- Mascarilla.

TRAIL MORISCO 19KMS

Viernes 8 de abril:

Desde las 18:00 hasta las 20:00 horas: entrega de dorsales en la avenida de Rocandelario de Caminomorisco (edificio de pizarra detrás de la gasolinera Repsol).

Sábado 9 de abril:

Desde las 08:30 Recogida de dorsales en la Plaza de La Libertad de Caminomorisco.

09:30 Cámara de llamada.

10:00 Salida (Plaza de La Libertad, Caminomorisco).

11:30 hora de corte en avituallamiento 1 (KM 8).

12:30 hora de corte en avituallamiento 2 (KM 12)

13:30 hora de cierre de meta (KM 19).

Desde las 13:30 Entrega de premios según se vayan cerrando las categorías. (Plaza de La Libertad de Caminomorisco).

Material obligatorio

Todos los participantes estarán obligados a llevar el siguiente material (material que no se levantará):

- Zapatillas específicas de Carreras por Montaña con tacos de una suficiente longitud para el agarre en zonas técnicas.
- Chaqueta cortavientos impermeable. Si hay previsión de lluvia el material será "Chaqueta impermeable con capucha", si las previsiones no son de lluvia se podrá cambiar por impermeable.
- Recipiente para avituallamiento.
- Teléfono móvil.
- Manta térmica.

- Mascarilla.

PROMO CUMBRES 5KMS

Viernes 8 de abril:

Desde las 18:00 hasta las 20:00 horas: entrega de dorsales en la avenida de Rocandelario de Caminomorisco (edificio de pizarra detrás de la gasolinera Repsol).

Sábado 9 de abril:

Desde las 10:00 Recogida de dorsales en la Plaza de La Libertad de Caminomorisco.

10:30 Cámara de llamada.

11:00 Salida (Plaza de La Libertad, Caminomorisco).

12:00 hora de cierre de meta (KM 5).

Desde las 13:00 Entrega de premios según se vayan cerrando las categorías. (Plaza de La Libertad de Caminomorisco).

La prueba se desarrolla dentro del lugar de la Red Natura 2000: Zona de especial protección para las aves y zona de especial conservación (ZEPA/ZEC): "Las Hurdes".

Medidas:

- No salirse del recorrido marcado para la carrera.
 - Evitar dejar cualquier tipo de residuo en el entorno natural.
 - No hacer fuego.
 - Se evitarán ruidos innecesarios.
 - No se molestará ni interrumpirá la actividad agraria ni tránsito ganadero.
-
- Están previstos controles de residuos (geles, barritas, etc).
 - En los avituallamientos y zona de salida-meta se dispondrá de contenedores para la recogida selectiva de residuos.
 - Desde la organización se anima a todos los participantes a compartir transporte en los desplazamientos. Y que el lugar de aparcamiento será la zona de explanada del Instituto de Educación Secundaria Gregorio Marañón de Caminomorisco (Factoría de Los Ángeles, s/n).
 - Teléfono 652646771 para atender incidencias de carácter ambiental.

Se recomienda para los **espectadores** que los lugares más adecuados para situarse son:

- Centro de Interpretación del Agua y el Medio Ambiente de Cambrón. Km 4. (Ultra y Trail Morisco)
- Collado de La Genera. Km 8. (Ultra y Trail Morisco)
- Población de Cerezal. Km 13. (Ultra)
- Población de Fragosa. Km 20. (Ultra)
- Población de El Gasco. Km 33. (Ultra)
- Población de Fragosa. Km 39. (Ultra)

Y que los espectadores deben guardar las mismas medidas medio ambientales que los corredores. Y que se prohíbe fumar en estos lugares por respeto a los deportistas y para evitar riesgos innecesarios de incendios.

Plano de situación



Salida y Meta de todas las pruebas: Plaza de La Libertad de Caminomorisco.

En la Plaza: Entrega de dorsales, Aseos, Ropero, Entrega de Bolsa de vida (Ultra), Bolsa del corredor, Servicio de guardería, Avituallamiento Final.

Edificio de pizarra (detrás de la gasolinera): entrega de dorsales viernes por la tarde.

Residencia de estudiantes: Vestuario, Duchas, Fisio.

Explanada de instituto: zona de aparcamiento.