

# Información para participantes

31/01/2026





## ENTREGA DE DORSALES

### EL MISMO DÍA ANTES DE LA CARRERA



DE 7:00 A 8:00



DE 8:00 A 9:00



DE 9:00 A 10:00

Locales de La Vaguada (al lado de la piscina)

1. Presentar DNI
2. No se entregará el dorsal a quien no lo recoja personalmente, si se entregará la bolsa, previa autorización por escrito.

**NO SE ENTREGARÁ NINGÚN DORSAL  
ANTES DE LA HORA QUE LE CORRESPONDA**



# PROGRAMA HORARIO GENERAL

**07:00 Entrega dorsales Crono 30**

**08:00 Salida primer/a participante Crono 30**

**Entrega dorsales Crono 21**

**09:00 Salida primer/a participante Crono 21**

**Entrega dorsales Crono 9**

**10:00 Salida primer/a participante Crono 9/Mini**

**11:00 Llegada primeros/as participantes**

**13:45 Entrega de premios Crono 9**

**14:00 Entrega de premios Crono 21**

**14:15 Entrega de premios Crono 30**



## MATERIAL OBLIGATORIO



**MANTA TÉRMICA  
(2,10 X 1,20 mínimo)**



**DEPÓSITO DE  
0,5 l. mínimo**



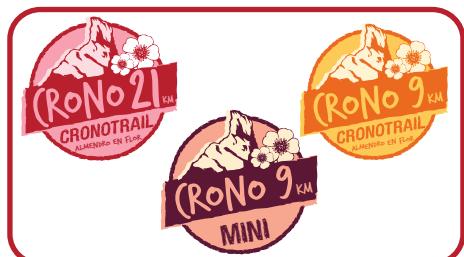
**DNI ORIGINAL**



**TELÉFONO ENCENDIDO  
CON BATERÍA PARA  
TODO EL RECORRIDO**



**BALIZA GPS  
(LA PONEMOS NOSOTROS)**



**MANTA TÉRMICA  
(2,10 X 1,20 mínimo)**



**DEPÓSITO MÍNIMO  
0,5 l.  
0,25 l.**



**DNI ORIGINAL O  
DIGITAL QUE SEA  
LEGIBLE**



**TELÉFONO ENCENDIDO  
CON BATERÍA PARA  
TODO EL RECORRIDO**

**El material será revisado en la salida y aleatoriamente en meta**



# NORMAS DE LA SALIDA

- 1. Han de estar presentes al menos 5 minutos antes de su hora de salida en la zona de pre-salida, si algún corredor/a no estuviera presente podría adelantarse la hora.**
- 2. El material obligatorio ha de ser fácilmente verificable por el personal, en caso de no tenerlo completo no se podrá tomar la salida.**
- 3. El DNI ha de ser en formato físico o digital claramente visible, la cara ha de estar totalmente despejada en todo momento.**
- 4. El dorsal ha de ir colocado en la parte delantera y que no sea tapado por nada.**
- 5. En caso de detectar que un dorsal es usado por otra persona que no sea el inscrito o inscrita en carrera, esta será sancionada con la imposibilidad de participar en nuestras carreras durante 3 años (NO VAYA NADIE DE LISTO/A POR FAVOR).**

# MAPA GENERAL DE LA ZONA DE SALIDA Y LLEGADA





NOS GUSTA  
EL DEPORTE

[grancanariadeportes.com](http://grancanariadeportes.com)



Cabildo de  
Gran Canaria



INSTITUTO INSULAR  
DE DEPORTES

# AVITUALLMIENTOS Y CONTROLES DE PASO



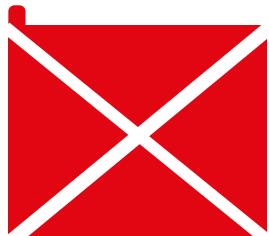
Avituallamiento



Control de paso



# BALIZAMIENTO Y CRUCES DE CARRETERA

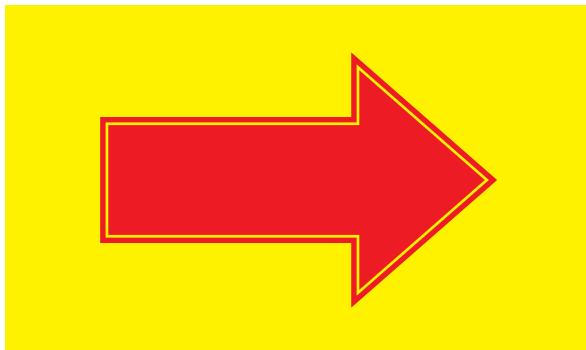


Habrá banderines de balizamiento que irán colocados por todo el recorrido.

Baliza roja con aspa blanca.



Irán complementados con cintas como esta.



En puntos del recorrido susceptibles de confusión habrá flechas indicativas.

## POR FAVOR ESTÉN ATENTOS/AS

EN LOS RECORRIDOS HAY VARIOS CRUCES DE CARRETERA, POR FAVOR EXTREMEN LAS PRECAUCIONES EN TODOS ELLOS

**RECUERDA QUE TIENES QUE SEGUIR LAS NORMAS DE CIRCULACIÓN DE PEATONES**

# PUNTO CLAVE DEL RECORRIDO

(Separación de Crono 30 y 21 de Crono 9)





# **TOCARÁ MOJARSE LOS PIES UN POCO (PROABLEMENTE)**

**Las lluvias caídas en los últimos meses siguen todavía corriendo barranco abajo y es probable que siga así el día de la carrera.**

**Todas las modalidades de la carrera lo han de cruzar en algún punto, Crono 30 y 21 en la zona de El Fondillo y Crono 9 y Mini debajo de la zona conocida como La Umbría.**

**Les pedimos precaución en ambos lugares, es más seguro meter el pie en el agua que no intentar mojarse.**

**Durante la semana valoraremos si es necesario poner algún elemento de apoyo para pasar.**



## CIERRES DE META Y ENTREGA DE PREMIOS



### LEAN CON ATENCIÓN

Art. 11.3 del reglamento de la Crono

Debido a las reiteradas faltas de muchos y muchas en la entrega de premios, no molestando siquiera en contestar los correos enviados, informamos que:

**AQUEL GANADOR O GANADORA DE ALGÚN PREMIO QUE NO SE PRESENTE A LA RECOGIDA QUEDARÁ DESCALIFICADO DE LA CARRERA, PASANDO EL O LA POSTERIOR CLASIFICADA A OCUPAR SU PUESTO DEFINITIVO**



\*Los horarios podrían sufrir algunos minutos de retraso por causas de fuerza mayor con la elaboración de las clasificaciones.



# **ACTUACIÓN FRENT E A UNA EMERGENCIA**

**Durante el recorrido pueden darse situaciones de emergencia de cualquier índole, bien a ustedes mismos/as o a cualquier otro/a participante.**

**Ante cualquier situación es obligatorio socorrer y avisar a la dirección de seguridad de la carrera y seguir sus instrucciones**

**En el dorsal llevan impreso el número de emergencia de la carrera:**

**610 196 389**



**CONSULTA EL TIEMPO PARA  
EL DÍA DE LA CARRERA**



Agencia Estatal de Meteorología

**<https://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/municipios/tejeda-id35025>**

**Si el enlace no funciona busquen la página de Aemet  
y en municipios pongan Tejeda, (el de la provincia de  
Las Palmas, que hay un par dellos más).**



Coca-Cola MR