



WWW.ACONCAGUAULTRATRAIL.COM

GUÍA DE **COMPETIDOR**

1. Descripción General
2. Acreditación y Entrega de kits
3. Circuito / Puestos de asistencia
4. Elementos Obligatorios / Elementos recomendados
5. Recomendaciones de carrera
6. Contacto



1. DESCRIPCIÓN GENERAL

100k

Ultra Trail del Aconcagua 100K es una carrera de Trail Running que se desarrolla en su totalidad en la alta montaña mendocina.

Tiene la parte más importante del recorrido dentro del Parque Provincial Aconcagua, llegando hasta el Segundo Mirador de Plaza Francia, a 4600 metros sobre el nivel del mar (msnm.), a los pies de la montaña más alta de América.

Cuando los corredores salen del Parque Provincial, deberán iniciar el ascenso hasta la Villa de las Cuevas, donde tendrán un desafío físico y mental, subir hasta el Cristo Redentor, en el límite con la República de Chile, a casi 4000msnm.

Los participantes de esta distancia van a recorrer los dos hitos más importantes de la alta montaña mendocina, el Aconcagua y el Cristo Redentor, para finalmente, poder empezar la vuelta hasta Penitentes.

Debido a las características del circuito y la altura, los corredores aceptados en esta distancia deben ser atletas con alto nivel de entrenamiento y con experiencia previa demostrada en carreras de Ultra Trail. Este tipo de desafíos son distintos a los que han experimentado. No sólo es la distancia y el perfil de altimetría, sino también la altura a la que deberán llegar aquellos que se animen al desafío.

Las características propias del recorrido, la alta montaña, la falta de oxígeno y las condiciones climáticas extremas, hacen de esta prueba un desafío excepcional y único.

Los participantes van a recorrer circuitos técnicos de todo tipo, partiendo de Penitentes con una altura de 2600 m.s.n.m. Llegado hasta el Segundo Mirador de Plaza Francia, a 4600 m.s.n.m., con exigentes subidas por senderos desde Horcones, la entrada al Parque Provincial Aconcagua.

Antes de encarar la exigente subida a Plaza Francia, los corredores serán evaluados en el Puesto de Control de Confluencia, donde no solo se tomara en cuenta el tiempo de corte, sino además el estado del corredor en ese momento, la opinión del médico, de otras autoridades o del Jefe del Puesto, para permitir continuar con el ascenso.

Esto es distinto a otras carreras, ya que la subida a la altura depende no solo de un tiempo de corte, sino de cómo llega físicamente el corredor, de las condiciones climáticas en la altura, etc. En este punto puede pedirse al corredor que no siga con el ascenso, ni siquiera bajo su

1. DESCRIPCIÓN GENERAL

100k

propia responsabilidad. Dentro del Parque Provincial y como participante de la carrera, esta decisión será inapelable.

Las condiciones climáticas pueden llegar a ser sumamente adversas, pudiendo esto modificar la distancia de la carrera, la altura hasta donde lleguen los corredores, el recorrido, etc. Los cambios climáticos pueden ser impredecibles, por lo que los corredores deben estar preparados físicamente y con equipamiento suficiente para poder realizar una auto evacuación desde Francia hasta Horcones.

En el circuito de altura, desde Confluencia hasta Plaza Francia, es sumamente complicado el acceso para realizar rescates, condición que es clave que conozcan quienes salen del PC Confluencia para desafiar la altura. Los corredores deben tener claro que tienen que tener resto físico suficiente para subir, y llegado el caso, para autoevacuarse hasta Confluencia. Un corredor inmóvil en este terreno, expuesto al clima adverso, viento, etc., está expuesto a la hipotermia rápidamente y con riesgo de vida. Recuerden que la alta montaña no perdona, y que, llegado el caso, el Aconcagua los esperara el año siguiente.

En el recorrido desde Confluencia hasta Plaza Francia, van a encontrar personal de la organización, Guardaparques, integrantes de la Patrulla de rescate, etc. quienes están en permanente contacto con el personal de los puestos de abastecimiento. Si alguna de estas personas considera que los corredores están en condiciones que pongan en riesgo su seguridad, tienen la potestad de detener el ascenso de los atletas. Esta decisión es inapelable, los corredores deben iniciar su descenso hacia Confluencia y se dará aviso a PC Francia que no siguen en ascenso.

La subida desde Confluencia hasta Plaza Francia tiene muchos senderos posibles, de los cuales se ha marcado el más seguro para los competidores. En las zonas de cortes se han señalado claramente con pircas (montañas de piedras) el sendero a seguir. Si los corredores deciden tomar senderos alternativos, deben conocer bien el recorrido, ya que es frecuente que "todo parezca igual" y se pierdan, poniendo en peligro su vida. También es importante saber que la búsqueda de un participante, en caso necesario, se inicia en la zona del sendero, por lo tanto si llegan a estar en situación de inmovilidad o con imposibilidad de desplazarse deben estar en el sendero para poder ser asistidos y evacuados lo más rápidamente posible.

Es obligatorio el dorsal visible durante todo el recorrido de la carrera. Es importante planifi-

1. DESCRIPCIÓN GENERAL



100k

car adecuadamente el posicionamiento del mismo, ya que en caso contrario pueden ser detenidos por personal de la organización, Guardaparques, etc, para verificar si se trata de corredores, si tienen los permisos correspondientes, etc. El dorsal no solo es obligatorio por la seguridad, es tu comprobante de paso dentro del Parque Aconcagua.

Además, es importante recordar, que al salir del Parque, les queda aún la prueba más difícil. Subir hasta la Villa de Las Cuevas, y desde ahí al Cristo Redentor. En pocas palabras, después de bajar desde el Aconcagua, van a tener que subir hasta el límite con Chile.

En el perfil de altimetría parece menor, en comparación con la altura de Plaza Francia, pero salir del Parque Aconcagua y subir hasta el límite con Chile es una empresa para verdaderos valientes, convencidos de lo que van a intentar.

La subida al Plaza Francia agarra a los corredores frescos y con todas las pilas. Desde Horcones a Cuevas, ya saliendo del Parque Provincial, son muchos kilómetros de subida clara, donde ya el cansancio se hace sentir. Y la subida final al Cristo Redentor es un remate muy exigente para esta distancia.

El recorrido desde el puesto de Horcones 2 hasta el PC Las Cuevas-1 puede hacerse muy lento debido al cansancio y a que es todo en subida. Es muy importante salir desde Horcones 2 (a la salida del Parque Provincial) con hidratación suficiente para llegar hasta Las Cuevas. Recordar que esos kilómetros se pueden hacer muy largos.

Después de haber conseguido estos logros, tiene que quedar algo de piernas, para enfrentar los últimos 20km, ahora sí de bajada, hasta el complejo de Penitentes, donde está el arco de finalización de la carrera.

AUT100K es una prueba que solo unos pocos atletas pueden enfrentar. El premio mayor es poder subir a los dos lugares más significativos de la alta montaña mendocina.

2. ACREDITACIÓN

100k

Clasificación del recorrido Spartan Trail World Championship

Ultra Trail Championship:



Clasificación del recorrido según ITRA

Puntos Endurance:



Clasificación del recorrido según UTMB

Qualifier:



Fecha: Sábado 11 de Febrero de 2023

Horario de Largada: Sábado 11 de Febrero de 2023 4.00 am

Horario tope de finalización de Carrera: 02.00 a.m. de Domingo 12 de Febrero del 2023

Lugar: Penitentes, Mendoza, Argentina

Nota: debido a que los corredores de esta distancia deben llegar hasta Plaza Francia y después al Cristo Redentor, en la alta montaña, el horario de largada puede variar dependiendo de las condiciones climáticas reinantes al momento de la partida, o según el pronóstico meteorológico para el día de la Carrera. Esto se informara en la Charla Técnica Obligatoria el día anterior a la Carrera.

Es obligación de los corredores estar atentos a estos eventuales cambios de programación.

También pueden ocurrir modificaciones en el circuito de altura de último momento, incluso después de la largada, tales como la altura hasta la que los corredores llegaran, etc. Esto responde a la seguridad de todos, los corredores y quienes los cuidan y los protegen. No se aceptaran negativas a las órdenes de corte o finalización de carrera y no se permitirá a los corredores seguir subiendo una vez que se encuentren fuera de carrera.

2. ACREDITACIÓN

100k

Presentarse obligatoriamente con DNI o Pasaporte, la Ficha y Certificado Médico completos y firmados.

Fecha y lugar:

Jueves 9 de Febrero | 12hs a 19hs | Uspallata

Viernes 10 de Febrero | 10hs a 17hs | Uspallata

Entrega de Bolsas PAS:

Jueves 9 de Febrero | 12hs a 19hs | Uspallata

Viernes 10 de Febrero | 10hs a 14hs | Uspallata

- En el momento de la acreditación los corredores deberán firmar el deslinde de responsabilidades y la autorización de ingreso al Parque Provincial Aconcagua.
- Para agilizar el proceso de inscripción, es recomendable llevar impreso y completo el deslinde de responsabilidades.
- No se realizaran acreditaciones fuera de esta fecha y horario.

Nota IMPORTANTE: debido a que los corredores deberán llegar hasta 4600m.s.n.m., la aclimatación a la altura es obligatoria para esta distancia, debiendo estar en Penitentes, Puente del Inca, Cuevas, etc., por lo menos 48 horas antes de la Carrera.

Charla Técnica Obligatoria: La charla técnica será grabada, anunciaremos por redes sociales la fecha y hora en que se publicará. Quienes tengan dudas, podrán enviarlas por mail y luego se responderán en vivo en redes sociales.

Largada: Sábado 11 de Febrero, 4:00hs, Penitentes

Traslado: Sábado 11 de Febrero 2:30hs, lugar a confirmar Desde Uspallata a Penitentes. Deberán comprar el ticket.

Guardarropa

Servicio sin cargo en la largada/llegada. Recepción a partir de las 3:30am. Devolución de elementos contra la presentación del dorsal.

Horario: hasta las 00.00am del Domingo 12 de Febrero. La indumentaria no retirada de este horario podrá ser retirada en Mendoza desde el lunes 13 de Febrero, en lugar y horario a determinar.

2. ACREDITACIÓN

100k

Atención: la organización no se hará responsable por cualquier indumentaria, accesorio, etc. que los corredores entreguen en los diferentes puestos de control o abastecimiento. No se aceptaran reclamos en este sentido. Es parte de la adecuada planificación de la carrera una buena estrategia, y ello incluye el adecuado aprovisionamiento, indumentaria, etc.

Llegada:

Penitentes, horario tope de finalización de Carrera 02.00 am. del domingo 12 de Febrero 2023.

Se premiara a los tres primeros de la clasificación general y de las categorías correspondientes, de hombres y mujeres.

La entrega de trofeos y medallas se ira realizando en la medida que se vayan completando los podios.

Los ganadores de la general no serán incluidos en la premiación de las categorías.

Categorías

Masculina de 18 a 29 años

Masculina de 30 a 39 años

Masculina de 40 a 49 años

Masculina de 50 a 59 años

Masculina de 60 años o más

Femenina de 18 a 29 años

Femenina de 30 a 39 años

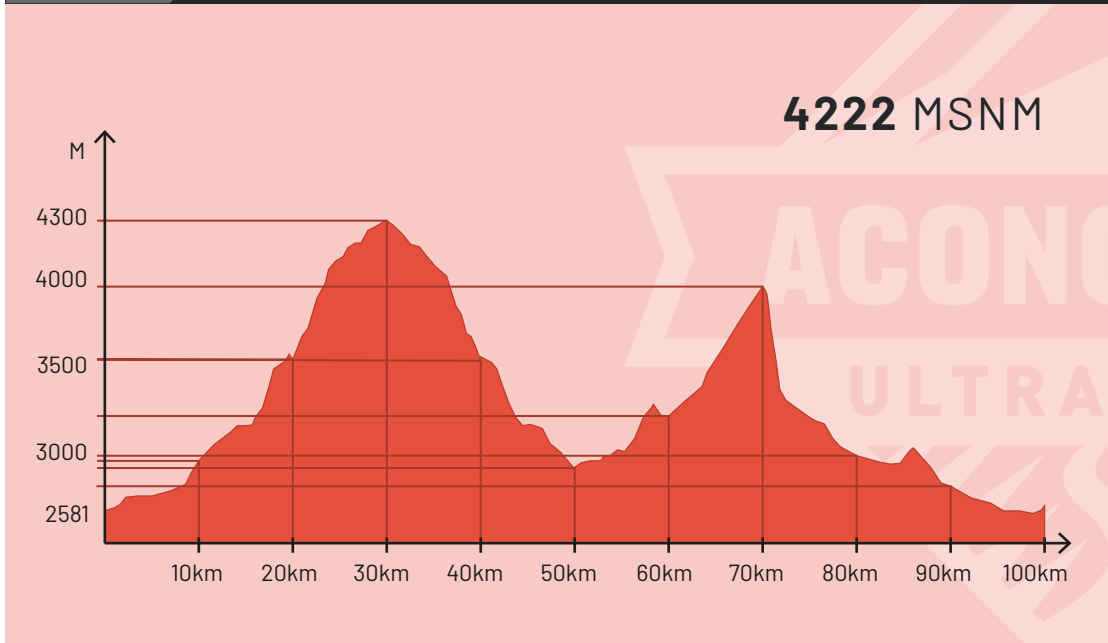
Femenina de 40 a 49 años

Femenina de 50 años a 59 años

Femenina de 60 años o más

3. CIRCUITO

100k



3. CIRCUITO

100k

Debido a que gran parte se desarrolla dentro del Parque Provincial Aconcagua y también se recorren terrenos y propiedades privadas, no se autoriza el paso de corredores hasta el día del evento.

El circuito dentro del Parque Provincial Aconcagua está abierto para todos aquellos que quieran entrenar previamente, pagando los respectivos permisos de ingreso, etc.

La organización NO exime del pago de los cánones correspondientes a los corredores que quieran ir a recorrer la alta montaña como entrenamiento previo.

Puestos de Control (PC), Abastecimiento (PA) e Hidratación (PH).

Es OBLIGATORIA la entrada y marcación de todos los corredores en cada uno de los puestos, para registrar su paso por medio del número de corredor. El fallo en este proceso implica descalificación inmediata del corredor. En los puestos que son de ida y vuelta, la marcación será doble, de subida y de bajada.

Largada (Penitentes)

- 1- Agua/Powerade
- 2- Guardarropa
- 3- Sanitarios

PC Horcones Ida-1

- 1- Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas
- 2- Té - Café - Caldo
- 3- Sanitarios
- 4- Mix de frutas secas
- 5- Gomas d
- 6- Bananas
- 7- Naranjas
- 8- Queso y dulce

3. CIRCUITO

100k

PC Confluencia Ida-1

- 1- Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas
- 2- Bebidas calientes (te/café)
- 3- Mix de frutas secas
- 4- Pizza
- 5- Bananas
- 6- Naranjas
- 7- Gomitas
- 8- Queso y dulce
- 9- Sopa caliente
- 10- Sanitarios

PC Francia

- 1- Agua, Powerade Gaseosas
- 2- Bebidas calientes: te/café
- 3- Sopa caliente
- 4- Mix de frutas secas
- 5- Gomitas
- 6- Bananas
- 7- Queso y dulce
- 8- Servicio Médico: Médicos de Altura

PC Confluencia Vuelta-2

- 1- Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas
- 2- Bebidas calientes (te/café)
- 3- Mix de frutas secas
- 4- Pizzas
- 5- Bananas
- 6- Naranjas
- 7- Gomitas
- 8- Queso y dulce
- 9- Sopa caliente
- 10- Sanitarios

3. CIRCUITO

100k

PC Horcones Vuelta-2

- 1- Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas
- 2- Mix de frutas secas
- 3- Gomitas
- 4- Bananas
- 5- Naranjas
- 6- Queso y dulce
- 7- Empanadas
- 8- Sanitarios

PC Estación de tren 1

- 1- Hidratación
- 2 - Bebida Caliente

PC Las Cuevas- Ida- 1

- 1- Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas
- 2- Bebidas calientes (te/café)
- 3- Mix de frutas secas
- 4- Bananas
- 5- Naranjas
- 6- Gomitas
- 7- Queso y dulce
- 8- Sopa caliente
- 9- Guiso
- 10- Sanitarios
- 11- Bolsa de Corredor

PC Cristo Redentor

- 1- Hidratación
- 2- Control de corredor

Las Cuevas- Vuelta- 2

- 1- Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas

3. CIRCUITO



100k

- 2- Bebidas calientes (te/café)
- 3- Mix de frutas secas
- 4- Bananas
- 5- Naranjas
- 6- Gomitas
- 7- Queso y dulce
- 8- Sopa caliente
- 9- Guiso
- 10- Sanitarios
- 11- Bolsa de Corredor

PC Estación de tren 2

- 1 - Hidratación
- 2 - Bebida Caliente

PC Puente del Inca:

- 1- Hidratación

Llegada:

- 1- Agua, Powerade, Gaseosas
- 2- Guardarropa
- 3- Sanitarios
- 4- Servicios Médicos

En el recorrido entre los puestos de altura, desde Confluencia hasta Francia, y antes de subir al Cristo Redentor, habrá personal de la Carrera, adecuadamente identificado, junto con Guardaparques, guías de montaña, etc., que evaluarán de manera continua los corredores, para asegurarse que estén en condiciones de continuar en Carrera. La decisión de finalización de Carrera por alguna de las autoridades o personal de la organización es INAPELABLE. No se permitirá continuar el ascenso de los corredores a quienes se les dé la orden de iniciar el descenso.

3. CIRCUITO

100k

Marcación del circuito

Fuera del Parque Aconcagua, el circuito estará marcado con bolsas color naranja y cintas blancas y color naranja. En las zonas que se transitaran de noche, a la salida del recorrido, se reforzará con réflex. Es importante recordar el viento continuo que existe en la alta montaña, que puede arrancar algunas cintas. En estos casos, es importante buscar las próximas para seguir con el recorrido.

Dentro del Parque Provincial Aconcagua, el recorrido es por la senda vehicular rodeando la laguna de Horcones, hasta el puente de la Quebrada del Durazno, único cruce permitido del río. En la zona de la Laguna de Horcones, ESTA PROHIBIDO RECORRER OTROS SECTORES que no sean los permitidos y marcados.

Las Pircas (montículos de rocas) representan la única marcación permitida dentro del Parque Provincial Aconcagua.

Debido a la extensión de los recorridos, con múltiples sendas de montaña, y la geografía propia de la alta montaña, es importante que los corredores busquen constantemente las pircas que marcan el recorrido, lo mismo que los carteles, para evitar tomar atajos o sendas no marcadas, que pueden terminar con el extravío de los competidores. No tomen como referencia automática a la persona que va adelante, acuérdense que hay muchos andinistas en el circuito y pueden ir a lugares muy diferentes de los que ustedes piensan que van.

Después del Puente de la Quebrada del Durazno, la subida a Confluencia tiene múltiples sendas, de las cuales se ha marcado la más directa y menos compleja desde lo técnico, pero es solo una sugerencia para los corredores. Todas las sendas son transitadas por los andinistas y conducen a Confluencia.

Desde Confluencia hacia Francia, se ha marcado la senda más directa y que se considera más segura de ascenso, siempre con pircas. Recordar que pueden haber andinistas, Guardaparques, etc., fuera de esta marcación, para no confundirse. Si bien todas las huellas llegan hasta Francia, la marcada con Pircas es la que se ha recorrido y corroborado en los días previos a la Carrera.

Desde que empieza el descenso de Las Cuevas hasta Penitentes, deben estar atentos a las marcaciones, que muchos van a llegar con condiciones de visibilidad disminuida. A partir de las 18 es obligatorio el uso de linterna frontal colocada y partir de las 19 encendida, sin excepción.

3. CIRCUITO



100k

Puestos de Descalificación con Cierre del Circuito

El puesto de Descalificación con Cierre del Circuito será en Confluencia Ida-1, a las 9am. Los horarios han sido establecidos con márgenes para que los corredores puedan completar el recorrido de manera segura. NO salen corredores desde Confluencia a Francia después de las 9am.

Aquellos que no puedan completar el circuito de altura por el horario de corte, serán tomados como fuera de Carrera y en su clasificación aparecerá "DNF", siglas internacionales de No completo el recorrido.

Por favor recordar que en esta distancia los corredores deben llegar hasta Plaza Francia, y pueden ser detenidos y sacados de Carrera por personal idóneo y capacitado, que considere que están en riesgo o ponen en riesgo la seguridad de terceros. Esta medida rige para todo el recorrido, pero especialmente para el ascenso desde Confluencia a Francia, donde la evacuación puede ser complicada y riesgosa para el corredor y los rescatistas.

Este circuito es exigente y apto solo para corredores con experiencia demostrada.

Esta Carrera es distinta a las otras que has corrido. Se corre en la alta montaña, con terrenos muy técnicos, con falta de oxígeno y condiciones climáticas que pueden ser extremas y poner en peligro la vida del corredor y de todos los involucrados. El personal que se encuentra en los puestos de altura, incluye médicos, guías de montaña, campamentistas, andinistas, ultra trail runners, Guardaparques, personal de la Patrulla de Rescate de la Provincia de Mendoza. Todos ellos están sumamente familiarizados con la alta montaña y con el desempeño de las personas en estas condiciones hostiles.

Estas características hacen que, además de los cortes de Carrera por horario, distintas autoridades o personal de la organización puedan detener y sacar de Carrera a los corredores que consideren que no están en condiciones de seguir, en cualquier momento del recorrido. La decisión de finalización de Carrera en el Puesto de Cierre o por parte del personal idóneo en alta montaña es INAPELABLE. Recuerden que esto está hecho para garantizar la seguridad de los corredores. El Aconcagua siempre espera por una revancha.

Los corredores descalificados deben iniciar el descenso hasta PC Horcones, desde donde serán trasladados a Penitentes según los horarios establecidos por la organización.

3. CIRCUITO

100k

Otro Punto de Descalificación con Cierre del Circuito está en Horcones-2, Vuelta. Este PC se encuentra a la salida del Parque Provincial. Aquellos corredores que no hayan salido del parque a las 14:30hs, no podrán continuar la subida hacia Las Cuevas/Cristo Redentor. Aquellos que no puedan completar el circuito de altura por el horario de corte, serán tomados como fuera de Carrera y en su clasificación aparecerá "DNF", siglas internacionales de No completo el recorrido.

El último Punto de Descalificación con Cierre de Circuito será en Las Cuevas-1, Subida. Los corredores tienen tiempo hasta las 17.30hs para empezar el ascenso al Cristo Redentor. No salen corredores a la altura después de este horario. Este horario es INAPELABLE. Los corredores que no lleguen a este corte, serán evacuados a Penitentes en los horarios que disponga la organización.

Distancia entre puestos

100k

Puesto	Km. de Carrera	Distancia al prox. pas.	Corte
Largada Penitentes	0	11 km.	
Horcones 1	Km. 11	8 km.	
Confluencia 1	Km. 19	9 km.	9.00
Plaza Francia	Km. 28	9 km.	
Confluencia 2	Km. 37	8 km.	
Horcones 2	Km. 45	12 km.	14.30
Cruce de Ruta	Km. 57	5 km.	
Las Cuevas 1	Km. 62	9 km.	17.30
Cristo Redentor	Km. 71	3 km.	
Las Cuevas 2	Km. 74	15 km.	
Puente del Inca	Km. 89	10 km.	
Llegada	Km. 99	0	

3. CIRCUITO

100k

Protocolo de abandono.

En el caso de que un corredor abandone la prueba, tiene que avisar obligatoriamente al Jefe del Puesto de Abastecimiento o Control. Los banderilleros, o cualquier personal fuera de los puestos NO registraran pedidos de abandono.

Recuerden, que en el caso de abandonar en el circuito desde Horcones hasta Francia, los corredores deben descender por sus propios medios hasta el PC Horcones, donde deben presentarse ante el Jefe del Puesto, quien determinara los horarios de los traslados a Penitentes.

En el caso de que alguien del personal relacionado con la carrera, determine que el corredor no puede seguir en carrera, se le retirara el dorsal y se dará aviso a la Organización que el competidor inicia el descenso.

Los traslados a Penitentes se harán cuando la Organización lo determine.

Basura.

Correr a los pies de la montaña más alta de América es una oportunidad que solo los atletas que corren esta prueba pueden disfrutar. Este hecho es único y es nuestra obligación cuidar y mantener limpio este marco exclusivo. Habrá recipientes para residuos en los Puestos de Control y en la Partida y Meta.

Quienes arrojen basura serán descalificados inmediatamente, ya sean detectados por personal de la organización, Guardaparques, Guías de montaña, etc. Tener una carrera limpia es obligación de todos, y seremos inflexibles con la basura.

Los competidores que arrojen basura dentro del Parque Provincial Aconcagua, pueden, además de ser descalificados inmediatamente, ser detenidos por Guardaparques, para labrar el acta de infracción correspondiente y aplicar las multas que corresponden por ley.

Es recomendable llevar todos los alimentos, etc., en bolsas tipo ziploc, para evitar tener que "pelar" caramelos, barras, etc., con los guantes puestos. Esto puede ser complicado, difícil, hacer perder tiempo y exponer al corredor a que se vuelen los papeles, envases, etc. Si esta situación es detectada se descalificara inmediatamente al corredor.

Además, sacarse los guantes para buscar alimentos, con temperaturas bajo cero y vientos de 30 km por hora, es una muy mala idea.

4. ELEMENTOS OBLIGATORIOS

100k

1. Numero de corredor visible en la parte delantera el cuerpo
2. Ficha y certificado médico completos y firmados
3. Deslinde de responsabilidades completo y firmado
4. Permiso de ingreso al Parque Aconcagua completo y firmado
5. Linterna Frontal con pilas/batería de recambio
6. Mochila con capacidad mínima para 1 litro de líquido
7. Rompe viento o campera resistente a las bajas temperaturas
8. Calzas o pantalón largo, puesto o en la mochila
9. Guantes adecuados para bajas temperaturas
10. Silbato
11. Manta térmica
12. Lentes para sol con protección UV
13. Polar
14. Primera piel térmica

Los corredores pueden ser sujetos a inspección de material obligatorio antes de entrar al corralito de largada, o en cualquier puesto de control de la carrera. Estos elementos son básicos para la seguridad de los corredores en la alta montaña. La falta de alguno de ellos derivara en la descalificación automática del corredor.

Recuerden además, que los ritmos son propios de cada corredor, y en base a ello y a las previsiones climáticas deben llevar abrigo suficiente, además del obligatorio. Por encima de Confluencia y hasta Francia, cualquier lesión o descenso del ritmo puede significar hipotermia y riesgo de vida.

A partir de las 18 horas todos los corredores deben tener el frontal colocado y encendido a partir de las 19 horas. Esto es obligatorio. Es importante tener en cuenta este punto para calcular adecuadamente la provisión de pilas, baterías, etc. Recordar que el frontal lo van a usar desde la largada hasta las 8 horas del sábado, y después desde las 19hs hasta que lleguen a la meta. Los corredores que no tengan el frontal funcionando, serán detenidos por personal de la organización y no se les permitirá continuar en carrera.

4. ELEMENTOS OBLIGATORIOS



100k

Elementos recomendados

Dependerá del estado climático, y es importante que los corredores estén atentos al pronóstico del tiempo para el día de la Carrera

Nuestras recomendaciones son:

- Indumentaria técnica transpirable
- Polainas bajas para evitar abrojos, piedras, arena, tierra
- Guantes de abrigo de repuesto
- Cuello multifunción
- Bastones: plegables, telescópicos, etc.

5. RECOMENDACIONES DE CARRERA

La largada es en el Centro de Ski de Penitentes, por la calle principal hacia el Oeste, donde sigue sendero claro, con cruce de río técnico y luego subida a sendero semitecnico hasta el Río Puquios, donde se cruza la ruta por debajo. De ahí se rodea el Cementerio de los Andinistas y se toma calle principal que sale al centro de Puente del Inca. Se Cruzan las vías y se toma sendero de mulas para cruzar el río por puente de cemento, por debajo de la ruta, que hace un zig/zag para tomar sendero claro por detrás de la Aduana hasta el PC Horcones Ida-1.

Desde allí, se toma por circuito vehicular, rodeando la Laguna de Horcones por la derecha y se sigue por sendero bien marcado, hasta el Puente de la Quebrada del Durazno. Allí se dobla al Norte y se inicia el ascenso a Confluencia. Desde la Piedra Grande esta pirqueado hacia la ladera de la montaña, para evitar subida pesada por acarreo (ideal el uso de bastones). Las subidas los sacan al cruce del río, de los cuales el más recomendable es el tercero, que está más arriba sobre la ladera.

Desde allí sendero franco hasta PC Confluencia, donde se entra rodeando el campamento. Recuerden de no cruzar en línea los campamentos que están en Confluencia. El respeto hacia todos los que compartimos la montaña es clave.

Desde Confluencia se sale por camino marcado, atención al desvío a Francia. No se cruza nunca el río en el circuito que va a Francia. Desde allí vienen dos subidas pesadas, en zona de avalanchas, hasta subir al filo que los saca a las tierras coloradas. Los corredores se mantienen siempre del mismo lado del río que el PC de Confluencia.

Aquí quedan los corredores muy expuestos al viento, es importante salir abrigados. Desde allí sendero franco marcado con pircas y cortes de circuitos claros. Desde el Primer mirador de Francia al Segundo, se pasa un deslizamiento de tierras coloradas, donde las pircas pueden haber desaparecido por lluvias, nieve, etc. La dirección es Norte franca, buscando las pircas en las tierras grises.

Cuando salen del Parque Provincial, retoman sendero de mulas, y al bajar por el puente, toman a la derecha, e inician ascenso hacia Las Cuevas por sendero marcado, paralelo al Río Mendoza, hasta la alcantarilla donde cruzan la ruta por debajo y toman sendero de vías y luego sendero técnico con piedras sueltas hasta Las Cuevas.

5. RECOMENDACIONES DE CARRERA

En las Cuevas está el punto de abastecimiento más importante de la segunda mitad de la carrera, en el Refugio de Montana. Desde allí los corredores inician ascenso al Cristo Redentor por la huella vehicular hasta el punto de control de Corredor, a los pies del monumento. Desde allí inician descenso por cortada técnica hasta volver al PC de Las Cuevas.

El camino de descenso es el mismo hasta Puente del Inca. Desde la salida del Cementerio de los andinistas siguen por una senda paralela a la ruta hasta pasar el Cobertizo, donde se desvían hacia el río para cruzar al lado oeste (donde está Penitentes) por debajo de la ruta, y de allí el mismo circuito final hasta Penitentes.

Es importante recordar la marcación en cada puesto, tanto de ida como de vuelta. Ideal que verifiquen que estén planillados "cantando" el número al personal de los puestos.

En ningún momento cruzan la ruta por la carpeta asfáltica. Si son sorprendidos en esa situación serán descalificados automáticamente.

6. CONTACTO

info@aconcaguultratrail.com | www.aconcaguultratrail.com