



3 Carrera **1²⁶**
Aniversario
EL DICTAMEN
3-5 y 10 k

BAMBINO.
NEGOCIOS INMOBILIARIOS

GUIA DE COMPETIDOR



18 DE AGOSTO
6:30 AM

BIKE-AND-RUN.COM





EXPO ENTREGA

Hotel Grand Fiesta Americana

Sábado 17 de Agosto Boca del Rio,
Veracruz

De 12:00 a 17:00 hrs.

Prol. Blvd. Manuel Avila Camacho
s/n Fracc. Costa de Oro.

*Para recoger su paquete deberá
presentar: **COPIA DEL INE IMPRESA,**
RESPONSIVA FIRMADA EN ORIGINAL
(descargar de la página bike-and-run).

BIKE-AND-RUN.COM



SALIDA

**En el Dictamen
Arista y 16 de Septiembre**

**Domingo 18 de agosto
6:30 am todas las distancias.**

***El corredor deberá portar su
número de competidor al frente.**



AL TERMINAR TU COMPETENCIA

Al terminar su competencia se le proporcionará en zona de meta un kit de recuperación y entrega de su medalla de participación.

HIDRATACIÓN CARRERA

- Escuela Náutica (Lado mar)
- Callejón 12 de Octubre (Lado tierra)
- Reyes Heróles y Blvd. Manuel Ávila Camacho (Lado mar)
- Asta Bandera (Blvd. Manuel Ávila Camacho, lado mar)



RETORNOS

- 3 Km: Azueta y Blvd. Manuel Ávila Camacho.
- 5 Km: Gómez Farías y Blvd. Manuel Avila Camacho.
- 10 Km: Reyes Heróles y Blvd. Manuel Avila Camacho.

SERVICIOS MÉDICOS

Contaremos con servicio médico en la zona de meta y apoyo del servicio médico durante la carrera.

2 Ambulancias de cuidados intensivos (1 en zona meta y 1 en ruta) y 3 motos en ruta con paramédicos especializados para primer contacto.

*Les recordamos realizarte un examen médico antes del evento, para verificar si se encuentran aptos para la competencia.



ruta



HIDRATACIÓN:
Azueta y Blvd. (lado mar)
Callejón 12 de Octubre y Blvd. (lado mar)
Reyes Heróles y Blvd. (lado mar)
Asta Bandera (lado mar)

SERVICIO MÉDICO:
Ambulancia Macroplaza y Res. Naval
Ambulancia Comez Farías y Blvd.
3 Motos con paramédicos en ruta

SALIDA EL DICTAMEN **META MACROPLAZA**

RETORNO 10KM REYES HERÓLES **RETORNO 5KM GÓMEZ FARÍAS** **RETORNO 3KM AZUETA**



PREMIACIÓN

- Se realizara la premiación en Zona de Meta en la Macroplaza 8:00 am a los ganadores de cada distancia y categoría marcada en la Convocatoria.