

# GUÍA TÉCNICA

## MMR POWER RACE LEÓN 11 JUNIO 2023 MEDIA MARATON



**MMR**  
**Power Race LEÓN**

**11 DE JUNIO DE 2023**  
CAMPEONATO DE CASTILLA Y LEÓN XCM

**Organiza:**

**Patrocinan:**

 <http://power-race.es>

**Colaboran:**

<b>Pagina</b>	<b>Contenido</b>
3	Introducción
4	Ubicación
5	Información General
6	Horarios Oficiales
7 a 11	Reglamento
12 a 13	Rutometro Maratón XCM
14	Señalización
15	Centros Médicos
15	Cronometraje
15	Alojamientos
16	Restauración
16	Servicios al Participante
16	Mecánica
17	Zona de Servicios
18	Recorrido
19	Dorsales
20	Programa de Actividades

# INTRODUCCIÓN

La Ciudad de León cuenta en la actualidad con 142.439 habitantes, llegando a los 200.000 si tenemos presentes las localidades que conforman su alfoz. Su situación en el cuadrante noroeste de la península, paso obligado hacia Galicia y Asturias, y nexo de éstas con la meseta, nos da una idea de la importancia de su ubicación como nudo de comunicaciones; ciudad de paso del Camino de Santiago, acogedora desde siempre con cuantos peregrinos, viajeros y turistas la han hecho su hogar durante unas horas o unos días

El Club Deportivo Maragatos Bike organiza junto a Merchanor eventos deportivos la VIII edición de la Mmr Power Race León

Prueba Maratón de 87km que será también Campeonato de Castilla y León XCM y una media Maratón de 41km

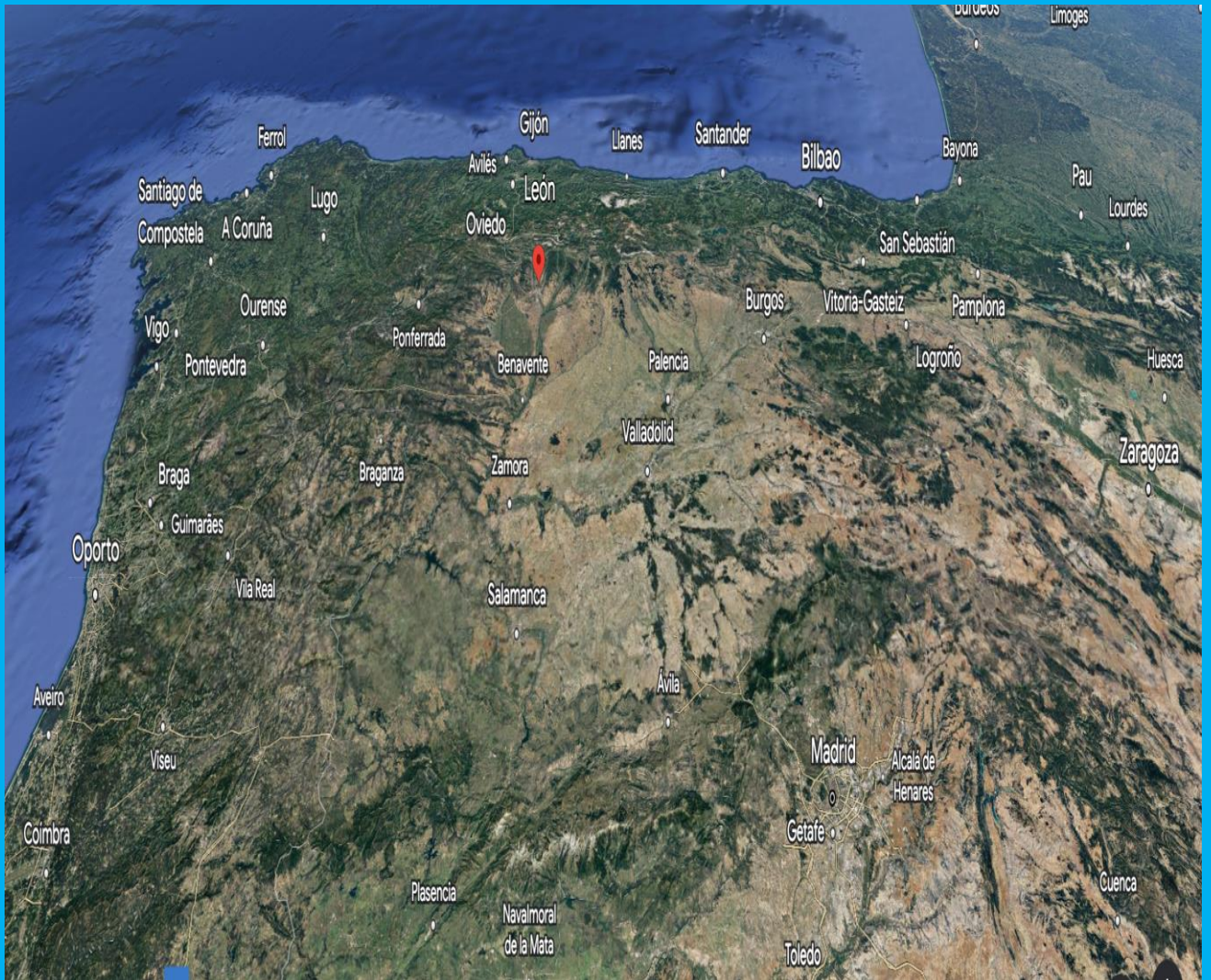
La prueba con inicio y final en la ciudad de León transcurre por los municipios de Carbajal de la Legua, Cabanillas, La Seca, Benllera, Rioseco de Tapia, Camposagrado y Valsemana.

Organizamos pruebas de mountain bike dirigidas a todos los aficionados a la bicicleta de montaña que quieren superarse y vivir una experiencia única. Seleccionamos los mejores recorridos para que pongas a prueba tu resistencia a la vez que disfrutas de los impresionantes paisajes que ofrece León. Disponemos de los mejores avituallamientos, además cada participante recibe un pack del corredor completo.

La MMR POWER RACE LEÓN 2023 que se celebrara el 11 de Junio de 2023, se realizara bajo reglamento técnico de la Federación Española de Ciclismo y cuantas Normas Reglamentarias le sean de aplicación.

## UBICACIÓN





***Desde Madrid: Por carretera hay 350km de distancia. Tomaremos la AP6 en dirección Coruña. Seguiremos por la Autovía A6 hasta la salida 268 y cogeremos la Autovía A66 que nos llevara hasta la Ciudad de León. La Ciudad de León también dispone de servicio directo de tren de alta velocidad, Aeropuerto y multitud de conexiones por autobús con toda la península ibérica.***

## **INFORMACIÓN GENERAL**

<b>Nombre de la prueba</b>	<b>COPA DE ESPAÑA BTT XCUM 2022 POWER RACE LEÓN</b>
<b>Fecha</b>	11 Junio 2023
<b>Ubicación</b>	León (León)
<b>Club Organizador</b>	Club Deportivo Maragatos Bike clubmaragatosbike@hotmail.com  Tlf +34 649958565
<b>Contacto Director Técnico</b>	Oscar Martinez  +34 649958565
<b>Categoría</b>	<b>BTT XCM</b>
<b>Recorrido</b>	Distancia 133km / m desnivel 2700+
<b>Oficina Permanente</b>	<a href="https://goo.gl/maps/qYN8bcYDXtSBWfGHA">https://goo.gl/maps/qYN8bcYDXtSBWfGHA</a> Centro deportivo "Supera" Viernes : 17:00 a 21:30 horas Sábado: 07:30 a 20:00 horas
<b>Sala de prensa</b>	<a href="https://goo.gl/maps/qYN8bcYDXtSBWfGHA">https://goo.gl/maps/qYN8bcYDXtSBWfGHA</a> <b>Oficina Permanente</b>
<b>Inscripciones y pre-inscripciones</b>	A través de la web de la R.F.E.C www.rfec.com
<b>Normas de seguridad</b>	Casco obligatorio. Prohibidos comportamientos agresivos durante la competición. Avituallamiento solo permitido en la zona delimitada a tal efecto. Toda conducta no permitida será tratada siguiendo la normativa R.F.E.C

## **HORARIOS OFICIALES**

<b>Sábado 10 de Junio</b>	
Recogida de dorsales	De 18:00 a 21:30 horas
<b>Domingo 11 de Junio</b>	
Recogida de dorsales	De 08:30 a 09:40 horas
Apertura de Cajones Maratón Y Mini Maratón	09:00 horas
Apertura de Cajones Campeonato de Castilla Y León XCM	09:40 horas
Entrega de premios	16:00 horas
Cierre de Carrera	18:00 horas

# **REGLAMENTO DE LA MMR** **POWER RACE LEÓN 2023**

## **1º PRESENTACION**

La **MMR POWER RACE LEON** tendrá DOS distancias, una **maratón de 87 km** y será también **CAMPEONATO DE CASTILLA Y LEÓN XCM** y una **media maratón de 41 km**.

Tendrá salida y llegada en la ciudad de León el **11 de junio** y transcurre por distintos pueblos cercanos a la capital Leonesa.

La hora de salida de las dos pruebas será a las **10.00 horas** y el cierre de las mismas a las **17:00 horas**.

El número de plazas será de **500 participantes**.

## **2º PARTICIPACIÓN**

Todo participante tendrá que tener la **LICENCIA FEDERATIVA** y en caso de no tenerla podrán acceder a sacar la **LICENCIA DE UN DIA**.

### **PREMIOS.**

-Tendrán trofeo los tres primeros de cada categoría del Campeonato de Castilla y León de XCM. (Todas las categorías).

-En la Maratón habrá también las siguientes categorías en categorías.

**ABSOLUTA MASCULINA Y FEMINAS.**

**ELITE, MASTER 30, MASTER 40, MASTER 50, MASTER 60.**

**En FEMINAS Maratón, ELITES DE 18 A 29 Y MASTER DE 30 EN ADELANTE.**

-La **MEDIA MARATÓN** tendrá premios los tres primeros masculinos y las tres primeras féminas.

## **3º INSCRIPCIONES**

**LAS INSCRIPCIONES SE REALIZARAN ATRAVES DE LA PLATAFORMA DE LA FEDERACION DE CICLISMO DE CASTILLA Y LEÓN.**

**EL COSTE DE LA INSCRIPCIÓN MARATÓN.**

- Inscripción 34 € (del 1 al 31 de marzo) y 39 € (del 1 de abril al 7 de junio).

- Los No federados tendrán que abonar 5€ por la licencia de un día.

#### **EL COSTE DE LA INSCRIPCIÓN DE LA MEDIA MARATÓN.**

- Inscripción 27 € (del 1 al 31 de marzo) y 32 € (del 1 de abril al 7 de junio).

- Los No federados tendrán que abonar 5€ por la licencia de un día.

#### **TODOS PARTICIPANTES TENDRÁN INCLUIDO CON LA INSCRIPCIÓN**

- Bolsa del corredor.
- Seguro de accidente para el participante en la prueba.
- Cronometraje con CHIP.
- Duchas.
- Asistencia médica. (Con un médico en un 4x4 para asistir directamente al participante)
- Avituallamientos sólidos, líquidos y comida al finalizar la prueba.
- Fisioterapeutas.
- Lavado de bicicletas.

**LA RECOGIDA DE DORSALES SE REALIZARÁ EN LA ZONA DE SALIDA EL SÁBADO 10 DE JUNIO, DESDE LAS 18 HORAS HASTA LAS 21.30 HORAS.**

**EL DOMINGO 11 DÍA DE LA PRUEBA, DESDE LAS 8.30 HORAS HASTA LAS 9.40 HORAS.**



Los **DORSALES SON INTRANSFERIBLES**, cada participante llevara su dorsal y por cualquier causa si no pudiera asistir a la prueba **NO PRODRA CEDER EL DORSAL** a nadie. Si así ocurriera incumpliría la normativa de la prueba **.Y SE TOMARIAN ACCIONES LEGALES CONTRA LOS QUE INCUMPLAN ESTA NORMA.**

#### **4º RECORRIDO Y PUNTOS DE CONTROL**

El recorrido estará debidamente señalado.

La Organización dispondrá de vehículos de evacuación para los accidentados y los averiados.

Existirán unos cajones de salida, donde **LA ENTRADA A LOS CAJONES DEL CAMPEONATO DE CASTILLA Y LEÓN XCM SE REALIZARA A LAS 9.40 HORAS**, mientras que a la maratón y media maratón podrá acceder desde las 9.00 horas.

**Todo participante está obligado a pasar por los puntos de control** determinados por la organización, no pasando por ellos quedaran descalificados, siendo controlados con un chip que llevaran siempre en el dorsal.

**SE INFORMA QUE LLEVEN VESTUARIO Y MATERIAL ADECUADO** para poder realizar la prueba con garantías.

#### **5ºREGLAMENTO Y ACEPTACION DEL MISMO**

Todos los participantes deberán respetar sin excusas las disposiciones de la ley de seguridad vial ya que aunque recorremos pistas y caminos, estos están abiertos al tráfico. Los agentes de la autoridad y personal auxiliar habilitado podrán retirar de la marcha a aquellas personas que con sus acciones constituyan un peligro para el resto de los participantes y usuarios de las vías públicas.

**El recorrido discurre por terrenos naturales, por lo que se ruega a todo participante que cuide el entorno. No tirando basura por cualquier lado, pudiendo ser descalificado de la prueba si incumpliese esta norma.**

- Que existe la posibilidad de sufrir un accidente deportivo inherente a la práctica del ciclismo, asumiendo personalmente la responsabilidad de los accidentes que pudiera causar a cualquier participante de la prueba, excluyendo a la organización de cualquier responsabilidad derivada de estos accidentes.
- Que existe la posibilidad de causar un accidente a un tercero ajeno a la prueba, asumiendo personalmente la responsabilidad integra de este accidente y excluyendo a la organización de cualquier responsabilidad de estos accidentes.
- Que autorizo a los servicios médicos de la prueba, a que me practique cualquier cura que pudiera necesitar estando o no en condiciones de solicitarla; ante sus requerimientos me comprometo a abandonar la prueba si ellos lo estiman necesario para mi salud.
- Los participantes que por cuenta propia abandonen la marcha y pasen a circular por tramos fuera del recorrido, pasaran a circular fuera de la normativa y por lo tanto dejaran de estar cubiertos por las pólizas de seguros del evento.
- La organización no se hace cargo de los gastos y las deudas que pudieran contraer el corredor durante la marcha, ni de los extravíos y averías que pudieran sufrir las bicicletas y los equipos ciclistas.

**La organización NO se hace responsable de los posibles daños o deterioros que puede sufrir una bicicleta al trasladarla en los vehículos escoba.**

**TODO PARTICIPANTE EN ESTA PRUEBA RECONOCE QUE ESTA EN PLENAS CONDICIONES DE SALUD PARA PODER REALIZARLA, NO OCULTANDO A LA ORGANIZACIÓN CUALQUIER ENFERMEDAD QUE LE IMPIDIERA HACERLA.**

El hecho de inscribirse en esta prueba supone **LA ACEPTACION DEL PRESENTE REGLAMENTO Y LA RENUNCIA A TODOS LOS DERECHOS CONTRA LA ORGANIZACIÓN,** derivados de los daños que se puedan ocasionar en el transcurso de la marcha.

**6º DERECHOS DE IMAGEN Y PROTECCION DE DATOS.**

La inscripción en la marcha y la aceptación de presente REGLAMENTO implica que el participante da su consentimiento a la Organización para la captación de su imagen por distintos medios (video, fotografía, etc.), presta su autorización ante la posible difusión de su imagen en diversos medios y formatos (prensa, redes sociales, pagina web, etc.) y cede los derechos de uso de dichas imágenes para uso de la organización y promoción de este evento. Así mismo autoriza a los diferentes organizadores de las pruebas y a las empresas responsables de inscripciones y cronometrajes, a la gestión y divulgación de los datos personales que éste comunique a los organizadores de las pruebas, con el objeto de publicar las puntuaciones derivadas de su participación en las diferentes pruebas y formar parte de la lista de participantes en el presente Circuito.

### **7º DEVOLUCION DE LA INSCRIPCION.**

**Fecha de solicitud antes del evento y % de devolución.**

**MENOS DE 30 DIAS 80 %.**      **De 29 a 15 días 50 %**      **De 14 a 8 días**  
**25%**      **MENOS DE 8 DIAS 0%.**

**EN CASO DE SUSPENSION DE LA PRUEBA, LA ORGANIZACIÓN DEVOLVERA EL IMPORTE DE LA INSCRIPCION MENOS 5 € POR LOS GASTOS OCASIONADOS POR ORGANIZAR LA MISMA.**

**RUTOMETRO MMR POWER  
RACE LEÓN MEDIA MARATÓN  
2023**

- **SALIDA A LAS 10.00 h** del Centro deportivo Supera dirección a Carbajal de la Legua por la carretera Carbajal la LE-5504.

-**CARBAJAL DE LA LEGUA:** Entramos por la avd. León y abandonamos la carretera por el Camino de San Salvador, dirección a Cabanillas.

-**CABANILLAS:** (km 16 de la prueba, sobre las 10.40h) llegamos al pueblo y nos dirigimos hacia La Seca de Alba por el camino San Salvador.

- Antes de llegar a **La Seca de Alba**, nos desviamos dirección a la carretera de Asturias, realizaremos el avituallamiento y volveremos a León.

-**CARBAJAL DE LA LEGUA:** Llegamos desde el camino San Salvador (km 33) sobre las 11.40 h). Por la calle La Vallina iremos a cruzar la calle del Puente (a la altura del puente) LE-5504 hacia el campo de futbol,

donde continuaremos por el camino pegado al río hasta Eras de Renueva.

**-ERAS DE RENUEVA:** llegada desde la zona del Río Bernesga, salimos a la calle Río Camba para ir a la carretera Carbajal, cruzando la Avd. Gral. Gutiérrez Mellado hacia la Meta situada en el parking del Centro Deportivo Supera, sobre las 11.50 h.

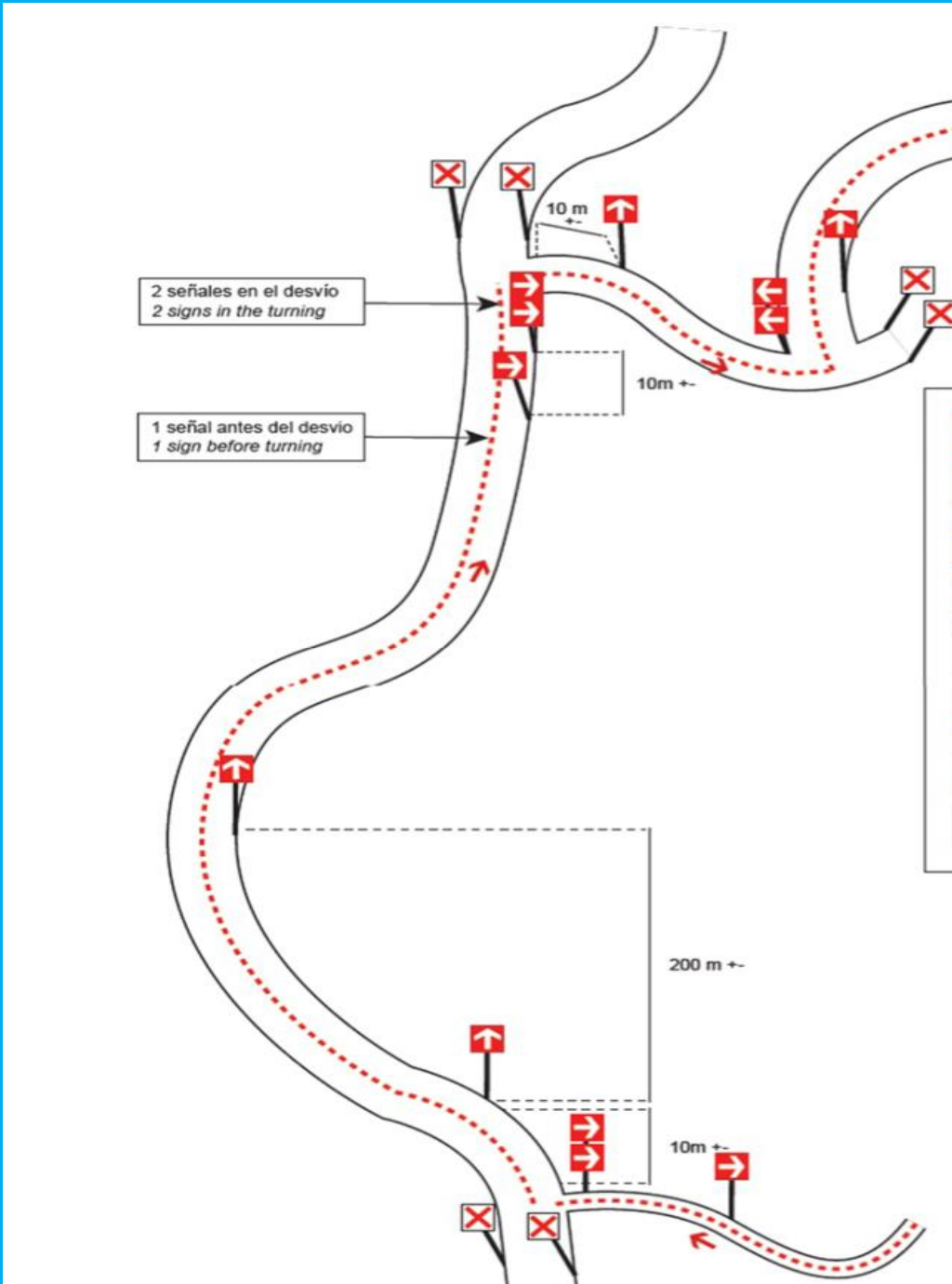
El final de la prueba será a las 14.30 h. Tiempo en el que se calcula que pueda entrar el último participante.

**\* EN CASO DE QUE POR CONDICIONES METEREOLÓGICAS NO PUDIERAMOS LLEGAR A LOS PUNTOS DETERMINADOS, LA ORGANIZACIÓN RECORTARÁ LA PRUEBA POR MOTIVOS DE SEGURIDAD, PARA DAR FACILIDAD A LOS PARTICIPANTES A LLEGAR POR ZONAS SEGURAS, TODO ELLO INFORMANDO CON ANTELACION A LA GUARDIA CIVIL, PROTECCION CIVIL Y CRUZ ROJA.**

**ANTE TODO SEGURIDAD.**

# **SEÑALIZACIÓN**





# CENTROS MEDICOS

**En la zona del circuito la organización contará con:**

- **2 UVI MOVIL con Médico y DUE.**
- **1 Vehículo 4x4 de rescate con Médico y Due.**
- **1 Puesto de socorro avanzado.**
- **1 Ambulancia de apoyo.**

**En León: Hospital San Juan de Dios Avenida San Ignacio de Loyola, 73**

**24010 León ☎ 987 23 25 00**

<https://goo.gl/maps/1pMvhuWehoLUhXtR8>

## **CRONOMETRAJE**

El cronometraje será realizado utilizando Chip desechable sistema. Durante el desarrollo de la prueba se contará con equipos de cronometraje capaces de trabajar bajo condiciones climatológicas extremas y sin necesidad de corriente eléctrica continua.

## **ALOJAMIENTOS**

Al encontrarse en una zona turística por su Patrimonio Cultural en León pueden encontrar numerosos hoteles y una amplia oferta de alojamientos turísticos en los alrededores.

## **RESTAURACIÓN**

Pueden encontrar supermercados y restaurantes en la ciudad de León y sus municipios colindantes.

# Servicios al Participante, Vestuarios y Duchas

Los vestuarios y duchas estarán situados en diferentes puntos de la Zona Meta

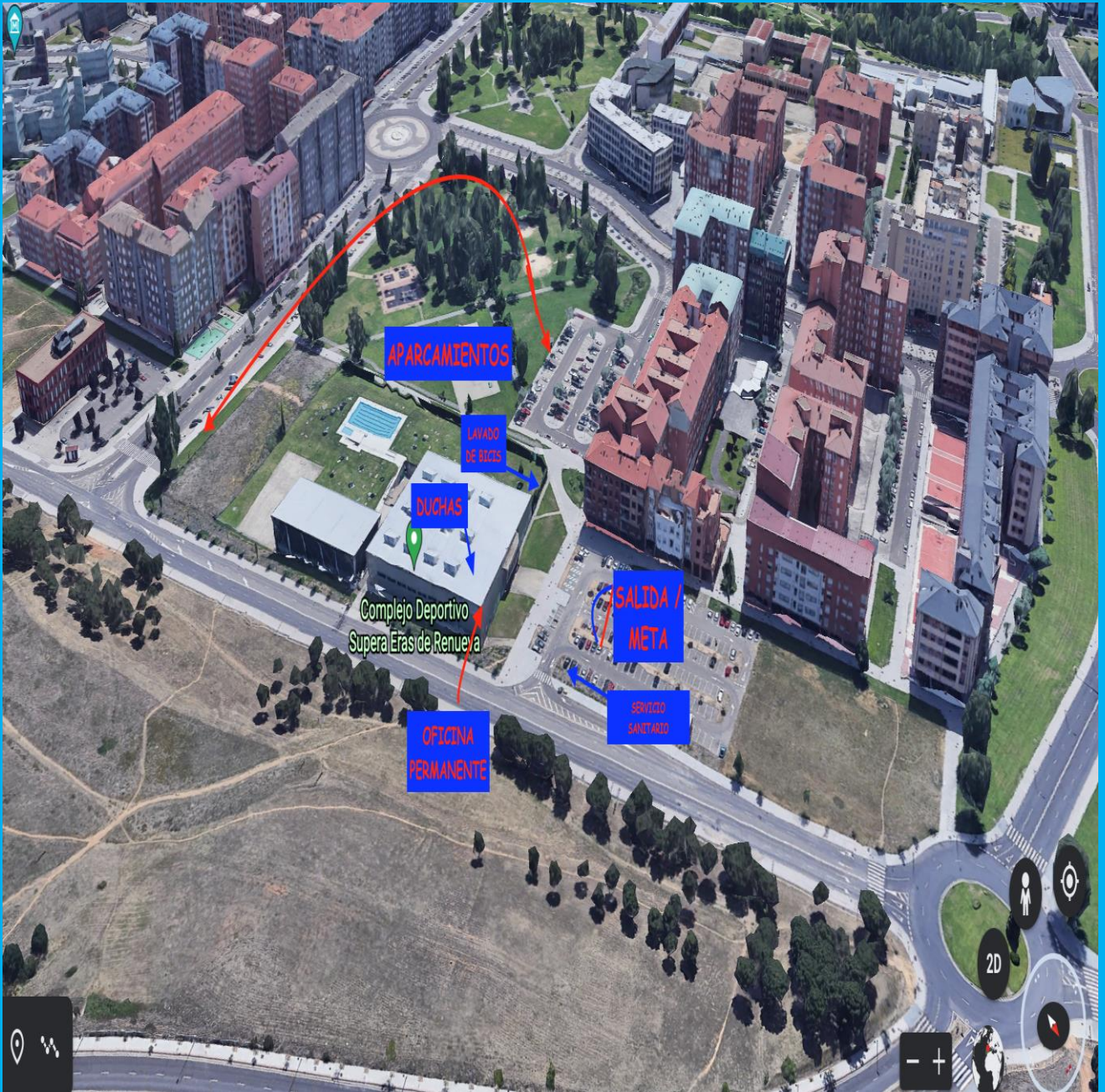
- – Centro Deportivo “ Supera”, 8 Vestuarios y 100 Duchas.  
<https://goo.gl/maps/HBR5wbM57P2smxbG6>

## MECÁNICA

Es muy importante que tengas tu bicicleta a punto. La prueba transcurre por un trazado muy exigente. Dispondremos de servicio mecánico con los mejores profesionales. La mano de obra está incluida en la inscripción pero TODOS los recambios deberán ser abonados por el participante que los requiera. En el punto mecánico tiene que indicar su dorsal y DNI para que le extiendan el recibo que posteriormente se deberá abonar.

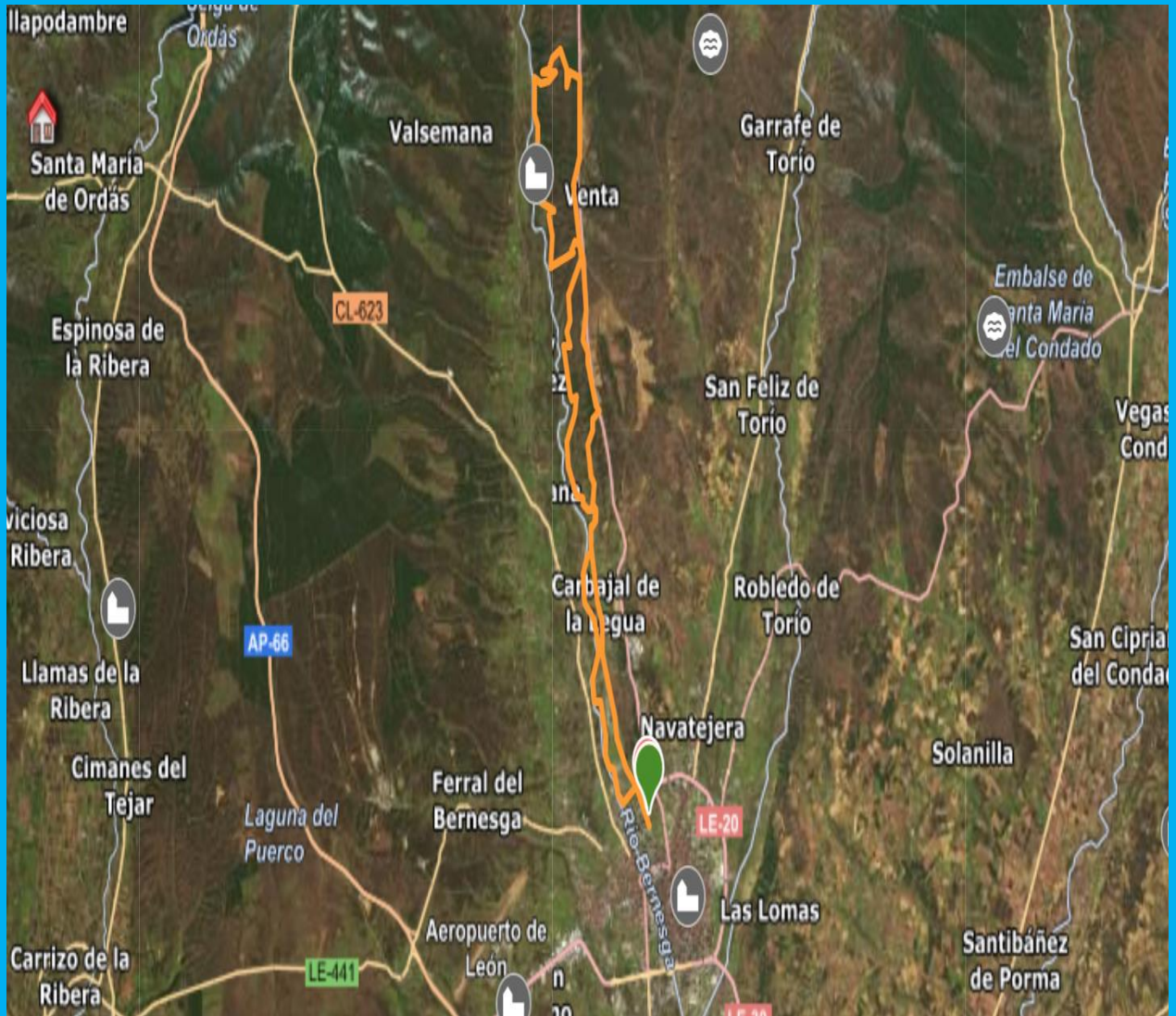
## ZONA DE SERVICIOS

<https://goo.gl/maps/HBR5wbM57P2smxbG6>



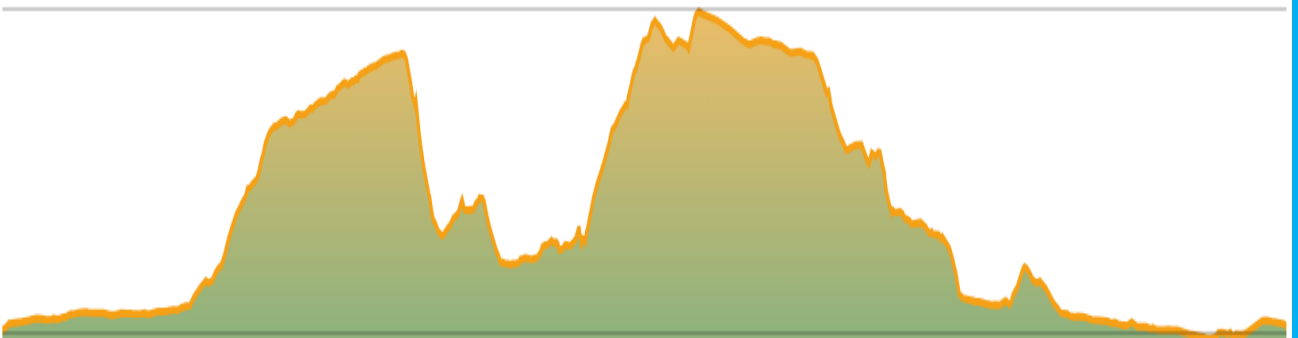
# RECORRIDO





<https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/mmr-power-race-2023-marcha-corta-128360906>

1.124 m



834 m

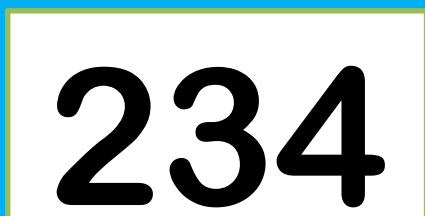
40,72 km



# DORSALES

Los dorsales se dividirán en colores para distinguir categorías y distancias en las que se compita, y estarán agrupados por números.

**FEDERADOS MASCULINO**



**FEDERADAS FEMENINO**



**CICLOTURISTA MARATÓN**



**CICLOTURISTAS RUTA CORTA**



## PROGRAMA DE ACTIVIDADES

<b>FECHA</b>	<b>HORA</b>	<b>MOTIVO</b>	<b>Lugar</b>
<b>01/03/2023</b>	<b>00:00</b>	<b>Apertura de Inscripciones.</b>	<b>RFEC</b>
<b>07/06/2023</b>	<b>00:00</b>	<b>Cierre de Inscripciones.</b>	<b>RFEC</b>
<b>10/06/2023</b>	<b>18:00</b>	<b>Entrega de Dorsales.</b>	<b>Oficina Permanente</b>
<b>10/06/2023</b>	<b>21:30</b>	<b>Fin de Entrega de Dorsales.</b>	<b>Oficina Permanente</b>
<b>10/06/2023</b>	<b>22:00</b>	<b>Cierre de Oficina Permanente</b>	<b>Oficina Permanente</b>
<b>11/06/2023</b>	<b>08:30</b>	<b>Entrega de Dorsales.</b>	<b>Oficina Permanente</b>
<b>11/06/2023</b>	<b>09:40</b>	<b>Fin de Entrega de Dorsales.</b>	<b>Oficina Permanente</b>
<b>11/06/2023</b>	<b>09:00</b>	<b>Apertura de Cajones</b>	<b>Línea de Meta</b>
<b>11/06/2023</b>	<b>09:40</b>	<b>Apertura de Cajones Campeonato Castilla Y León XCM</b>	<b>Línea de Meta</b>
<b>11/06/2023</b>	<b>10:00</b>	<b>Salida MMR Power Race 2023</b>	<b>Línea de Meta</b>
<b>11/06/2023</b>	<b>13:00</b>	<b>Inicio de Servicio de Comida</b>	<b>Oficina Permanente</b>
<b>11/06/2023</b>	<b>13:45</b>	<b>Llegada Primeros Corredores a Meta</b>	<b>Línea de Meta</b>
<b>11/06/2023</b>	<b>15:30</b>	<b>Entrega de Trofeos</b>	<b>Podium Zona Meta</b>
<b>11/06/2023</b>	<b>17:00</b>	<b>Cierre de Control en Meta</b>	<b>Línea de Meta</b>
<b>11/06/2023</b>	<b>18:00</b>	<b>Fin de Servicios de Comida y Vestuarios</b>	<b>Oficina Permanente</b>