

T R A I L

C A N I T R A I L

T R E K K I N G



GUÍA DEL ATLETA

SENDERO SAN LUCAS, AMANALCO
14/08/2021





NUESTRAS MEDIDAS DE SEGURIDAD



En **TUNE UP/ASDEPORTE** nos preocupamos siempre por priorizar la salud, seguridad e integridad de todas las personas que pertenecen a la comunidad: competidores, staff, socios comerciales y público en general que están involucrados en nuestras competencias. Es por ello que a continuación detallaremos ciertos lineamientos, protocolos y recomendaciones elaboradas bajo los estándares de la industria para la organización de eventos deportivos masivos al aire libre; siguiendo las recomendaciones emitidas por la OMS y otros organismos nacionales e internacionales.



TOMAREMOS LAS SIGUIENTES MEDIDAS



- Monitoreo de los competidores, oficiales, staff y voluntarios con la intención de verificar el buen estado de salud y notificar a la comunidad.
- Para permitir un mayor distanciamiento social modificaremos espacios y accesos controlados en áreas como:
 - Registro ■ Meta ■ Expo
 - Arranque ■ Recuperación
- Implementación de protocolos estrictos en el uso de cubrebocas para atletas, staff y público en general.

La Secretaría de Salud y el Gobierno del Estado de México solicitan que todos los atletas que compiten en el Tune Up Trail Valle de Bravo 2021, proporcionen una prueba de COVID-19 (antígeno o PCR) antes de asistir al registro, incluidos los ya vacunados. El resultado de esta no debe tener más de 72 horas.

Contaremos con una carpa en el registro que realizará pruebas de antígenos con un precio especial de \$400 para los atletas inscritos.



HORARIOS IMPORTANTES

JUNTA PREVIA	PRUEBA COVID	ZONA DE STANDS	ARRANQUE
JUEVES 12 DE AGOSTO	SÁBADO 14 DE AGOSTO	SÁBADO 14 DE AGOSTO	SÁBADO 14 DE AGOSTO
19:00 HRS.	7:00 HRS.	8:00 A 14:00 HRS.	
A TRAVÉS DE LAS REDES SOCIALES DE ASDEPORTE.	EN EL ACCESO AL EVENTO.	UBICADO EN LA ENTRADA DEL EVENTO.	30 MINUTOS ANTES DE TU HORA ASIGNADA.



 Santander

DATOS DEL EVENTO

¿CUÁNDO?	¿DÓNDE?	UBICACIÓN:
SÁBADO 14 DE AGOSTO DE 2021	PARQUE SENDERO SAN LUCAS	PARQUE SENDERO SAN LUCAS, SAN LUCAS, ESTADO DE MÉXICO



¿QUÉ DISTANCIAS?

5 Y 10 KM

5 KM

5 KM



T R A I L



C A N I T R A I L



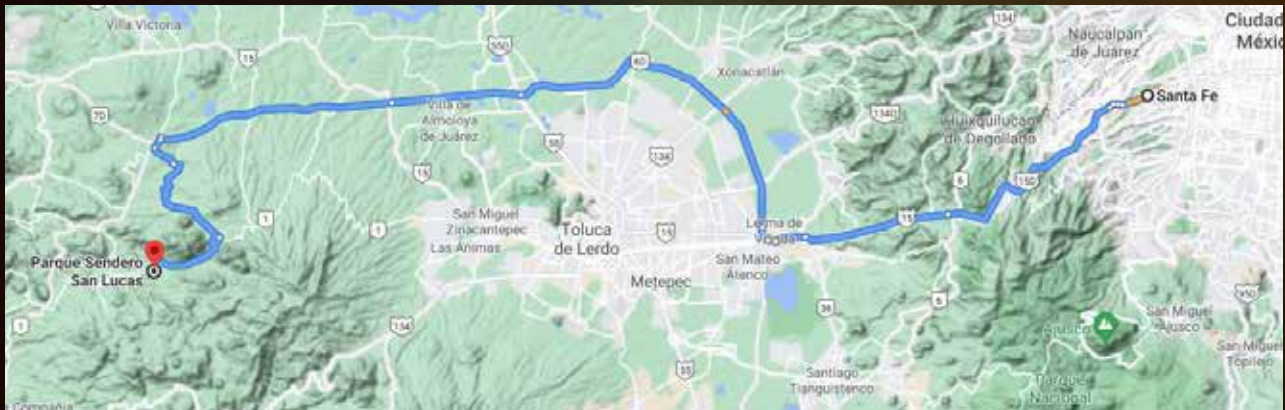
T R E K K I N G

RECOMENDACIONES PARA LLEGAR

Te recomendamos:

- Compartir el auto con amigos o familia que también competirán en el evento.
- No traer automóviles deportivos o con carrocería baja.
- Utilizar sistemas de transportación colectiva que cuente con todas las medidas de sanidad y seguridad.
- Utilizar la ruta indicada en este link:
<https://goo.gl/maps/YdBQdJ9G3xC7h7qK7>
- Existen otras rutas de acceso, pero el camino es bastante sinuoso y no es recomendable.

IMPORTANTE: NO HAY ACCESO A CAMIONES



Indicaciones para llegar al evento desde la carretera Toluca / Valle de Bravo

- 1.- Toma la desviación hacia Laguna Seca sobre la carretera Toluca-Valle de Bravo.
A partir de esta desviación encontrarás señalización rumbo al evento.
- 2.- Utiliza el retorno para ir en dirección a Laguna Seca y continúa sobre la carretera.
- 3.- Al llegar a la carretera MEX 1 gira a la derecha hacia Amanalco de Becerra.
- 4.- Continúa por la carretera MEX 1 hasta llegar a la comunidad de San Lucas, encontrarás indicaciones a lo largo de la carretera para ingresar al parque.

UBICACIÓN DEL PARQUE SENDERO SAN LUCAS EN GOOGLE MAPS:
<https://goo.gl/maps/YdBQdJ9G3xC7h7qK7>



PRE- COMPETENCIA



1. Realiza tu prueba COVID

Para esta competencia deberás presentar una prueba de COVID negativa. No deberá tener más de 72 horas desde que se realizó. Aplica para TODOS los competidores (incluso si estás vacunado). Contaremos con una carpa en el evento que realizará pruebas de antígenos con un precio especial de \$400 para los atletas inscritos.

2. Imprime tu inscripción/ Hoja de exoneración/ Trae tu identificación

Asegúrate de imprimir tu confirmación de inscripción con código de barras, exoneración (descárgala aquí), no olvides traer tu identificación. Necesitarás estos papeles para recoger tu paquete. El número de competidor será asignado y entregado el día del evento.

3. Conéctate a la junta previa

Será transmitida el día jueves 12 de agosto 19:00 hrs. a través de las redes sociales de Asdeporte. Explicaremos esta guía del atleta a detalle y resolveremos tus dudas.

4. Trae dinero

No olvides traer dinero en efectivo, te servirá para pagar el estacionamiento y comprar los artículos que te puedan hacer falta para tu competencia. El estacionamiento será operado completamente por el Ejido de Amanalco.

5. No traigas objetos de valor

En este evento y bajo los protocolos de COVID- 19, NO contaremos con servicio de guardarropa por lo que te pedimos que no traigas objetos de valor a la competencia.

6. Prepara tu mochila de hidratación

Asegúrate de traer contigo una mochila de hidratación, llénala antes de iniciar tu competencia.



DÍA DE COMPETENCIA



1. Llega al pre- registro de 30 a 45 minutos antes de tu horario de arranque.

Preséntate en el pre- registro 45 minutos antes de tu horario de arranque.

2. Obtén la pulsera de arranque

Al presentar todos tus documentos y corroborar que estás dentro del horario indicado, te daremos un brazalete para que puedas acceder al registro. Para la categoría Canitrail será indispensable presentar la cartilla de vacunación de tu perro y llevarlo sujetado con una pechera. ¡No correas de cuello!

3. Accede al registro

Ve a la carpa de registro con tu confirmación de inscripción, exoneración firmada, identificación oficial y prueba COVID-19 negativa.

4. Colócate tu número y chip

Asegúrate de colocarte el chip de competidor en el tobillo y ponerte tu número con los seguros que te proporcionaremos.

5. Ponte tu mochila de hidratación

Lléjala y ajústala para el arranque.

6. Fórmate 15 minutos antes de tu hora de arranque

Asegúrate de estar listo en el arranque 15 minutos antes de tu horario de salida, sigue las indicaciones del staff, respeta las marcas de distanciamiento y todos los señalamientos. El uso de cubrebocas es obligatorio. Mientras estás formado, podrás retirarlo hasta que se te indique.



POST COMPETENCIA



1. Toma tu paquete de finalista

Una vez que cruces la meta asegúrate de tomar tu paquete que contendrá: playera de finisher, medalla, agua, G.active y un plátano.

2. Toma tu foto de finalista con 2Digital

¡Te regalaremos una fotografía del evento para conmemorar este gran logro!

3. Consulta tus resultados y busca tus fotos

Los resultados oficiales estarán disponibles 48 horas después del evento y los podrás encontrar en la página oficial de Asdeporte.

4. Planea tu siguiente Tune Up

En la carpa de inscripciones Asdeporte podrás inscribirte a tu siguiente evento a un precio especial.



HORARIOS DE ARRANQUE

Los horarios de arranque serán asignados previo al evento y deberán ser respetados. Se competirá bajo el sistema rolling start por lo que contará tu tiempo chip (tiempo que tardaste en completar la ruta desde la línea de salida hasta cruzar la meta) y no el lugar en el que llegaste.

ARRANQUE	HORARIO	CATEGORÍA	DISTANCIA
1	8:00 A.M.	T R A I L ELITE VARONIL	10K
2	8:05 A.M.	T R A I L ELITE FEMENIL	10K
3	8:15 A.M.	T R A I L MIXTA 10K	10K
4	8:30 A.M.	T R A I L MIXTA 5K	5K
5	8:45 A.M.	C A N I T R A I L CANITRAIL	5K
6	9:00 A.M.	T R E K K I N G TREKKING	5K

Recuerda que la categoría trekking NO es competitiva

MEDIDAS COVID:

Mientras no estés compitiendo es importante usar la mascarilla de protección todo el tiempo.

Antes de tu arranque habrá botes de basura especiales para la recolección de las mismas (no se devolverán).

Al llegar a la meta se te proporcionará otro cubre bocas, el cual es obligatorio ponértelo inmediatamente.





RUTAS

La competencia será por tiempo Chip, lo cual significa que se te colocará en el ranking de la distancia de acuerdo al tiempo que tardes en realizar el recorrido.

El marcaje de las rutas será con cinta roja y amarilla, por lo tanto, deberás seguir las cintas que se ajusten a la distancia de la modalidad que seleccionaste.



Cinta roja:
Trail 10 km



Cinta amarilla:
Trail 5 km



Canitrail 5 km



Trekking 5 km



MEDIDAS AMBIENTALES:

No tires basura en la ruta distintiva, te recomendamos guardarla en tu mochila.

GRANDES BENEFICIOS DE PAGAR CON TU TARJETA SANTANDER



Si pagaste tu inscripción del Tuneup Sendero San Lucas, Amanalco con tu tarjeta Santander, **tienes acceso a las nuevas estaciones** de servicio dentro del evento.

SUNBLOCK & SANITIZER SERVERS



Cuidate del sol y mantente desinfectado con los **Sunblock & Sanitizer Servers** Santander.

Recupera tus fuerzas con un **delicioso Smoothie**
Afuera de la recuperación, encontrarás la barra donde serviremos deliciosas y nutritivas bebidas.

WELLNESS BAR



MEDAL HOLDER PERSONALIZED



Cuelga tus medallas en este nuevo medallero que Santander trae para tí. Ideal para quienes tienen hijos, ya que incluye material de decoración **para personalizar el medallero para mamá o papá.**

Encuétralos en las inmediaciones del evento.
Recuerda seguir los lineamientos de sana distancia.



LEGENDS



En Innovasport e Invictus
hemos creado **Legends**.

La comunidad en donde **recompensamos
tu esfuerzo y reconocemos tu historia.**

Regístrate, obtén tu membresía sin costo
y disfruta de todos los **beneficios.**



ESCANEA EL CÓDIGO QR
PARA UNIRTE



CONSEJOS PARA PODER CORRER CON TU PERRO.



- Pechera o arnés de tiro (no del collar para evitar lesiones en el cuello del perro).
- Correa elástica o normal.
- Cinturón de correr para el humano (para tener las manos libres ante cualquier situación).
- No dar agua al menos media hora antes y después de correr para evitar una torsión gástrica (se puede refrescar al perro poniendo una toalla mojada en abdomen o bien un poco de agua en cuello, axilas y patas para que se recupere por completo y así poderle dar agua).
- Siempre correr a una temperatura adecuada para evitar un golpe de calor en nuestros perros.
- Revisar las almohadillas de nuestro perro al finalizar o durante el recorrido si lo vemos incómodo en la travesía.
- El perro debe llevar su placa de Identificación.
- El perro debe tener su cartilla de vacunación actualizada, estar en perfecto estado de salud y que sea un perro que le guste correr.
- Lo más importante es que tú y tu perro disfruten de la naturaleza y se diviertan juntos.



#SIGUESUDANDO®



RECUPERACION Y META

- Al cruzar la meta te proporcionaremos un cubrebocas, el cual tendrás que colocarte antes de ingresar a la zona de recuperación.
- Deberás retirarte tu chip y depositarlo en el lugar que se te indica. Proporcionaremos estaciones adicionales de desinfección de manos en áreas de meta.
- La presentación de los artículos entregados en la zona de meta y área de recuperación, se te entregarán empaquetados de forma individual. El paquete contendrá varios artículos como: agua, isotónico y medalla que serán previamente desinfectados y colocados en bolsas biodegradables, mismas que estarán colocadas en mesas para que las recojas, el staff solo supervisará la actividad.
- Te proporcionaremos tu playera de acuerdo a la talla que nos indiques y **NO PODRÁS REALIZAR CAMBIOS DE LA MISMA.**
- Habrá espacio adicional para que tomes tu foto de finalista en un área amplia y segura.
- Las celebraciones por parte del participante al cruzar la meta deberán seguir un protocolo de “cero contacto” con otros participantes, staff, prensa, voluntarios, etc. El único contacto permitido es el requerido por condición médica y personal autorizado.



 Santander

ZONA DE EXPO

1. Uso obligatorio de cubrebocas.
 2. Toma de temperatura en el venue.
En caso de que tu temperatura sea mayor a 37.5 serás canalizado a la carpa médica bajo los protocolos de seguridad.
 3. Evita aglomeraciones.
 4. Evita saludar de beso o mano.
 - 5.- No compartas ningún objeto personal.
 6. No habrá cambio de talla en playeras.
 7. No contáremos con venta de comida dentro de la competencia.
- Sin embargo, te invitamos a acudir a la comunidad de Amanalco de Becerra, ubicada a 35 minutos del evento. El uso de cubrebocas será obligatorio en todo momento.

PREMIACIÓN

Únicamente habrá ceremonia de premiación para la categoría élite en el evento.

Se enviarán medallas a los domicilios de los 3 primeros lugares de cada categoría en Age Group.

La premiación para las categorías Age group será de manera virtual a través de las redes sociales de Asdeporte. La fecha será anunciada 2 días posteriores al evento a través de nuestras cuentas de Instagram y Facebook.

Recuerda que los ganadores de cada categoría se definirán por tiempo Chip.

T R A I L

CANITRAIL

TREKKING

