



Ayuntamiento de
Montizón

FICHA TÉCNICA

X CARRERA POR MONTAÑA “MONTIZÓN – CONDADO DE JAÉN”



ÍNDICE

	Página
1. Denominación del evento_____	3
2. Fecha de celebración del evento_____	3
3. Localización del desarrollo del evento_____	3
4. Descripción del itinerario recorrido:_____	3
4.1.- Categoría Absoluta	
4.2.- Categorías Cadete, Juvenil, Júnior y Minitrail _____	6
5. Datos técnicos de la prueba:_____	8
6. Longitudes, Recorridos y Desniveles:_____	9
7. Avituallamientos y Seguridad: _____	15

1. DENOMINACIÓN: X CARRERA POR MONTAÑA MONTIZÓN – CONDADO DE JAÉN
2. FECHA DE CELEBRACIÓN: 23/03/2024
3. TÉRMINOS DEL DESARROLLO DEL EVENTO: T. M. Montizón (Jaén), T. M. Castellar (Jaén) y T. M. Santisteban del Puerto (Jaén)
La X Carrera “Montizón – Condado de Jaén” se desarrolla entre tres términos municipales.

4. DESCRIPCIÓN DEL RECORRIDO:

4.1 CATEGORÍA ABSOLUTA (28 Km) - La carrera comienza en el interior del Campo de Fútbol Municipal de Aldeahermosa, para girar tras la valla del recinto a la izquierda tomando un carril encajado entre el Cerro de Cabeza Chica y el río Montizón. En el km 1 abandonamos el carril girando a la derecha para ascender por el cerro de Cabeza chica, el cual descenderemos de nuevo hasta volver al carril anterior en el km 2. En el km 2,6 abandonaremos el carril girando a la derecha, para tomar otro por el que iremos ganando altura entre olivos siguiendo el cauce del Arroyo de las Cabezas.

Una vez llegados a la entrada de la Finca Alicante seguiremos ascendiendo cambiando la compañía de los olivos por la vista del pinar del Cerro de Cabeza Grande, por el que accedemos a Sierra Morena. Atravesaremos la Finca dejando a la derecha el Cortijo, justo en la salida de la misma encontraremos el primer avituallamiento (km 6,2), en el que habrá que reponer fuerzas, ya que girando a la izquierda, dentro ya de la Finca La Carnicera, enfilaremos la que es con diferencia una de las partes más duras del recorrido, la ascensión del cortafuegos que nos lleva cerca de la cima del Cerro de Cabeza Grande. Antes de llegar a la cima, en el km 7 giramos a la derecha y descendemos por un camino forestal hasta llegar a un cruce de caminos en el km 7,9 donde giramos hacia la derecha y continuamos por un cortafuegos, con una pequeña subida y donde comenzaremos a descender hasta llegar al km 9, donde giramos hacia la izquierda por un camino que nos llevará hasta la pista principal en el km 10,5 donde encontraremos el segundo avituallamiento. Reponemos de nuevo fuerzas, y continuamos por la pista principal

dirección Cortijo Noguera. Una vez pasado éste giramos a la izquierda en el km 11,8 para coger un camino que nos llevará a una pequeña y bonita presa formada por el Arroyo de las Herrerías.



Bajamos hacia ésta por una escarpada ladera, la bordearemos y comenzaremos de nuevo un duro ascenso entre pinos hasta llegar a la Casa del Guarda, donde llegaremos a un cruce de caminos con la vía pecuaria que cruza Sierra Morena, vía que cruzaremos aprovechando la barrera de la Casa del Guarda donde encontraremos el tercer avituallamiento (km16,5).

Comenzamos una pequeña subida por pista forestal y seguiremos con una bajada que nos lleva hasta un cruce de caminos en el km 19,5 del recorrido (anterior cruce que nos encontrábamos en el km 7,9), continuando sin abandonar la pista forestal por la que discurrimos, hasta

Llegar al km 20,5 en el que habrá girar a la izquierda, enfilando otra de las partes más duras del recorrido, la ascensión del cortafuegos que nos lleva hacia la cima del Cerro de Cabeza Grande, que con sus algo más de 900m es el punto más alto de la carrera. En la cima podemos observar una caseta de vigilancia que posteriormente podremos divisar desde varios puntos del recorrido.



Comenzamos una rápida bajada que nos llevará de nuevo a la valla que divide la Finca de la Carnicera de la Finca Alicante, punto donde coinciden, el primer y cuarto avituallamiento (km 22).

Ahora atravesaremos la Finca Alicante en sentido contrario, para al salir de la misma, encontrarnos con el quinto avituallamiento (km 24) y volvernos de nuevo a introducirnos en los olivares y siguiendo en sentido contrario el mismo recorrido, subida y bajada al cerro Cabeza Chica, para tras 28 km alcanzar la meta situada en el punto donde comenzamos nuestro recorrido.

4.2 CATEGORÍA CADETE, JUVENIL, JÚNIOR Y MINITRAIL (14.72 Km). - La carrera comienza en el interior del Campo de Fútbol Municipal de Aldeahermosa, para girar tras la valla del recinto a la izquierda tomando un carril encajado entre el Cerro de Cabeza Chica y el río Montizón. En el km 1 abandonamos el carril girando a la derecha para ascender por el cerro de Cabeza chica, el cual descenderemos de nuevo hasta volver al carril anterior en el km 2. En el km 2,6 abandonaremos el carril girando a la derecha, para tomar otro por el que iremos ganando altura entre olivos siguiendo el cauce del Arroyo de las Cabezas.

Una vez llegados a la entrada de la Finca Alicante seguiremos ascendiendo cambiando la compañía de los olivos por la vista del pinar del Cerro de Cabeza Grande, por el que accedemos a Sierra Morena. Atravesaremos la Finca dejando a la derecha el Cortijo, justo en la salida de la misma encontraremos el primer avituallamiento (km 6,2), en el que habrá que reponer fuerzas, ya que girando a la izquierda, dentro ya de la Finca La Carnicera, enfilaremos la que es con diferencia la parte más dura del recorrido, la ascensión del cortafuegos que nos lleva cerca de la cima del Cerro de Cabeza Grande, que con sus algo más de 900m es el punto más alto de la carrera. En la cima podemos observar una caseta de vigilancia que posteriormente podremos divisar desde varios puntos del recorrido.

Llegados a este punto, ya que la carrera sigue en sentido contrario, comenzamos una rápida bajada que nos llevará de nuevo a la valla que divide la Finca de la Carnicera de la Finca Alicante.

Ahora atravesaremos la Finca Alicante en sentido contrario, para al salir de la misma, encontrarnos con el segundo avituallamiento (km 11) y volvernos de nuevo a introducirnos en los olivares y siguiendo en sentido contrario el mismo recorrido, subida y bajada al cerro Cabeza Chica, para tras 14,72 km alcanzar la meta situada en el punto donde comenzamos nuestro recorrido.

5.- DATOS TÉCNICOS DE LA PRUEBA

	KM	COTA MAX.	COTA MIN.	ASC (+)	DESC (-)	AV1	AV2	AV3	AV4	AV5
ABSOLUTA	28KM	900M	615M	1150M	1150M	6.2KM	10KM	16KM	22KM	24KM
CADETE	14.72KM	900M	615M	515M	515M	6.2KM	11KM			
JUVENIL	14.72KM	900M	615M	515M	515M	6.2KM	11KM			
JUNIOR	14.72KM	900M	615M	515M	515M	6.2KM	11KM			
MINITRAIL	14.72KM	900M	615M	515M	515M	6.2KM	11KM			

6.- RECORRIDOS: LONGITUD, DESNIVEL Y AVITUALLAMIENTOS. CARRERA ABSOLUTA



CIRCUITO PROVINCIAL DE CXM

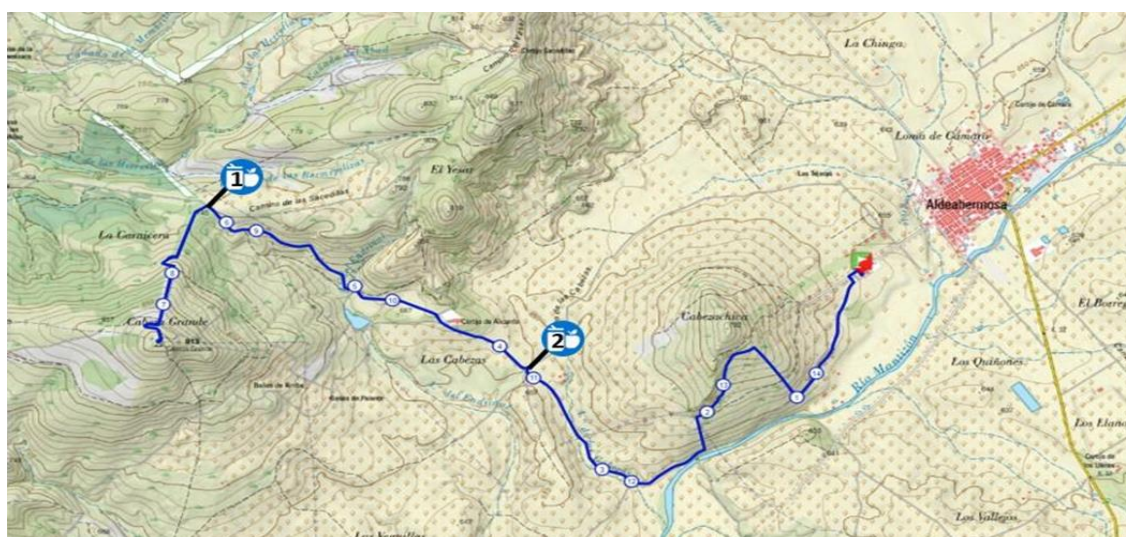
MONTIZÓN – CONDADO DE JAÉN

RECORRIDO CARRERA ABSOLUTA (28KM)

DISTANCIA: 28KM

DESNIVEL +1150M -1150M

CARRERA MINITRAIL



CIRCUITO PROVINCIAL DE CXM

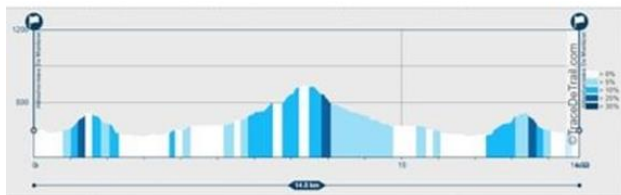
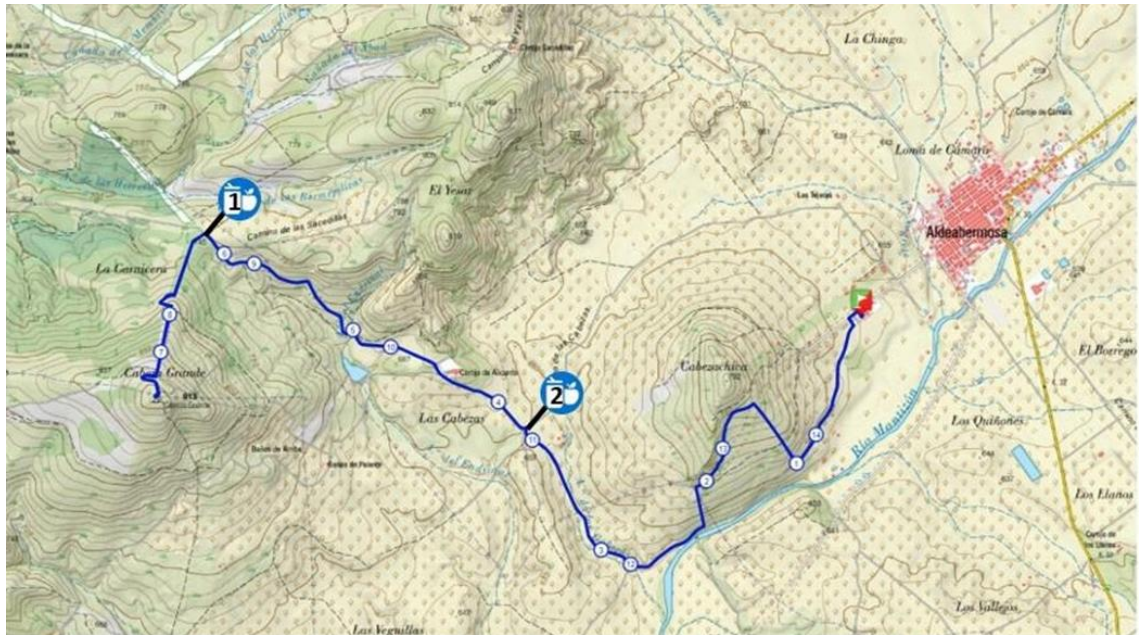
MONTIZÓN – CONDADO DE JAÉN

RECORRIDO CARRERA MINITRAIL (14,7KM)

DISTANCIA: 14,7KM

DESNIVEL +515M -515M

CARRERA CADETE, JUVENIL Y JUNIOR



CIRCUITO PROVINCIAL DE CXM |MONTIZÓN – CONDADO DE JAÉN

RECORRIDO CARRERA CADETE,
 JUVENIL Y JUNIOR (14,7KM)
 DISTANCIA: 14,7KM
 DESNIVEL +515M -515M

7.- MEDIOS EN CARRERA, MAPA PLAN SEGURIDAD Y EMERGENCIAS.

CARRERA ABSOLUTA



CARRERA MINITRAIL



CARRERA CADETE, JUVENIL Y JUNIOR

