



**KM VERTICAL
SOLIDARIO
PICO DE ORIZABA**

**PARQUE NACIONAL
PICO DE ORIZABA**

24

ABRIL 2022

CATEGORÍAS	PREMIACIÓN
Varonil/Femenil	Varonil/Femenil
- Libre	3 Primeros
-Máster	lugares
-Veteranos	absolutos

 - Km Vertical
- Corremontes Orizaba

www.corremontesorizaba.com



PRESENTACIÓN: Los organizadores, CORREMONTES DEL PICO DE ORIZABA, A.C. nos damos la tarea de realizar eventos deportivos de TRAIL y ULTRATRAIL. Además de estar comprometidos con el medio ambiente, colaboramos solidariamente con las comunidades aledañas apoyando a jóvenes con potencial dentro del atletismo, primordialmente y desempeñamos actividades de REFORESTACIÓN y con la Brigada contra Incendios forestales. Mediante la participación conjunta de CORREDORES, PATROCINADORES y de LOS ORGANIZADORES, aportamos recursos de manera SOLIDARIA a la comunidad y al Parque Nacional, como se menciona líneas arriba.

Este año nos complace anunciar la fecha del Kilómetro Vertical, teniendo el siguiente

PROGRAMA:

Entrega de kits: sábado 23 de ABRIL de 2022 de 10:00 a 17:00 en el POLIFORUM. NO HABRÁ ENTREGA DE KITS EL DÍA DE LA CARRERA

Evento: Domingo 24 de ABRIL de 2022 a las 9:00 hrs. Villas Pico de Orizaba, La Perla, Ver. TIEMPO MÁXIMO DE CARRERA 2:00 horas

Premiación: Domingo 24 de ABRIL de 2022 a las 13:30 hrs. Villas Pico de Orizaba, La Perla, Ver.

SALIDA Y META:

SALIDA: **VILLAS PICO DE ORIZABA**, La Perla, Veracruz, México

META: **TORRECILLA ROJA**, en el Parque Nacional Pico de Orizaba.

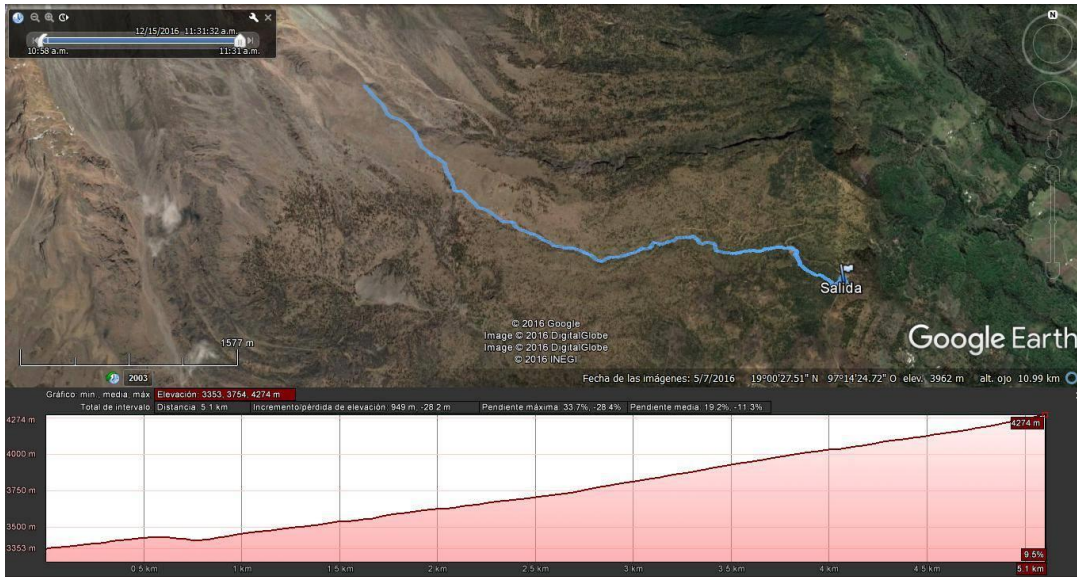
EVENTO:

Salida en Villas Pico de Orizaba a 3,352 msnm hacia La Torrecilla Roja a 4,277 msnm, en donde estará La Meta. La ruta estará señalizada. El regreso al punto de partida lo harán los corredores por su propio pie. El desnivel positivo es de 960 m (**D+ 960 m**) y un recorrido de **5.1 Km**.

El sendero te llevará por la montaña dentro del Parque Nacional Pico de Orizaba. Bosque, espectaculares miradores y EL PICO DE ORIZABA como **testigo** de tu hazaña.

Nota: En este evento NO se permiten mascotas

RECORRIDO:



PERFIL:



FICHA TÉCNICA:

Technical information card for the hike. It includes a logo with 'KV', distance '5.1 Km', elevation gain 'D + 960 M', a glass of water icon with '1 X', a clock icon with '1 h', '2 h', and 'max 2 h', the date '24.04.2022', time '09:00 a.m.', and location 'Torrecilla Roja 4,277 msnm'. A group of hikers icon is labeled 'Max 150'.

CATEGORÍAS:

Varonil

- Libre (39 años y menores)
- Máster (40 a 49 años)
- Veteranos (50 años en adelante)

Femenil

- Libre (39 años y menores)
- Máster (40 a 49 años)
- Veteranas (de 50 años en adelante)

PREMIACIÓN:

Varonil absolutos

- Primer Lugar \$3,000
- Segundo Lugar \$2,000
- Tercer Lugar \$1,000

Femenil absolutos

- Primer Lugar \$3,000
- Segundo Lugar \$2,000
- Tercer Lugar \$1,000

LAS CATEGORÍAS RECIBIRÁN TROFEO o MEDALLA ESPECIAL

Inscripción en línea:

1. **Depositar a la cuenta** 60-57438571-9 de Banco SANTANDER o realizar transferencia bancaria (Clabe) **0148 8260 5743 8571 90**, # TARJETA **5579 0700 5934 3494** (para depósito en OXXO o banco) a nombre de ALBERTO GOCHICOA GOMEZ, la cantidad correspondiente de acuerdo a la fecha en que se haga el pago o transferencia correspondiente.
2. **Llenar formulario en línea:** <https://forms.gle/gQUxhaVMsfNzKAno6>
3. **Enviar comprobante** de pago (transferencia/depósito) y deslinde de responsabilidades al correo corremontes01@gmail.com
4. Para recoger tu kit será necesario presentar Identificación oficial, comprobante de pago (en digital o físico), certificado médico además de certificado de vacunación covid, emitido por gobierno de México o una prueba negativa de covid, no mayor a tres días de la fecha del Kilometro Vertical.

Inscripción Presencial

En **KAVENTURATE** Calle Sur 10 #181, Centro, 94300 **Orizaba, Ver.**

Teléfono: 2727289673 a partir de la publicación de la presente CONVOCATORIA y se cerrará el jueves 12 de abril de 2020 o al agotarse los dorsales disponibles que suman 150.

Guardar la hoja de inscripción y presentarla junto con tu INE para recoger su kit.

Para recoger tu kit será necesario presentar Identificación oficial, comprobante de pago (en digital o físico), certificado médico además de certificado de vacunación covid, emitido por gobierno de México o una prueba negativa de covid, no mayor a tres días de la fecha del Kilometro Vertical.

(Nota: SOLO se entregarán paquetes CON los documentos indicados.)

Cuota de recuperación: \$450.00 hasta el 31.03.2022 y \$500.00 a partir del 01 de abril de 2022 de haber dorsales disponibles.

PAQUETE DE CORREDOR: Eco bolsa, dorsal, playera, brazaletes de acceso al Parque Nacional Pico de Orizaba, medalla a finalistas, así como abastecimientos.

LA ORGANIZACIÓN GARANTIZA LA SIEMBRA DE UNA PLÁNTULA DE PINO OYAMEL o HARTWEGII EN LAS FALDAS DEL PICO DE ORIZABA POR CADA UNO DE LOS CORREDORES, VOLUNTARIOS Y PATROCINADORES PARTICIPANTES EN EL KILÓMETRO VERTICAL SOLIDARIO PICO DE ORIZABA. Limitado a 150 corredores.

NOTAS IMPORTANTES:

INFORMES: 272 703 2951

Descarga formato certificado médico:

<https://drive.google.com/file/d/1SXML4gN68RHBloomP5z5aacj8HwTusZV/view?usp=sharing>

Descarga deslinde de responsabilidades:

<https://drive.google.com/file/d/1EfASa2Vk0qoE1FIAzHaaTqjoIPxgveCS/view?usp=sharing>

RESULTADOS: Se publicarán en www.corremontesorizaba.com y Facebook

DIRECTOR DE LA CARRERA: Alberto Gochicoa Gómez

¿Cómo llegar a Villas Pico de Orizaba? desde Orizaba: Sigue la liga: <https://goo.gl/maps/9nwJXsrWFjo>

ABASTECIMIENTO. Encontrarás plátano, naranja, agua y Jumex Sport que se colocará cerca de la meta. Por lo tanto se recomienda correr con Camelback o cinturón con ánforas. NO SE DISPONDRÁ DE VASOS DESECHABLES.

PUNTOS DE CONTROL. Se colocarán puntos de control sobre la ruta. El no pasar por alguno de ellos será motivo de descalificación.

Al corredor que carezca de dorsal le será impedido continuar. La ruta es dentro del Parque Nacional Pico de Orizaba y se requiere pago de derechos para su acceso.

QUE ES KILÓMETRO VERTICAL

Se considera Kilómetro Vertical aquella competición de 1.000 metros de desnivel positivo entre salida y llegada (+/- 5% tolerancia) que se desarrolle sobre terreno irregular de gran pendiente, el recorrido deberá ser de 5 Kilómetros aprox. Así pues, queda clara la extrema dificultad que presenta este tipo de competiciones, donde los corredores deben enfrentarse a pendientes de hasta el 45-50%. Se trata de un trabajo de resistencia anaeróbica, donde hay tramos en los que hay que agarrarse a todo lo que la naturaleza del camino pueda ofrecerte. Correr durante todo el trayecto es casi imposible, se debe tener una técnica muy depurada y una fuerza de piernas considerable. Muchos se ayudan, de forma totalmente legal, con bastones para obtener un apoyo fiable durante todo el ascenso. Quizá sólo sea adecuado para aquellos que dominan perfectamente su uso ya que si no, además de molestos para uno mismo, pueden llegar a ser peligrosos para la integridad de los atletas que vienen detrás de uno. Como la meta estará situada a mucha altura,

la bajada se hará ya fuera de carrera por un sendero lateral, donde los afortunados que ya han finalizado podrán cruzarse con aquellos que aún están en plena lucha. En el caso de nuestro evento, **Kilómetro Vertical-Solidario - Pico de Orizaba**, los corredores deberán tomar en cuenta la altitud a la que se llevará a cabo. **Punto de inicio 3353 msnm y meta en la Torrecilla Roja a los 4277 msnm. Distancia total 5080 metros. Desnivel positivo D+960**