

Maratón Subbético Mozárabe – 13 Mayo 2023 – Guía del participante



MARATÓN SUBBÉTICO MOZÁRABE

Encinas Reales - Lucena - Cabra - Doña Mencía

50k Encinas Reales - Lucena - Cabra - Doña Mencía

13/05/23

INDIVIDUAL O POR RELEVOS DE 3

Desnivel **620+/480-**

Encinas Reales - Lucena **21k**

Lucena - Cabra **13k**

Cabra - Doña Mencía **16k**

A FAVOR DE



PRUEBA FEDERADA



FEDERACIÓN ANDALUZA DE DEPORTES DE
MONTAÑA, ESCALADA Y SENDERISMO

RADIO OFICIAL

SER
Radio Córdoba



Grupo de Desarrollo Rural Subbética

runningseries.es

Subbética
Centro de Andalucía



Subbética
Centro de Andalucía



Maratón Subbético Mozárabe

Encinas Reales | Lucena | Cabra | Doña Mencía

<https://runningseries.es/maratonsubbeticomozarabe>

50K por la ruta del Camino Mozárabe desde Encinas Reales a Doña Mencía pasando por las localidades de Lucena y Cabra.

Datos básicos

- Fecha: **Sábado 13 de Mayo 2023**
- Salida en Encinas Reales a las 8:30h
- Meta en Doña Mencía hasta las 16:30h
- Distancia 50.5K
- Desnivel 650+/500-
- Tipo de terreno: Pista rural, Camino rural, Asfalto
- Tiempo límite 8 horas (9:36 min/km de media)
- Mapa de la carrera en Google Maps con todos los puntos:
<https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1npcHRcx4KwpALtnpNaJHoFVSyPKDAws&usp=sharing>

Recogida de dorsales

- Fecha: **Jueves 11 de mayo 2023**
 - Tienda **Saltamontes** (Córdoba)
 - Av. Equipo Cincuenta y Siete, S/N, 14001 Córdoba
 - Google Maps: <https://goo.gl/maps/3EhJge6i9AwHwNEx5>
 - Hora: **18:30 – 20:30**
- Fecha: **Viernes 12 de mayo 2023**
 - **Albergue Municipal de Encinas Reales**
 - Calle Jesus de las Penas, 1, 14913 Encinas Reales, Córdoba
 - Google Maps: <https://goo.gl/maps/zeXfT9GmZQgKDcLHA>
 - Hora: **19:30 – 21:00**
- Fecha: **Sábado 13 de mayo 2023**
 - **Albergue Municipal de Encinas Reales**
 - Calle Jesus de las Penas, 1, 14913 Encinas Reales, Córdoba
 - Google Maps: <https://goo.gl/maps/zeXfT9GmZQgKDcLHA>
 - Hora: **7:30 – 8:15**

Maratón Subbético Mozárabe – 13 Mayo 2023 – Guía del participante

Autobús de salida

El autobús saldrá de Doña Mencía (localidad de meta) y llegará a Encinas Reales (localidad de salida). Este servicio es extra y estaba disponible en la inscripción. En caso de no haberlo seleccionado pero está interesad@ contacte con nosotros rsrunningseries@gmail.com

- Fecha: Sábado **13 de Mayo 2023** a las **7:00 h**
- Lugar: Aparcamiento público de Ronda de Povedano (**Doña Mencía**)
- Google Maps: <https://goo.gl/maps/fvNW3koNSc6jZY2Y7>

Avituallamientos

No habrá vasos desechables. Hay que utilizar recipiente(s) que obligatoriamente tenéis que llevar con capacidad al menos de 1 litro

- Avituallamiento 1 – **Km 7** – Sólo agua
 - CV-168 ([Google Maps](#))
- Avituallamiento 2 – **Km 11** – Sólido y líquido
 - Área de descanso del peregrino ([Google Maps](#))
- Avituallamiento 3 – **Km 16** – Sólido y líquido
 - Puente inferior A-45 ([Google Maps](#))
- Avituallamiento 4 – **Km 23** – Sólido y líquido
 - Polígonos Los Santos con la Vía Verde a la altura de la Asociación El Sauce de Lucena ([Google Maps](#))
- Avituallamiento 5 – **Km 26.5** – Sólo agua
 - Vía Verde Lucena cruce con ComaFerr ([Google Maps](#))
- Avituallamiento 6 – **Km 33** – Sólido y líquido
 - Cruce Vía Verde con CO-6213 ([Google Maps](#))
- Avituallamiento 7 – **Km 37** – Sólido y líquido
 - Antigua Estación Vía Verde Cabra ([Google Maps](#))
- Avituallamiento 8 – **Km 43** – Sólido y líquido
 - Cruce Vía Verde con CO-6211 ([Google Maps](#))
- Avituallamiento 9 – **Km 47** – Sólo Agua
 - Centro Inf. cicloturística Doña Mencía ([Google Maps](#))
- Avituallamiento 10 – **Km 50** – Sólido y líquido
 - Meta, Doña Mencía ([Google Maps](#))

Los participantes podrán ser avituallados externamente en los puntos oficiales, pero no fuera de ellos.

Los participantes, podrían hacer uso de los establecimientos de las localidades de paso por sus propios medios.

Maratón Subbético Mozárabe – 13 Mayo 2023 – Guía del participante

Servicio de Guardarropa

En la zona de salida (7:30 a 8:15) se habilitará la recogida de una bolsa por participante que será llevada hasta la zona de meta. La bolsa será identificada por el número de dorsal del participante.

Servicio de Ducha

Desde las 11:00h podrá utilizar servicio de ducha instalado en el Pabellón Municipal de Deportes “Alcalde Julio Priego” de Doña Mencía. Se encuentra a 700m de la meta. Glorieta de la Igualdad, 1, 14860 Doña Mencía, Córdoba ([Google Maps](#))

Orientación / Señales / Balizas

La carrera está catalogada como **semi-autosuficiencia**

El participante **deberá cargar el track** que la organización enviará a l@s inscrit@s en la prueba en algún dispositivo que le ayude durante su recorrido (**reloj, móvil, GPS de mano...**)

Por norma general, no habrá balizas propias para la carrera. Durante el recorrido habrá que seguir las **señales permanentes** del Camino Mozárabe de Santiago como son:

- Flechas amarillas (seguir la dirección de la flecha)
- Cruces “X” amarillas (no tomar la dirección)
- Vieiras (Conchas) indicativo que es parte del Camino
- Carteles informativos indicativo que es parte del Camino

Hay algún **tramo que no transcurrirá por la parte del Camino Mozárabe** y, por tanto, se pondrán **balizas, conos, señales y/o voluntari@s** que **ayuden** en la guía del camino correcto.

Igualmente, en el **paso urbano por las localidades**, se reforzará el recorrido con algún tramo de **balizas, conos, señales y/o voluntari@s**.

Maratón Subbético Mozárabe – 13 Mayo 2023 – Guía del participante

Desde que el recorrido entra en la Vía Verde del Aceite antes de llegar a Lucena, hasta prácticamente 1 km antes de meta en Doña Mencía no se abandonará la Vía Verde, con lo cuál no hay riesgo de pérdida. Si hay que tener precaución ya que se **la Vía Verde tiene varios cruces con carreteras al mismo nivel**. Estos cruces estarán supervisados por voluntari@s para extremar la precaución. Por favor, antes de cruzar la carretera, seguid **indicaciones de l@s voluntari@s en primer lugar**, y luego, **comprobad por vosotr@s mism@s que no hay peligro en el cruce mirando a ambos lados de la carretera**.

Recordamos que es obligatorio el uso de la APP que se enviará a l@s inscrit@s para el control de participantes durante todo el recorrido.

Igualmente, se recuerda que el participante tiene que grabar su recorrido en GPS en caso de ser requerido por el árbitro o delegados como prueba de su carrera. (**reloj, móvil, Strava, GPS de mano...**)

Maratón Subbético Mozárabe – 13 Mayo 2023 – Guía del participante

Modalidades

Individual

- Salida Km 0
 - Lugar: Parque Ermita del Calvario (junto Albergue Municipal) de Encinas Reales ([Google Maps](#))
 - Hora: Sábado 13 de Mayo 2023 a las **8:30h**. La salida será **NEUTRALIZADA** durante 1.5 Km que transcurre por la localidad.

- Control Lucena Km 23
 - Hora **corte**: Sábado 13 de Mayo 2023 a las **12:05h**

- Control Cabra Km 37
 - Hora **corte**: Sábado 13 de Mayo 2023 a las **14:30h**

- Control Doña Mencía Km 49
 - Hora corte: Sábado 13 de Mayo 2023 a las **16:20h**

- Meta Km 50
 - Lugar: Av Dr. Fleming (Doña Mencía) ([Google Maps](#))
 - Hora: Sábado 13 de Mayo 2023 a las **16:30h**

Maratón Subbético Mozárabe – 13 Mayo 2023 – Guía del participante

Relevos

- **Relevo 1: Encinas Reales - Lucena (21K) Participante #1**
 - Salida
 - Lugar: Parque Ermita del Calvario (junto Albergue Municipal) de Encinas Reales ([Google Maps](#))
 - Hora: Sábado 13 de Mayo 2023 a las **8:30h**. La salida será **NEUTRALIZADA** durante 1.5 Km que transcurre por la localidad.
 - Cambio de relevo:
 - Lugar: Pol. Los Santos con la Vía Verde a la altura de la Asociación El Sauce de Lucena ([Google Maps](#))
 - Hora **corte**: Sábado 13 de Mayo 2023 a las **12:05h**
- **Relevo 2: Lucena – Cabra (13K) Participante #2**
 - Salida
 - Lugar: Pol. Los Santos con la Vía Verde a la altura de la Asociación El Sauce de Lucena ([Google Maps](#))
 - Hora **corte**: Sábado 13 de Mayo 2023 a las **12:05h**
 - Cambio de relevo:
 - Lugar: Estación Vía Verde de Cabra ([Google Maps](#))
 - Hora **corte**: Sábado 13 de Mayo 2023 a las **14:30h**
- **Relevo 3: Cabra – Doña Mencía (15K) Participante #3**
 - Salida
 - Lugar: Estación Vía Verde de Cabra ([Google Maps](#))
 - Hora **corte**: Sábado 13 de Mayo 2023 a las **14:30h**
 - Cambio de relevo:
 - Lugar: Vía Verde (Doña Mencía) ([Google Maps](#))
 - Hora corte: Sábado 13 de Mayo 2023 a las **16:20h**
- **Relevo 4: Último kilómetro TODOS EL EQUIPO JUNTO**
 - Salida
 - Lugar: Vía Verde (Doña Mencía) ([Google Maps](#))
 - Hora corte: Sábado 13 de Mayo 2023 a las
 - Meta:
 - Lugar: Av Dr. Fleming (Doña Mencía) ([Google Maps](#))
 - Hora corte: Sábado 13 de Mayo 2023 a las

Maratón Subbético Mozárabe – 13 Mayo 2023 – Guía del participante

Premios

El acto de premios comenzará a las **15:00h** en la zona de meta.

- Individual M
- Individual F
- Categorías
 - Juvenil (14K)
 - Junior (14K)
 - Discapacidad (14K)
 - Discapacidad (50K)
 - Promesa
 - Senior
 - Veteran@ A
 - Veteran@ B
 - Veteran@ C
- Relevo Masculino
- Relevo Femenino
- Relevo Mixto
- Relevo Discapacidad

Concierto

Habrá grupo de música en directo en la zona de meta. El primer pase será de **14:30h a 15:00h**

El segundo pase será de **15:10h a 15:30h**

Arroz

En la zona de meta habrá arroz. Se comenzará a servir a las **14:30h**

Sorteos

Se realizarán diversos sorteos mediante redes sociales de 1 a 3 días después de la prueba.

Federación

Prueba avalada dentro del calendario de la Federación Andaluza de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo

Maratón Subbético Mozárabe – 13 Mayo 2023 – Guía del participante

Solidaridad

Prueba a favor de la asociación TDAH Córdoba tdahcordoba.es colaborando económicamente y en divulgación/difusión.

Puntos clave del reglamento

Carrera en semiautosuficiencia y tráfico abierto

- Las balizas serán las propias señales del Camino Mozárabe que están permanentes durante su recorrido durante todo el año
 - Flechas amarillas
 - Cruces amarillos
 - Señales verticales informativas
 - Carteles informativos
 - Hitos/piedras
- La organización sólo pondrá señales / conos en los tramos urbanos y/o tramos fuera del Camino Mozárabe oficial
- Cada participante tendrá que llevar recipiente(s) para líquido con al menos 1 litro de capacidad en total
- Será obligatorio el uso de la APP oficial de la prueba para el control de los participantes en tiempo real
- Será obligatorio el uso de algún método de grabación GPS a modo de justificante
 - App móvil tipo Strava
 - Reloj GPS
 - Dispositivo GPS de mano
- El tráfico estará abierto durante el recorrido. Habrá personal habilitado en los puntos de riesgo y cruces de carretera a mismo nivel.
- El participante tendrá la obligación de cumplir con las normas de seguridad civil, vial y sanitarias en todo momento.
- La mayor parte del recorrido transcurre por camino y entorno rural. El participante tendrá la obligación de cumplir con las normas de medio ambiente.
- El desplazamiento de los componentes de cada equipo de relevos corre a cargo del mismo equipo. La organización no se hace cargo de estos desplazamientos