

GUÍA PARA EL CORREDOR Y CORREDORA DE MONTAÑA

PINOLERE **TRAIL**

GUÍA PARA EL CORREDOR Y CORREDORA DE MONTAÑA
PINOLERE TRAIL 2019
LA CARRERA DE MONTAÑA DE LA OROTAVA

SÁBADO 27 DE ABRIL
MUSEO Y PARQUE ETNOGRÁFICO PINOLERE, LA OROTAVA (TENERIFE)





Para empezar te damos las **gracias** por elegir participar en nuestra carrera de montaña. Somos un grupo de amantes de esta modalidad deportiva que creemos que este deporte contribuye a mantener los senderos, genera riqueza en los entornos rurales y crea conciencia sobre la importancia de nuestro medio natural.

Si estás leyendo esta guía eres **valiente**, eres de esas personas que ha elegido correr en la Naturaleza pero con conciencia.

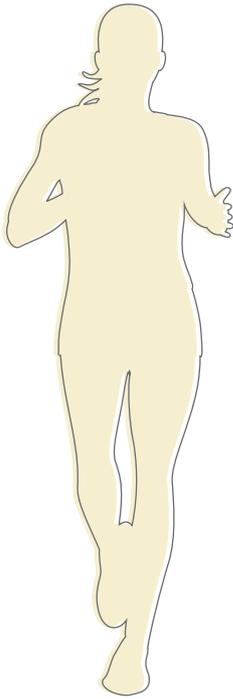
Te acompañaremos en tu reto, que también es el nuestro. A cambio, te pedimos que sigas leyendo y cooperes en un desarrollo genial de la carrera. ¡Te esperamos en la meta!

#sonrierespiraycorre
#yosoypinolere trail

¿DÓNDE SE SITUARÁ EL ARCO DE SALIDA?

El arco de salida estará situado junto al escenario principal del Museo y Parque Etnográfico Pinolere (en el barrio de Pinolere, La Orotava), en el recinto donde se organiza cada año la Feria de Artesanía.





¿A QUÉ HORA DEBO LLEGAR?

Con el tiempo suficiente para:

- Estacionar correctamente
- Preparar tu equipaje y material obligatorio
- Colocarte el dorsal en una zona visible de la parte delantera
- Pasar el control que se realiza previamente a la salida de cada modalidad

Mostramos en esta imagen las zonas oficiales donde estacionar los vehículos:



Para agilizar tu llegada al barrio de Pinolere

TE RECOMENDAMOS:

- Compartir vehículo con otros participantes
- Acceder al lugar en el vehículo de algún familiar

Con motivo del desarrollo de la prueba deportiva, durante las salidas de las distintas modalidades, algunas calles quedarán cerradas al tráfico.

¿A QUÉ HORA SERÁN LAS SALIDAS DE CADA MODALIDAD?

El bucio de la "Pinolere" sonará tres veces:

- **8:00** Salida de la modalidad de 42 km
- **9:00** Salida de la modalidad de 27 km
- **10:00** Salida de la modalidad de 11 km

¿CUÁL ES EL MATERIAL OBLIGATORIO QUE DEBO LLEVAR DURANTE EL DESARROLLO DE LA PRUEBA?

Todos los corredores/as de la prueba de **42 kilómetros** de la Pinolere Trail, deberán llevar el siguiente **MATERIAL OBLIGATORIO**, compuesto por:

- Teléfono móvil con saldo y batería suficiente.
- Dorsal de competición, que se pondrá en la parte delantera, sobre la camisa o pantalón.
- Sistema de hidratación con capacidad mínima de 500ml.
- Envase reutilizable, tipo vaso, para usarlo en los avituallamientos.
- Silbato de emergencia.
- Marcar con su número de dorsal todos los envases no reutilizables que utilicen el día de la prueba.

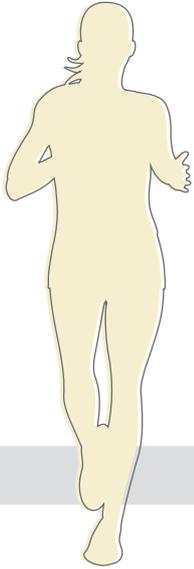
Todos los corredores/as de la prueba de **27 kilómetros** de la Pinolere Trail, deberán llevar el siguiente **MATERIAL OBLIGATORIO**, compuesto por:

- Teléfono móvil con saldo y batería suficiente.
- Dorsal de competición, que se pondrá en la parte delantera, sobre la camisa o pantalón.
- Sistema de hidratación con capacidad mínima de 500ml.
- Envase reutilizable, tipo vaso, para usarlo en los avituallamientos.
- Marcar con su número de dorsal todos los envases no reutilizables que utilicen el día de la prueba.

Todos los corredores de la prueba de **11 kilómetros** de la Pinolere Trail, deberán llevar el siguiente **MATERIAL OBLIGATORIO**, compuesto por:

- Teléfono móvil con saldo y batería suficiente.
- Dorsal de competición, que se pondrá en la parte delantera, sobre la camisa o pantalón.
- Sistema de hidratación con capacidad mínima de 500ml.
- Envase reutilizable, tipo vaso, para usarlo en los avituallamientos. En su defecto, se puede hacer uso del botellín propio del sistema de hidratación.
- Marcar con su número de dorsal todos los envases no reutilizables que utilicen el día de la prueba.

Recuerda que está prohibido recibir avituallamiento o ayuda por parte de personal ajeno a dicha prueba, fuera de los avituallamientos establecidos por la Organización.



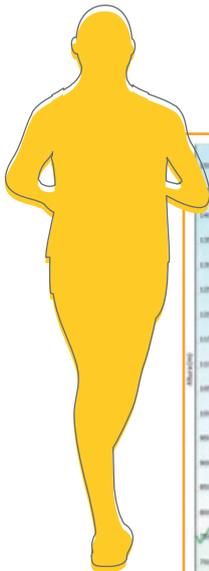
¿QUÉ DEBO TENER SIEMPRE EN CUENTA?

Si participas en la Pinolere Trail, siempre debes tener en cuenta que:

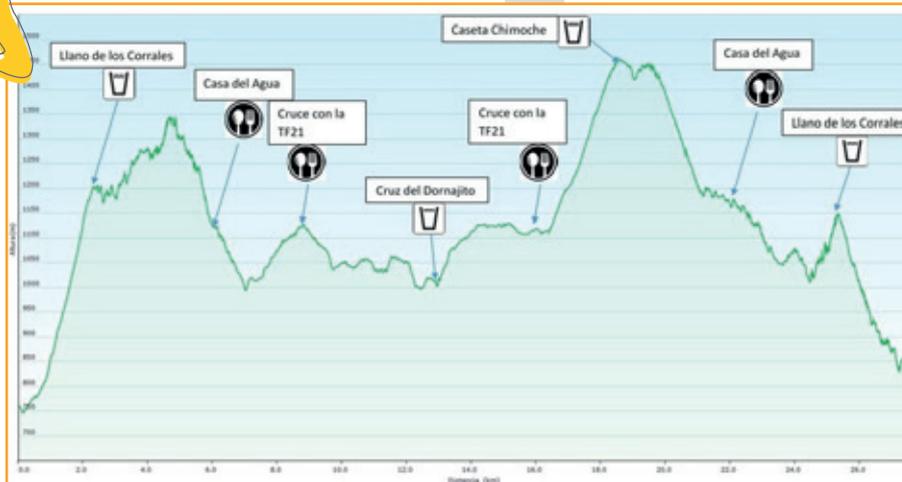
- ① La carrera se celebrará con respeto absoluto hacia el medio ambiente, los cultivos, el ganado, la población local y la propiedad privada en general.
- ② La carrera se celebrará con respeto absoluto hacia el medio ambiente. Por ello, es obligación de cada corredor/a marcar con su número de dorsal todos los envases que utilice el día de la prueba, así como portar cualquier residuo o desperdicio que genere (envases, papeles, residuos orgánicos...) para deshacerse de ellos en los lugares habilitados por la Organización, como son los avituallamientos.
- ③ Los participantes respetarán la Ley sobre Tráfico, Circulación de Vehículos a Motor y Seguridad Vial en las poblaciones y vías de uso público.
- ④ Todos los participantes deberán realizar el recorrido marcado y balizado por la Organización.
- ⑤ Los participantes deberán seguir en todo momento y durante todo el recorrido, incluida las zonas de salida y meta, las instrucciones de los miembros de la Organización y los voluntarios.
- ⑥ Todos los participantes tienen el deber de prestar socorro a aquel corredor/a que esté en peligro o accidentado, estando obligado a comunicarlo al control más cercano.
- ⑦ No se podrán mostrar comportamientos antideportivos anómalos a la carrera, o mostrar actitudes violentas con los demás deportistas, voluntarios, miembros de la Organización y el público en general.
- ⑧ Los participantes deberán ser cuidadosos con las instalaciones habilitadas para la prueba.

¿DÓNDE ESTÁN LOS AVITUALLAMIENTOS?

Para los participantes de la 11 km Pinolere Trail



Para los participantes de la 27 km Pinolere Trail



Para los participantes de la 42 km Pinolere Trail



¿QUÉ SERVICIOS TENGO EN LA META?

En la meta podrás disfrutar de:

- Punto de avituallamiento con sólido y líquido
- Aseos
- Zona de masaje
- Vestuarios y ducha en polideportivo (chicos) y sede de la Asociación Cultural Pinolere (chicas).
- Paella a partir de las 12:30 h.
- Entrega de trofeos a las 14:00 h

**PINOLERETRAIL**

Gracias por formar parte de este evento deportivo que contribuye al desarrollo social y económico del entorno, convirtiendo nuestros paisajes agrarios y forestales en escenarios atractivos para los amantes de las carreras de montaña.

**WWW.PINOLERETRAIL.COM**

PINOLERE **TRAIL**