

# Ficha técnica Carrera Las Dehesas 25 km (LD25K)



**Fecha:** 30 de septiembre del 2018.

**Lugar de salida y meta:** Polideportivo municipal de Cercedilla, Madrid, España.

**Hora de salida:** 9:15 h del domingo 30 de septiembre.

**Distancia del recorrido:** 24,3 Km.

**Desnivel:** +1812/ -1812 metros

**Altitudes:** máxima 2.150 msnm, mínima 1.196 msnm y media 1.660 msnm.

**Terreno técnico:** aproximadamente el 55% del recorrido.

**Tiempo máximo para acabar la prueba:** 5 horas, a las 14:15 horas.

**Avituallamientos:** 5 avituallamientos en recorrido (agua, isotónico, frutas, membrillo, frutos secos, chocolate, golosinas, glucosa...), más el de meta (avituallamiento sólido y líquido completo).

**Servicios a los corredores:** Bolsa de corredor, ropero, duchas, atención sanitaria, ambulancias medicalizadas, seguro de accidentes y responsabilidad civil.