

Dossier Técnico

Integral y Carrera por Montaña Tozal de Guara 2015

Nombre de las pruebas

3ª Integral al Tozal de Guara.

8ª Carrera por Montaña “Subida al Tozal de Guara”

ORGANIZA

Comarca Hoya de Huesca / Plana de uesca

Organizaición técnica

Club Peña Guara

C/ Vicente Campo, 9, Bajos, 22004 – Huesca

Teléfono: 974 212 450. Fax: 974 212 482

Correo electrónico: p-guara@p-guara.com

Director de la Prueba

Manuel Bara Alós

Lugar y Fecha de la Prueba

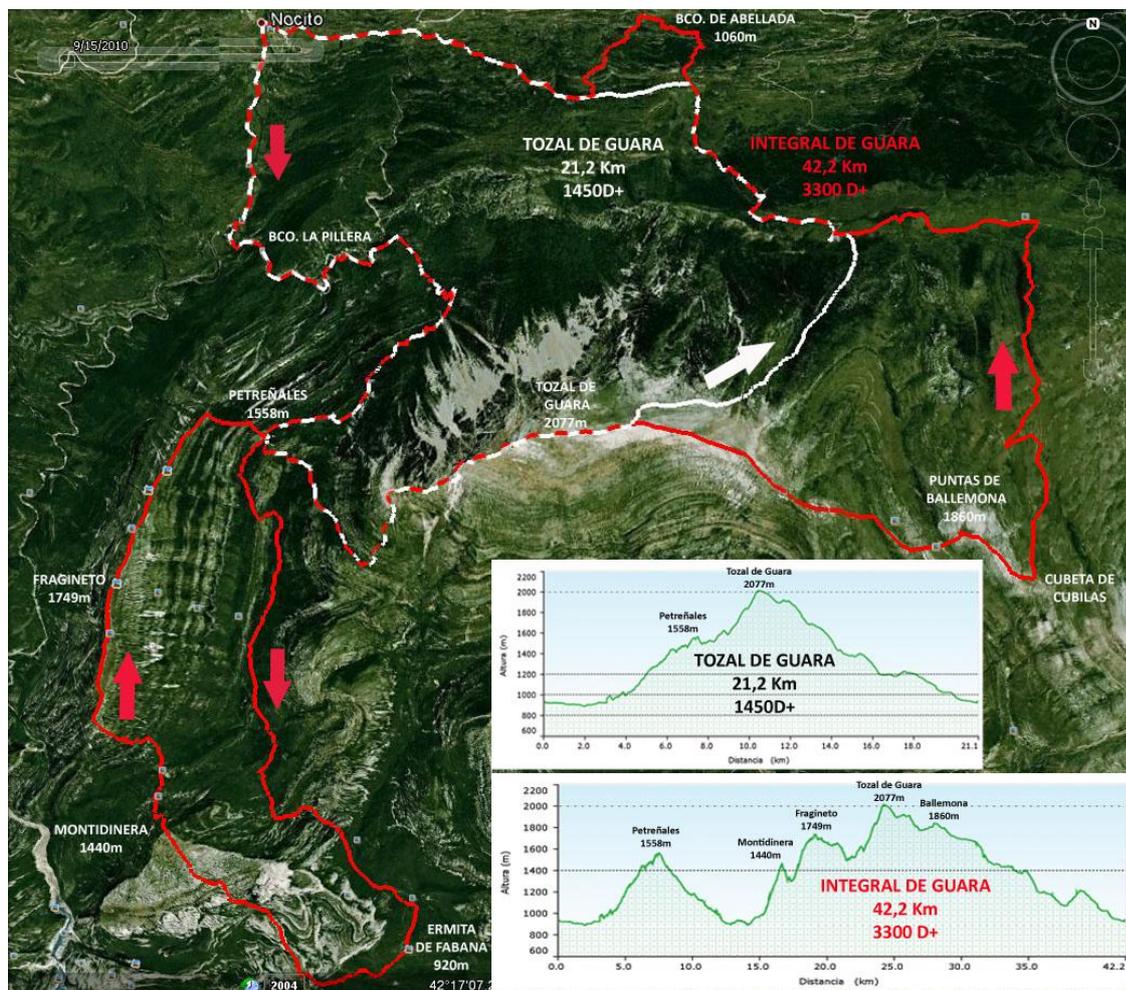
Nocito (Huesca), 7 de junio de 2015

8:00 3ª Integral al Tozal de Guara

9:30 8ª Carrera por Montaña “Subida al Tozal de Guara”

Itinerarios previstos

8ª Carrera por Montaña “Subida al Tozal de Guara”:



Recorrido 1: 21 km, 1435 m de desnivel positivo acumulado

Nocito – Pista a la Pillera – Barranco Pillera – Fuente Espátula – Collado Chemelosas – Collado Petreñales – Raso de los Hongos - Tozal Guara – Collado Este – Valle Cerolleras – Refugio Fenales – Can de Used – Barranco Abellada – Nocito

Relativo a este recorrido, se adjuntan los siguientes ficheros:

- Track GPS en formatos GPX (GPS eXchage Format) y KML (Google Earth)
- Perfil
- Ubicación de controles

La relación detallada de controles es la siguiente:

- C1: Pillera (900 m)
- C2: Fuente Espátula (km 4.5, 1200 m)
- C3: Collado Petreñales (km 7, 1550 m)
- C4: La Cubilota (km 8.5, 1620 m).
- C5: Cima (km 10.5, 2077 m)
- C6: Refugio Fenales (km 14.5, 1600 m)
- C7: Barranco Abellada (km 19, 1050 m)

En todos los controles excepto el primero (Pillera), está previsto avituallamiento líquido (agua, isotónico). Además, en la cima y en los Fenales está previsto avituallamiento sólido (barritas, fruta).

Recorrido 2: 24 km, 1500 m de desnivel positivo acumulado (estimados)

Nocito – Barranco Abellada – Cañatas – Fuente Espátula – Collado Chemelosas – Collado Petreñales – Raso Hongos -

Tozal Guara – Collado Este – Valle Cerolleras – Refugio Fenales – Can de Used – Barranco Abellada – Nocito

Este recorrido alternativo sería el elegido en caso de que el tramo del barranco de la Pillera del recorrido 1 no fuese practicable por crecida del río.

En caso de condiciones climatológicas muy adversas en la parte alta del recorrido, se podrían establecer recorridos alternativos más viables. La zona permite bastantes posibilidades.

3ª Integral al Tozal de Guara:

Recorrido 1: 42,2 km, 3300 m de desnivel positivo acumulado

Nocito – Pista a la Pillera – Barranco Pillera – Fuente Espátula – Collado Chemelosas – Collado Petreñales – Ermita de Fabana -Montidinera - Fraginetto - Tozal Guara – Collado Este – Puntas de Ballemona - Refugio Fenales – Can de Used – Barranco Abellada – Nocito

Relativo a este recorrido, se adjuntan los siguientes ficheros:

- Track GPS en formatos GPX (GPS eXchange Format) y KML (Google Earth)

-Perfil

- Ubicación de controles

La relación detallada de controles es la siguiente:

C1: Pillera (900 m)

C2: Fuente Espátula (km 4.5, 1200 m)

C3: Collado Petreñales (km 7, 1550 m)

C4: Ermita de Fabana(km , 920 m)

C5: Collado Fraginetto(km , 920 m)

C6: Cima Tozal (km 10.5, 2077 m)

C7: Collado Este (km , 920 m)

C8: Refugio Fenales (km 14.5, 1600 m)

C9: Barranco Abellada (km 19, 1050 m)

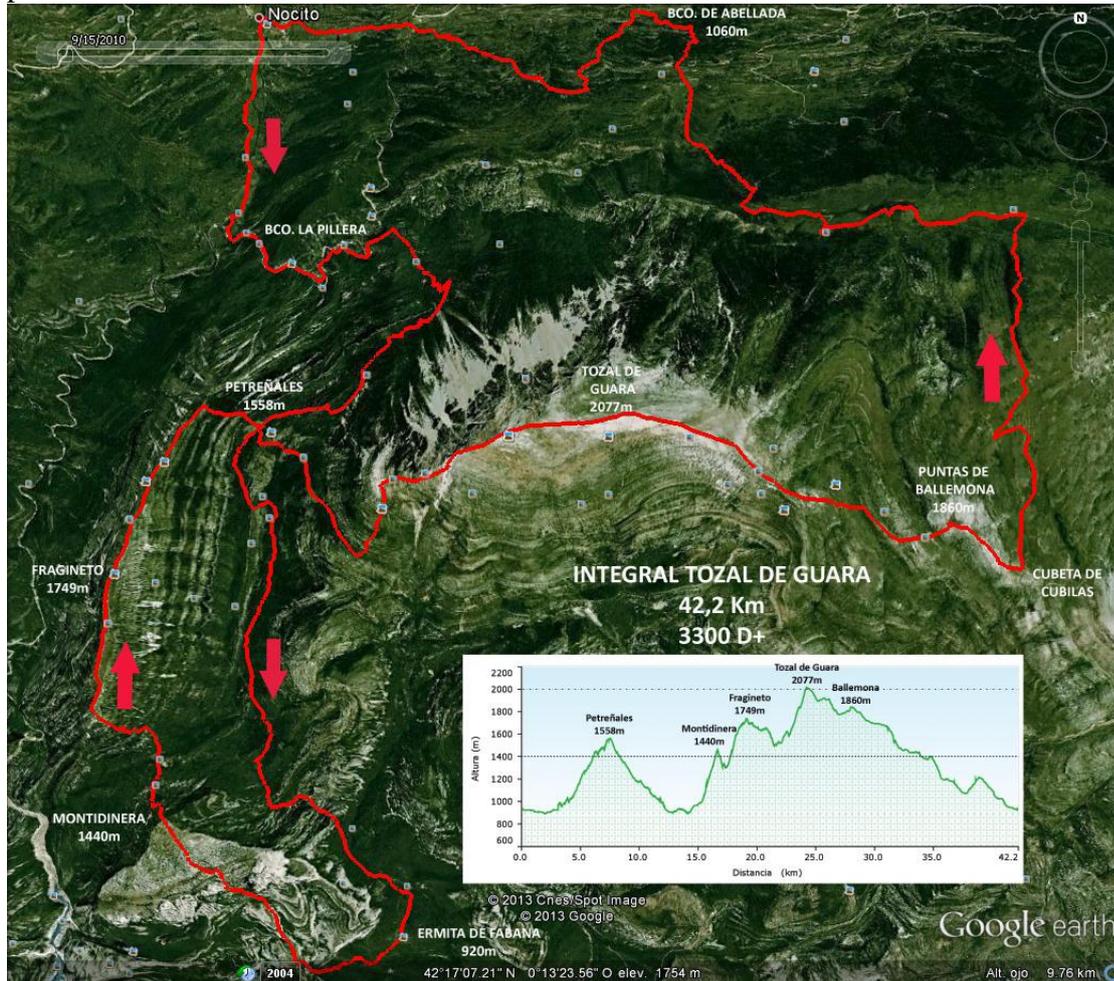
En todos los controles excepto el primero (Pillera), está previsto avituallamiento líquido (agua, isotónico). Además, en la cima y en los Fenales está previsto avituallamiento sólido (barritas, fruta).

Recorrido 2: 42,2 km, 3300 m de desnivel positivo acumulado (estimados)

Nocito – Barranco Abellada – Cañatas – Fuente Espátula – Collado Chemelosas – Collado Petreñales – Desvío FRaginetto/Ermita de Fabana -Collado Fraginetto - Fraginetto - Tozal Guara – Collado Este – Puntas de Ballemona - Cabezo? - Refugio Fenales – Can de Used – Barranco Abellada – Nocito

Este recorrido alternativo sería el elegido en caso de que el tramo del barranco de la Pillera y el de Calcón del recorrido 1 no fuesen practicables por crecida del río.

En caso de condiciones climatológicas muy adversas en la parte alta del recorrido, se podrían establecer recorridos alternativos más viables. La zona permite bastantes posibilidades.



Sistema de Comunicaciones

Todos los controles y grupos de socorro, remarcaje y cierre están equipados con transeceptores de radio portátiles de la banda de 2m, VHF, FM enlazados permanentemente con un terminal de radio base (redundante) en meta.

Reglamento

El reglamento de referencia será el Reglamento de Carreras por Montaña de la FEDME.

Inscripciones

Limitada a 300 corredores.

- Precios de Inscripción:

· 3ª INTEGRAL "TOZAL DE GUARA": 20€ federados FEDME / 25€ No federados FEDME

· 8ª CARRERA POR MONTAÑA "SUBIDA AL TOZAL DE GUARA": 15€ federados FEDME / 20€ No federados FEDME

· Precio de comida para los acompañantes: 10€

Medios de inscripción: formulario en página web o en las oficinas del Club.

Programa previsto

Día previo a la prueba

18h – 20h: entrega de acreditaciones

20h: charla técnica

Día de la prueba

7h - 8h: Dorsales y Charla técnica

8h00: Salida Integral

8h – 9h: entrega de acreditaciones

9h30: salida de la prueba

14h00: cierre de meta Tozal

17h00: cierre de meta Integral

Desde 14h los participantes podrán disfrutar de comida conforme lleguen a meta.

14h30: La entrega de trofeos

Categorías

Las definidas en el reglamento FEDME.

Servicios

Guardarropa.

Servicios y duchas al final de la prueba.

Asistencia sanitaria en meta y asistencia de urgencia por el recorrido.

Bolsa de corredor

Desayuno previo a la salida y comida al final de la prueba

Alojamientos en Nocito y alrededores: camping, albergues y viviendas de turismo rural. La organización dará detalles de los mismos en el tríptico informativo de la prueba.