

Desenvolvemento da marcha

Os participantes inscritos deberán presentarse na Praza do Obradoiro ás 8:30 horas do sábado 8 de maio de 2010.

Ás 8:45 horas sortearase entre os participantes os regalos que distintas empresas aportaron para este fin.

Os participantes que o desexen poderán entregar á organización un paquete ou mochila coa roupa para cambiarse ó rematar a proba. Este paquete deberá estar identificado por fóra co nome do seu propietario, e cando se lle entregue o dorsal de participación, tamén debe apuntalo.

Os paquetes serán transportados ó punto de finalización da ruta (Polideportivo Rosalía de Castro), que estará aberto desde as 16:00 horas. Ás 9:00 horas darase a saída da marcha.

A saída urbana da marcha estará encabezada por guías do Club Deportivo Fontiñas, que non deberán ser adiantados ata que estes o indiquen, que será na Carballeira de San Lourenzo. A ruta estará sinalizada e asistida pola Policía Local e por membros do Club Deportivo Fontiñas.

No caso de producirse abandonos, pódense realizar nos puntos de control e avituallamento que a continuación se describen. En caso de emerxencias noutros lugares, contactar cun dos teléfonos seguintes:

649 264 082 - 649 592 860 - 649 454 491 ou 112 (emerxencias)

Recoméndase ós participantes levar consigo un teléfono móbil activo.

Puntos de control e avituallamento

SAIDA

- 10 km**
 - ! En Bargo.
 - ! Aberto de 10.30 a 11.30 h.
 - ! Avituallamento: líquidos, froitos secos.
- 20 km**
 - ! Na igrexa de Grisoa.
 - ! Aberto de 12.15 a 14.00 h.
 - ! Avituallamento: líquidos, bocadillos, froita.
- 29 km**
 - ! Na Carballeira de San Lourenzo (Santiago).
 - ! Aberto de 14.00 a 17.00 h.
 - ! Avituallamento: líquidos, froita, bocadillos, doces.
- 41 km**
 - ! En Santa Lucía.
 - ! Aberto de 15.30 a 19.30 h.
 - ! Avituallamento: líquidos, froita, froitos secos.
- 47 km**
 - ! Na aldea de Viso.
 - ! Aberto de 16.30 a 20.30 h.
 - ! Avituallamento: líquidos, froita, froitos secos.
- 50 km**
 - ! A marcha rematará no Polideportivo Rosalía de Castro.
 - ! No polideportivo haberá servizo de duchas.
 - ! Aberto das 16.00 ás 21.30 h.



Club Deportivo
FONTIÑAS
Senderismo e Montaña

Rúa Varavia, 4-C (plaza Área Central)

15707 Santiago de Compostela

Tel.: 981 577 928 / 981 938 870 / 649 264 082 • Fax: 981 577 928

Marcha dos 50 Km

de Santiago de Compostela

Sábado 8 de maio de 2010



Organiza:



Colaboran:

Concello de Santiago, Caixa Galicia, Área Central, Noyamóvil, Alcampo, Deportes

