



INFORMACIÓN DE INTERÉS III FESTIVAL DE MONTAÑA SIERRA DE CAZORLA. QUESADA

Trail/ senderismo y acompañantes.

***Esta información y otra la tenéis en el apartado de documentos de www.cronofinisher.com**

Material obligatorio TRAIL :

Sólo hay material obligatorio para 48 K: teléfono móvil, manta térmica e hidratación de 1 l.

En el resto recomendamos, móvil, crema protectora, gorra, sistema de hidratación de al menos 500 ml..

1.- RECOGIDA DE DORSALES.

Viernes 12: Salón de Plenos del ayuntamiento De 17:00 a 20:30 H.

Sábado 13: Salón de Plenos del Ayuntamiento, plaza de la Constitución.

De 7:30h a 8:15 h. Entrega dorsales MARATÓN.

DE 8:00 A 9:15 h. Entrega de dorsales Trail 13K y 32K.

**** Hasta las 8:00 h no se darán los dorsales del trail 32 K y 13 K.***

2.- CHARLA TÉCNICA.

La Charla técnica tendrá lugar a las 19:30 h. en los bajos del Museo Rafael Zabaleta – Miguel Hernández. Junto a la Casa de la Cultura, en la Avenida de Almería.

3.- HORARIOS DE CARRERAS:

Maratón 48 k: 8:30h de la mañana. Salida y meta en la plaza de la Constitución de Quesada. (18:30 h tiempo límite).

Trail 32 K y Open trail 13 K: 9:30 de la mañana en la plaza de la Constitución.

El Trail de 32 Kilómetros tiene su llegada en Quesada (hora límite 17:30 h)

El Trail de 13 kilómetros finaliza en el Puerto de Tíscar (carretera A-6206). La organización dispondrá de autobuses gratuitos que bajarán a l@s corredores a Quesada desde el mismo puerto de Tíscar, así mismo el servicio de guardarropa subirá a meta las bolsas que se pueden dejar previamente en la salida. El tiempo límite para la llegada son las 12:45 h. Los acompañantes que lo deseen pueden subir en coche al puerto de Tíscar ya que hay aparcamiento.

4.-GUARDARROPA.

El guardarropa estará situado en el ayuntamiento de Quesada, y se podrá dejar la ropa antes de la salida. (se tiene que conservar el dorsal para su recogida).

5.- APARCAMIENTOS Y ZONA DE CARAVANAS/FURGONETAS.

Hay 3 zonas de aparcamiento.

En el parque de la Tercia (recinto ferial): Justo en la entrada a Quesada (desde Úbeda, Jaén, etc) a mano izquierda, en frente de la gasolinera y del Hotel Sierra de Quesada, (si se viene de Levante es a la salida del pueblo.) Recomendamos aparcar aquí porque hay bastante sitio y está cerca de la salida (200-300 metros).

Aquí está también el Parking 1 de Caravanas y furgonetas, con WC y fuente de agua. También tiene sombra.

En el embovedado junto al Centro de Salud y supermercado Día. Aparcamientos muy amplios también, algo más alejados de la salida (500 metros).

Plaza de Abastos. Menos aparcamientos (a 100 metros de la salida). Aquí también se encuentra la Churrería y cerca del albergue y de la entrega de dorsales delviernes.

6.-SENDERISMO.

REGLAMENTO SENDERISMO.

SALIDA A LAS 8:00H DE LA MAÑANA DESDE EL APEADERO DE AUTOBUSES DE QUESADA. A 300 METROS DE LA SALIDA.

LA SUBIDA AL INICIO DE RUTA SE HACE EN BUS DE LA ORGANIZACIÓN.

LA BAJADA SE HACE EN AUTOBUS DE LA ORGANIZACIÓN UNA VEZ LLEGUEN TODOS LOS SENDERISTAS.

MATERIAL:

Cada senderista deberá llevar al menos un litro de agua.

Cada senderista deberá llevar su comida para la ruta. La organización dará un ticket de comida y otro de bebida para la comida en Quesada.

Teléfono móvil cargado y grabado el número del que personal de organización que cierra la ruta, a este número sólo se llamará en caso de problemas durante la ruta (no es teléfono de información)

Recomendamos bastones.

NORMAS.

Los avituallamientos son para los corredores. En el avituallamiento de Hoyo de los Corzos podremos beber agua en caso de que hiciera falta.

TOTALMENTE PROHIBIDO QUITAR o MODIFICAR BALIZAS O CUALQUIER OTRO ELEMENTO DEL RECORRIDO. ESTO SE DENUNCIARÁ A LA POLICÍA (ya que son las señales por las que se guían los corredores).

LOS CORREDORES TIENEN PRIORIDAD EN EL RECORRIDO, Los dejaremos pasar en caso de encontrarnos con ellos.

LA RUTA COMIENZA Y ACABA EN EL HELIPUERTO, la subida por carretera al Puerto de Tíscar es responsabilidad de cada senderista, debiendo cruzar estos con máxima precaución al lado izquierdo, mantener fila de a uno.

El autobús bajará a Quesada una vez se llene.

Se puede subir en coche propio al Puerto de Tíscar. El carril de inicio de ruta se coge bajando por carretera hacia Tíscar a mano izquierda (curva cerrada) a 300 metros del Puerto de Tíscar. GR247.

NO se puede dejar absolutamente nada de residuos en la ruta. Se pueden dejar en las bolsas de basura del avituallamiento del Hoyo de los Corzos.

Recomendamos a los últimos senderistas a no pararse en exceso durante la ruta, ya que hay una 6 horas para acabar (media de desplazamiento 3 km/hora). Todo aquel que llegue fuera de tiempo es su responsabilidad.

RECORRIDO.

17 km aproximadamente. Ruta de dificultad media debido a su desnivel y bajada pronunciada.

El primer kilómetro se hará junto con el miembro de la organización que conduce la actividad.

Descripción del RECORRIDO.

Helipuerto → subida hasta el Collado Valiente (todo subida) balizas rojas y blancas → Bajada por **Cueva de Jaén** (bajada larga y empinada) balizas blancas → GR247 Bosques del Sur (a mano izquierda en el puente) balizas blancas → Avituallamiento **Hoyo de los Corzos** seguimos recto, encontrándonos a corredores de frente, Seguimos el sendero (no atajamos), -→ Seguimos todo el sendero principal marcado con balizas de madera hasta el **Helipuerto** → seguimos hasta la carretera y la cogemos a mano derecha hasta **el Puerto**, (bus) PRECAUCIÓN)

Desde el Helipuerto cogiendo el sendero en dirección al pico Rayal, se sube al Collado Valiente, cerca del avituallamiento de la carrera de Maratón, las balizas que debemos seguir son de color BLANCO Y ROJO.

Una vez empezamos a bajar por la cueva de Jaén las balizas que debemos seguir serán las de color BLANCO, (aunque también colocaremos alguna Roja y Blanca).

En cueva de Jaén debemos prestar atención porque es posible que nos encontremos con los primeros corredores.

Una vez llegamos al GR 247 (puente) tras una larga y empinada bajada por Cueva de Jaén seguimos siguiendo las Balizas Blancas (a mano izquierda). Ya seguiremos todo este sendero que también está marcado con balizas de madera hasta llegar al **avituallamiento del Hoyo de Los Corzos**, desde aquí hasta llegar de nuevo al Helipuerto (punto de salida y meta) nos cruzaremos con corredores que vienen de frente. **El senderismo sigue en todo momento por la pista (sendero principal), no recorta por donde suben los corredores**, desde ahí subimos al Puerto de Tíscar donde se cogerá el autobús- , con muchísima precaución porque se hará por carretera.

7.-SERVICIOS SALIDA.

En la salida de la Plaza de la Constitución tendréis cafeterías (para desayuno) abiertas a partir de las 7:45 / 8.00h. También al lado de la plaza de Abastos (aparcamientos) tenéis una churrería y un cafetería (no hacen tostadas) que abren antes de las 7:30 h.

Tenéis un WC junto a la salida.

Guardarropa. El guardarropa se encontrará en el ayuntamiento, en la misma zona de salida.

A las 14:30 h se pondrán a la venta las camisetas del evento.

8.- META. Cada corredor/a tendrá que coger el ticket de comida y bebida al llegar a meta, enseñando el dorsal, * si se abandona se debe conservar el dorsal.

Los acompañantes pueden comprar un ticket de comida y bebida por 5€. Tendréis servicio de fisioterapia en la meta.

9.-DUCHAS. En el pabellón polideportivo junto al colegio José Luis Verdes tenéis las duchas, están alejadas de la zona de salida y meta (1 km) . Hay parking amplio.

10.-PUERTO DE TÍSCAR. META DE 13 k y PASO DE LOS CORREDORES TRAIL 32 k Y MARATÓN

Los acompañantes que lo deseen pueden subir a ver la llegada del 13 K y el paso de los corredores de MARATÓN (KM 17) Y TRAIL 32 K (KM 13). Hay zona de aparcamiento. La salida de Quesada es en dirección a Tíscar / Puerto de Tíscar/ Pozo Alcón, el Puerto de Tíscar se encuentra a 8 kilómetros de Quesada por carretera asfaltada. A 5 kilómetros se encuentra Tíscar con su santuario y Cueva del agua (siguiendo la carretera en dirección Pozo Alcón) recomendamos su visita.

11.- ACTIVIDADES PARALELAS.

En el embovedado junto al centro de salud, se desarrollarán actividades paralelas desde las 9:30 h de la mañana. Tirolina de 100 metros, tiro con arco, pinta caras, globoflexia, hinchables en la zona de meta, además habrá festival de las culturas con multitud de actividades en el casco viejo desde el viernes al domingo.

12.- RECOMENDACIONES ACOMPAÑANTES.

Recomendamos a los acompañantes visitar el Puerto de Tíscar y su Atalaya (se puede subir a lo alto). El monumento natural de la Cueva del Agua a 5 km del Puerto de Tíscar y su Santuario y Castillo.

En Quesada; la calle Adentro con sus calles árabes adornadas con cientos de macetas, Arcos medievales, iglesia y mirador de la baranda, todo esto se encuentra a 500 metros de la salida, también habrá feria de las Culturas con puestos y actividades en la zona de la iglesia.

Recomendamos también visitar el Museo Rafael Zabaleta y Miguel Hernández.