

## **IV CONCENTRACIÓN RUNNING DEHESAS Y RIVERAS**

**DOMINGO 20 DE NOVIEMBRE 2016**

### **BURGUILLOS DEL CERRO**

El Club atletismo Burguillos del Cerro con la colaboración de la Concejalía de deportes del Ayuntamiento de Burguillos del Cerro organizan un año mas esta concentración running para los amantes de este deporte.

Esta concentración de atletismo está pensada para los amantes a este deporte, queremos dar a conocer nuestra población, nuestro entorno, nuestra naturaleza, los maravillosos paisajes rodeados de encinas, riveras repletas de agua y el fabuloso color que tienen nuestros campos y dehesas cuando cae el otoño. Hemos pensado que el running ya que es un deporte que está en alza, es económico, no necesita inversión excesiva y que por lo que es una buena opción de enganchar a todos aquellos que quieran compartir con nosotros esta convivencia atlética que organizamos con mucha ilusión en su III edición, esperamos que los deportistas de la zona respondan con la misma motivación e ilusión que nosotros y venga a pasar una excelente jornada entre nosotros.

#### **Desarrollo:**

Esta convivencia no tiene carácter competitivo y estará neutralizada por la organización, aunque para los que quieran rodar rápido tendremos tramos libres en los que se podrá dar tienda suelta a las piernas.

Se tiene previsto que se ruede en tres pelotones (dependiendo de los inscritos), con diferentes medias según el nivel de los participantes. Cada uno rodará en el apropiado a su condición física. Cada grupo irá dirigido por un miembro de la organización que será el que marque el ritmo y conduzca al grupo.

#### **Recorrido:**

Está compuesto de dos recorridos, una ruta de 14 kms y otra de 21 kms. Cada atleta decide cual recorrido realizará.

### **Participación:**

En esta convivencia/concentración running puede participar deportistas mayores de 16 años con condiciones físicas y entrenado lo suficiente como para afrontar el recorrido dispuesto por la organización.

Esta concentración tiene una limitación a 100 participantes y es totalmente gratuita. Es necesario inscribirse hasta el jueves 17 de noviembre o hasta agotar las 100 plazas.

### **Inscripciones:**

Para poder participar es necesario inscribirse. (Solo 100 plazas disponibles)

Mandar correo electrónico a **[manchonweb@hotmail.com](mailto:manchonweb@hotmail.com)**

Abiertas inscripciones hasta el jueves 17 de noviembre de 2016.

### **Programación horaria:**

9:30 h	Bienvenida
10:40 h	Buffering de la ruta. Pabellón polideportivo
10:55 h	Salida neutralizada y conjunta hasta paseo del Cristo
11:00 h	Salida oficial desde paseo Cristo
12:15h	Llegada aproximada de los primeros atletas en recorrer el recorrido corto 14 kms
12:50 h	Llegada aproximada de los primeros atletas en completar recorrido largo 21 kms
13:30 h	Piscolabis para los participantes y acompañantes.

Duchas: habrá servicio de ducha en las instalaciones deportivas del pabellón de Burguillos del Cerro.