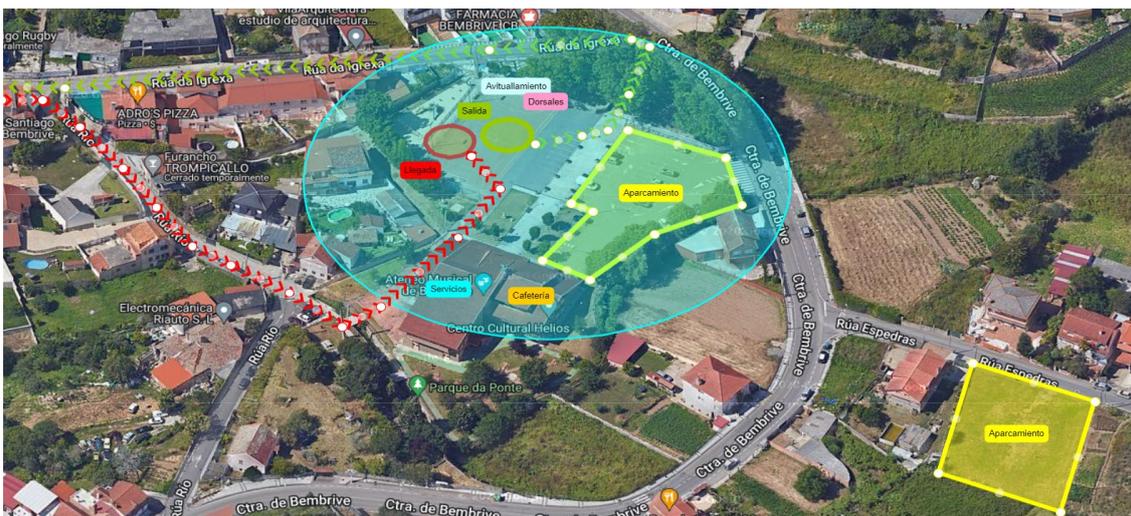


EIFONSO TRAIL y HARD ANDAINA 2024

GUÍA DEL PARTICIPANTE

1. ZONA DEL EVENTO

Salida y Llegada de la prueba: Sociedad cultural deportiva Helios (Bembrive-Vigo), 42.20365, -8.68509



2. HORARIOS

Apertura de recogida de dorsales: 8:30 AM hasta las 9:30AM

Salida Andaina: 09:50

Salida Trail: 10:00

Apertura de Avituallamiento Meta con la llegada de los primeros corredores de la prueba

Entrega de Premios: 13:00 AM (Podrá sufrir ligeras modificaciones)

Al finalizar el evento para recoger el avituallamiento final (presentar ticket lateral del dorsal)

3. TRACKS DE LA PRUEBA

TRACK EIFONSO TRAIL: [RECORRIDO TRAIL DESCARGABLE](#)

TRACK EIFONSO ANDAINA: [RECORRIDO ANDAINA DESCARGABLE](#)

El recorrido estará señalizado mediante cintas y señales verticales que indicarán el sentido a seguir.
IMPORTANTE! Algún tramo de la prueba será prácticamente coincidente para la ida como para la vuelta.

Pedimos especial cuidado durante el transcurso de toda la prueba. Existen ciertos pasos que cruzan carreteras secundarias que estarán señalizados o tendremos personal de la organización para ayudar al tránsito de corredores y vehículos.

4. GUARDARROPA

En la Zona de Salida habrá una carpa para el servicio de guardarropa, todo corredor que quiera hacer uso del servicio tiene que presentar su dorsal una vez recogido y entregar el material a guardar en una bolsa cerrada

5. SEÑALES

TRAIL

Se establecerá señalización mediante paneles con fondo verde y tipografía en rojo, junto a cintas blancas y logotipo del Concello de Vigo. Es recomendable llevar el track cargado en un dispositivo para su seguimiento.



ANDAINA

Se establecerá señalización mediante paneles con fondo blanco y tipografía en rojo y negro. Es recomendable llevar el track cargado en un dispositivo para su seguimiento.



6. AVITUALLAMIENTO

Se establece 1 avituallamiento (líquido y sólido + líquido) en el KM 9 situado en el parque forestal de Beade en la zona del Restaurante asador O Faneco) y avituallamiento final en ZONA DE META. Recomendamos llevar reserva líquida y sólida desde el inicio de la prueba y avituallarse constantemente desde el inicio de la prueba para realizar todo el recorrido sin desfallecimientos debido a la alimentación.

Avituallamiento: 42.17675, -8.68596 (Asador O Faneco)

7. ASEOS

En el C.C. Helios dispondremos de baño pero no habrá duchas en las inmediaciones



8. CRONOMETRAJE Y DEVOLUCIÓN DE TRANSPONDER (CHIP)

El tiempo de cada participante será controlado con transponders pasivos que serán suministrados por la organización junto al dorsal. El dorsal debe colocarse en la parte frontal en un lugar visible (siempre visible).

9. RESULTADOS EN META

Los resultados se visualizarán en pantalla de meta a medida que los participantes finalicen la prueba

Clasificación: <https://magmasports.es/es/clasificacion>

10. MATERIAL RECOMENDABLE

- Smartphone encendido con suficiente batería y con acceso a los mapas del recorrido
- GPS
- Ropa y accesorios apropiados para la práctica de carreras de montaña y las condiciones climáticas el día del evento
- Reserva alimentaria (líquida y sólida)

11. NORMAS DE CIRCULACIÓN

Los participantes del EIFONSO TRAIL 2024 deben regirse en todo momento por las normas de circulación cuando crucen una carretera si no existe personal designado por la organización para regular el tráfico.

12. EMERGENCIAS

Durante toda la prueba habrá un teléfono de contacto (**TELF. EMERGENCIAS: 695552067**) para comunicar cualquier tipo de emergencia (accidente, recogida de corredor coche escoba, pérdida, abandono de la prueba, etc). Recomendamos guardar el teléfono de emergencias en los contactos del teléfono, la comunicación inicial debe ser mediante llamada, pero es posible que después de hablar con emergencias, la comunicación continúe a través de whatsapp para realizar localización a través de la ubicación.

El teléfono de emergencias será visible en el dorsal del corredor.

13. MEDIO AMBIENTE Y ÉTICA

Los participantes deben respetar el medio ambiente en todo momento. Arrojar basura o circular fuera de las pistas o senderos será penalizado con la exclusión de la prueba.

Se espera de todos los corredores un espíritu deportivo durante la prueba, cualquier actitud antideportiva supone la expulsión de la prueba

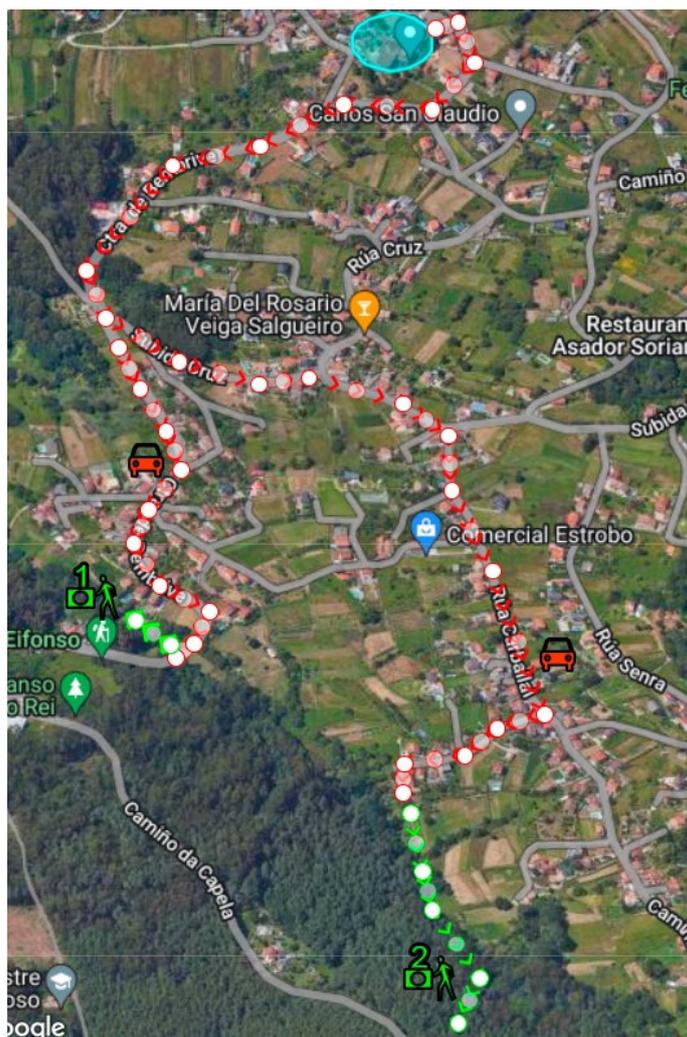
ACCESO PÚBLICO ZONAS INTERESANTES

Zona 1 está a escasos Km en coche desde la salida, deberás estar situado en ese punto poco después de la salida de los corredores ya que ellos pasarán por esa zona en el km 2, también circularán a su regreso (km 13). En ese punto tendrás a la izquierda en dirección Beade un aparcamiento para dejar el vehículo.

Coordenadas: 42.19496, -8.68865

Zona 2 También a escasos km de la salida, accederás hasta un camino. Mejor dejar el coche en el inicio del camino y acercarte caminando hasta el molino y a escasos metros pasando el molino nos encontraremos con la ferverza de Bouzafría, para el público es mejor acceder a la ferverza por la senda de Eifonso y no por el circuito ya que ahí los corredores se encontrarán con una trepada complicada. Sentido solo ida, la vuelta la realizarán por un camino cercano a la senda de Eifonso.

Coordenadas: 42.19145, -8.68365





**CONCELLO
DE VIGO**



Zona 3 En sentido ascendente hacia el parque forestal de Beade, después de cruzar la autopista por el puente, tomamos la pista a mano izquierda (perfectamente transitable) y podemos llegar hasta el final de la cronoescalada, a escasos metros se encontrará el avituallamiento, el poboado da Fraga (Km 4,5) y por un camino superior realizarán el trazado de vuelta (Km 9)

Coordenadas: 42.17935, -8.68075

Zona 4 Muy cerca del parque de forestal de Beade se encuentra el bosque de psedosugas, característico por sus coníferas dispuestas linealmente y por sus zonas sombrías llenas de liquen y hongos. Puedes adentrarte en el bosque a pie siguiendo el trazado de la carrera. Al lado de la carretera o en la pista puedes aparcar perfectamente. (Km 7,2)

Coordenadas: 42.17312, -8.69195

Zona 5 Al lado del parque forestal estará situado el avituallamiento, poco antes ascienden por la loma del parque y si avanzas unos metros puedes verlos dentro del bosque de psedosugas (km 8)

Coordenadas: 42.17665, -8.68637