

A photograph of a forest with a wooden bridge. The bridge is made of light-colored wood and spans across a stream. The forest is dense with tall, thin trees. A white rectangular box is overlaid on the center of the image, containing text. The text is in a clean, sans-serif font. The top line is in all caps and bold. The middle line is in a larger, bold, sans-serif font. The bottom line is in all caps and a smaller font size. The background is a lush green forest with sunlight filtering through the trees.

SAN MARTIN MONCAYO TRAIL 2024

LIBRO DE RUTA

SAN MARTIN DE LA VIRGEN DE MONCAYO (ZARAGOZA)



**MUCHAS
GRACIAS POR
PARTICIPAR EN
ESTA
AVENTURA.**

Gracias

EN ESTA GUIA QUEREMOS RESUMIR TODO AQUELLO QUE NECESITAS PARA PASAR UN FIN DE SEMANA INOLVIDABLE EN SAN MARTIN DE LA VIRGEN DE MONCAYO



VUELA A LA CALERA

DISTANCIA 12K Y +400 D



Puente sobre el río Huecha en la fuente de la Calera

CARRERA RAPIDA Y FRENETICA

La vuelta a la Calera es un recorrido apto para todos los públicos, que recorre el termino de San Martín y asciende a los 1000 metros en la zona de Agramonte. Sendas y pistas limpias que permiten disfrutar del paisaje que nos brinda el piedemonte del Moncayo con subidas y bajadas que hacen que el que quiera llevarse el triunfo sude la camiseta.

HAYEDO DE PEÑARROYA



Hayedo de Peñarroya . Parque Natural de Moncayo (Zaragoza)

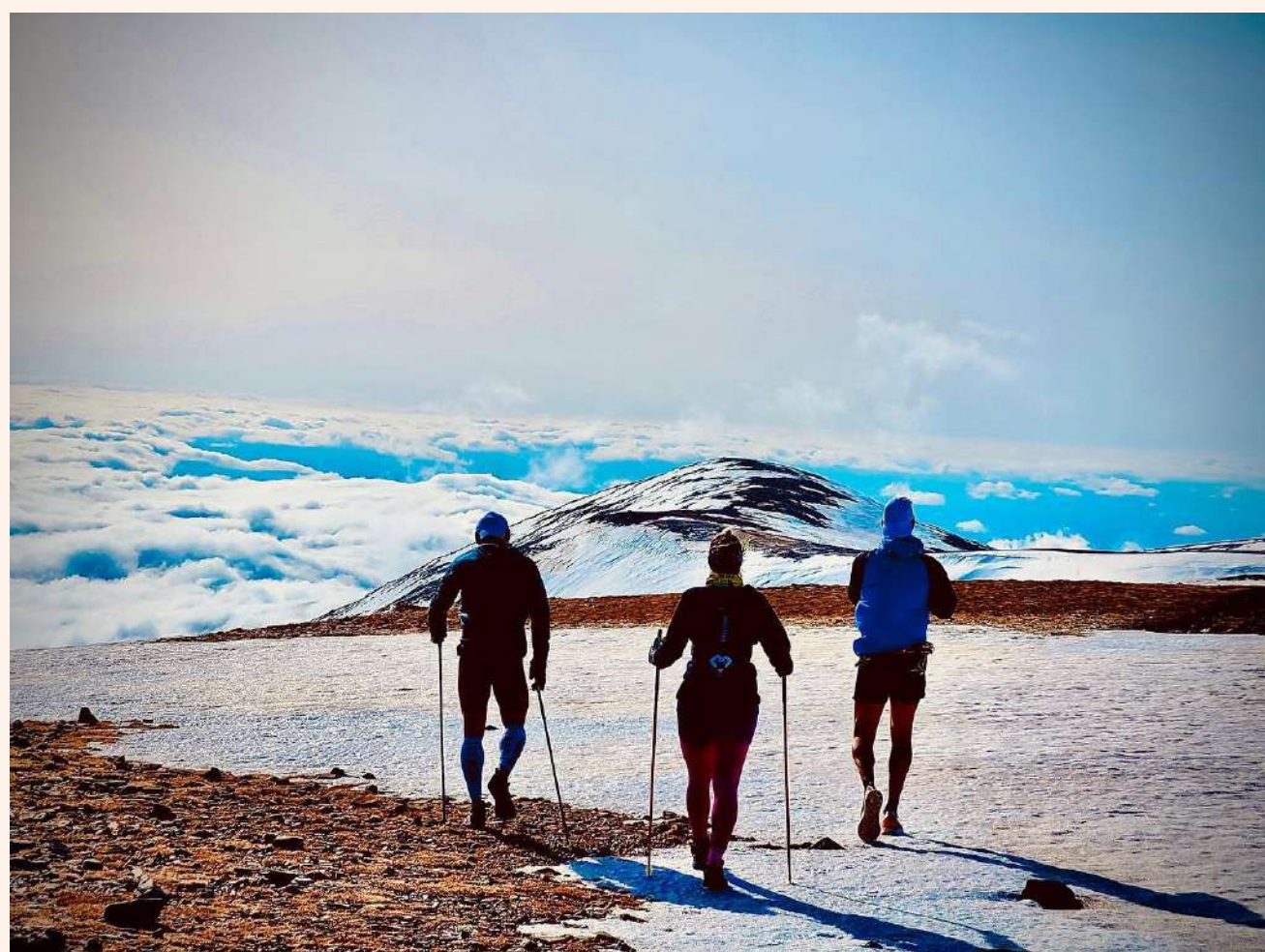
DISTANCIA 23K Y +900 D

ESPECTACULO PARA LO SENTIDOS

Hayedo de Peñarroya es una rapidísima media maratón de montaña que transcurre por el termino de San Martin y por el parque natural del Moncayo. Comparte la primera parte del trazado con la vuelta a la calera y se adentra con sendas entre abedules y hayas dando un toque de magia a esta carrera. Altura máx. unos 1400 mts en la zona del barranco de Castilla, limite con la prov, de Soria. Recomendacion....no te la puedes perder.

GRAN MARATON TRES PICOS

DISTANCIA 55 K Y +2900 D



ALCANZAR EL CIELO DE LA PROVINCIA DE ZARAGOZA

La Gran Maratón Tres Picos, es una carrera que por circunstancias ha ido creciendo desde la maratón de 43k a la prueba que presentamos ahora. Esta distancia tiene como altura máx.. la cumbre del Moncayo con +2315 m y tiene una carácter épico dada los cambios climatológicos con que nos sorprende el Moncayo de vez en cuando. Carrera espectacular, preciosas bajadas, dificultosas subidas y un paisaje para enmarcar...que mas se le puede pedir....

MATERIA OBLIGATORIO 55K

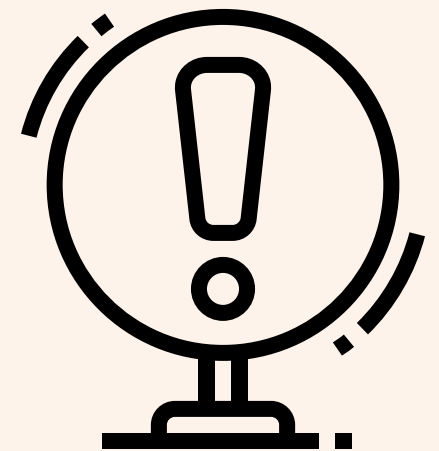
- Dorsal y pulsera identificativa (entregados por la organización).
- Imperdibles o sistema de sujeción del dorsal.
- Manta térmica de supervivencia (mínimo de 140 x 200 mm).
- Calzado y vestimenta adecuados.
- Chaqueta con capucha y manga larga impermeable y transpirable y con costuras termo selladas (aconsejado 10.000 Schmerber y RET inferior a 13).
- Pantalón o mallas largas, por debajo de la rodilla (obligatorio cargarlos; no correr con ellos si no se quiere). (NO perneras.)
- Camiseta térmica de manga larga con peso mínimo de 180g (NO manguitos).



- Guantes largos (con dedos). (NO mitones ni guantes de látex).
- Gorra o buff (para proteger del sol).
- Comida con nº de dorsal marcado en los envoltorios.
- Sistema hidratación (mínimo 1 litro).
- Vaso u otro recipiente reutilizable de 15 cl. mínimo para los avituallamientos.
- Silbato
- Linterna frontal.
- Venda elástica vendaje/tapping.
- Teléfono móvil con el número de la organización guardado y batería cargada.
- Cubre pantalón impermeable (lo decidirá la organización en función de la meteo prevista y se comunicará).

Material recomendado

- Camiseta y calcetines de recambio.
- Crema solar y vaselina o crema anti-rozamientos.
- Reloj con altímetro.
- GPS
- Gafas de sol.
- Mochila
- Botiquín.
- Bastones
- Gorro (para proteger del frío).

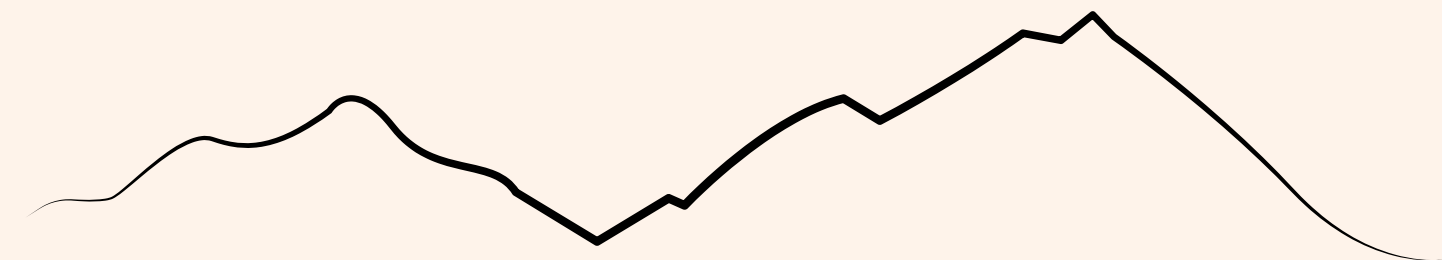


MATERIAL OBLIGATORIO 23K

- Dorsal y pulsera identificativa (entregados por la organización).
- Imperdibles o sistema de sujeción del dorsal.
- Manta térmica de supervivencia (mínimo de 140 x 200 mm).
- Calzado y vestimenta adecuados.
- Chaqueta cortavientos
- Comida con nº de dorsal marcado en los envoltorios.
- Sistema hidratación (mínimo 1 litro).
- Vaso u otro recipiente reutilizable de 15 cl. mínimo para los avituallamientos.
- Teléfono móvil con el número de la organización guardado y batería cargada.

MATERIAL OBLIGATORIO 12K

- Dorsal y pulsera identificativa (entregados por la organización).
- Imperdibles o sistema de sujeción del dorsal.
- Calzado y vestimenta adecuados.
- Comida con nº de dorsal marcado en los envoltorios.
- Vaso u otro recipiente reutilizable de 15 cl. mínimo para los avituallamientos.



HORARIOS

VIERNES 20 DE SEPTIEMBRE

18:00H A 20:00 H ENTREGA DE DORSALES DE LAS TRES PRUEBAS

19:30H CHARLAS TÉCNICAS DE TODAS LAS PRUEBAS. LOCAL MUSEO MICOLOGICO.

SABADO 21 DE SEPTIEMBRE

04:30 A 5:45 ENTREGA DORSALES GRAN MARATON TRES PICOS 55K.

5:15 APERTURA DEL BOX PARA REVISION DE MATERIAL.

6:00H SALIDA GRAN MARATON TRES PICOS.

7:00H A 20:45H ENTREGA DORSALES HAYEDO PEÑARROYA 23K Y VUELTA A LA CALERA 12K

08:30H APERTURA BOX PARA REVISION DE MATERIAL.

9:00 H SALIDA HAYEDO DE PEÑARROYA.

9:00H A 9:45H ENTREGA DE DORSALES VUELTA A LA CALERA 12K Y TRAIL KIDS

10:00H SALIDA VUELTA A LA CALERA 12K

10:15 H SALIDA TRAIL KIDS.

11:00H HORA ESTIMADA DE LLEGADA A META DE LOS PRIMEROS CORREDORES DE HAYEDO PEÑARROYA Y VUELTA A LA CALERA

13:00H HORA ESTIMADA DE LLEGADA A META DE LOS PRIMEROS CORREDORES DE GRAN MARATON TRES PICOS 55K.

14:00H COMIDA POPULAR

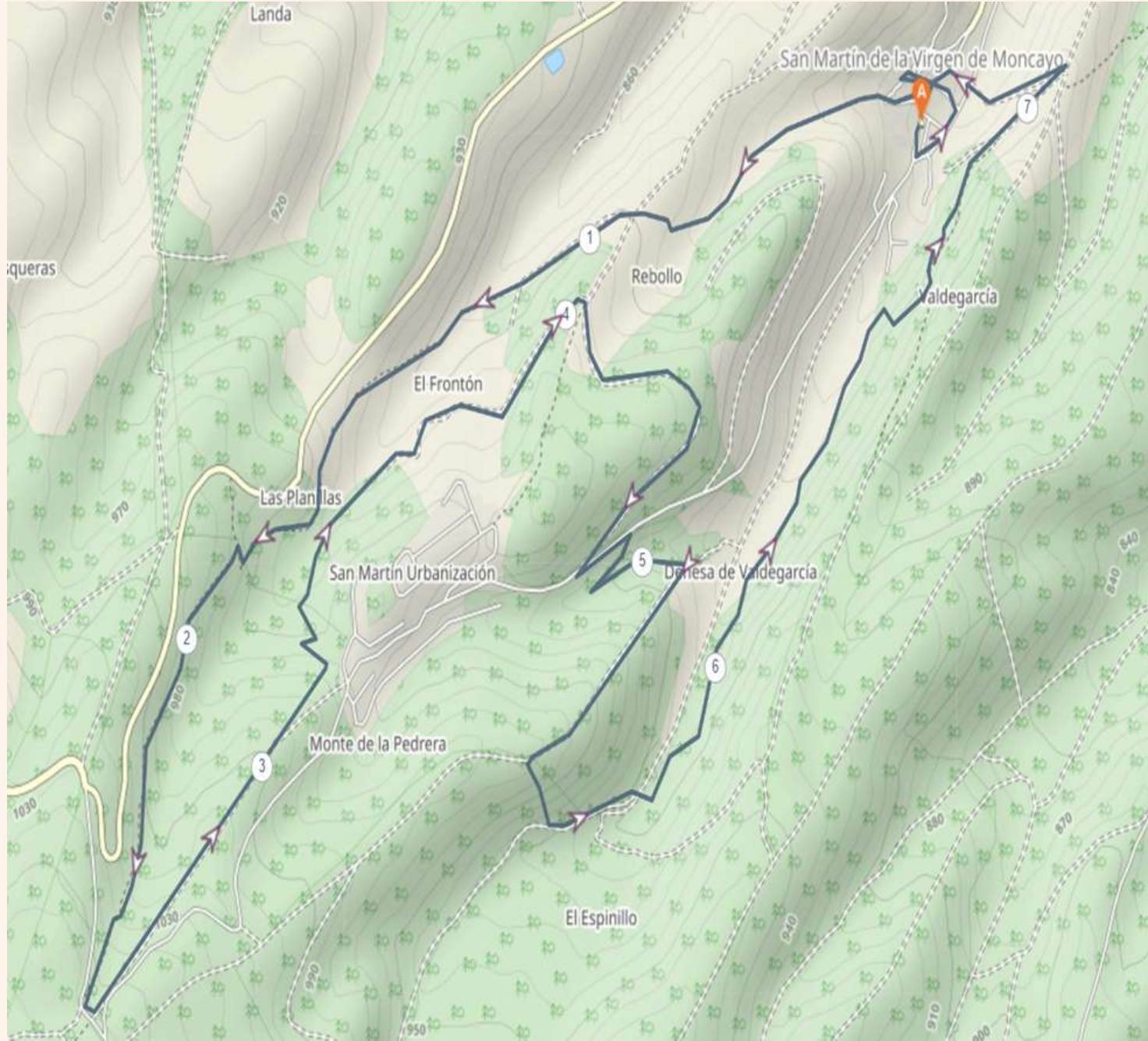
14:30 ENTREGA DE TROFEOS

16:000 HORA ESTIMADA DE LLEGADA DE LOS ESCOBAS DE LA GRAN MARATON TRES PICOS A META...COMIENZA LA FIESTA.

17:00 TARDEO COPERU PARA COMENTAR LOS AVATARES DE LA CARRERA CON NUESTRO DJ RESINDENTE A LOS MANDOS.



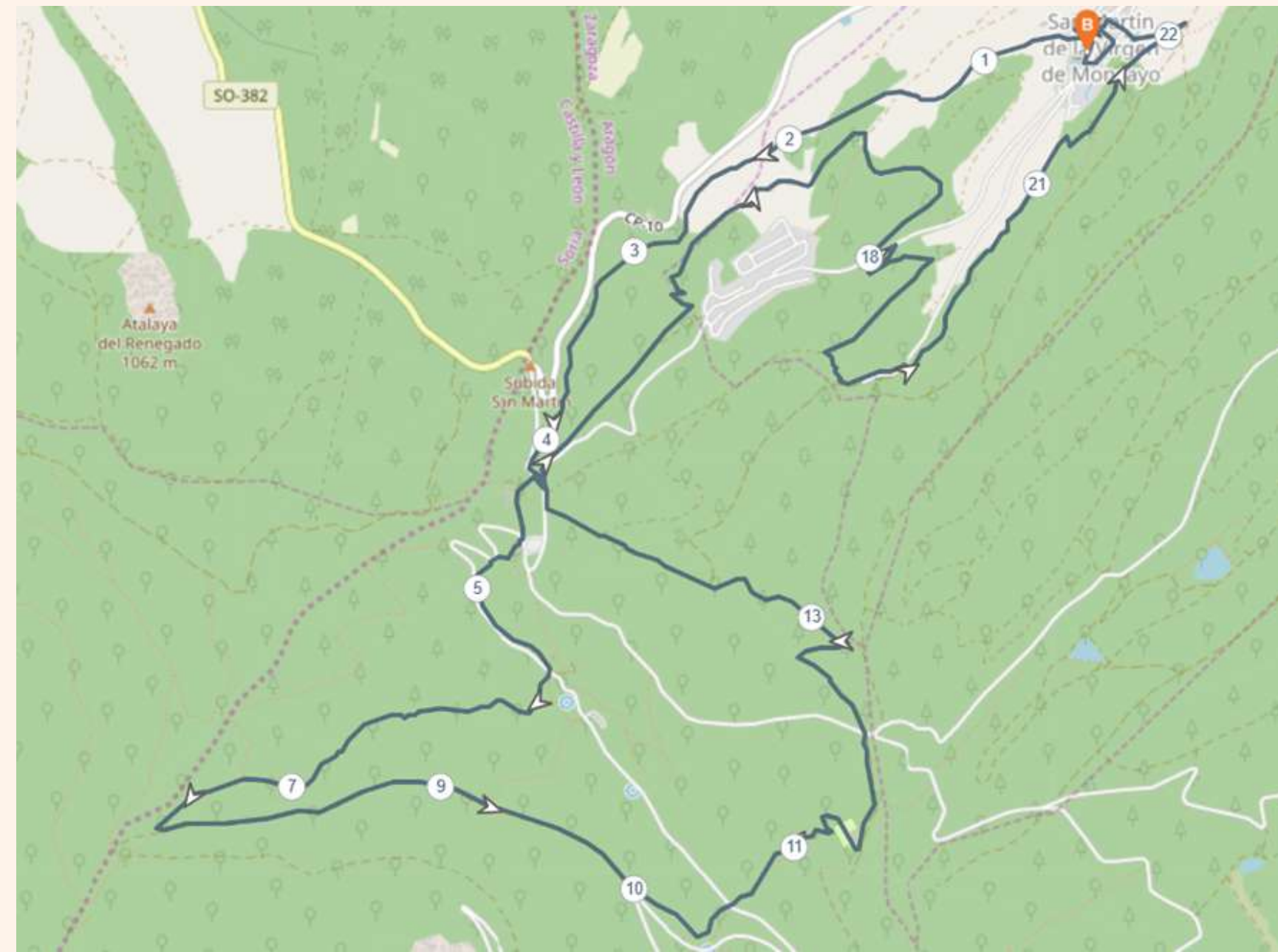
VUELTA A LA CALERA 12K



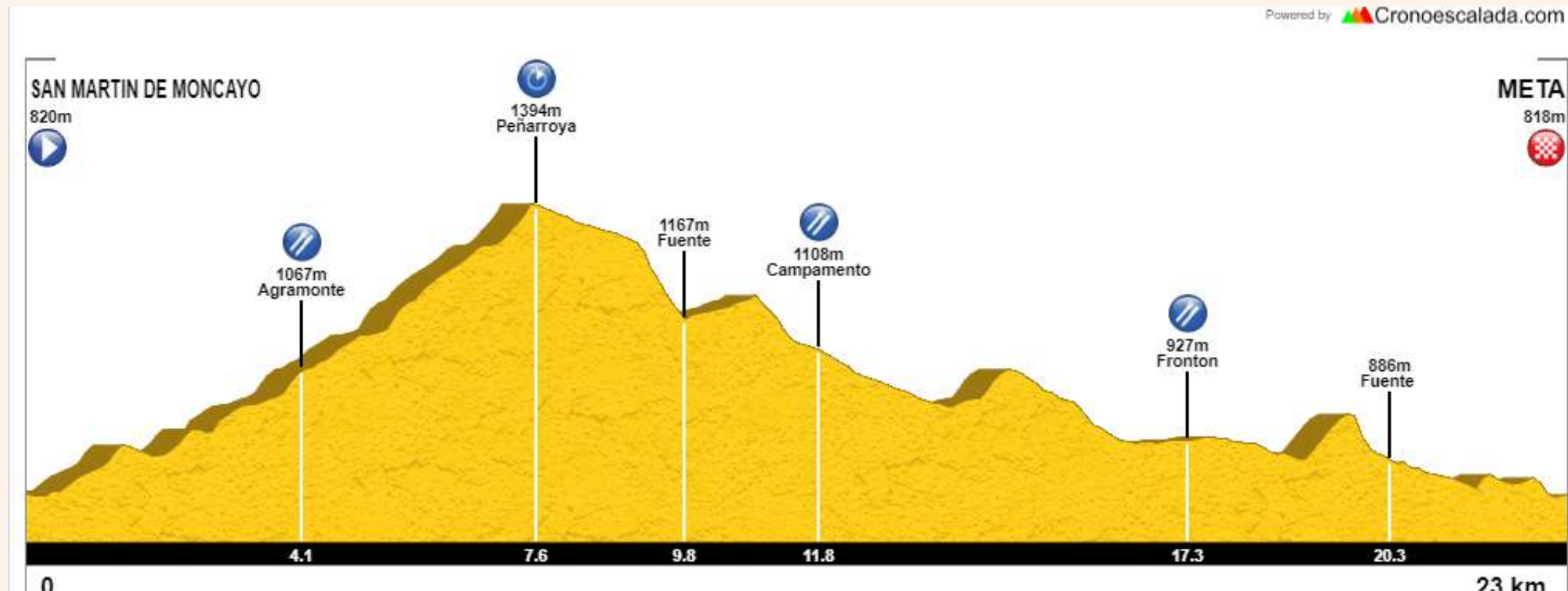
Perfil Longitudinal Vuelta a la Calera



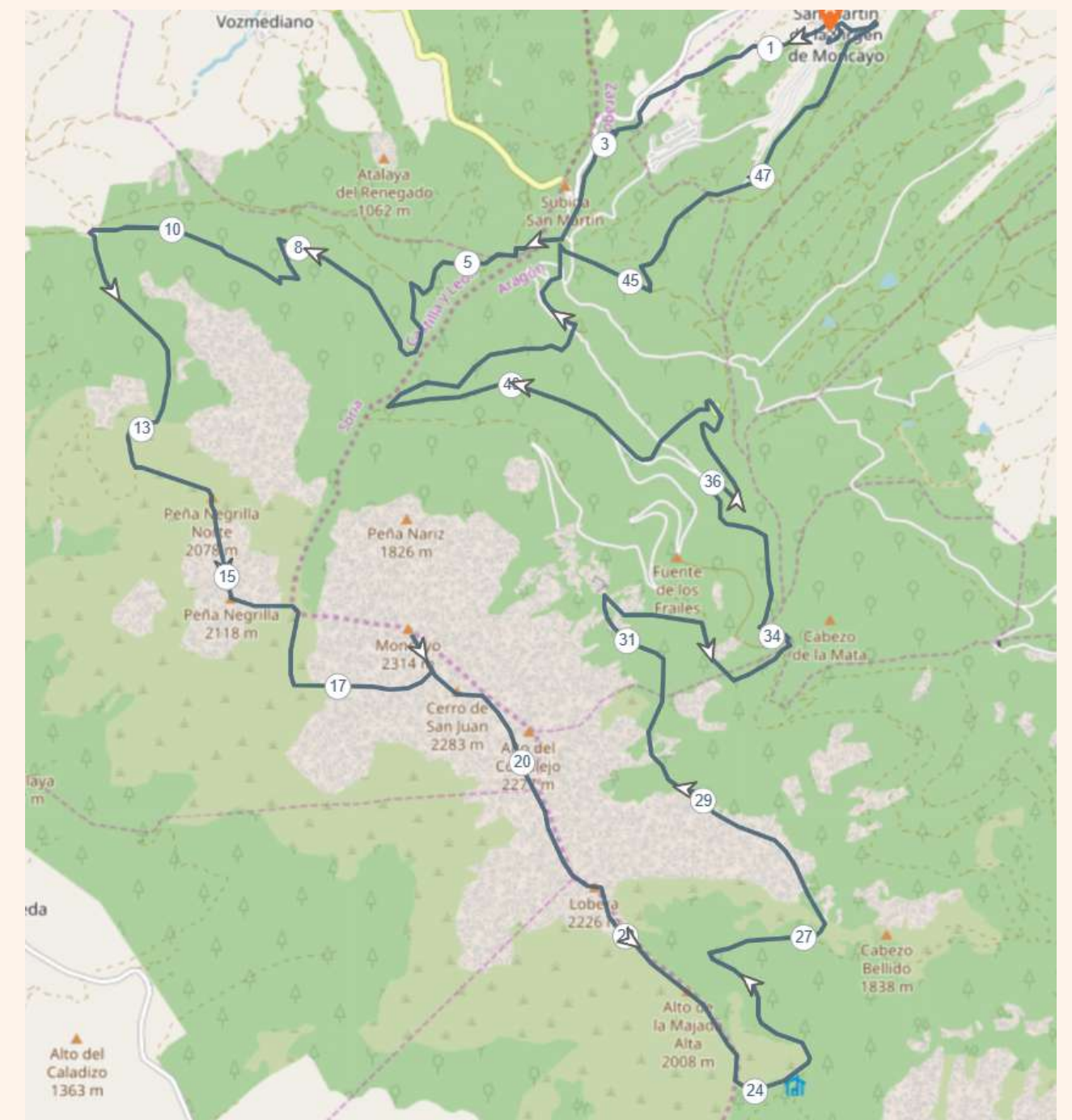
HAYEDO PEÑARROYA 23K



Perfil Longitudinal Hayedo Peñarroya 23K



GRAN MARATON TRES PICOS 55K



Perfil Longitudinal Gran Maratón Tres Picos





Informacion importante



RESTAURANTE LA FLOR

Comida tradicional para reponer energias antes y despues de la carrera.
TLF RESERVAS: 976 19 20 28



CARNICERIA MARIA ANGELES GARCÍA

Las mejores carnes y embutidos artesanos de toda la comarca del Moncayo



BAR LOS TEJARES

Situado en Santa Cruz, los mejores almuerzos reponedores de la zona...



HOSTAL SANTA AGUEDA

A pocos km de San Martin, un lujo dentro de la ciudad mudejar de Tarazona (descuento para corredores)



III Edicion 2023

SPORT HG es una tienda en línea de ropa deportiva y técnica. Ofrecen una amplia variedad de productos de alta calidad para hombres y mujeres, incluyendo camisetas, mallas, sudaderas, y más. Puedes encontrar su colección de invierno en su sitio web 1. También ofrecen una colección de alta gama llamada TECH-CARBONO para los más exigentes 1.



II Edicion 2022

sporthg.com

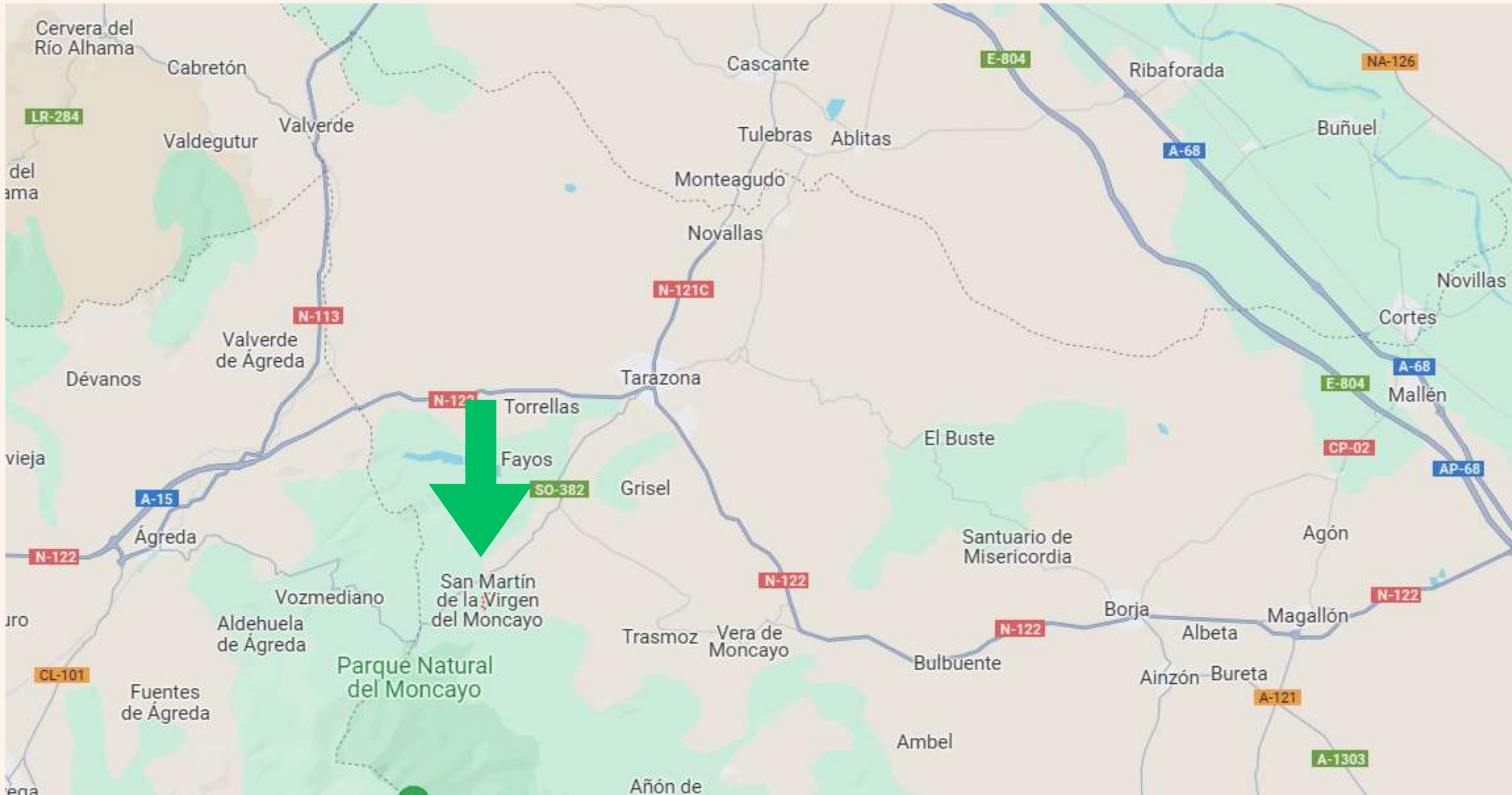
¿ proximo diseño?



II Edicion 2022



I Edicion 2021



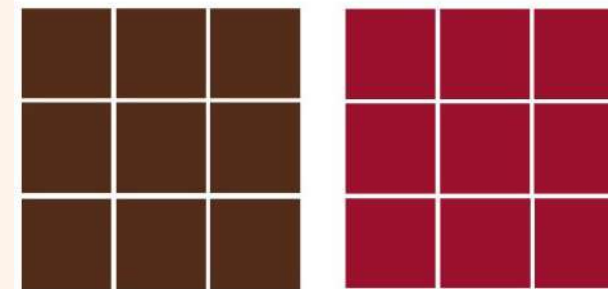
¿ Donde estamos?

Ubicacion

PATROCINADORES Y COLABORADORES



DISTRIBUCIONES



Jose Manuel Morales

