



## **Domingo 24 de Noviembre de 2019. 10:00 horas**

El Ayuntamiento de El Tanque y Rayco González Velázquez como director de carrera, organizan el próximo 24 de Noviembre de 2019 la XII Edición de esta carrera por montaña. Con dos trazados: uno de 23Km y otro de 10 Km.

### **CARACTERISTICAS:**

#### **TRAIL DE 23 KM.**

Recorrido de 23 km. de distancia y 900 m. de desnivel, compuesto en un 95% de terreno de montaña (pistas y senderos) con algunos tramos técnicos.

**-SALIDA Y LEGADA:** Carretera general, junto al Ayuntamiento de El Tanque (590 m.)

-Tramo inicial de subida de 4,3 km que asciende hasta la carretera de San José de Los Llanos (1050 m.) con desniveles importantes.

-P.R. 43.1 que comunica la carretera con la zona de Montañas Negras (1315 m.) con senderos de terreno volcánico (3 km.), dentro de la Reserva Natural Especial de El Chinyero.

-P.R. 43.1 cruzamos el canal de Vergara con dirección al Chinyero y seguimos por el sendero 1 km. aproximadamente hasta llegar a la pista que pasa por debajo del Chinyero con dirección a la montaña de la Cruz, antes de llegar a esta cogeremos a la derecha por el P.R. 43.2 hasta un cruce de 4 caminos.

- Se sigue un recorrido por sendero y pista con dirección a la Montaña de Tomaseche, la cual rodearemos por su base (1170 m.).



- Llegamos a la rotonda del Pino Loro y cruzaremos hacia el Ecomuseo, donde cogeremos un sendero hacia el pueblo de Erjos hasta enlazar con el camino que sube a la Ermita de San José de Los Llanos.

-Desde aquí enlazamos con la Ruta del Agua (sendero local con terreno muy variado y técnico) hasta alcanzar de nuevo el núcleo de El Tanque, lugar donde está situada la meta.

El recorrido estará perfectamente señalado a lo largo y en cada cruce con el sistema de señalización que la organización crea oportuno y con personal en los puntos más problemáticos.

**Material obligatorio:** baso o recipiente para beber en los avituallamientos (no habrá vasos en los avituallamientos).

### **TRAIL DE 10 KM.**

Recorrido de 10 km. de distancia con un desnivel de 400 m. compuesto por un 70% de terreno de montaña (pistas y senderos) con algunos tramos técnicos.

**SALIDA Y LLEGADA:** Carretera general, junto al Ayuntamiento de El Tanque (590 m.)

-Tramo inicial de subida de 3 km. hasta la Casa Canales. Con desnivel importante.

-Llano 2 km. aprox. por carretera de asfalto hasta Ruigómez y enlazamos con la Ruta del Agua.

-Desde aquí descendemos (sendero local con terreno muy variado y técnico de 5 km.) hasta alcanzar de nuevo el núcleo de El Tanque, lugar donde está situada la meta.

El recorrido estará perfectamente señalado a lo largo y en cada cruce con el sistema de señalización que la organización crea oportuno y con personal en los puntos más problemáticos.

**Material obligatorio:** baso o recipiente para beber en los avituallamientos (no habrá vasos en los avituallamientos).

### **INSCRIPCIONES:**

El plazo para formalizar la inscripción será desde el **lunes 14 de Octubre** hasta el **miércoles 14 de noviembre**, hasta un máximo de 300 participantes.

Los formularios de inscripción estarán disponibles en los siguientes puntos:

**GONZAMOTOR NISSAN** El Tanque

**NORTYACUARIUM** Icod de Los Vinos

**DEPORTES ERNESTO** Los Silos



GUZMAN SPORT La Laguna

INTERSPORT Centro Comercial el Trompo, la Orotava.

INTERSPORT C.C. Central Center las Américas.

La cuota de inscripción será de **20 €** para el Trail de 23 km, **12 €** para el de 10 km.

La cuota de inscripción incluye seguridad y logística del evento, avituallamientos en carrera más el de llegada a meta, camiseta conmemorativa, sorteo de material y brindis clausura de la prueba.

**\*Para los participantes de fuera de la isla que les sea imposible realizar la inscripción en los puntos señalados, podrán llamar a la organización la cual les proporcionarán un número de cuenta, para hacer el ingreso, y pedirles los datos que sean necesarios.**

**\*Para los menores de edad que quieran participar en la prueba: en la parte inferior del formulario de inscripción está la autorización que tendrá que firmar el padre, madre o tutor legal del menor.**

### **PARTICIPACIÓN:**

Abierta a todos los corredores mayores de 18 años, en el caso de ser menor con autorización de los padres o tutor legal haciéndose responsables, federados o no y que hayan formalizado debidamente su inscripción.

Los participantes quedaran agrupados en las siguientes categorías:

#### **TRAIL 23 KM:**

- Junior – Promesa M y F
- Senior M y F
- Veterano/a M y F 40
- Veterano/a M y F 45
- Veterano/a M y F 50
- Veterano M 55
- Veterano M 60
- **Tres primeros de la General**
- **Tres primeras de la General**
- **Tres primeros corredores Locales**

### **TRAIL 10 KM:**

- Junior – Promesa M y F
- Senior M y F
- Veterano/a M y F 40
- Veterano/a M y F 45
- Veterano/a M y F 50
- Veterano M 55
- Veterano M 60
- **Tres primeros de la General**
- **Tres primeras de la General**
- **Tres primeros corredores Locales**

### **PROGRAMA:**

Domingo 24 de noviembre de 2019

- 8:00 h. a 9:30 h. recogida de dorsales y chip en la salida (carretera general junto al ayuntamiento)
- 10:00 h. salida de la prueba
- 10:50 h. llegada prevista del primer corredor del trail 10 km
- 11:50 h. llegada prevista del primer corredor del trail 23 km
- 15:00 h. cierre de carrera
- 15:00 h. entrega de trofeos, premios y brindis clausura de la prueba.

### **COMO LLEGAR:**

El municipio de El Tanque está situado en el Noroeste de Tenerife entre el T.M de Garachico y el T.M. de Santiago del Teide. Desde Icod de los Vinos se llega a través de la carretera TF-82 y TF-5.

### **PARA CUALQUIER INFORMACION:**

Dirección de carrera:

Móvil: 608 64 79 15      Fijo: 922 13 64 14

Correo electrónico: [rayco\\_gonzalez@hotmail.com](mailto:rayco_gonzalez@hotmail.com)