

LAS 10MIL ZANCADAS

I CARRERA POPULAR DE LEDAÑA
9 DE JULIO DE 2016



20:00h



RECORRIDO: 10000
METROS
+ CARRERA INICIACIÓN
5000 METROS

PARKING
HABILITADO
COCHES



VESTUARIOS
Y DUCHAS



MERIENDA
POSTERIOR



BOLSA
OBSEQUIO



+INFO: DAVID
637 202 689



WhatsApp

INSCRIPCIONES: www.CRONOMANCHA.com

PRECIO INSCRIPCIÓN ONLINE + BOLSA OBSEQUIO = 8€

BUSCANOS EN FACEBOOK O EN WWW.CLUBATLETISMOILDANENSE.WEEBLY.COM

ORGANIZA



DATOS DE LA PRUEBA

Salida y meta: Calle camino peñas blancas (Junto a casa de cultura)

Recogida de dorsales: Junto arco de meta

Recorrido: 10000 Metros recorridos en dos vueltas de 5000 Metros (2 carreras simultáneas de 5km y 10km).

Duración: 1 hora 30 minutos hasta cierre de control.

Avituallamiento: En los Kilómetros 2,5 Km, 5 Km y 7,5 Km. Además de avituallamiento final en la meta. Agua mineral.

- SERVICIO DE DUCHAS: Pabellón Colegio Público Municipal.
- SERVICIO DE GUARDARROPA: No.
- SERVICIO DE FISIOTERAPIA: No.
- PARKING: Si, en las inmediaciones de la salida.
- VESTUARIOS: Pabellón Colegio Público Municipal.

Cuotas: Inscripciones Online 8€ (día de carrera 10€).

Plazo: Hasta las 14:00 horas del miércoles 6 de Julio ó hasta completar 500 inscripciones.

Teléfonos de información: 637 202 689 (David) (Atiende Whatsapp)

Documentación a remitir: Boletín de Inscripción y D.N.I.

Premios:

Clasificación General. (Hombres y mujeres).

- 1º Un Jamón y trofeo.
- 2º Queso y trofeo.
- 3º Embutido y trofeo.

Clasificación Local. (Hombres y mujeres).

- 1º Un Jamón y trofeo.
- 2º Queso y trofeo.
- 3º Embutido y trofeo.

Premios Especiales.

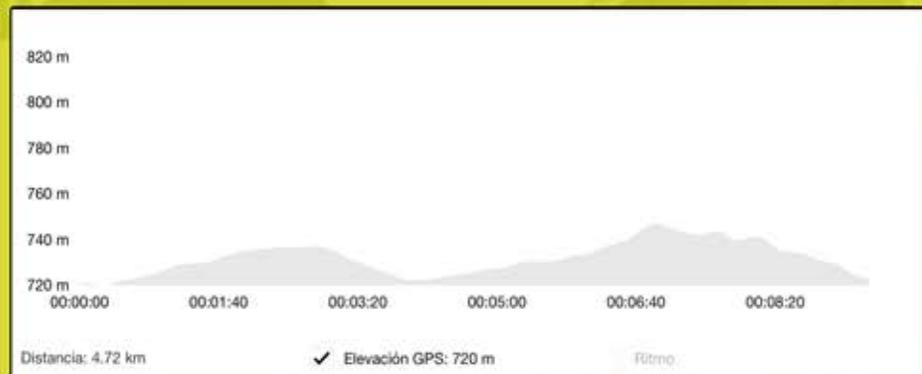
- A el club más numeroso que acabe la carrera recibirá 1 JAMÓN.

Obsequios: Por confirmar. Bolsa del corredor compuesta por botella de vino, bandeja de champiñón "Champinter", regalos y lo que la organización pueda conseguir.

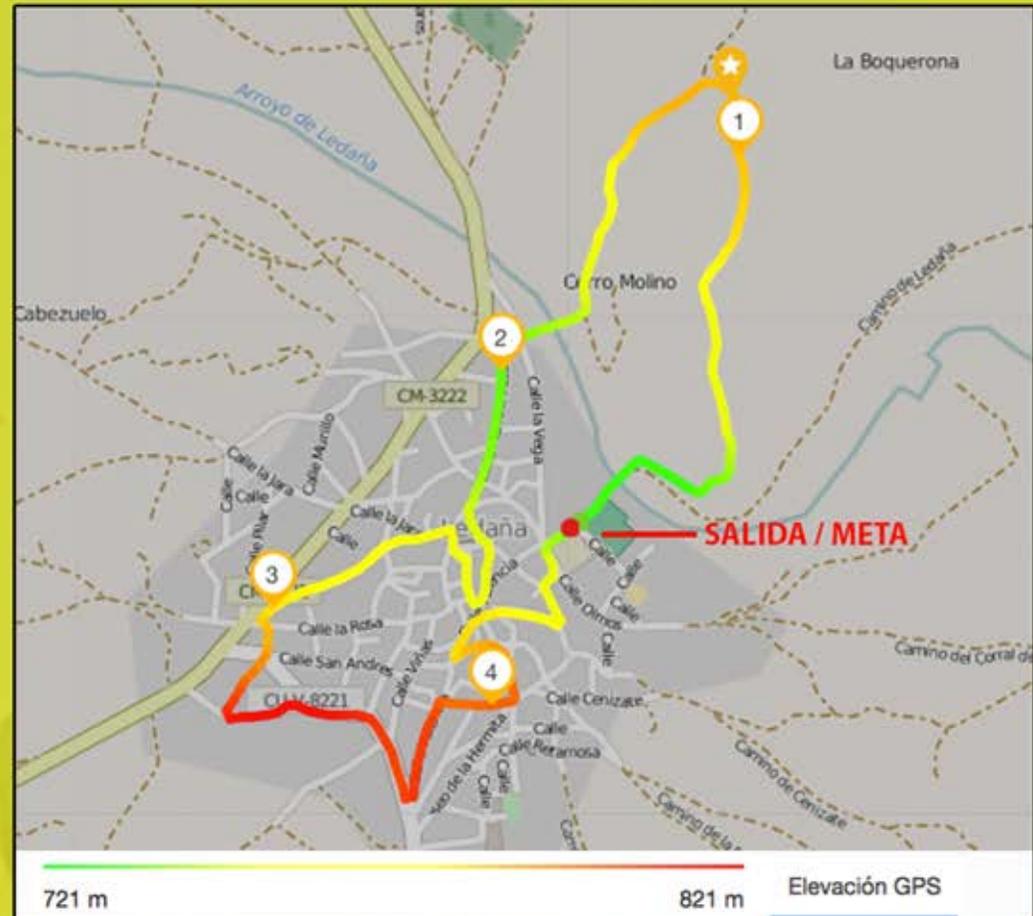
Comités:

Organizador: Ayuntamiento de Ledaña y Club Atletismo Ildanense.

PERFIL DE LA PRUEBA



MAPA DE LA PRUEBA



TURISMO

¿Como es la carrera de Ledaña?

La carrera se compone de dos vueltas a circuito mixto de asfalto y tierra. Dos carreras simultaneas, una de 5km (una vuelta) y 10km (dos vueltas).

Comienza en C/ camino peñas blancas dirección cerro molino rodeandolo hasta los pinos de Santiago. Pequeño descenso por el camino de los pinos hasta C/ la vega, dejando atrás el emblematico molino de viento.

Seguidamente, pasaremos por el antiguo lavadero dirección C/ Manuel attard a plaza de la constitución y rumbo pozo rincón para pasar nuevamente por la iglesia dirección a la plaza donde empieza un pequeño ascenso prolongado para cooperativa San Isidro.

Subimos por el camino cooperativa hasta C/ Valencia para empezar a descender hasta C/ San Blas y cruzarse con C/ San Roque dejando a la derecha la Ermita de San Roque. Seguimos descendiendo hasta C/ Valencia, dirección C/ Aseo, pasando por las escuelas para coger vistas al arco de Meta.

El recorrido tendrá la participación y colaboración de diversas agrupaciones musicales y de animación en diversos puntos de la carrera.

Habrà premios generales masculinos y femeninos y premios locales.

Al finalizar, ofreceremos un avituallamiento provisto de bebidas frías, cerveza, refrescos, fruta, embutidos y platos típicos de nuestro municipio.

¿Donde comer?

En Ledaña disponemos de una gran variedad de bares y restaurantes donde poder comer.

También varios Pub's donde poder refrescarte tanto atletas como para los acompañantes que quieran disfrutar de la carrera tomando algo durante el transcurso de la misma.

Además podrás disfrutar en familia o amigos de nuestra piscina municipal hasta la hora de la carrera.

Aprovecha para visitar

- Ruta a los chozos de Ledaña.
- Cerro molino.
- Iglesia y Ermita.



LAS 10MIL ZANCADAS

I CARRERA POPULAR DE LEDAÑA

9 DE JULIO DE 2016