

BIENVENIDOS A LA IX EXTREMA CAMPO DE BELCHITE

INFORMACIÓN DE ÚLTIMA HORA

OS RECORDAMOS LOS HORARIOS DE SALIDA Y DE ENTREGA DE CHIPS Y DORSALES

OPCIONES de carrera, HORA y LUGAR de salida

A SOLO SABADO 1 de septiembre, con una distancia de 11 kms. **HORA** 16:30. SALIDA y META en el Parque de Valmadrid (Zaragoza).

B DOMINGO 2 de septiembre, con una distancia de 22 kms. **HORA** 10:30. SALIDA y META junto al Polideportivo en Belchite.

C SÁBADO + DOMINGO SÁBADO 1 de septiembre, con una distancia de 11 kms. **HORA** 16:30. SALIDA y META en el Parque de Valmadrid (Zaragoza). DOMINGO 2 de septiembre, con una distancia de 22 kms. **HORA** 10:30. SALIDA y META junto al Polideportivo en Belchite.

D ULTRA TRAIL DOMINGO 2 de septiembre, con una distancia de 50 kms. **HORA** 8:00. SALIDA y META junto al Polideportivo en Belchite. Tiempo Máximo: 6 horas.

E SÁBADO + ULTRA TRAIL 1 de septiembre, con una distancia de 11 kms. **HORA** 16:30. SALIDA y META en el Parque de Valmadrid (Zaragoza). DOMINGO 2 de septiembre, con una distancia de 50 kms. **HORA** 8:00. SALIDA y META junto al Polideportivo en Belchite. Tiempo Máximo: 6 horas.

F COMBINADA DOMINGO 2 de septiembre, con una distancia de 50 kms. **HORA** 8:00. SALIDA y META junto al Polideportivo en Belchite. Tiempo Máximo: 6 horas.

G MARCHA SENDERISTA 2 de septiembre, con una distancia de 22 kms. **HORA** 8:00. SALIDA y META junto al Polideportivo en Belchite.

Los DORSALES y CHIPS se entregarán:

OPCIONES A - C y E: en el Parque de Valmadrid desde las 15:00 hasta las 16:00 horas, se utilizará el mismo dorsal y chip para el sábado y el domingo.

OPCION B: en el Polideportivo de Belchite desde las 9:00 hasta las 10:00 horas.

OPCION D – F y G: en el Polideportivo de Belchite desde las 6:45 hasta las 7:45 horas.

AL RETIRAR EL DORSAL/CHIP SE DEBERÁ DEPOSITAR UNA FIANZA DE 5 € QUE SERÁ DEVUELTA AL FINALIZAR LA CARRERA DE LA OPCIÓN EN LA QUE SE HAYA INSCRITO EL CORREDOR. NO SE DEVOLVERÁ EN FECHA POSTERIOR A LA PRUEBA.

Este año, aunque la previsión de temperaturas no son elevadas, siguen siendo importantes las siguientes RECOMENDACIONES.

HIDRATACIÓN:

Todos los días ANTES, DURANTE y DESPUÉS de las carreras estar bien hidratados, aunque el primer son pocos kilómetros y parece no ser necesario es vital para la prueba del día siguiente.

No habrá puestos con avituallamiento sólido por no poder garantizar que los alimentos, por causa del calor, se mantengan en buenas condiciones. Se recomienda a los participantes que lleven ellos mismos los productos a los que estén acostumbrados a tomar en las carreras y les de mayores garantías.

SÁBADO: Se recomienda la utilización de [polainas](#) ya que se atraviesan terrenos con tierra suelta, y las piedrecillas pueden crear problemas en los pies.

SÁBADO y sobretodo DOMINGO:

[Crema solar alta protección.](#)

[Gafas de Sol.](#)

[Gorra, Buff, Pañuelo o similar.](#)