



A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

www.montanapegaso.com

50 años

“50 AÑOS 50 KILÓMETROS”

Fecha:	Domingo 21 de Junio de 2015
Transporte:	Autobús 7:30 h. Canillejas (Calle Alcalá, 634) 7:45 h. Plaza de Castilla 8:00 h. Tres Cantos (Rotonda Renfe)
Precio:	12 €. Federados (con Licencia A o superior) 15 €. Otros. (Incluye seguro)
Recorrido:	Soto del Real (8:30 h) – Pto. Morcuera – Pto. Navacerrada- Pto. Fuenfria - Estación de El Espinar (18:00 h)
Datos Técnicos:	Desniveles: +2.500 m. y -2,700 m. Distancia: 50 km. corriendo. DIFICULTAD MUY ALTA Mapa y Track: Ver web.
Material:	Ruta en autosuficiencia con posibilidad de altas temperaturas por lo que se recomienda experiencia previa corriendo esta distancia por montaña. Tiempo máximo para realizar la ruta 9:30 horas. Material obligatorio: comida, mínimo 500 kcal, agua o bebida isotónica, mínimo 1,750 litros, gorra, mochila y/o riñonera, manta térmica y móvil. Material recomendado: bastones, gafas de sol, braga (tapacuellos), cortavientos, ropa técnica y zapatillas para correr por montaña.
Inscripciones:	www.montanapegaso.com Ver condiciones de inscripción y baja en Web
Coordinador:	Alejandro: sigillumtempli@gmail.com

50 años 50 km a la carrera: CUERDA LARGA + LA MUJER MUERTA

FIN DE FIESTA, a las 18:30 h, con **BARRA LIBRE DE CERVEZA, TORTILLA, JAMÓN.....**

Subiendo a **CABEZA DE HIERRO** y **PEÑA del OSO** 6,7 puntos para el **“TROFEO 50 AÑOS 50 PICOS”**

REGALO DE CAMISETA TÉCNICA, de la sección de corredores, a los que **COMPLETEN LOS 50 KM.**

Posibilidad de correr “solo” 27 km. hasta el Puerto de Navacerrada. El bus os llevará, a las 16:30 h, hasta el Fin de Fiesta.

