

NORMATIVA

El **I LANJARÓN CAÑÓN TRAIL**, está organizado por el Ayuntamiento de Lanjarón junto con la Delegación de Deportes de la Diputación de Granada y con el patrocinio de Deportes Bikila Granada, Salomon, ALS Sport, TrekkingWorld, Aguas de Lanjarón, My Protein, Clínica Bona Dea, Eassun, TRYLab, TRYSport, Cruzcampo, Redbull y Granada Comunicaciones.

ENTREGA DE DORSALES:

- Viernes 24/04/2015 POR LA TARDE en TIENDA BIKILA GRANADA (C/ Arabial, 47.) en horario comercial.
- Sábado 25/04/2015 en TIENDA BIKILA GRANADA (C/ Arabial, 47.) en horario comercial.
- Domingo 26/04/2015 en la zona de salida: Plaza del Ayuntamiento, a partir de las 8:00 horas.



Pásate por **TIENDA BIKILA GRANADA** a recoger tu dorsal y disfruta de un **30% de descuento** en material de **TRAIL**

UBICACIÓN Y HORARIOS:

- **Salida / Meta:** Plaza del Ayuntamiento.
- **Hora de salida Trail, Mini-Trail y Senderistas:** 10:00 horas.
- **Duchas:** Colegio. A 100m. del Ayuntamiento.
- **Aparcamiento:** Estará regulado por Protección Civil.
- **Desayuno:** Zona de salida a partir de las 8:30h. (pan, aceite, bollería, zumos y fruta).
- **Entrega de premios y sorteo de regalos:** Plaza del Ayuntamiento.
- **Masajes:** Plaza del Ayuntamiento, a cargo de [CLINICA BONA DEA](#).

RECORRIDO:

- **DISTANCIA TRAIL: 20.5 Km.**
 - [Track de la Distancia TRAIL](#)
 - [Video del recorrido](#)
 - **Avituallamientos:**
 - KM 3,3: LIQUIDO (Agua + Isotónico)
 - KM 6: LIQUIDO + SOLIDO
 - KM 11,5: LIQUIDO + SOLIDO
 - KM 16,5: LIQUIDO
 - META KM 20.5: LIQUIDO + FRUTA
- **DISTANCIA MINI-TRAIL: 12.5 Km. (Corredores Mini-Trail y Senderistas)**
 - [Track de la Distancia MINI-TRAIL](#)
 - **Avituallamientos:**
 - KM 3: LIQUIDO (Agua + Isotónico)
 - KM 6: LIQUIDO + FRUTA
 - KM 8,5: LIQUIDO
 - META KM 12.5: LIQUIDO + FRUTA

BOLETÍN INFORMATIVO FINAL

Sorteo de regalos:

Entre otros regalos se sorteará:

- 1 mochila Salomon de Trail.
- 1 zapatillas Salomon.
- 1 paletilla.
- 2 lotes de material deportivo ALS Sport.
- 10 regalos de material deportivo de TrekkingWorld.
- Otros regalos de las firmas patrocinadoras.



Servicio de fisioterapia:

Llevado a cabo por los profesionales de CLINICA BONA DEA. (www.clinicabonadea.com)



I LANJARÓN CAÑÓN TRAIL

26/04/2015

El I LANJARÓN CAÑÓN TRAIL, es posible gracias a:



Diputación
de Granada

Granada es Provincia



BIKILA®
GRANADA



EASUN®

ALS SPORT
VISCE TU EVENTO



C L I N I C A
B O N A
D E A —



MYPROTEIN®
ENDURANCE



GLOBAL-TEMPO
CRONOMETRAJE PROFESIONAL

TRY **LÁB**
TRY **SPORT**



Red Bull®
ENERGY DRINK



Diputación
de Granada

Granada es Provincia

