

# GUIA DEL CORREDOR/A



**SIERRA CAZORLA TRAILS  
QUESADA**

*TU CARRERA. TU MONTAÑA. TU RETO*

# PREVIA

## INFORMACIÓN.

Tenéis toda la información en la web [www.sierracazorlatrails.es](http://www.sierracazorlatrails.es) seleccionando cada modalidad (perfil, avituallamientos, horarios de dorsales de cada modalidad etc).

y en el apartado de información

(aparcamientos, duchas, seguimiento, ubicaciones etc)

## RECOGIDA DE DORSALES VIERNES 17 DE OCTUBRE

Pincha: [UBICACIÓN](#) 

Recogida de dorsales de 18:00 h a 20:00 h en la Casa de La Cultura. .

Charla técnica: 19:30 H.

Avenida de Almería, junto al Museo Miguel Hernández – Rafael Zabaleta.

## 2 ZONAS de aparcamiento amplias

APARCAMIENTOS PARQUE LA  
TERCIA Y ZONA DE CAMPER Y  
CARAVANAS  
(Cerca de la salida)

[UBICACIÓN](#)

APARCAMIENTO EMBOVEDADO  
(Cerca de dorsales)

[UBICACIÓN](#)

\*Entre dorsales y la salida hay 300 METROS

Cena del corredor : 15 € hotel Sierra de Quesada (al lado de aparcamientos de La Tercia). Necesario reservar: 685406633 - 615623909.

[Pincha aqui para ver menú](#)



# DIA DE TRAIL

## DORSALES.

**ULTRA:** 7:00 - 7:45 H

**MARATÓN:** 7:00 - 8:45 H

**SKYRACE:** 8:00 - 9:45 H

**TRAIL CORTO:** 8:00 - 10:15 H

Casa de la cultura  
Avenida Almeria

Pincha: **UBICACIÓN**

## SALIDAS

Plaza de la Constitución  
Ubicación

**ULTRA:** 8:00 H

**MARATÓN:** 9:00 H

**SKYRACE:** 10:00 H

**TRAIL CORTO:** 10:30 H



Hay cafeterías abiertas en la zona de salida y dorsales desde las 6:30 h.

## BOLSA DE VIDA PARA ULTRA

Hay que recoger el saco de rafia en la entrega de dorsales, pintarle el dorsal , meter tus cosas y cerrarlo con brida (todo lo damos).

Se entrega en la furgoneta del ayuntamiento situada al lado de la entrada al corralito.

## TERCER TIEMPO

Todo el mundo tendrá mesa de avituallamiento final, comida y dos consumiciones. Los tickets que hayáis comprado para los acompañantes se recogen en atención al corredor , en meta.

Vuestra consumición y comida viene en el propio dorsal.



# SEGUIMIENTO

## Seguimiento online:

Desde [www.time2run.es](http://www.time2run.es)  
(seleccionando Sierra Cazorla Trails)

[Pincha Aquí](#)

## Seguimiento por acompañantes

### Para Maratón y Ultra

El Chorro km 14 [Pincha como ir](#)

Puerto Lorente km 21

\*Pasando el Chorro [Pincha como ir](#)

CHORRO y HELIPUERTO  
los más accesibles y  
cercanos

Helipuerto km 41

\*Pasando el Chorro [Pincha como ir](#)

### Para SKYRACE

Collado Zamora km 7 [Pincha como ir](#)

\*Pasando el Chorro

Para ver a los corredores hay que salir antes de la salida, para llegar a tiempo.  
Ten en cuenta que es carretera de montaña estrecha y pista forestal.

[Para TRAIL CORTO](#) No es posible

## DUCHAS.



Pabellón polideportivo Municipal  
(Hay aparcamiento)

[Ubicación](#)



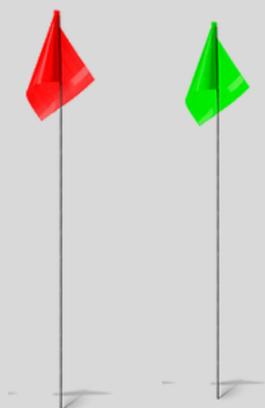
# ASPECTOS IMPORTANTES A CONSIDERAR EN CADA DISTANCIA

## SEÑALIZACIÓN ULTRA.



**Banderín Rojo , baliza amarilla , señales Rojas**

## SEÑALIZACIÓN MARATÓN



Banderín Rojo en tramos comunes con Ultra

Banderín verde en los que son exclusivos de maratón.

**EL VERDE (COLOR DE LA CARRERA ) TIENE PREFERENCIA.**



**Señal verde**



**Baliza amarilla**



# SEÑALIZACIÓN SKYRACE



**Banderín Rojo en tramos comunes a ultra**



**Banderín azul en tramos exclusivos de Skyrace  
EL COLOR AZUL DE LA CARRERA  
TIENE PREFERENCIA**



**Baliza amarilla**



**Señal azul oscuro**

# SEÑALIZACIÓN TRAIL 15 K



**Banderín Rojo en tramos comunes a ultra**



**Banderín amarillo en tramos exclusivos de TRAIL 15K  
EL COLOR AMARILLO DE LA CARRERA  
TIENE PREFERENCIA**



**Baliza amarilla**

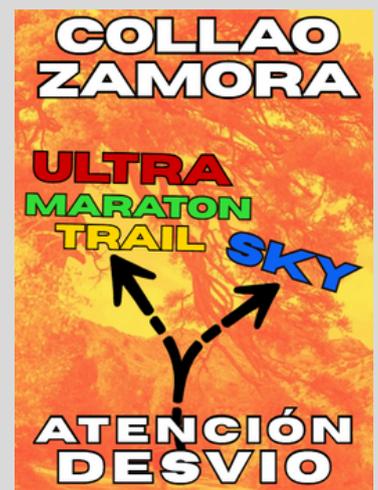
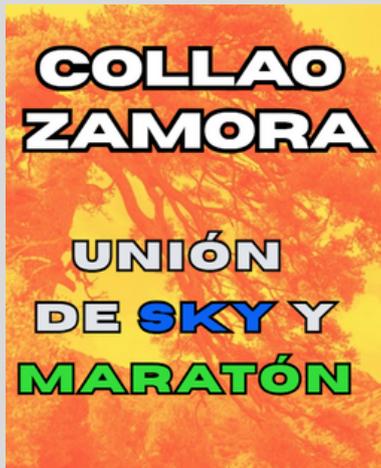


**Señal amarilla**



# Señalización de información en cruces y recorrido.

Tendréis diferentes señales para informaros como las siguientes



## ATENCIÓN EN LOS AVITUALLAMIENTOS



**SON PUNTOS DONDE SE SEPARAN O UNEN CARRERAS POR LO QUE HAY QUE PRESTAR ATENCIÓN A LA SEÑALIZACIÓN.**

**SKYRACE:** se separa del resto en el km 7,5

**MARATÓN:** Se separa de la Ultra en el km 21.5. avituallamiento de Puerto Lorente.

**ULTRA:** Comparte recorrido con la maratón hasta el km 21,5 , que se separa en el avituallamiento de Puerto Lorente.

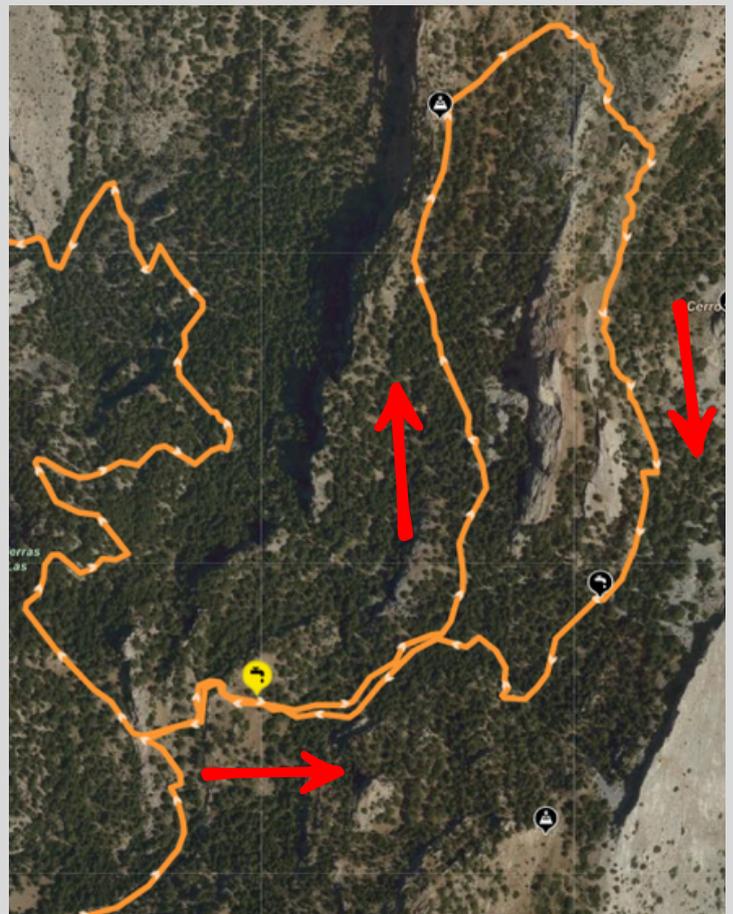


# BUCLE ULTRA



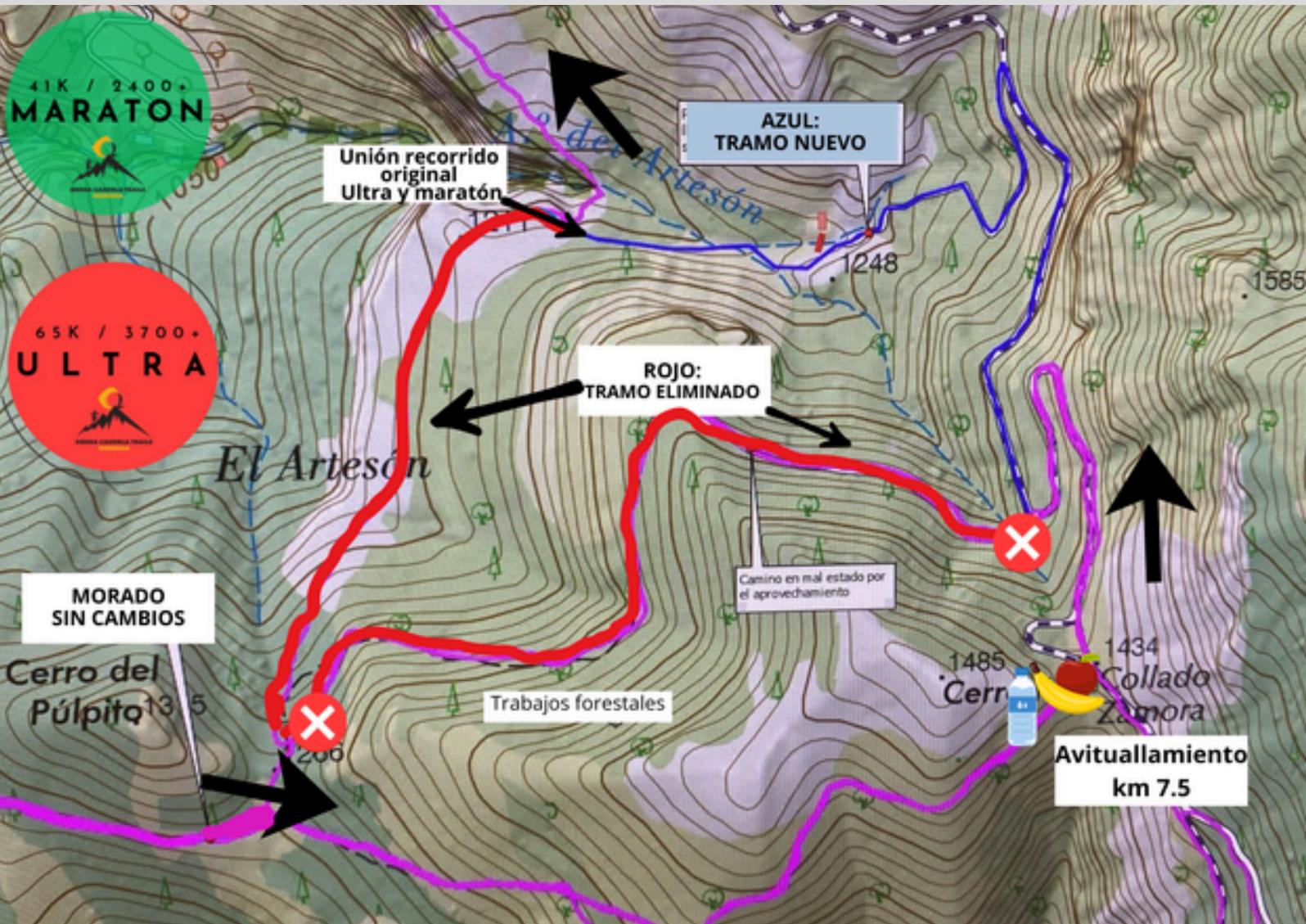
**En collado valiente km 49 Se hace un recorrido circular, subiendo al aguilón y volviendo al mismo sitio.**

Los corredores de Ultra que no lleguen al inicio del Bucle a las 18:00 no lo realizarán y bajarán continuando al frente, se les considerará finisher pero no tendrán opciones a podium.





# Maratón y Ultra



# Protocolo en caso de accidente

- 1.-En caso de accidente debemos ser tratados en las ambulancias de la organización.
- 2.- No debéis acudir a centro de salud u hospital por vuestra propia cuenta
- 3.- En caso de que fuera necesario el traslado a centro de salud u hospital, deberéis contactar con la compañía de seguros de vuestra federación (mirar tarjeta federativa) y que os informe de cómo proceder.
- 4.- Los no federados deberán seguir el siguiente protocolo y rellenar el parte de accidentes que tiene en la ambulancia

## Protocolo de Actuación en caso de Accidente

Muy importante:

### No federados

La póliza de accidentes carece de cobertura médica en la Seguridad Social salvo en los casos de Urgencia Vital o autorización expresa de la compañía aseguradora.

1. En primer lugar, siempre hay que dar parte del accidente a la compañía aseguradora, llamando al siguiente número de teléfono:

**900 404 444**

Envío de documentación por email:

[allianzaccidentes.autorizaciones@hna.es](mailto:allianzaccidentes.autorizaciones@hna.es)

[urgencias24@hna.es](mailto:urgencias24@hna.es) (para autorizaciones urgentes)

La compañía no abonará factura alguna perteneciente a una atención médica que no haya sido previamente autorizada.

2. Durante la llamada se deberá aportar la siguiente información:
  - a. Datos del tomador del seguro.
  - b. Datos personales del lesionado y descripción de lo ocurrido.
  - c. Número de póliza.
  - d. Fecha, lugar y descripción del accidente.
3. Antes de asistir a un centro médico deberá de solicitar al Organizador un parte de accidentes cumplimentado, firmado y sellado.
4. Puede consultar los centros de urgencias médicas en la siguiente dirección:

<https://www.allianz.es/servicios/cuadros-medicos/cuadro-medico-accidentes.html>

5. El parte de accidentes debe ser entregado a Allianz debidamente cumplimentado, firmado y sellado en un plazo máximo de 7 días desde la ocurrencia del accidente.