



# GRAN FONDO CUENCA DEL LAGO RANCO 2023

Manual del Ciclista

# DESCRIPCIÓN

- Este Domingo 26 de marzo se viene la primera edición del Gran fondo cuenca del lago Ranco y para conocer todo acerca de la carrera, los organizadores de la carrera diseñaron el Manual del Ciclista con toda la información que necesitas saber si vas a competir.
- El manual contiene todo el recorrido y los horarios de las dos distancias en competencia que serán los 133 y los 80 km que bordearán la cuenca del Lago Ranco, (Región de Los Ríos) y que pasarán por otras comunas del sur del país.
- Podrás conocer todo sobre el kit de competencia de la carrera, el lugar donde empieza el evento, te contarán todo sobre el circuito los días previos, la temperatura de ese día y más. Una parte importante de este Manual del Ciclista es que presentan los 9 puntos clave previos a la carrera que no te puedes perder.

# PROGRAMA GRAN FONDO CUENCA DEL LAGO RANCO

Martes 21 al Viernes 24: Entrega de kit Tienda Biela, Santiago (Av. Luis Thayer Ojeda 0191, oficina en el piso 1206) de 11:00 am a las 19:00 hrs

Sábado 25: Entrega de Kit de competencia comuna de Futrono (12 hrs a las 18:00 hrs)

Domingo 26:

- Apertura de encajonamiento corredores (6:30 – 7:45 am)
- Foto oficial “Gran Fondo Cuenca del Lago Ranco” (7:50 am)
- Inicio / Partida “Gran Fondo Cuenca del Lago Ranco” (8:00 am)

# PROGRAMA GRAN FONDO CUENCA DEL LAGO RANCO

Domingo 26:

- Premiación clasificación general y categorías (16:00 hrs)
- Finalización y cierre de actividades

# DESCUBRE EL CIRCUITO

- Kilómetros a recorrer: 132.99 km
- Desnivel Positivo: 1.868
- Punto de Partida: Costado de Servicentro Petrobras
- Meta: Frontis Ilustre Municipalidad de Futrono

Colocar imagen del circuito y desnivel

# DETALLE DE CATEGORÍAS Y PREMIACIÓN

- **CATEGORIAS:**
- **DAMAS Y VARONES**
- 18 A 29 AÑOS
- 30 A 39 AÑOS
- 40 A 49 AÑOS
- 50 A 59 AÑOS
- 60 Y MAS

## **PREMIACION GENERAL INDIVIDUAL**

- Al corredor que cruce primero la meta (**Premio especial**) y medalla de **Finisher** para todos los corredores y los primeros 3 lugares de cada categoría

# REGLAMENTO DE LA CARRERA

- **Te recomendamos leer detenidamente cada punto del reglamento.**

1. En la entrega de kit se exigirá la presentación del Certificado Médico que acredite estar en condiciones de realizar actividad física, junto con la cédula de identidad del corredor.

2. El corredor debe usar durante la carrera su casco, el número en su bicicleta y el chip entregado en su kit. Deberá mantener en todo momento una actitud respetuosa y cordial con el staff de la competencia

# REGLAMENTO DE LA CARRERA

3. La organización contará con servicio de staff médico, ambulancias, automóviles de seguridad y vehículo escoba de la organización.

4. En caso de presentarse averías y/o problemas mecánicos durante la prueba, la organización no se hará responsable, por lo que cada participante deberá ser autosuficiente una vez largada la carrera y llevar consigo un kit de reparaciones para la bicicleta que puede incluir bombín, repuestos para pinchaduras y otros repuestos necesarios. No obstante, existirán autos de apoyo mecánico que podrán asesorar a uno o un grupo de corredores.



# REGLAMENTO DE LA CARRERA

5. Será obligatoria la autosuficiencia en relación a la hidratación y alimento. No obstante, la organización dispondrá de lugares establecidos (avituallamientos) para reponer líquido hidratante, agua y/o alimentos.

6. **Gran Fondo cuenca del lago Ranco** es una carrera de ciclismo exigente, por lo que es fundamental la preparación deportiva para esta prueba. Cada participante debe tener en consideración si está en condiciones de soportar dicho nivel de intensidad. Es **IMPORTANTE** que posea los conocimientos básicos para pedalear en grupo, estudiar las condiciones climáticas previas a la carrera y los detalles de cada recorrido.

# REGLAMENTO DE LA CARRERA

7. Ante cualquier duda, pregunta y/o consulta la organización dispondrá de personal encargado de la seguridad, debidamente identificable. La organización no es responsable por robos, hurtos o extravíos de bicicletas y demás objetos personales de los participantes. Como organización se dispondrá de un espacio especialmente habilitado para el uso de estacionamiento.
8. La inscripción es intransferible y no se hará devolución de dinero a quienes por alguna razón (viajes, turnos de trabajo, accidentes y otros) no puedan participar de la competencia y ya estén inscritos. Solo se devuelve el dinero si existe cambio de fecha o si la organización decide suspender el evento.
9. Los participantes no podrán buscar atajos ni cambiar, sustituir, o sacar las indicaciones y deberán en todo momento respetar las instrucciones de seguridad que le imparta Carabineros de Chile.

# REGLAMENTO DE LA CARRERA

10. No se permitirá el ingreso de automóviles externos a la organización. Entre el líder de carrera y el último participante, existirán autos y motociclistas de la organización debidamente señalados, los que acompañarán a los ciclistas durante el evento, además de la seguridad de carabineros; por lo que los demás autos deberán partir antes de la largada a tomar ubicaciones en ruta (al costado de la ruta detenidos) o bien luego de que hayan partido todos los participantes.

11. La "Gran fondo Cuenca del Lago Ranco tendrá lugar por carreteras y caminos abiertos, tránsito parcial y/o cerrados al tráfico vehicular, la ruta tendrá las indicaciones para indicar su recorrido a los ciclistas.

# TIENDA OFICIAL DEL EVENTO “TIENDA BIELA”

colocar info de la tienda y fotos de los productos que ofrecen.