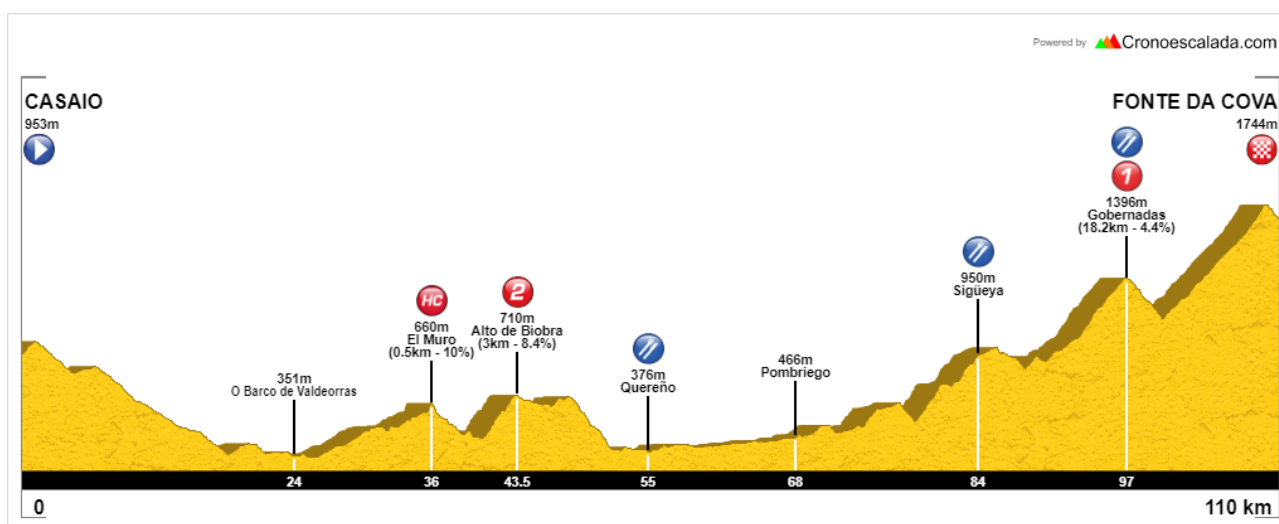


# GRAN FONDO PENA TREVINCA 2019

## GUÍA DEL CORREDOR/A

En nombre de toda la organización queremos daros las gracias por querer compartir con nosotros este día de cicloturismo disfrutando de la pasión que más nos gusta en este “asalto” a la Cima de Galicia.

A continuación hemos preparado una guía a modo de resumen que recoge toda la información importante a tener en cuenta así como una serie de **RECOMENDACIONES IMPORTANTES** previas al inicio de la marcha:



### 1. LUGAR DE SALIDA:

Al igual que en la edición 2018, la salida será desde el pueblo de CASAIO.

Coordenada **GPS: 42°20'24.5"N 6°48'22.5"W**

### 2. HORA DE SALIDA:

9:00h del Domingo día 15.

### 3. RECOGIDA DE DORSALES:

Sábado: 18:00h a 20:00h en la Plaza do Concello de **O Barco de Valdeorras**.

Domingo: 07:45h a 08:45h en la Zona de Salida en el pueblo de **Casaio**.

### 4. COMO LLEGAR:

Desde o Barco de Valdeorras: Seguir indicaciones por N-536 dirección: SOBRADELO.

En Sobradelo seguir indicaciones OU-122 dirección: CASAIO - PENA TREVINCA

**IMPORTANTE:** Dejar la OU-122 una vez hayamos pasado “Pizarras Los Tres Cuñados” cogeremos en el PK16 la OU 123 hacia el pueblo de Casaio.

### 5. ANTES DE LA PRUEBA:

La organización no puede asegurar que los establecimientos del pueblo de Casaio (Bares, Hoteles, Restaurante...) den servicio estando abiertos el Domingo antes de la prueba, por lo que se recomienda utilizar bares en O Barco de Valdeorras o Sobradelo para desayunos y otras necesidades de primera hora.

## **6. ZONA DE PARKING:**

Se habilitará una zona de aparcamiento señalizada a la entrada del pueblo.

## **7. DUCHAS y WCS**

Situadas en las piscinas municipales a escasos 50 metros de la salida. (SOLO SE PUEDE ACCEDER AL RECINTO A PIE).

## **8. CUESTIONES TÉCNICAS: SEGURIDAD**

Todos los participantes se consideran en excursión personal, debiendo atenerse a las Normas del Vigente Código de Circulación en carretera y considerándose personalmente responsables de todas las infracciones que puedan cometer.

Se advierte a los participantes que el hecho de circular un vehículo de apertura no supone la paralización del tráfico, sino que se trata de una señalización. Es obligatorio llevar el dorsal en un lugar visible, tanto en la salida como en los avituallamientos se hará un riguroso control de dorsales. Se deberá colocar además el CHIP según las instrucciones que se darán por la organización para el control de los tiempos. La Organización podrá realizar los REAGRUPAMIENTOS que estime oportunos, así como los controles de paso que considere necesarios para el buen desarrollo de la prueba. El equipo médico de la organización, tendrá la potestad para retirar a cualquier participante de la marcha cuando se considere que su salud esté en peligro.

## **9. PUNTOS DE CORTE:**

1) Todo participante que en el km 78 (Silván) no haya pasado antes de las 13:30h será automáticamente descalificado de la prueba. Teniendo que continuar la misma en uno de los vehículos escoba de la organización.

2) Todo participante que en el km 90 (La Baña, inicio de Puerto Fonte da Cova, no haya pasado antes de las 14:00h será automáticamente descalificado de la prueba. Teniendo que continuar la misma en uno de los vehículos escoba de la organización.

OTRAS CONSIDERACIONES: Todo participante que desobedezca las órdenes de la guardia civil y del personal de la organización cuando estos consideren oportunos hacer reagrupamientos será descalificado de la prueba.

## **10. META - FINAL DE ETAPA**

Se habilitará un control de tiempo en el Alto de Fonte da Cova. Los tres mejores tiempos (masculinos y femeninos recibirán un obsequio en la ceremonia de Podium). **Desde ese punto, el corredor deberá descender hasta la zona de duchas y comidas habilitada de nuevo en el pueblo de Casaio.** En ese tramo la velocidad será libre, estando el corredor ya fuera de carrera por lo que se recomienda extremar las medidas de seguridad.

**NO HABRÁ AVITUALLAMIENTO SÓLIDO EN ESE PUNTO. LA COMIDA (INCLUIDA CON LA INSCRIPCIÓN) SE RECOGERÁ EN LA PLAZA DEL PUEBLO DE CASAIO, MISMO LUGAR DE SALIDA DE LA MARCHA. EL TICKET DE LA COMIDA IRÁ INCLUIDO EN LA BOLSA DEL CORREDOR.**