



Buenos días:

Desde el Club Deportivo Jerte queríamos agradecer vuestra inscripción para participar en la VI Carrera por Montaña GARGANTA DE LOS INFIERNOS. Desde la organización de la carrera intentaremos hacer todo lo posible para que os sintáis como en casa, a gusto y satisfechos por tu participación en la prueba.

Nos gustaría aprovechar este email para compartir con vosotros algunas recomendaciones y sugerencias de última hora con el fin de que todos podamos disfrutar de la mejor manera posible esta experiencia.

En primer lugar, y a pesar de sonar repetitivo, nos gustaría recordaros que corremos por una reserva natural y que, debido a esto, hemos tenido que solicitar multitud de permisos, cumplir infinidad de normas y negociar con las distintas autoridades para convencerles de que la prueba es totalmente sostenible y no supone daño alguno a la flora y fauna del lugar así como demostrar su compatibilidad con el acceso de los turistas que visitan estos parajes en estas fechas tan señaladas.

Por todo esto nos gustaría que, por favor, pusierais empeño en cumplir un par de normas básicas:

- **Comprensión y respeto** ante la posibilidad de que algún turista despistado pudiera interferir puntual e involuntariamente en el transcurso de la carrera, sobre todo en la zona de Los Pilonos ya que es la zona más concurrida del recorrido.
- Respeto **ESCRUPULOSO** con el medio ambiente y depositar **siempre** los vasos, geles o cualquier envoltorio y diferentes recipientes utilizados durante la prueba en los lugares señalados a tal efecto por la organización dentro de las zonas de avituallamiento. **Será motivo de descalificación el día de la prueba, tramitación de la posible denuncia medioambiental e impedirá correrla en sucesivas ediciones.**



Nota importante:

- Imprescindible presentar documentación acreditativa, dni y licencia de montaña (En caso de estar federado) en la recogida de dorsal. No participará nadie sin este requisito.
- Es obligatorio el cumplimiento del reglamento por favor, leerlo, cumplirlo y respetarlo.

Timing de la carrera.

VIERNES 14 DE ABRIL

- **De 17:30 a 19:30** en la casa cultura se emitirán a través del proyector toda la información de la carrera, videos de años anteriores y responderemos a preguntas de cada uno de vosotros. En estas dos horas también se podrán recoger el dorsal y la bolsa del corredor

SABADO 15 DE ABRIL

- **A las 7:30 horas** apertura de secretaría, colocada en la plaza (lugar de salida), para la entrega de dorsales y bolsa del corredor, se cerrará a las 9:00 horas. No se entregarán dorsales a partir de esta hora.
- **A las 9:00 horas** se abre el corralito de participantes a los que se les exigirá, por parte del delegado principal fexme, como material obligatorio lo dice el reglamento de la Federación Extremeña de Montaña:

Zapatillas trail con buen agarre, cortaviento de manga larga de talla del participante e indumentaria adecuada.

- **A las 08:50 horas** Se anima a todos los acompañantes de participantes en la carrera a que sigan andando a un miembro de la organización (Paco) y le acompañen hasta el paraje del puente de Sacristán (km 8 y km 14 de la carrera) por el cual pasarán los corredores por este área de especial encanto. El camino hasta dicho puente está marcado dentro del sistema de senderos de Cáceres, distancia 3 km, Tiempo estimado 45 minutos (ida).

Nota importante:

No es una actividad paralela ni una ruta organizada. Por tanto la organización de la carrera no se responsabiliza de las personas que decidan



ir a dicho paraje ni de las posibles incidencias que ocurran durante el camino y estancia en dicho paraje. Todas las personas que decidan subir hasta el puente de Sacristán, es posible que tengan que volver a Jerte por sus propios medios, por un sendero marcado y de fácil seguimiento.

- ***A las 9:30 horas dará comienzo la carrera***, repasar en la página web los lugares de avituallamientos y tiempo de paso de control por los distintos puntos, seremos muy estrictos.
- ***Emisión de imágenes.***
Durante el transcurso de la prueba el público presente en la plaza podrá disfrutar de la emisión de videos e imágenes magníficos de ediciones anteriores.
- ***A las 14 horas se cierra la meta***, cuatro horas y 30 minutos más tarde de darse la salida.
- ***A las 14:15 horas*** comenzará la entrega de trofeos en orden ascendente por edad, terminando con la categoría general de la carrera.

Servicios al corredor:

- 120 personas entre voluntarios y Protección Civil, todos conectados por teléfono y walkis
- Más de 25 walkis conectados a través de la instalación de 2 antenas de radiofrecuencia situadas en los lugares de mayor altitud para velar por que todos y cada uno de vosotros disfrutéis de la carrera evitando cualquier percance o solucionándolo.
- 2 Ambulancias medicalizadas, una de ellas en versión todo terreno.
- 2 Vestuarios con 7 duchas cada uno en el pabellón.
- Servicio de fisioterapia
- Servicio de ropero en la misma plaza a 20 metros del arco de salida.
- Gran avituallamiento final que dejará satisfecho al corredor más exigente.

Y sobre todo..... ¡GRACIAS!

Web: www.carreragargantadelosinfiernos.com