

La organización se reserva el derecho a realizar modificaciones en
función del estado del medio natural

INFORMACIÓN

XIII GRAN FONDO DEL GUADIAMAR

2 febrero 2025



SALIDA y LLEGADA



Recinto ferial de
Sanlúcar la Mayor
(Sevilla)

MODALIDADES

30k

Salida a las 09:30h

Tiempo límite: 3h y 45min

Distancia: 30.02km

Desnivel: 177m

15k

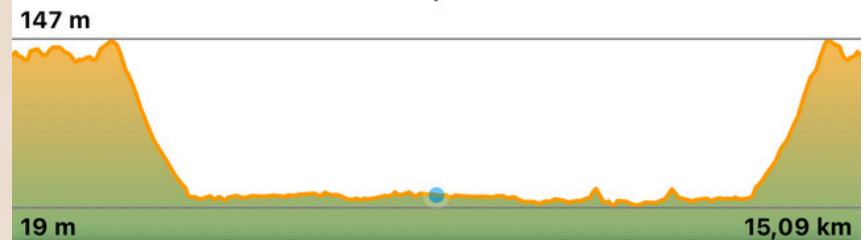
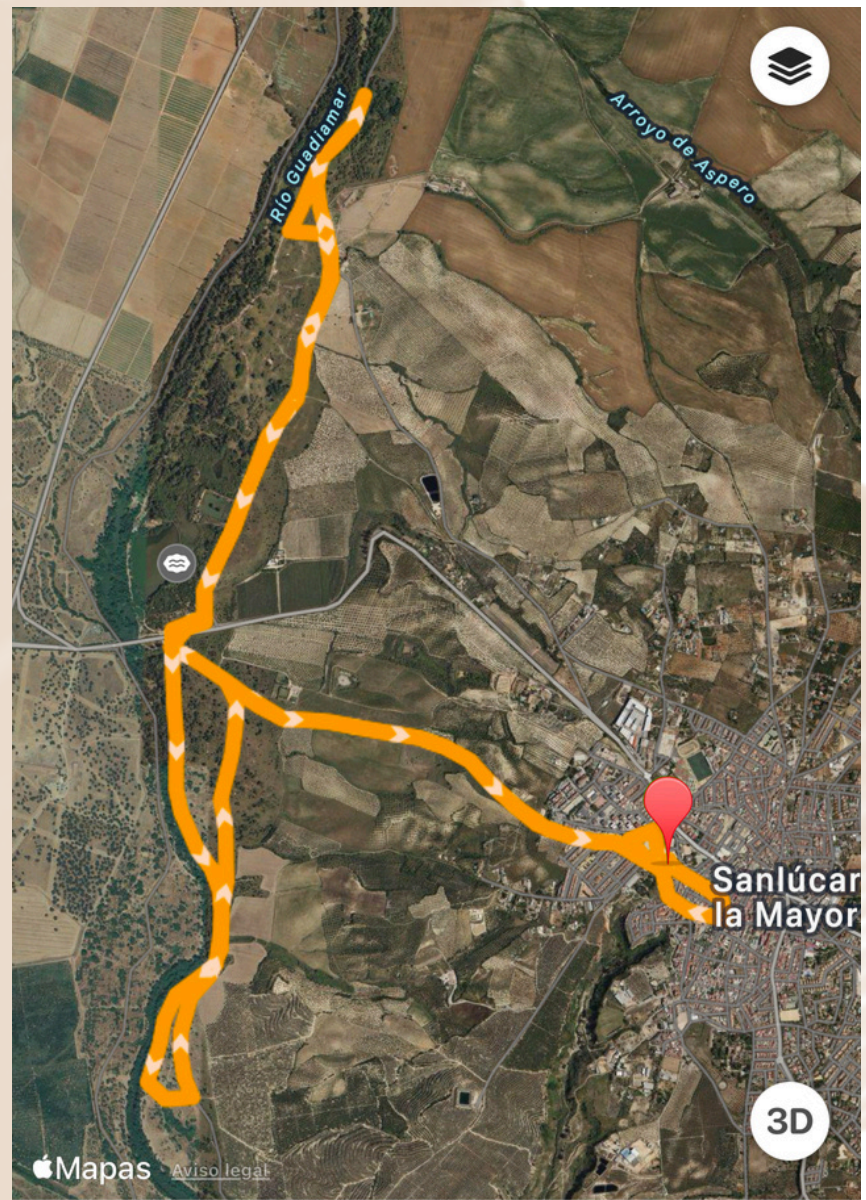
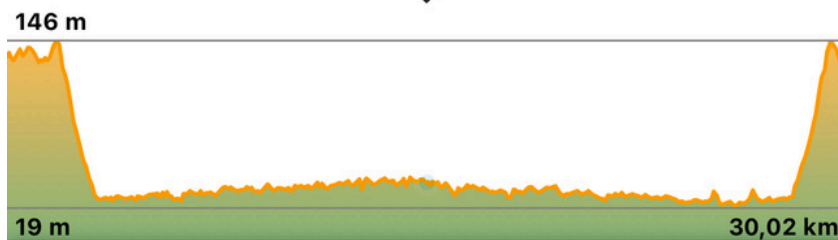
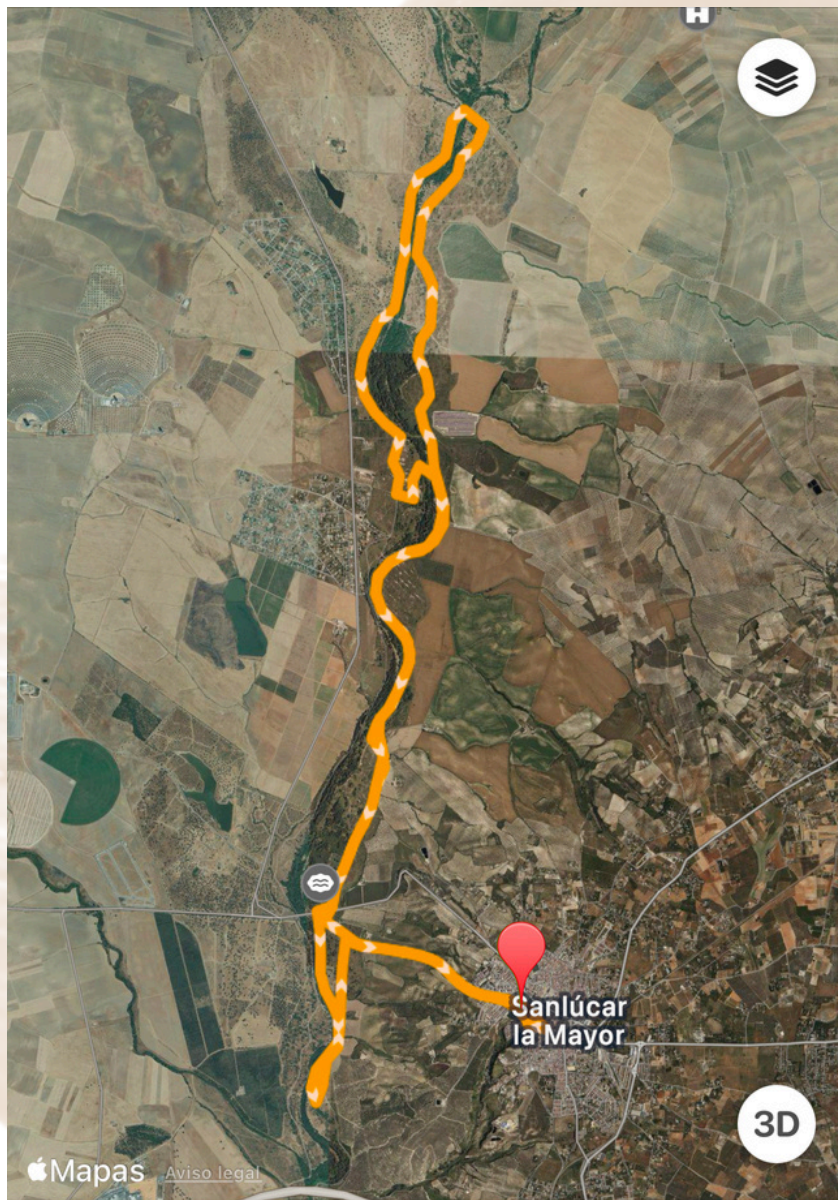
Salida a las 10:30h

Tiempo límite: 2H y 8min

Distancia: 15.09km

Desnivel: 143m

RECORRIDOS



30k

15k

DESCARGA EL RECORRIDO EN WWW.TOPRUNNER.ES

Ritmos de carrera

PREVISIÓN DE RITMOS DE CARRERA	
30k	15k
Sub 3m30s/km	Sub 3m30s/km
De 3m30s/km a 4m00s/km	De 3m30s/km a 4m00s/km
De 4m0s/km a 4m30s/km	De 4m0s/km a 4m30s/km
De 4m30s/km a 5m00s/km	De 4m30s/km a 5m00s/km
De 5m00s/km a 5m30s/km	De 5m00s/km a 5m30s/km
De 5m30s/km a 6m00s/km	De 5m30s/km a 6m00s/km
De 6m00s/km a 6m30s/km	De 6m00s/km a 6m30s/km
De 6m30s/km a 7m00s/km	De 6m30s/km a 7m00s/km
De 7m00s/km a 7m30s/km	De 7m00s/km a 7m30s/km
No se permiten ritmos de carrera mas lentos que 7m30s/km.	De 7m30s/km a 8m00s/km
	De 8m00s/km a 8m30s/km
	No se permiten ritmos de carrera mas lentos que 8m30s/km.

LA LLEGADA A LOS PUNTOS DE CORTE. UNA VEZ SOBREPASADO EL TIEMPO CORRESPONDIENTE. SUPONDRÁ LA DESCALIFICACIÓN DE LA PRUEBA DEL PARTICIPANTE. DEBIENDO ENTREGAR EL DORSAL O PERMITIR LA SEÑALIZACIÓN EN EL MISMO. SIENDO DE SU EXCLUSIVA RESPONSABILIDAD Y DECIDE CONTINUAR REALIZANDO EL RECORRIDO.

RECOGIDA DE DORSALES

HORARIO:

Viernes 31 de enero 2025:

17:30h a 20:30h

Sábado 1 febrero 2025:

10:30h a 13:30h

LUGAR:

Tienda Training Market

Edificio Tempa SE30. Polg. Industrial Nuevo Calonge. C. Paletina. local J.
Norte. 41007 Sevilla

HORARIO:

Domingo 2 febrero de 2025:

De 08:15h a 09:00h para la modalidad 30k

De 09:00 a 10:15h para modalidad 15k

LUGAR:

Ecocentro. Recinto ferial Sanlúcar la Mayor.

RECOGIDA DE DORSALES

NOVEDADES:

Sorteo de unas zapatillas de Trail entre los participantes que recojan el dorsal en Training Market

(Edificio Tempa SE30. Polg. Industrial Nuevo Calonge. C. Paletina. local J. Norte)

Descuento 15% en Training Market para los inscritos en la carrera (fecha límite: domingo 2 febrero)

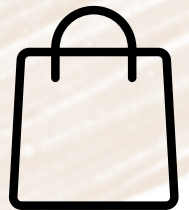
RECOGIDA DE DORSALES

Durante la recogida de dorsales podrás:



Realizar inscripciones hasta el mismo domingo de la prueba.

Preparamos las bolsas de tu club con previo aviso si consta de más de 6 dorsales



Adquirir y recoger la camiseta del Gran Fondo del Guadiamar

SERVICIOS

Avituallamiento cada 5km aproximadamente



Camiseta oficial (oficial)



Asistencia sanitaria



Seguro de accidentes



Medalla finisher de la prueba



Duchas y guardarropa



Animación por Alfonso Ruiz-Mateos

Avituallamiento

LA MODALIDAD 30k CONTARÁ CON 5 AVITUALLAMIENTOS:

- Kilómetro: 5.7
- Kilómetro: 10
- Kilómetro: 15.5
- Kilómetro 20
- Kilómetro 26

LA MODALIDAD 15k CONTARÁ CON 2 AVITUALLAMIENTOS:

- Kilómetro: 5.7
- Kilómetro: 11

AVITUALLAMIENTO DURANTE CARRERA:



AVITUALLAMIENTO FINAL:



INFORMACIÓN

Info@toprunner.es



www.toprunner.es



(+34) 624634007



@toprunnerspain

