



EL **CAMINO** DE PEREGRINACIÓN
A **SANTIAGO**
POR EL PUERTO DE MANZANAL



**APROXIMACIÓN AL CONOCIMIENTO
HISTÓRICO DE ESTE TRAZADO**

MANUEL I. OLANO PASTOR



XI CARRERA DE RELEVOS CAMINO DE SANTIAGO 27/09/2020

REGLAMENTO DE LA PRUEBA:

Una espectacular carrera por relevos se va a celebrar en uno de los tramos más bonitos y espectaculares del Camino de Santiago por Manzanal, a su paso por las tierras leonesas. Serán 31 kms repartidos en 3 etapas.. Estas serán realmente tres carreras. De una distancia aproximada de entre 9 y 13 kms cada una, la primera es una etapa donde los primeros kilómetros, son totalmente llanos y fáciles de correr, acabando los últimos tres en llano. La segunda etapa es en constante subida hasta el bonito pueblo de Velledo, con la dificultad añadida de ser por camino, ideal para montañeros. La tercera y última etapa, es mixta, con subida hasta Manzanal y en constante bajada hasta el final en Montealegre. Aquellos que participen vivirán una experiencia única y espectacular; en la que los equipos deberán formar una piña, asistiéndose, arropándose, animándose y apoyándose unos compañeros a otros. La prueba está limitada a 200 equipos o 600 corredores.

El perfil de cada carrera es muy distinto: se empieza con la etapa, que es llana, acabando en subida, ideal para los rodadores; son 8,7 Kms. La segunda etapa es la más dura, con la subida constante hasta Velledo, la más aconsejada a especialistas en montaña; son 9,6 kms. Y la tercera es para los estrategas, ya que es dura, en bajada constante los últimos 5Km, son 12,7 Kms.

EQUIPOS:

Los equipos no hace falta que estén federados, pueden ser de empresas, gimnasios, asociaciones, pueblos, amigos, etc.

- MASCULINOS
- FEMENINOS
- MIXTOS

La clasificación será por la suma de los tiempos de los corredores de cada equipo en cada etapa, siendo el ganador el equipo que menos tiempo sume en las tres etapas. En caso de empate, se sumarán los puestos de cada componente del equipo y será vencedor el que sume menos. Si aun así persistiera el empate, se resolvería con las posiciones de la última de las etapas, en Astorga.

Premios por equipos, a los 3 primeros de cada categoría, al final de las 3 etapas.

CATEGORÍAS:

Categorías individuales (*Años cumplidos el día de la prueba*)

- Senior de 18 a 35 años
- Veteran@ A (36 a 44 años)
- Veteran@ B (45 años en adelante)

Habrán premios para los tres primeros clasificados de cada categoría en cada etapa.



DISTANCIAS Y RECORRIDOS.

La prueba se disputará sobre un recorrido 30 kilómetros, por caminos, carretera y urbanos. **La salida será en Astorga, en el parque de La Eragudina, a las 10 h, sigue por Pradorrey, Combarros, Quintanilla de Combarros, Veldedo, Manzanal del Puerto y Montealegre, donde estará ubicada la llegada.**

1ª ETAPA (8,7 kms): HORA DE SALIDA 10,00 h. Tiempo límite en cada etapa: 1h. 30´

ASTORGA (PARQUE LA ERAGUDINA) - PRADORREY = 8,7 KM.

2ª ETAPA (9,6 kms): HORA DE SALIDA 11,00 h. Tiempo límite en cada etapa: 1h. 30´

PRADORREY – VELDEDO = 9,6 KM.

3ª ETAPA (8,7 kms): HORA DE SALIDA 12,00 h. Tiempo límite en cada etapa: 1h. 30´

VELDEDO - MONTEALEGRE = 12,7 KM.

Al final se celebrará una “comida” para todos los participantes y acompañantes INCLUIDA EN LA INSCRIPCIÓN, en el transcurso de la cual se entregarán los premios.

Todos los participantes recibirán una bolsa con interesantes regalos.

INSCRIPCIONES:

Precio inscripción: 24 euros por equipo y 8 euros etapa individual. A través de la página web: www.carrerasconencanto.com

Plazo: Desde el 20 de agosto, hasta el 24 de septiembre a las 22 h. No se admiten inscripciones el día de la prueba. **La inscripción también quedará cerrada en el momento en que se llegue a los 200 equipos, o 600 corredores.**

El dorsal, la prenda deportiva conmemorativa y la bolsa con obsequios se recogerán en el Polideportivo municipal de Astorga, el día de la prueba **respetando las medidas higiénico sanitarias dictadas por la autoridad competente.**

Es imprescindible presentar el resguardo o el "e-mail confirmador" de la inscripción que envía la organización.

Habrà una bolsa con interesantes regalos para todos los componentes de los equipos llegados a meta, que se entregará en Astorga.

RECOGIDA DE BOLSAS Y DORSALES:

El día de la prueba de **08:00 a 10:30** horas, entrega de dorsales y bolsas en la primera etapa en Astorga.

En las respectivas salidas de Etapa **hasta 30 minutos** antes de la salida.



ORDEN DE CORREDORES:

Los equipos indicarán en la inscripción el orden de los componentes que van a correr cada etapa, solamente se podrá cambiar el orden comunicándolo previamente a los encargados del cronometraje. También hay que comunicar previamente el cambio de identidad de un corredor por lesión o motivo justificado.

TRASLADO DE CORREDORES:

La Organización de la Carrera pondrá autobuses, para desplazar a los corredores hasta sus puntos de salida, y para los que finalicen cada etapa a Astorga. Así llevarán a los corredores al final de cada etapa hasta Astorga; y volverán a recoger a más corredores. Con esta medida, tratamos de que circulen el menor número de vehículos por la carretera de la carrera.

Los traslados y regresos, se realizaran desde el parque de la Eragudina, salida de la prueba.

PERFIL DE LAS ETAPAS:

1ª etapa Astorga-Pradorrey



2ª Etapa Pradorrey-Veldedo



3ª Etapa Veldedo-Montealegre

Club Atletismo Teleno
CIF.-24615130
Tlfn.-699465917

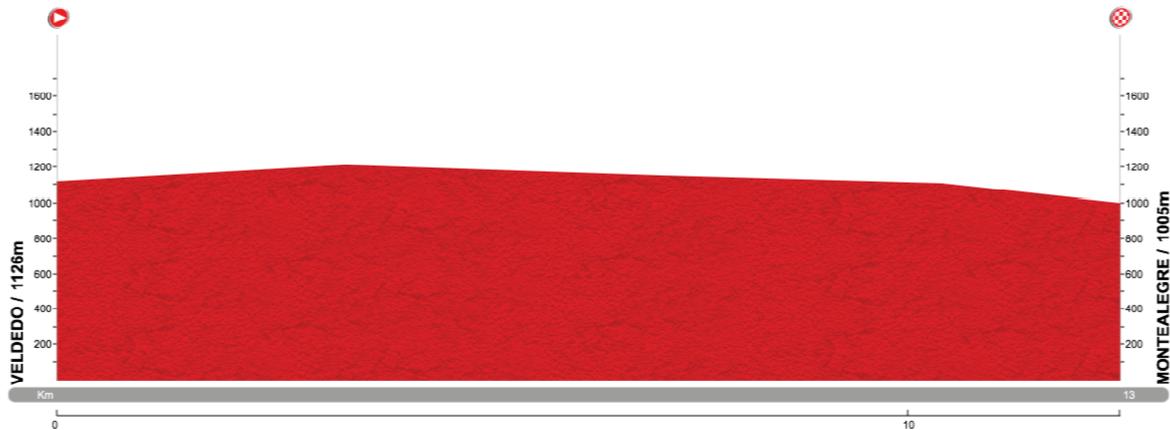
C/Peñicas 22

24700 Astorga

Mail.- urielbrazuelo@hotmail.com



Powered by  Cronoescalada.com



AVITUALLAMIENTOS:

Habr  2 avituallamientos de agua EN CADA ETAPA y en las metas, agua, fruta e isotónicas. En Montealegre, también se ofrecerá agua y fruta e isotónicas (a todos los participantes); y habrá una “comida” al finalizar la carrera para corredores y acompañantes.

ASISTENCIA MÉDICA Y SEGUROS:

La Organización contará con ambulancia medicalizada al servicio de los corredores. La ambulancia estará presente a lo largo del recorrido, en la salida y en la meta. Todos los participantes est n cubiertos por un seguro de Accidentes y por un seguro de Responsabilidad Civil.

PROTOCOLO COVID-19:

Tanto los participantes como los voluntarios y el público asistente a la prueba, deberán hacer uso obligatorio de mascarilla, mantener la distancia de seguridad, así como el resto de medidas recomendadas por las autoridades sanitarias.

Todos los participantes para participar en la carrera tienen que rellenar una declaración responsable sobre la COVID-19 que deberán entregar a la retirada del dorsal.

Además de todo lo anterior, la organización de la prueba adaptar  y har  suyas cualquier recomendación u orden de las autoridades sanitarias.