

2025

INFORMACION PARTICIPANTE



Estimado corredor, con este dossier nos gustaría enviarles la información relativa a nuestro Trail, en el cual va usted a participar.

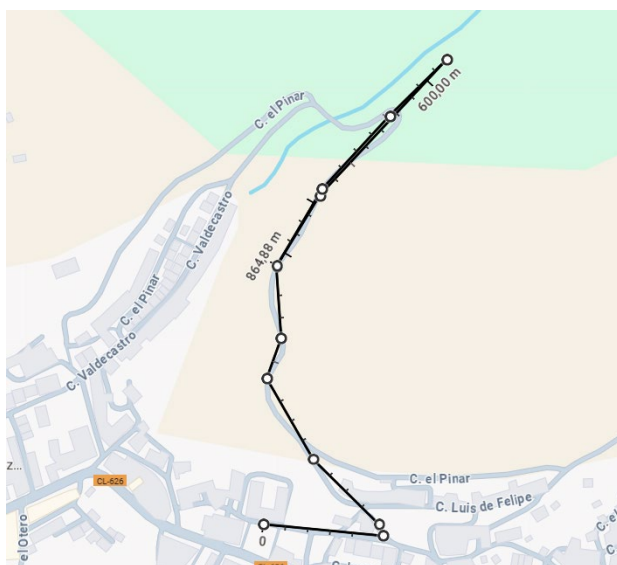
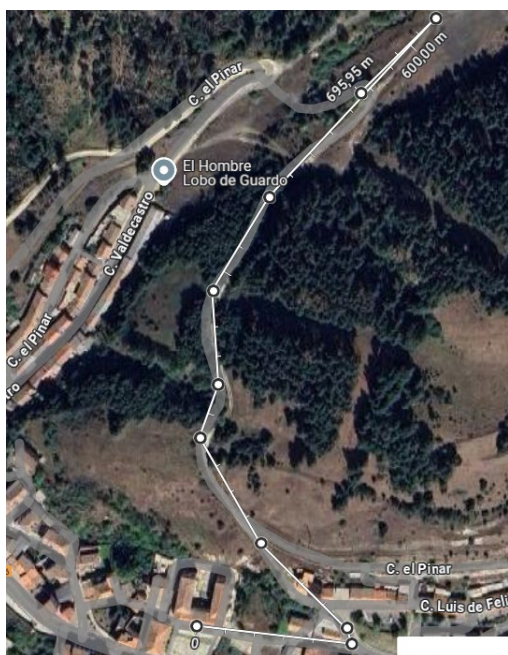
EN ESTE AÑO, HAY VARIAS NOVEDADES

La sede principal de la prueba es la **Plaza de La Casa Grande: Palacio del Arzobispo Bullón**, Calle Mayor 87.

La salida y la llegada se va a realizar desde el centro de la Plaza, donde estará situado el Arco del CORRECAMINOS:



Vamos a confirmar algunos detalles:



Hemos modificado en relación al track de años anteriores, el primer kilómetro de salida y el último de llegada. Anulando la bajada por la calle Jacometrezo y las escaleras de acceso al Pinar.

La salida va a ser dirección a la calle el Sauce/Loma, y de allí, torceremos a la izquierda, para subir por Luis de Felipe, a enlazar con el Camino del Pinar, que tras una bajada nos enlaza con la pista que finaliza en el sendero de la Fuente de la Salud.

En la llegada, una vez acabada la bajada del depósito, se enlazara con la pista del pinar, para ascender hasta Luis de Felipe y bajar hasta alcanzar la meta.

La otra modificación en relación a otros años, es después de bajar la zona de las Brujas y antes de coger los toboganes, se pasa por delante de la Mina recuperada y se alcanzan los toboganes tras subir unas escaleras.

APARCAMIENTO

La sede de la carrera se encuentra en un alto. Disponemos de aparcamiento en las calles de enfrente, en dirección a la iglesia de San Juan, y del mismo modo y desde la parte inferior del pueblo, hay una distancia aproximada de 250 – 300 metros hasta la zona de salida. Pudiendo aparcar en distintas calles del pueblo.

RECOGIDA DORSALES

Lugar en la **Plaza de La Casa Grande: Palacio del Arzobispo Bullón**

Horarios.-

Domingo de 08:00 a 09:30

IMPRESINDIBLE PARA LA RECOGIDA LA PRESENTACION DE DOCUMENTO PERSONAL:

- para l@s federad@s FEDME el DNI y tarjeta federativa.
- para l@s corredores no federad@s el DNI.

Los dorsales se deberán llevar visibles en todo momento en la parte delantera y sin doblar.

Habrà dos mesas, señalizadas, según la distancia correr.

- **TRAIL LARGO**
- **TRAIL CORTO**

HORARIOS SALIDAS:

● TRAIL LARGO 19 KM.-

09:50 tienen que acceder a la zona de salida. Justo detrás de la línea marcada por el arco.

10:00 salida

● TRAIL CORTO 10 KM.-

10:05 tienen que acceder a la zona de salida. Justo detrás de la línea marcada por el arco.

10:15 salida

AVITUALLAMIENTOS

Para el consumo de bebidas, se dispondrá de vasos de plástico, apartados por la organización.

TRAIL 19 KM

Se disponen de dos avituallamientos:

- Kilómetro 6.- AGUA
- Kilómetro 13.- AGUA, FRUTA Y FRUTOS SECOS

TRAIL 10 KM

Se dispone de un avituallamiento:

- Kilómetro 4.- AGUA, FRUTA Y FRUTOS SECOS

TRAIL 19 KM & 10 KM

A la llegada a meta, habrá un último avituallamiento con:

- AGUA, PASTAS, FRUTA, FRUTOS SECOS

El Trail Montaña Palentina se disputa en condiciones de semi-autosuficiencia (entendiendo por este término que el número de avituallamientos de estas pruebas exige a los corredores cargar con su propia comida y bebida para los tramos comprendidos entre dichos avituallamientos).

El agua será el único líquido que podrá ser usado para rellenar los bidones o bolsas de hidratación.

MATERIAL OBLIGATORIO

Cada participante deberá portar el siguiente material, que puede ser controlado y verificado por los miembros de la organización tanto en la salida como a lo largo de todo el recorrido:

Trail largo 19 km

- Calzado y ropa adecuada para la práctica del Trail Running

Trail corto 10 km

- Calzado y ropa adecuada para la práctica del Trail Running

Material recomendado:

- Repelente de insectos para evitar picaduras mosquitos, **garrapatas**, etc.
- Protección Solar
- Chubasquero o cortavientos
- Depósito de agua, mínimo 1 litro (lleno en la salida)
- Reserva alimentaria, mínimo 500 calorías
- Gorra o similar

CONTROL DE CARRERA

Trail largo 19 km.

Se tendrán dos puntos de control en el alto de Peña Mayor, controlado por los voluntarios.

- Km.- 8 Alto Peña Mayor
- Km.- 14,5 Alto cortafuegos, antes de descender las Brujas

Trail corto 10 km

Se tendrán un punto de control por los voluntarios.

- Km.- 6 Alto Cortafuegos, antes de descender a Las Brujas

TIEMPO DE CORTE

En el Trail 19 KM, hay un punto de corte, que es en el kilómetro 13 (segundo avituallamiento), a las 12:30 horas.

CEREMONIA DE PREMIOS

La ceremonia tendrá lugar en la Plaza del Otero, a 13:30 horas aprox.

Los premios son:

TRAIL 19 km

- Los 3 primeros clasificados Masculino y Femenino.

TRAIL 10 KM

- Los 3 primeros clasificados Masculino y Femenino.

DUCHAS

Están disponibles en la Piscina Climatizada de Guardo. Para acceder hay que presentar el **dorsal**, y el horarios para ir seria antes de las 14:30.

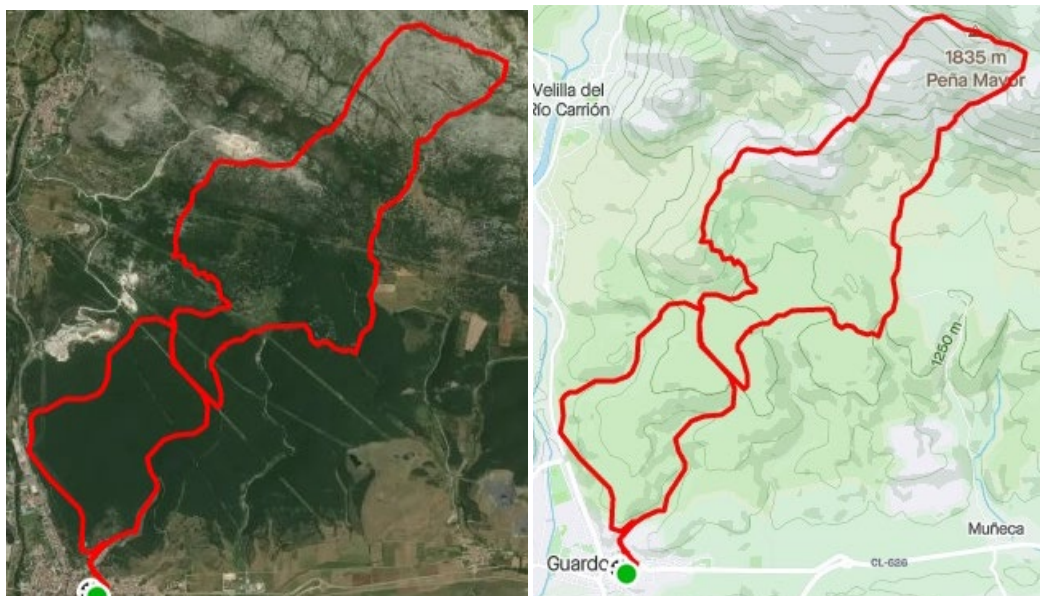
IMPORTANTE

Todo el recorrido está señalizado y habrá personal voluntario en cada uno de los cruces. **Las carreras de 10 km y 19 km, dibujan una forma de ocho, por lo que se pasará por el mismo punto dos veces.** Hay que prestar atención para no despistarse. Habrá voluntarios indicando también.

TRAIL CORTO



TRAIL LARGO



No tires la basura o restos del material que use por el campo. Deposítalos en los puntos de avituallamiento o bien guárdalo hasta la meta y una vez allí lo tiras a la basura.

Vamos a ser respetuosos con el medio ambiente!