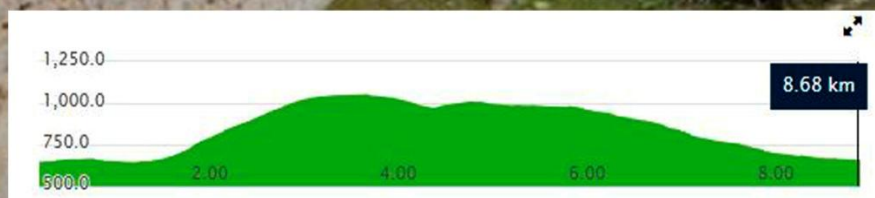


23ª MARCHA CALZADA EL ALMIÑÉ 2023

Sábado, 1 de julio
a partir de las 17:00 h.

- Andando
- Marcha Nórdica
- Corriendo

- 17:00 h. Andando. (Obligatorio dorsal)
- 17:15 h. Marcha Nórdica. (Obligatorio dorsal)
- 18:30 h. Corriendo. (Obligatorio dorsal)
- 20:30 h. Cierre Prueba.



INSCRIPCIONES EN idj.burgos.es



BASES

XXIII MARCHA *CALZADA EL ALMIÑÉ*

2023

LA ALMIÑÉ

(BURGOS)

- Andando
- Marcha Nórdica
- Corriendo

22

• r .



El Almiñé a 09 de mayo de 2023

El Instituto Provincial para el Deporte y la Juventud de la Diputación de Burgos y el Ayuntamiento de El Almiñé, en colaboración con la Asociación y la U.C.Medinesa, tienen en proyecto organizar el día 1 de Julio a partir de las 17,00 horas, la 23^a CALZADA “EL ALMIÑÉ”.

Después de 23 años, cambiamos de formato y realizamos una prueba de 8,7 kms circular y para corredores, andarines y marcha nórdica.

La Calzada El Almiñé, sigue teniendo la misma subida de siempre, que después de coronar se crestea hasta La Hoz y baja para alargar el trazado y hacerla circular, llegando a meta de nuevo en El Almiñé.

Para hacer más atractiva la ruta y que puedan participar más sectores sociales, según su condición física, hacemos dos salidas diferenciadas; andando y marcha nórdica y corriendo, sobre un recorrido de 8,7 kms.

Las salidas desde la Plaza de la Iglesia se efectúan a las 17,00 horas Andando, 17,05 Marcha Nórdica y 18,30 horas Corriendo.

El trazado de la prueba discurre en su totalidad por caminos de uso público o pistas forestales y P.R. dentro del Valle de Valdivielso.

Las normas, memoria e itinerario se adjuntan a continuación.

El fin perseguido, es dinamizar y ofrecer a los vecinos una actividad que dé a conocer el entorno único en el que viven y proporcionar a los veraneantes una prueba física y reglada que haga de unión entre todos el primer fin de semana de julio.

El carácter de la prueba es competitivo para unos y familiar y de fiesta para otros.

Pretendemos que puedan participar todos, independientemente de la forma y condición física de cada uno. La dificultad es media.



El Alcalde de El Almiñé

Jesús Arce Garmilla

XXIII CALZADA EL ALMIÑÉ 2023

La Calzada El Almiñé, es una prueba media, con un desnivel 471 m. positivo.

Los 8,7 kms. del trazado circular, se desarrollan por una subida de dos kms, otros dos cresteando, para bajar de nuevo al punto de partida completando el recorrido.

La prueba pretende congrega una participación de todos los sectores sociales y edades. Principalmente va dirigida a atletas federados y no federados y a cualquier persona que disfrute con los paseos por la naturaleza y la actividad física.

El tiempo estimado para realizar la prueba es de 2/3 horas en el caso de Marcha de Montaña y Marcha Nórdica y de 45 minutos a 1,30 horas en el caso de la Carrera.

La organización, a fin de cubrir todo el recorrido y dar garantía de asistencia a los participantes, dispondrá de varios



puntos de control, así como motocicletas o bicis que cubrirán cualquier imprevisto en el transcurso de la prueba.

La fecha estimada para la celebración de **La Calzada El Almiñé** es el primer fin de semana de julio, por ser ésta una época en la que hay más actividad y veraneantes en el municipio.

El recorrido discurre por caminos y montes públicos, por lo que no compromete ni dificulta su desarrollo. La organización dispondrá de personal y los medios oportunos para evitar incidentes, garantizando su seguridad.

Se colocaran puntos kilómetros y la señalización necesaria para informar a los participantes.

55

• r .

MODALIDADES

(es necesario presentar la autorización firmada de un tutor para los menores)

Andando: Categoría única, (mayores de 6 años. a partir del 2016)

Marcha Nórdica: Categoría única, (mayores de 6 años. a partir del 2016)

Corriendo:

masculino	femenino	desde año	hasta año
Junior (16-19 años)	Junior (16-19 años)	2004	2007
Senior (20-39 años)	Senior (20-39 años)	1984	2003
Vet.A (40-49 años)	Vet.A (40-49 años)	1974	1983
Vet.B (50-59 años)	Vet.B (50-59 años)	1964	1973
Vet.C (60-99 años)	Vet.C (60-99 años)	1924	1963



HORARIOS

- .- 17:00 horas - Andando.** (Obligatorio dorsal)

- .- 17:05 horas – Marcha Nórdica.** (Obligatorio dorsal)

- .- 18:30 horas - Corriendo.** (Obligatorio dorsal)

- .- 20:30 horas –Cierre Prueba.**

En función de los inscritos y teniendo en cuenta la seguridad, se podrán realizar las variaciones oportunas.

La prueba es circular, el lugar de salida es la Plaza de la Iglesia, también será el de llegada y en ella, deben presentarse todos los participantes con al menos una hora de antelación para recoger dorsales, comprobar la inscripción con sus datos y estar preparados para la salida con puntualidad.

La inscripción **6€.** (hasta el 12 de junio) y **12€.** (hasta el 28 de junio, sin reserva de camiseta). Se efectuará en la web IDI Diputación de Burgos. Hay plazas limitadas en función de las modalidades y el límite total se establece en 300 participantes.

El recorrido será el que se indica a continuación y en él estarán distribuidos: personal, puntos de avituallamiento según reglamento, puntos de control de paso, ambulancias y vehículos de asistencia.

RUTÓMETRO/RECORRIDO CALZADA EL ALMIÑÉ



ANDANDDO / MARCHA NÓRDICA / CORRIENDO 8,7 km.

Km. 0 -

Salida desde la Iglesia recto, a 100 m. giro iz hasta el Bº La Llana.

Km. 1,0 -

La Llana, a la dcha. 200 m. hasta la fuente Quintanillas. Desde el km 1'5 al 2'5 el desnivel es del 25%.

Km. 2,0 -

El Torcón. Después del km 2'5 el desnivel es del 15%.

Km. 3,0 -

Alto de Hoyo, a 1.060 m. de altitud.

Km. 4,0 -

Mira Vacas, a 1.000 m.

Km. 5,0 -

Hoyo. ***Control T.terreno**

Km. 5,4 -

La Hoz ***Avituallamiento 1: líquido**

Km. 6,0-

Calzada - Los Chopos.

Km. 7,0 -

Calzada - Tenada Vieja.

Km. 8 -

Bº del Mesón.

Km. 8,7 -

IGLESIA. META.

77

• r ..

VEHICULOS DE ASISTENCIA

La organización para cumplir con las necesidades de los participantes y para atender lo mejor posible las condiciones de seguridad según se refleja en el reglamento, dispondrá de varios puntos de avituallamiento y controles, así como vehículos y personas identificadas y comunicadas según lo siguiente.

Puestos de agua

Se colocarán en la salida y en La Hoz, habrá dos personas mínimo y un vehículo.



Vehículos todo-terreno

Se utilizarán para posible ayuda a los participantes con problemas en lugares estratégicos que enlazan con Meta.

Los puntos de control son:

El Almiñé, además de otros que la organización estime oportunos.

Motocicletas/Bicicletas de carrera

Serán necesarias dos para asegurarse la inalterabilidad del circuito durante la carrera, además harán funciones de ayuda y enlace y abrirán y cerraran cada modalidad de participación. Otra irá cerrando tramos de prueba y retirando la señalización.

Puestos de control

En ellos se comprobarán y apuntarán los dorsales que identifican a los participantes de cada modalidad con el fin de evitar irregularidades en el recorrido, clasificación y tiempo final. Tomarán nota de todos los dorsales en el orden de paso. Deberán comprobar, dentro de su campo visual, que los participantes cumplan las normas de su modalidad.

PREMIOS

Se podrán dar premios individuales absolutos masculino y femenino, así como a los primeros de cada categoría en la modalidad de carrera.

Trofeos-obsequios

Se dará bolsa del participante con camiseta de calidad a los inscritos dentro de plazo.

SERVICIOS SANITARIOS

Ambulancia

En la prueba habrá una ambulancia en contacto con los puntos de control.

AVITUALLAMIENTO



En el recorrido líquidos y al llegar a meta avituallamiento para todos.

SEÑALIZACIÓN

Se indicarán los puntos kilométricos, bandas de plástico para indicar rumbo, flechas, carteles provisionales y marcas de pintura selectivas.

SEGURO

De Responsabilidad Civil del Ayuntamiento del Valle de Valdivielso.
De Accidentes para los participantes, del I.D.J. de la Diputación Provincial de Burgos.

JUECES

Dispondrá de ellos la propia organización.
Se podrá contratar una empresa para el control de inscritos a través de la pasarela así como la toma de tiempos y clasificaciones.

REGLAMENTO

CALZADA EL ALMIÑÉ tendrá lugar el primer fin de semana de julio, con salida y llegada en El Almiñé, discurriendo por el circuito que marca la organización bajo el siguiente reglamento:

1º .- La prueba se celebrará sobre un circuito de 8.700 metros, Andando, Marcha Nórdica o Corriendo, con un desnivel 471 m. positivo

2º .- Podrán participar todas las personas mayores de 18 años y menores acompañados (mínimo 7 años andando) y con autorización.

3º .- Modalidades y Categorías

(Los menores de 18 años, con autorización)

Andando: Categoría única, mayores de 6 años.

Marcha Nórdica: Categoría única, mayores de 6 años.

Corriendo:	masculino	femenino	desde año	hasta año
	Junior (16-19 años)	Junior (16-19 años)	2004	2007
	Senior (20-39 años)	Senior (20-39 años)	1984	2003
	Vet.A (40-49 años)	Vet.A (40-49 años)	1974	1983
	Vet.B (50-59 años)	Vet.B (50-59 años)	1964	1973



4º.- Recorrido

El trazado está señalizado mediante marcas de pintura, cintas plásticas, indicaciones de giros, avituallamientos, puntos kilométricos. Habrá 2 puntos de control en el recorrido, siendo descalificado el que no cumpla el mismo.

La organización dispondrá papeleras instaladas en los avituallamientos. Se agradece la colaboración de los participantes.

Durante la prueba habrá un servicio sanitario a disposición de los participantes permanentemente comunicado con los puntos de asistencia y control.

El sábado día 1 se dispondrá de un plano donde se indicarán los lugares con acceso para ver a los participantes.

La carrera se cerrará a las 20:30 horas.

5º.- Clasificación

Habrà una clasificación general por cada modalidad.

En la carrera también habrá clasificación por categorías.

6º.- Premios

Se podrán dar premios individuales absolutos masculino y femenino, así como a los primeros de cada categoría en la modalidad de carrera.

7º.- Avituallamientos

La organización dispondrá de 1 punto de avituallamiento líquido en carrera.

Se podrá modificar el emplazamiento o el número de éstos en función de las necesidades de carrera.

8º.- Durante la prueba la organización dispondrá de vehículos de asistencia permanente en el recorrido, además de vehículos en el avituallamiento para trasladar participantes retirados hasta la línea de meta en El Almiñé.

9º.- La asistencia sanitaria será dispensada en Villarcayo, a parte de la proporcionada en la prueba.

10

10



10º .- Es obligatorio llevar el **dorsal** en el frente siempre bien visible, atender las indicaciones de la organización para el buen desarrollo de la prueba.

11º .- Respeta el entorno y ayuda a la organización con los medios que a tal fin se dispongan.

12º.- Inscripciones

(Hasta llegar a 300 participantes) En la web [IDJ burgos inscripciones Calzada El Almiñé.](#)

13º.- Precio

El precio será de **6 €.** hasta el **12 de junio (reservando talla de camiseta)** y **12€.** hasta el **28 de junio (sin camiseta garantizada)** e incluye, participar en la prueba, camiseta, obsequios, merienda, seguros y demás servicios que la organización dispondrá para la prueba.

14º .- La organización podrá realizar todas las modificaciones que considere oportunas para el buen desarrollo de la prueba.

11

11

PROGRAMA

CALZADA EL ALMIÑÉ



SÁBADO 1 DE JULIO DE 2023

- **Entrega de dorsales Andando**, de 16:00 a 16:45 horas, en el la Plaza Iglesia.
- **Entrega de dorsales Marcha Nórdica**, de 16:00 a 16:45 horas, en el la Plaza Iglesia.
- **Entrega de dorsales Corriendo** de 17:45 a 18:15 horas en el la Plaza Iglesia.

Horarios:

- | | |
|----------------------|---|
| - De 16:00 a 16:45 h | Entrega de dorsales Andando . |
| - 17:00 h. | Salida Andando 8,7 km. |
| - De 16:00 a 16:45 h | Entrega de dorsales Marcha Nórdica . |
| - 17:05 h. | Salida Marcha Nórdica 8,7 km. |
| - De 17:45 a 18:15 h | Entrega de dorsales Corriendo . |
| - 18:30 h. | Salida Corriendo 8,7 km. |

Los horarios podrán sufrir modificaciones.

Importante: Obligatorio llevar dorsal(seguro) al desarrollarse por terrenos irregulares. Se recomienda tener la condición física adecuada. Cada participante podrá llevar el avituallamiento que estime oportuno personalmente.

Se recomienda la utilización de calzado adecuado, protección para el sol (cremas y gafas), así como un reconocimiento previo del recorrido.

Telefono de información.

* Teléfono: 661422604

12

12



SERVICIOS

Bar *En Valdenoceda:*

- * La Bodega Tfno. 699 438 756.
- * El Parador Tfno. 947 303 050.

En Puente Arenas:

- * Tipi Tfno. 947 303 130.

Casas Rurales

En Valdenoceda:

- * Casa Torres Tfno. 657 719 160.

En Quintana de Valdivielso:

- * Arte y Natura Tfno. 947 303 200.
- * Torre de San Martín Tfno. 610 720 958.
- * Casa Grande Tfno. 605 881 983.

OTROS

- * Consultar en CEDER Merindades Tfno. 947 130 197.



Ayuntamiento de Medina de Pomar



Medina de Pomar. Por el Deporte.



Ayuntamiento Merindad de Valdivielso

MAPA



LINE

14
1 1