

**20 ABRIL 2024**

# SIERRA DE ARACENA ULTRA-TRAIL

ORGANIZA:

- Asociación de Aracena
- SIERRA DE ARACENA
- DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE HUELVA
- OTI
- Asociación de Atletas de Huelva
- IBHOLA TRAIL RUNNING
- LA CARPINTERIA
- Patatas Fritas Goli

Elige tu reto

**62KM** **25KM**

+2500 m DESNIVEL **+1000 m** DESNIVEL

COLABORAN:

- ALAJAR
- CORTELAZOR LA REAL
- GALAROZA
- LINARES DE LA SIERRA
- LOS MARINES
- VALDELARCO

**SALIDA Y META >>> ARACENA**

# GUIA INTERRECTIVA DEL CORREDOR Y ACOMPAÑANTES SAUT 2024

# PROGRAMA

## **MIERCOLES 17 DE ABRIL**

**Entrega de dorsales (SOLO PARA LOS QUE SOLICITARON RECOGERLO EN IBHOLA)**

**Tienda Ibhola, Corrales, Huelva c/ alcalde José Rodríguez González 14**

**Horario: 10h-13h y 17:30h-20:30h. [ibhola Trail runing](#)**

## **JUEVES DIA 18 DE ABRIL**

**Entrega de dorsales (SOLO PARA LOS QUE SOLICITARON RECOGERLO EN IBHOLA)**

**Tienda Ibhola, Corrales, Huelva c/ alcalde José Rodríguez González 14**

**Horario: 10h-13h y 17:30h-20:30h. [ibhola Trail runing](#)**

## **VIERNES DIA 19 DE ABRIL**

**Entrega de dorsales**

**Polideportivo Municipal Aracena C/ Tenerías s/n**

**Horario: 17h-21h (en el Pabellón cubierto) [Polideportivo Aracena](#)**

## **SABADO DIA 20 DE ABRIL**

**6:30h**

**Entrega de dorsales**

**Plaza Marques de Aracena [Plaza Marques de Aracena](#)**

**8:00h**

**Salida distancia ultra 62K**

**8:30h**

**Salida distancia Trail 25K**

**11:00h**

**Llegada a meta primeros clasificados distancia 25K**

**13:00-17:00h**

**Animación infantil con hinchables y pintacaras**

**14:00h**

**Llegada a meta primeros clasificados distancia 62K**

**14:30 – 17:30h**

**Música en directo con el grupo de versiones rock “Criminals”**

**18:00h**

**Entrega de premios y regalos de sorteos**

**20:00h**

**Clausura con la llegada a meta de últimos corredores**

## **ENTRGA DE DORSALES**

**Importante** para retirar el dorsal deberá aportar **DNI** y/o **tarjeta federativa** en su caso. Para recogida de dorsales de terceros deberá aportar la siguiente autorización rellena y firmada.

<http://trailhuelva.es/aut>

Te recordamos que los dorsales son personales e intransferibles, por lo que no está permitido realizar la prueba en nombre de otra persona.

## **SERVICIOS**

**-Aparcamientos en**

**[Aparcamiento Polideportivo San Jeronimo](#)**

**[Aparcamiento Recinto Ferial](#)**

[Aparcamientos c/Lopez Rubio \(cerca Salida-Meta\)](#)

-Duchas en:

[Polideportivo San Jeronimo, vestuarios pista y vestuarios pabellon](#)

-Guardarropa, WC, Salida y Meta:

[Plaza Marqués de Arcena](#)



## HORARIOS DE SALIDAS

El horario de salida para la prueba **Ultra 62K** distancia será a las **8.00h** de la mañana y para el **Trail 25K** a las **8:30h**. Las dos distancias tienen salida y meta en la plaza Marqués de Arcena.

Pincha en este enlace para llegar al lugar de salida

[Plaza Marqués de Arcena](#)

# BALIZAMIENTO

Todos los corredores de ambas distancias deben de llevar cargado en sus relojes o dispositivos gps el track facilitado por la organización. En lugares de cruce de carreteras habrá voluntarios indicándolo o en su defecto carteles de precaución. Además, el recorrido de ambas pruebas será balizado mediante los siguientes tipos de señales: cintas blancas y con letras azules de diputación de Huelva, carteles indicativos y marcas en el suelo de color naranja en los pueblos donde la visión de cintas se puede hacer más complicado. A continuación, se muestra un ejemplo de lo que encontraremos:



# TRACKS

Estos enlaces estarán disponibles solo la semana antes

[ULTRA 62Km](#)

[TRAIL 35Km](#)

## UBICACIONES AVITUALLAMIENTOS PARA ACOMPAÑANTES

Pincha sobre los nombres y ve directo en Google Maps:

[SALIDA-META](#)

[AV 2 CASTAÑUELOS](#)

[AV 3 CORTELAZOR](#)

[AV 4 VALDELARCO](#)

[AV 5 TOBOGANES](#)

[AV 6 LOS MARINES](#)

[AV 7 LINARES DE LA SIERRA](#)

## BRIEFING **ULTRA 62K**

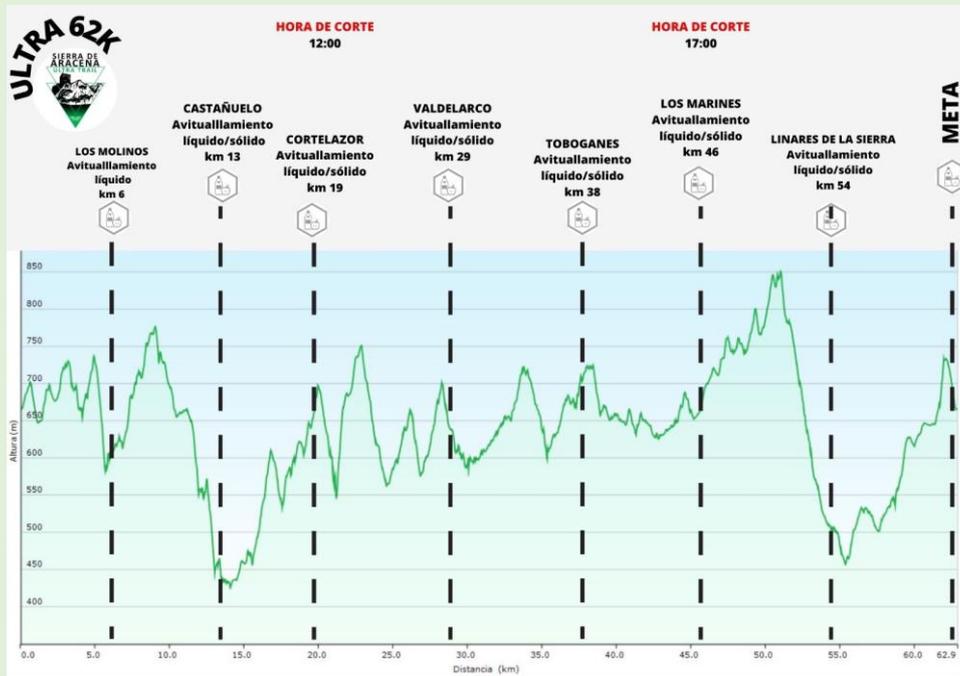
**HABRA CORTES DE PASO EN:**

**Km 18,5 AVITUALLAMIENTO 3 CORTELAZOR A LAS 12h**

**Km 46,5 AVITUALLAMIENTO 6 LOS MARINES A LAS 17h**

**CIERRE META 20h**

## ADEMAS HABRA 4 CONTROLES DE PASO OBLIGATORIO INTERMEDIOS A LO LARGO DEL RECORRIDO



La Sierra de Aracena Ultra Trail, es una prueba de 62 km y 2538 m+, que tiene su salida y meta en el pueblo de Aracena (Huelva) y se desarrolla en el Parque Natural Sierra de Aracena y Picos de Aroche.

La prueba discurre por caminos y sendas. No es muy técnica, pero si bastante disfrutona. Esto depende del criterio y la preparación de cada uno, claro. Pero sin duda puede calificarse como bastante corredera.

La del 2024 será la II edición. Esta Organizada por el Excmo. Ayto. de Aracena y un grupo de voluntarios aficionados al mundo de las carreras por montaña. Colabora la Liga Onubense de CxM, la FAM y los ayuntamientos de los pueblos por las que transcurre la misma: Cortelazor la Real, Valdelarco, Galaroza, Los Marines, Alájar y Linares de la Sierra.

La intención es mostraros algunos de los lugares, más bellos de este rincón verde del sur. Esperamos estar a la altura. Queremos que, si algo se puede mejorar o simplemente no os agrada, nos lo hagáis saber. Para que, entre todos, podamos construir de aquí a muy poco, una ultra de referencia y gran nivel. Como esta Sierra, y la provincia de Huelva se merecen.

A continuación, vamos a daros un adelanto de lo que encontrareis en su recorrido tramo a tramo.

### Salida-Av. 1 Los Molinos

Distancia: 6,23Km

Desnivel positivo: 207m

Desnivel negativo: 254m

Saldremos de la Plaza Marques de Aracena por la calle Campito, para pasar por la plaza de Sta. Lucia y por último coger la calle Silos y salir del pueblo. Este tramo urbano ira dirigido por la policia local.

Saldremos del pueblo por debajo de un puente que atraviesa la carretera nacional N-433. **Mucha PRECAUCION tras salir del puente nos encontramos un pequeño tramo técnico con piedras y bloques que al ir en pelotón puede ser bastante peligroso.**

Tras salvar este pequeño escollo, seguimos por un camino ancho entre paredes. El cual discurre entre fincas de castaño. Árboles que en estos días se visten de hojas.

Tras dar un brusco giro a la izquierda en un cruce de caminos, llegamos a la carretera HU8125, pero no llegamos a pisarla, nosotros vamos por una senda estrecha por su margen derecho, para desembocar en una ancha pista. Esta al principio llanea y después deja una granja a la derecha, y sube enérgicamente, hasta llegar a un cruce de caminos de frente encontramos una cancela, pero nosotros cogemos a la derecha. Tras dejar atrás el cruce, giramos a la izquierda y vamos por en una pista con eucaliptos a la derecha y pinos a la izquierda. Después de avanzar poco más de 1Km de nuevo hay que extremar la **PRECAUCION** **atrasamos y transitamos unos metros por la carretera HU8125**, que, aunque poco transitada no deja de ser peligrosa.

Después de cruzar la carretera, continuamos por un cortafuegos forestal en bajada y tras cruzar un barranco, en fuerte subida. Tras coronar, enseguida encontramos una bajada también por cortafuegos bastante pronunciada y que puede resultar **resbaladiza si el terreno está seco**. Y llegamos al barranco de la Fuente Castaño y sus antiguos molinos harineros. Pasmos una cancela y transitamos por el barranco. Hasta enlazar de nuevo con un camino ancho entre paredes que nos desemboca en el avituallamiento.

### Av. 1 Los Molinos – Av. 2 Castañuelos

Distancia:6,86Km

Desnivel positivo: 192m

Desnivel negativo: 377m

Tras abandonar el avituallamiento corremos por un camino ancho que después se convierte en camino estrecho entre paredes y posteriormente en senda por el interior de fincas. Por lo que la orientación se hace un poco más difícil por lo que tenemos que estar atentos. Sin embargo, el desnivel nos ayudara a

templar el paso, y que podamos ver las cintas y señales sin problema. Ya que todo el desnivel positivo lo acometemos en estos 2Km primeros, que son de subida. Al terminar la ascensión y después de pasar por una cancela donde encontraremos un voluntario. Llegamos al punto donde se separan las distancias 62K y 25K, Aunque habrá indicaciones y un voluntario debemos de estar atentos y girar a la **DERECHA** Después de la derivación encontramos un tramo de casi 5Km prácticamente entero de bajada por pistas, en forestal de Eucalipto. Al cambiar la forestal de eucalipto por encinar acometemos una fuerte bajada por un sendero, que sin ser técnica si requiere de **PRECAUCION** debido a su fuerte pendiente. Al final de la bajada llegamos a un arroyo y giramos a la izquierda y por una bonita senda llegamos al paraje conocido como “El Barranco” en la aldea de Castañuelos, donde nos espera el segundo avituallamiento.

### **Av 2 Castañuelos – Av 3 Cortelazor**

**Distancia:5,31 Km**

**Desnivel positivo: 264m**

**Desnivel negativo: 87m**

Abandonamos el avituallamiento por un camino estrecho entre huertas. A nosotros nos parece espectacular, ya juzgareis ustedes.

Debemos tener cuidado porque hay ramas de árboles muy bajas y es fácil pegarse en la cabeza. Tras 1Km y después de pasar por una granja, de nuevo hay que prestar **ATENCIÓN** ya que vamos a circular por la **carretera HU8125** durante 600m. Esta carretera tiene muy poco tránsito, PERO **ESTA ABIERTA AL TRAFICO** . La aldea (Corterrangel) no llega a la decena de habitantes, pero no deja de ser una carretera.

**Corremos por el margen izquierdo y nos apartamos si escuchamos coches.**

Abandonamos la carretera por nuestra izquierda y cogemos un camino de herradura para llegar a la aldea de Corterrangel. Tras abandonar la aldea afrontamos una subida en la cual vencemos un desnivel de unos 130m en menos de 1Km y llegamos a la antigua granja escuela del Barrial, en pocos metros hay dos cruces de caminos y cogemos los dos a la derecha dirección a Cortelazor.

De este punto hasta el avituallamiento nos separan 2km, dos km por sendas y antiguos caminos empedrados preciosos. Atravesando por un antiguo puente, el arroyo de la Guijarra.

Hace poco se hormigonó tristemente la parte final antes de llegar al pueblo.

Entramos en el pueblo de Cortelazor por la calle Parralejo para llegar a la plaza de Andalucía, después calle España, Andaluz y Maestro Fernando donde encontramos el avituallamiento.

### **CORTE AVITUALLAMIENTO 3 CORTELAZOR 12,00h**

#### **Av 3 Cortelazor – Av 4 Valdelarco**

**Distancia: 10,29 Km**

**Desnivel positivo: 538 m**

**Desnivel negativo: 548m**

A continuación, afrontamos el tramo clave de la prueba. En todos los sentidos. Es el tramo que más desnivel tiene, es el más inaccesible, el más largo y también el más bonito.

Lo primero que debéis tener en cuenta es, si llegados al avituallamiento de Cortelazor, no os encontráis bien por algún motivo, pensarse muy bien si continuáis o abandonáis.

Aun siendo el tramo más duro de la prueba, no te asuste no es nada, si estas curtido en ultras, no te supondrá un gran esfuerzo. No hay que temerle, ni por dureza ni tecnicidad. **Pero OJO si no lo estas por que llevara tiempo sacarte del barranco Dun Dun si no eres capaz de salir tú mismo.**

Salimos de Cortelazor y afrontamos una subida nada más salir, por una pista muy cómoda y ancha a tramos hormigonada. Nos llevara 1Km y 150m+. Concluida iniciamos el descenso hacia el Dun Dun. Al principio es pista y posteriormente una senda estrecha en zigzag.

Llegamos al barranco Dun Dun lugar espectacular e ideal para refrescarse antes de afrontar la segunda subida del tramo, que en números es 1,8Km y +201m. Es toda ella en senda a veces bastante estrecha. Al llegar a la parte alta de la loma, desembocamos en un camino más ancho, y la ascensión se suaviza, pasamos una cancela y seguimos subiendo ahora por pista. Hasta un cruce de caminos. Donde comienza el descenso por un castañar, donde la senda no es muy evidente por lo que tendremos que prestar mucha atención a las cintas de balizado. Terminamos desembocando de nuevo en pista. La cual nos llevara casi a Valdelarco.

Pero un poco antes de la llegada al pueblo encontramos un primer cruce el cual cogemos a la derecha y cincuenta metros más adelante otro y volvemos a coger a la derecha. Ascendemos primero por pista y

después por sendero. Con vistas al risco de la Manzana. Mas tarde volvemos a desembocar en una pista que nos lleva hasta las cercanías de la ermita del Divino Salvador, donde encontramos otro cruce, el cual cogemos a la izquierda. Después de unos 500m aproximadamente nos volvemos a desviar a la izquierda bajando por un antiguo camino empedrado para llegar al pueblo de Valdelarco. Bajamos hasta la plaza donde está el avituallamiento.

#### **Av 4 Valdelarco – Av 5 Toboganes**

**Distancia: 9,5Km**

**Desnivel positivo: 315m**

**Desnivel negativo: 246m**

Salimos del avituallamiento por la calle Estrados camino de las alberquillas. Lugar perfecto para refrescarnos si el calor aprieta. Continuamos por un camino entre huertas, que nos lleva hasta un cruce con un camino ancho y empedrado. El cual cogemos a la derecha, por este camino vamos a recorrer la rivera de Navahermosa hasta llegar al Talenque.

Una vez en el área recreativa del Talenque tenderemos que seguir a la derecha por el camino de las Cañadas. Al principio es una pista y 1 km después aproximadamente atravesamos una cancela a la derecha. Punto en el que el camino se convierte en senda. La cual seguimos hasta **cruzar la carretera**

**HU-8116 PRECAUCION AL CRUZAR.**

Después de cruzar la carretera, llegamos a la antigua aldea de las Cañadas hoy deshabitada. Y seguimos por una bonita senda. Hasta las cercanías de Galaroza, en cuyo punto cogeremos una pista f en subida para llegar a un paraje forestal. En el cual afrontaremos tres subidas y bajadas que, aunque cortas, con bastante pendiente. De aquí el nombre de los Toboganes. Este tramo nos da unas preciosas vistas de toda la Sierra. En la última bajada, llegamos al avituallamiento.

#### **Av 5 Toboganes – Av 6 Los Marines**

**Distancia: 8,10Km**

**Desnivel positivo: 212m**

**Desnivel negativo: 178m**

Este tramo, es bastante asequible y muy corredero si las piernas aun responden. En su mayoría discurre por pistas y ya al final por un camino por el margen del barranco de la Guijarra. No tiene dificultades técnicas, ni gran desnivel. Si debemos tener **PRECAUCION** en un tramo que se sitúa 1,6Km después de salir del avituallamiento de los Toboganes, ya que recorreremos **200m de la carretera comarcal HU-8119.**

Este es un tramo con muchos cruces de caminos por lo que hay que ir atento. Algo antes de llegar a Los Marines, nos unimos en recorrido a la distancia 25K en un cruce en el que giramos a la **DERECHA, OJO NO SEGUIR DE FRENTE** de todas formas habrá un voluntario por si nos despistamos. De aquí hasta Los Marines subimos por el margen del arroyo de la Guijarra por un camino muy bonito. El avituallamiento se ubicará en la fuente de los Lavaderos.

### **CORTE AVITUALLAMIENTO 6 LOS MARINES 17,00h**

#### **Av 5 Los Marines – Av 6 Linares de la Sierra**

**Distancia:7,7 Km**

**Desnivel positivo: 158m**

**Desnivel negativo: 404m**

De nuevo nos encontramos ante otro tramo super corredero si las piernas nos lo permiten claro. Comenzamos tras abandonar el avituallamiento por una calleja que nos saca del pueblo y nos lleva a un túnel que cruza la N-433. Posteriormente recorreremos unos metros paralelos a la carretera nacional y nos desviamos a la izquierda para adentrarnos en una cantera. **AQUI PEDIMOS MAXIMO RESPETO, Y PRECAUCION SI HAY VEHICULOS CIRCULANDO. ESTAMOS EN UNA PROPIEDAD PRIVADA, SEGUIMOS LAS BALIZAS DETENIENDONOS LO MINIMO POSIBLE**

Tras abandonar la cantera nos separamos de nuevo de la ruta 25K, **OJO nosotros giramos a la derecha.**

También habrá un voluntario en este punto por si nos equivocamos.

Ahora afrontamos una subida constante por un precioso bosque de castaños, hasta lo más alto de la Sierra de la Virgen, en cuyo punto, giramos a la izquierda por un estrecho sendero para comenzar un descenso de 400m negativos, hasta Linares de la Sierra. 1km después de comenzar el descenso llegamos al Puerto de Linares donde **ATENCION cruzamos la carretera HU-8105.** Tras cruzar la carretera afrontamos un tramo de unos **300m técnicos, con bastantes piedras.** De aquí hasta Linares

de la Sierra es descenso cómodo y por un amplio camino. El avituallamiento estará en la plaza de La Fuente.

### **Av 6 Linares de la Sierra – Meta**

**Distancia:7,2 Km**

**Desnivel positivo: 308m**

**Desnivel negativo: 108m**

Nos queda el último empujón para estar en la meta de la Plaza Marques de Aracena.

Un tramo que es de los que más desnivel positivo acumula y a estas alturas de carrera. Esto sumado a las horas de más calor. Nos puede suponer un esfuerzo mayor. Por lo demás el tramo no entraña dificultad. Si tendremos que prestar especial **ATENCIÓN al transcurrir por el pueblo de Aracena, ya que lo haremos por calles con circulación normal de tráfico** y tendremos que estar atentos a la señalización con marcas en el suelo y a la vez del tráfico.

En el recorrido urbano, antes de llegar a meta **subiremos al castillo donde habrá un control de paso. EL CUAL ES OBLIGATORIO bajo pena de sanción o descalificación de la carrera TODO AQUEL QUE NO LO PASE.** Y de allí descenso callejeando hasta la ansiada meta que nos espera a menos de 1Km en la Plaza Marques de Aracena, mismo lugar de salida.

**CIERRE DE META 20,00H**



# BRIEFING TRAIL 25K

HABRA CORTE DE PASO EN

**Km 12 AVITUALLAMIENTO 2 LOS MARINES A LAS 10:30h**



### Salida-Av 1 Los Molinos

Distancia: 6,23Km

Desnivel positivo: 207m

Desnivel negativo: 254m

Saldremos de la Plaza Marques de Aracena por la calle Campito, para pasar por la plaza de Sta Lucia y por último coger la calle Silos para salir del pueblo. Este tramo urbano ira dirigido por la policía local.

Saldremos del pueblo por debajo de un túnel que atraviesa la carretera nacional N-433. **Mucha PRECAUCION tras salir del túnel nos encontramos un pequeño tramo técnico con piedras y bloques que, al ir en pelotón puede ser peligroso.**

Tras salvar este pequeño escollo, seguimos por un camino ancho entre paredes, que discurre entre fincas de castaño. Árboles que en estos días se visten de hojas.

Tras dar un brusco giro a la izquierda en un cruce de caminos, llegamos a la carretera HU8125, pero no llegamos a pisarla, nosotros vamos por una senda estrecha por su margen derecho, para desembocar en una ancha pista. Esta al principio llanea y después deja una granja a la derecha, y sube enérgicamente, hasta llegar a un cruce de caminos de frente encontramos una cancela, pero nosotros cogemos a la derecha. Tras dejar atrás el cruce, giramos a la izquierda y vamos por en una pista con eucaliptos a la derecha y pinos a la izquierda. Después de avanzar poco más de 1Km de nuevo hay que extremar la **PRECAUCION atravesamos y transitamos unos metros por la carretera HU8125**, que, aunque poco transitada no deja de ser peligrosa.

Después de cruzar la carretera, continuamos por un cortafuegos forestal en bajada y tras cruzar un barranco, en fuerte subida. Tras coronar, enseguida encontramos una fuerte bajada, también por cortafuegos. Y llegamos al barranco de la Fuente Castaño y sus antiguos molinos harineros. Pasamos una cancela y transitamos por el barranco. Hasta enlazar de nuevo con un camino ancho entre paredes que nos desemboca en el avituallamiento.

### Av 1 Los Molinos – Av 2 Los Marines

Distancia:6,6Km

Desnivel positivo: 222m

Desnivel negativo: 128m

Tras abandonar el avituallamiento corremos por un camino ancho que después se convierte en camino estrecho entre paredes y posteriormente en senda por el interior de fincas. Por lo que la orientación se hace un poco más difícil por lo que tenemos que estar atentos. Sin embargo, el desnivel nos ayudara a templar el paso, y que podremos ver las cintas y señales sin problema. Ya que todo el desnivel positivo lo acometemos en estos 2Km primeros que son de subida. Al terminar la ascensión y después de pasar por una cancela. Llegamos al punto donde se separan las distancias 50K y 25K, Aunque habrá indicaciones y un voluntario debemos de estar atentos y girar a la **IZQUIERDA**

Tras girar a la izquierda, continuamos en ligera subida y al poco comenzamos a descender durante 2,5km aprox. Al final de este descenso hay que extremar la **PRECAUCION al cruzar la carretera comarcal HU-8122**

Poco después de cruzar la carretera, nos unimos en recorrido a la distancia 50K en un cruce en el que giramos a la **IZQUIERDA** y habrá un voluntario por si nos despistamos. De aquí hasta Los Marines subimos por el margen del arroyo de la Guijarra por un camino muy bonito. El avituallamiento se ubicará en la fuente de los Lavaderos.

### **Av 2 Los Marines – Av 3 Linares de la Sierra**

**Distancia:4,6 Km**

**Desnivel positivo: 82m**

**Desnivel negativo: 324m**

Nos encontramos ante un tramo super corredero. Comenzamos tras abandonar el avituallamiento por una calleja que nos saca del pueblo y nos lleva a un túnel que cruza la N-433. Posteriormente recorreremos unos metros paralelos a la carretera nacional y nos desviamos a la izquierda para adentrarnos en una cantera. **AQUI PEDIMOS MAXIMO RESPETO, ESTAMOS EN UNA PROPIEDAD PRIVADA, SEGUIMOS LAS BALIZAS DETENIENDONOS LO MENOS POSIBLE**

Tras abandonar la cantera nos separamos de nuevo de la ruta 50K, **nosotros seguimos de frente**. También habrá un voluntario en este punto por si nos equivocamos. Continuamos por un ancho camino ascendiendo hasta el alto del Chorrillo. En cuyo lugar comenzamos un descenso de 3,4Km por camino **algo técnico, pedregoso al principio** y después ancho y cómodo. A mitad del descenso **ATENCION al cruce de la carretera comarcal HU-8105**.

De aquí hasta Linares de la Sierra seguimos en descenso cómodo y por un amplio camino. El avituallamiento estará en la plaza de La Fuente.

### **Av 6 Linares de la Sierra – Meta**

**Distancia:7,2 Km**

**Desnivel positivo: 308m**

**Desnivel negativo: 108m**

Nos queda el último empujón para estar en la meta de la Plaza Marques de Aracena.

Un tramo que es de los que más desnivel positivo acumulan, con ascensión continua prácticamente hasta el Castillo. En Aracena tendremos que prestar especial **ATENCIÓN al transcurrir por el pueblo, ya que lo haremos por calles con circulación normal de tráfico** y tendremos que estar atentos a la señalización con cintas y marcas en el suelo. Y a la vez pendientes del tráfico.

En el recorrido urbano, antes de llegar a meta **subiremos al castillo donde habrá un control de paso. EL CUAL ES OBLIGATORIO bajo pena de sanción o descalificación de la carrera TODO AQUEL QUE NO LO PASE.** Y de allí descenso callejeando hasta la ansiada meta que nos espera a menos de 1Km en la Plaza Marques de Aracena, mismo lugar de salida.

## MATERIAL OBLIGATORIO **ULTRA 62k**

***-El material obligatorio, será requerido por el equipo arbitral de la FAM, en el control de dorsales y en cualquier parte del recorrido y todos los corredores estarán obligados a someterse a dicho control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera***

Todos los participantes estarán obligados como mínimo a llevar el siguiente material para la distancia ULTRA, salvo que, por circunstancias justificadas, el equipo arbitral indique otra cosa.

- **Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga, pudiendo ser obligatorio que esta sea impermeable.**
- **Teléfono móvil con saldo y batería suficientemente, además con los números de teléfono de la organización.**
- **Contenedor para reserva de agua (mínimo 1l). En los avituallamientos **NO HABRÁ VASOS DE PLÁSTICO.****
- **Alimento de reserva para afrontar la prueba**

- Dorsal de competición colocado en la parte frontal del corredor y en lugar visible, sin doblar ni recortar.

- Manta térmica o de supervivencia (mínimo 1,20x2,10)

-Frontal o linterna con pilas de repuesto. No sirve la linterna del móvil.

-Luz roja de posición trasera, encendida de noche o con niebla.

- Silbato

- Pantalones o mallas mínimo por debajo de la rodilla

-Gorra, visera o badana.

El Equipo arbitral podría recortar o sumar algún elemento dependiendo de las inclemencias del tiempo, cuando se acerque la fecha de la competición.

#### **MATERIAL RECOMENDABLE:**

- Guantes

-Reloj gps con el track de la prueba cargado, de esta forma ningún corredor podrá perderse durante la carrera.

-Crema solar

## **MATERIAL OBLIGATORIO TRAIL 25k**

**-El material obligatorio, será requerido por el equipo arbitral de la FAM, en el control de dorsales y en cualquier parte del recorrido y todos los corredores estarán obligados a someterse a dicho control, bajo pena de sanción o descalificación de la carrera**

Todos los participantes estarán obligados como mínimo a llevar el siguiente material para la distancia TRAIL, salvo que, por circunstancias justificadas, el equipo arbitral indique otra cosa.

- Teléfono móvil con saldo y batería suficientemente

- Depósito de agua de 0,5l o vaso en su defecto. En los avituallamientos **NO HABRÁ VASOS DE PLÁSTICO**

- Dorsal de competición colocado en la parte frontal del corredor y en lugar visible, sin doblar ni recortar.

- Manta térmica

El Equipo arbitral podría sumar algún elemento dependiendo de las inclemencias del tiempo, cuando se acerque la fecha de la competición.

#### **MATERIAL RECOMENDABLE:**

- Chaqueta cortavientos con capucha y manga larga.

- Gorra, bandana o similar

- Guantes

- Reloj gps con el track de la prueba cargado, de esta forma ningún corredor podrá perderse durante la carrera.

- Crema solar

# **CONTENIDO AVITUALLAMIENTOS **ULTRA** **TRAIL 62K****

## **1. LOS MOLINOS**

- AGUA

## **2. CASTAÑUELOS**

- AGUA
- ISOTONICO
- FRUTA (PLATANO Y NARANJA)
- GALLETA SALADA
- CACAHUETES
- CHOCOLATE
- BOLLERIA DULCE

## **3. CORTELAZOR**

- AGUA
- ISOTONICO
- FRUTA (PLATANO Y NARANJA)
- CACAHUETES
- HIGOS
- GALLETAS SALADAS
- SANDWICH NOCILLA

## **4. VALDELARCO**

- AGUA
- ISOTONICO
- COCA COLA
- FRUTA (PLATANO Y NARANJA)
- SANDWICH DE PAVO
- GOMINOLAS
- GALLETAS SALADAS

## **5. TOBOGANES**

- AGUA

- ISOTONICO
- COCA COLA
- FRUTA (PLATANO, NARANJA)
- CACAHUETES
- HIGOS
- SANDWICH PAVO

## **6. LOS MARINES**

- AGUA
- ISOTONICO
- COCA COLA
- FRUTA (PLATANO Y NARANJA)
- CACAHUETES
- BARRITA
- GOMINOLAS
- GALLETAS SALADAS
- BARRITA ENERGETICA

## **7.LINARES DE LA SIERRA**

- AGUA
- ISOTONICO
- COCACOLA
- FRUTA (PLATANO Y NARANJA)
- SANDWICH DE PAVO
- BOLLERIA DULCE
- GOMINOLAS
- CACAHUETES
- HIGOS

## **8.META**

- AGUA
- ISOTONICO
- FRUTA (PLATANO Y NARANJA)
- BOLLERIA DULCE
- CACAHUETE

**BOLSA DEL CORREDOR EN META CON:**

- MEDALLA FINISHER
- PRODUCTOS TIPICOS
- BOCADILLO DE JAMON

## **CONTENIDO AVITUALLAMIENTOS TRAIL 25K**

### **1. LOS MOLINOS**

- AGUA

### **2. LOS MARINES**

- AGUA
- ISOTONICO
- COCA COLA
- FRUTA (PLATANO Y NARANJA)
- CACAHUETES
- GALLETA SALADA
- GOMINOLAS

### **3. LINARES DE LA SIERRA**

- AGUA
- ISOTONICO
- COCA COLA

- FRUTA
- CACAHUETES
- HIGOS
- GOMINOLAS

#### **4.META**

- AGUA
- ISOTONICO
- FRUTA
- CACAHUETE

#### **BOLSA DEL CORREDOR EN META CON:**

- MEDALLA FINISHER
- DULCES TIPICOS
- PATATAS FRITAS PERDI
- BOCADILLO DE JAMON IBERICO
- TIKET CERVEZA O AGUA

## ***CASAS COLABORADORAS***





IBÉRICOS  
DE CALIDAD



Paseo de la Molinilla, s/n ARACENA (HUELVA) Tfno. 959 12 87 84

**La Trastienda del Jamón**

*Estamos en Aracena*

 latrastiendadeljamon  
 959 12 71 58 / 647 55 48 35  
[www.latrastiendadeljamon.com](http://www.latrastiendadeljamon.com)





www.jamonesysetas.com



**MERCAIBERICO**

www.mercaiberico.info 959 127 122

**Puerta**  
RESTAURANTE  
Bar

¿Nos ayudas a seguir creciendo?  
Déjanos una reseña en Google my business a través del siguiente QR



Pl. Marqués de Aracena, 20  
21200 Aracena, Huelva  
Tel: 959 09 93 50

**Bar Casa Sirlache**

Especialidad en:  
Setas, Carnes Ibéricas,  
Chacinas y Caracoles

Avda. Andalucía, 49  
21200 ARACENA (Huelva)  
Teléfono: 959 - 12 88 88  
Móvil: 627 - 56 89 08





**Hotel&Restaurante  
Los Castaños**  
Avda. de Huelva, 5  
21200 ARACENA (Huelva)  
Tlf.: 959 12 63 00  
Móvil: 606 34 43 92  
E-mail: info@loscastanoshotel.com



**Bar Gran Vía  
Aracena**  
Tlf: 642 27 04 89  
C/Gran Vía N°4 Aracena (Huelva)



*"Especialidad en setas  
de temporada"*

**JUAN MANUEL GONZÁLEZ FERNÁNDEZ**  
TELÉFONO 647 185 009  
C/ PLAZA MARQUÉS DE ARACENA  
21200 ARACENA

ESPECIALIDADES EN JAMÓN DE  
BELLOTA, CARNES IBÉRICAS Y  
SETAS DE LA SIERRA



**MESÓN  
SAN JULIÁN**

**PLAYGRUP**  
organización de eventos y alquiler de hinchables



**Barceló**  
HOTELS & RESORTS



**MRV**  
**Entregados**  
21200 ARACENA  
BOCA DE ORO, 2. LOCAL  
TLF: 614 330 533

# SIERRA DE ARACENA

ULTRA TRAIL



60K  
+2000M