

Carrera de Relevos Sahagún - Laguna de Tecocomulco 24K 2022.

El Evento.

La Carrera de Relevos Sahagún - Laguna de Tecocomulco 24K, se llevara a cabo el próximo domingo 11 de diciembre a las 8:00 am, sobre una maravillosa ruta con bellos paisajes, que además de su belleza, brindan al atleta la experiencia y placer de correr en equipo, al ser una carrera de relevos en la cual cada equipo está conformado por 4 corredores, proporcionando a los participantes grandes momentos de emoción y compañerismo.

La ruta Sahagún – Laguna de Tecocomulco, está conformado por 24 Kms, divididos en 4 tramos y 3 puestos de relevos.

La carrera da inicio en A114Run Cd. Sahagún y finaliza en el malecón de la Laguna de Tecocomulco.

Los tramos que cada integrante corre, varían entre 4.5 kms y 8 kms, siendo así una carrera totalmente incluyente que permite a personas con diferentes niveles de condición física participar en esta sensacional carrera.

Los grados de dificultad del recorrido varían de acuerdo a la distancia y altimetría del tramo a correr.

Participar en este nuevo concepto de carreras, obliga siempre a pensar y trabajar en equipo, pues la carrera requiere de la planeación de una estrategia, preparación y organización con varias semanas de anticipación.

Es importante que el equipo lea con atención el reglamento de la carrera y estar atento a todos los detalles.

El tránsito vehicular no es interrumpido, por lo cual el corredor debe mantenerse siempre atento durante todo el recorrido, principalmente en los cruces peatonales. La misma recomendación es válida para los conductores del vehículo de apoyo.

Respetar la naturaleza y la ruta manteniéndola libre de residuos indeseados es responsabilidad de todos nosotros.

¡Mantengamos limpio nuestro planeta!

¡Muchas gracias por participar!!!

Reglamento.

Regla 1.- Inscripción.

Para ser considerado inscrito en la carrera de relevos Sahagún – Laguna de Tecocomulco 24K, cada equipo deberá nombrar un capitán, realizar el registro de cada miembro del equipo y realizar el pago de inscripción.

Cuota de la inscripción:

\$2000 pesos por equipo

Los atletas inscritos tendrán derecho al paquete de competidor, el cual incluye:

- Playera Conmemorativa Dry Fit antibacterial.
- Bandana A114Run
- Medalla de finisher (para todos los equipos que crucen la meta)
- Numero de competidor.
- Numero para el vehículo de apoyo.
- Cronometraje.
- Hidratación.

El pago de inscripción, puede ser realizado directamente en la tienda All4Run en Cd. Sahagún o mediante deposito en OXXO o Bancomer.

Regla 2.- Composición de equipos.

Los equipos deberán ser compuestos por 4 corredores, siendo uno de ellos el capitán del equipo.

Cuarteto libre: Conformando por 4 corredores de cualquier sexo.

Cuarteto masculino: Conformado por 4 hombres.

Regla 3.- Numero de pecho.

Los números de pecho estarán conformados por el número de equipo seguido por el número de corredor:

Numero de pecho = Numero de Equipo (1-40) + Numero de corredor (1-4).

Ejemplo:

Equipo 1 Corredor 1.- Numero de pecho 11

Equipo 1 Corredor 2.- Numero de pecho 12

Equipo 1 Corredor 3.- Numero de pecho 13

Equipo 1 Corredor 4.- Numero de pecho 14

Equipo 25 Corredor 1.- Numero de pecho 251

Equipo 25 Corredor 2.- Numero de pecho 252

Equipo 25 Corredor 3.- Numero de pecho 253

Equipo 25 Corredor 4.- Numero de pecho 254

Regla 4.- Los Relevos

Todos los equipos deberán correr los 4 tramos del recorrido, pasando por cada uno de los puestos de relevo. Cada participante deberá correr el tramo correspondiente al último dígito de su número de competidor, es decir el corredor con el número 1 y 251, deberán correr el primer tramo, el corredor 12 y 252 deberán correr el segundo tramo y así sucesivamente hasta finalizar los relevos.

Cada uno de los integrantes, deberá portar al frente y perfectamente visible el número de competidor, con el cual se identificará el tramo que el atleta deberá correr y equipo al que pertenece.

El cambio de relevo deberá realizarse única y exclusivamente dentro del límite marcado como puesto de relevo.

En caso de que exista algún problema que impida a uno de los corredores completar su tramo, este podrá ser sustituido por otro integrante del equipo y deberá informar lo ocurrido a la organización en el próximo puesto de relevo. El corredor sustituto deberá comenzar a correr en el puesto de relevo donde el corredor sustituido comenzó a correr, así el equipo podrá completar la carrera, respetando el tiempo total del relevo.

Cualquier corredor que sea sustituido, no podrá volver a correr durante la prueba y el corredor sustituto deberá cumplir con sus propios tramos pre-definidos.

Regla 5.- Confirmación del equipo.

El equipo solo tendrá derecho a correr el día de la carrera, después de haber recibido el paquete de corredor, firmado el formato de exoneración de responsabilidad por cada uno de los integrantes del equipo y confirmar su salida portando el número de corredor correspondiente a cada tramo.

La entrega de paquetes será realizada en la tienda All4Run los días 8, 9 y 10 de diciembre en un horario de 11:00 a 18:00 hrs.

Regla 6.- Durante el Recorrido

Todos los equipos deberán llevar un auto de apoyo que deberá ser identificado en la parte superior del parabrisas, con el número de equipo proporcionado por la organización.

Todos los atletas tendrán un número oficial que deberá ser portado en la parte frontal del cuerpo, preferentemente en la camiseta. Este número deberá estar perfectamente visible.

Solo los autos de apoyo perfectamente identificados tendrán acceso al área de relevos.

Todos los autos de apoyo deberán estacionarse en el área asignada en el área de relevos, está prohibido parar sobre la ruta.

El auto de apoyo deberá mantenerse a una distancia mínima de 20 mts del corredor.

Todos los conductores del auto de apoyo deberán respetar el reglamento de tránsito y límites de velocidad.

En las zonas de relevo el tráfico de peatones y corredores es preferencial.

Los atletas deben observar la ruta que será señalizada con letreros y apoyarse del staff que señalizaran el camino correcto.

Durante el recorrido el corredor podrá ser incentivado por sus colegas corredores, inclusive corriendo lado al lado, siempre y cuando no exista contacto físico.

Regla 7.- Hidratación.

La hidratación o alimentación es responsabilidad de cada uno de los equipos durante el recorrido.

Todos los corredores pueden recibir agua o cualquier otro suplemento durante el recorrido ya sea de sus compañeros o del público, siempre y cuando el atleta este con los 2 pies en el piso.

La organización proveerá hidratación en los puestos de relevo para reabastecimiento durante la ruta.

No se entregará agua en botellas desechables con el objetivo de mantener la ruta más limpia, por lo cual se recomienda utilizar mochila, cinturón de hidratación o garrafa térmica.

Regla 8.- Premiación.

Reconocimiento para los 3 primeros equipos de la categoría libre y para los 3 primeros lugares de la categoría varonil.

Regla 9.- Penalidades.

El equipo será penalizado con incremento en el tiempo final o desclasificación de la carrera cada vez que sea identificado en las condiciones abajo:

Incremento de 10 min:

Tirar basura en cualquier lugar de la ruta, calle o campo.

Estacionar el carro de apoyo sobre la carretera o en lugares inapropiados, obstaculizando el tránsito u ocasionando problemas a los corredores o a otros vehículos.

Desclasificación:

Corredor utilizando cualquier medio de transporte para recorrer su tramo asignado.

Tomar atajos

Tener a algún atleta corriendo que no esté inscrito en la carrera.

Arrancar antes del horario definido por la organización.

No confirmar su salida.

Regla 10.- Obligaciones.

Es obligatorio que todos y cada uno de los participantes se diviertan y disfrute al máximo esta gran experiencia de compañerismo y trabajo en equipo.

¡Disfruten su carrera Runners!

Atentamente:

Equipo All4Run.

Carrera de Relevos Sahagún - Laguna de Tecocomulco 24K 2022.

La ruta.

Punto de Salida:

A114Run Cd. Sahagún.

Ubicación:

<https://g.page/A114Run?share>



Tramo 1: 5 Kilómetros.

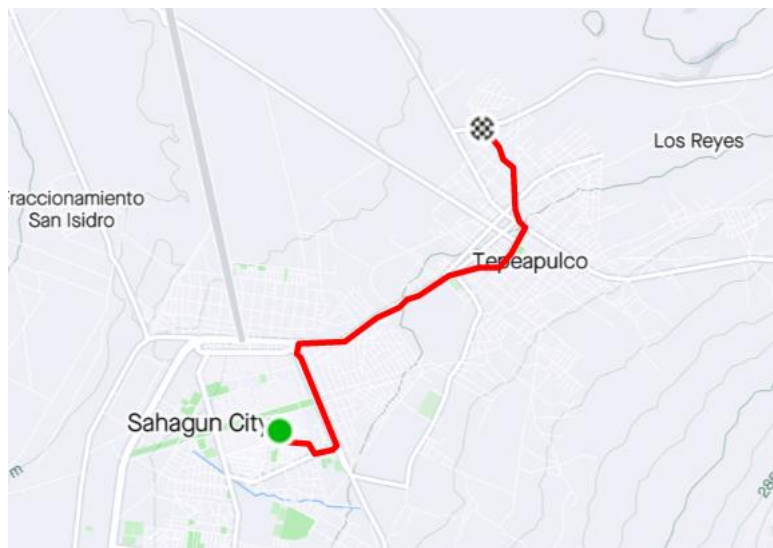
Tramo 1.- A114Run Cd. Sahagún Hgo – Lienzo Charro Guillermo Lozano en Tepeapulco (PC1)

1.- Salida en A114Run subiendo por la avenida Morelos hasta la trotapista de Cd. Sahagún a la altura de la colonia Dikona, bajar durante 1 kilómetro hasta llegar a la Av. Carlos Lazo

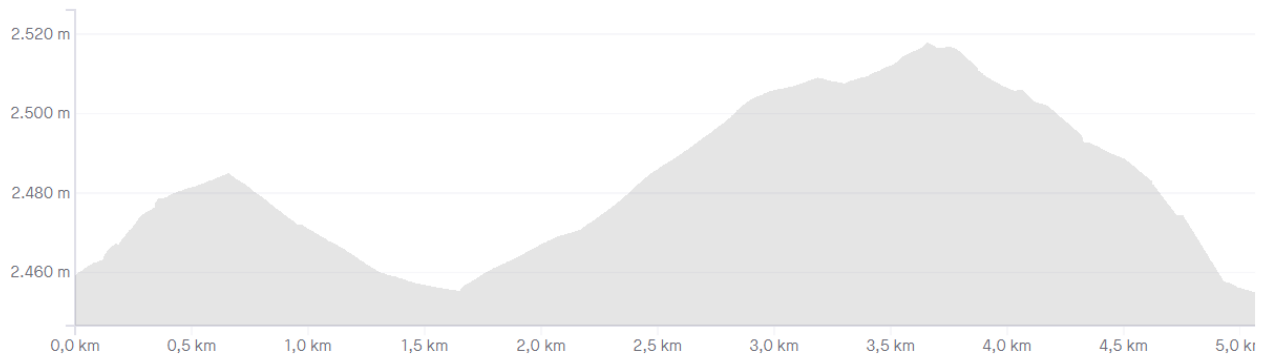
2.- En la Av. Carlos Lazo. Girar la derecha rumbo a Tepeapulco, comienza una subida de 1.5 k hasta llegar al panteón municipal, en la bifurcación continua 400 metros de subida por el lado derecho hasta topar con pared con la Calle Benito Juárez.

3.-En la Calle Benito Juárez Girar a la izquierda rumbo al Centro de Tepeapulco, pasar frente a la presidencia municipal, continuar recto y cruzar con precaución la carretera de Apan, una cuadra adelante girar a la izquierda en la Av. Del Trabajo.

4.- En la avenida del Trabajo bajar durante 300 mts y tomar la bifurcación sobre la calle niños héroes y dos cuadras adelante girar a la izquierda sobre Aquiles Serdan, continuar 400 mts hasta llegar al PC1 que se encontrará justo frente al Lienzo Charro.



Altimetría:



Tramo 2: 8 Kilómetros

Tramo 2.- Lienzo Charro Guillermo Lozano en Tepeapulco - entronque a San Gerónimo (PC2)

1.- Salida en el Lienzo Charro y continuar 8 kilómetros sobre la carretera hasta llegar al entronque a San Gerónimo.



Altimetría:



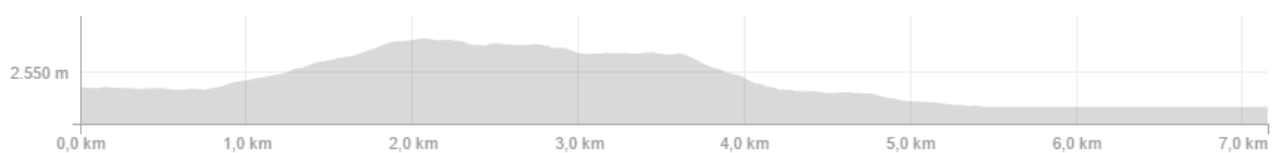
Tramo 3: 7.1 Kilómetros

Tramo 2.- Entronque a San Gerónimo - PC3

1.- Salida en el entronque a San Gerónimo y continuar 7.1 kilómetros sobre la carretera hasta llegar al PC3.



Altimetría:



Tramo 4: 4.5 Kilómetros

Tramo 4.- PC3 a la Meta.

1.- Salida en el PC3 y continuar durante 4.1 kilómetros sobre la carretera hasta llegar al acceso a el embarcadero de la Laguna de Tecocomulco, en el acceso entrar rumbo a La Laguna hasta llegar al embarcadero. En el embarcadero dar vuelta a la izquierda y 50 mts adelante se ubicará la meta.



Altimetría:

