



6 de Marzo de 2009

## NOVEDADES MARZO

Hola amigos,

A dos meses y medio para el inicio de la prueba, os envío información interesante para vuestra preparación a la prueba.

### RECORRIDOS Y TRAZADO

Tendremos recorridos muy técnicos y bonitos. Toda la carrera será en mapas de 1:50.000 salvo 2 secciones de trekking más técnicas en las que se entregarán mapas actualizados de 1:25.000.

Dada la cantidad de nieve que ha caído en España este año existe la posibilidad de que sea obligatorio el uso de crampones y piolet para una sección de alta montaña, pero eso lo confirmaremos en el último comunicado que enviaremos el día 1 de Mayo.

La sección de espeleología será acuática, por lo que será necesario un neopreno completo de al menos 5 mm de grosor y un carburero o una luz acuática de alta potencia por equipo para la iluminación en la cueva.

Las palas de rafting las proporcionará la organización.

Las dos secciones de patines en línea serán en subida, por lo que recomendamos el uso de palos de esquí.

Los equipos que tienen asistencia deberán de llegar al aeropuerto de Barajas (Madrid) el Sábado antes de las 15.00 PM, ya que los autobuses para las cabañas de Vegacervera, donde se dormirán las noches del 16 y 17 de mayo, saldrán a las 16.00 horas. Vegacervera se encuentra a 4-5 horas del aeropuerto de Barajas.

Los equipos que tienen inscripción con asistencia pero que van por sus medios a Vegacervera, a las 9 de la noche del sábado se dará la cena de bienvenida.

### PATROCINAN:

**CASTILLA Y LEÓN ES VIDA**  
turismocastillayleon.com - 902 20 30 30

  
Junta de  
Castilla y León

  
DIPUTACIÓN  
DE LEÓN

DIPUTACIÓN DE  
**PALENCIA**  
pasión por lo nuestro

EQUIPACIÓN  
OFICIAL:

**trangoworld**



ALOJAMIENTO  
OFICIAL:



KAYAK  
PICO  
AZUL



RELOJ  
OFICIAL:



ORGANIZA: **Meridianos  
RAID**

www.meridianoraid.com  
Tlf / Fax: 91 733 79 06



## MATERIAL OBLIGATORIO

### MATERIAL OBLIGATORIO POR EQUIPO

- ◇ 1 Altímetro.
- ◇ 1 Brújula.
- ◇ 1 Funda de mapas estanca.
- ◇ 1 Cuchillo.
- ◇ 1 Silbato.
- ◇ 1 Teléfono móvil.
- ◇ Botiquín primeros auxilios con:
  - 4 Gasas estériles individuales de 15 x 15.
  - Un rollo de venda elástica de 2 metros de largo por 5 cm de ancho.
  - Un rollo de venda no elástica de 5 metros de largo por 10 cm de ancho.
  - 1 rollo tape de 5cm x 2mts
  - Antihistamínico.
  - Antidiarreico.
  - Antiinflamatorio.
  - Un par de guantes de látex desechables.
- ◇ 5 sobres sales minerales.
- ◇ Protector solar.

### MATERIAL OBLIGATORIO POR COMPETIDOR

- ◇ Mochila.
- ◇ Linterna frontal.
- ◇ Manta Térmica.
- ◇ Depósito de agua (2 litros mínimo).
- ◇ Ración de comida mínima para 12 horas.
- ◇ Gorra, gorro o Buff.
- ◇ Mallas largas.
- ◇ Chaqueta impermeable con membrana.
- ◇ Forro Polar.
- ◇ Gafas de sol.
- ◇ Saco de dormir o funda de vivac.
- ◇ Tarjeta Federado Raids (de España o Portugal) o pago licencia semanal (20-30 euros).
- ◇ ¿ CRAMPONES Y PIOLET, A CONFIRMAR EL 1 DE MAYO?

### PATROCINAN:



EQUIPACIÓN  
OFICIAL:



ALDAMIENTO  
OFICIAL:



RELOJ  
OFICIAL:



ORGANIZA:



www.meridianoraid.com  
Tlf / Fax: 91 733 79 06

ARWORLD SERIES

BIMBACHE



EXTREM

ESPAÑA 16-23 Mayo 2009

CASTILLA Y LEÓN ES VIDA  
turismocastillayleon.com

#### BICICLETA DE MONTAÑA (POR COMPETIDOR)

- ◇ Casco Homologado para BTT.
- ◇ Luz trasera de destellos.
- ◇ Luz Delantera.
- ◇ BTT.
- ◇ Kit de Reparación.

#### PATINES EN LÍNEA (POR COMPETIDOR)

- ◇ Patines.
- ◇ Casco Homologado (vale el de BTT).
- ◇ Palos de Ski (recomendado).

#### DESCENSO DE BARRANCOS, ESPELEOLOGÍA, RAPPEL Y TIROLINA (POR COMPETIDOR)

- ◇ Arnés homologado UIAA.
- ◇ Casco escalada homologado UIAA (NO de bicicleta).
- ◇ 2 cabos anclaje de cinta cosida. NO cordino NI cinta anudada.
- ◇ Descensor: Ocho, Stop, Reverso, ATC, grigri...
- ◇ Autoseguro en Rappel: cordino prussik para nudo autoblocante o shunt.
- ◇ 4 mosquetones de seguridad.
- ◇ 1 neopreno de 5mm mínimo con piernas y brazos largos.
- ◇ Guantes largos de cuero.
- ◇ 1 carburero o luz acuática de alta visibilidad por equipo.

#### KAYAK

- ◇ 1 Pala por competidor.
- ◇ 1 Bolsa estanca por embarcación (dos por equipo).
- ◇ 2 cuerdas de rescate acuático (20 metros mínimo).
- ◇ 1 Chaleco salvavidas por competidor.
- ◇ 8 Glow Sticks (Luces químicas) por equipo.

#### RAFTING (POR COMPETIDOR)

- ◇ Neopreno de 3 mm (piernas completas).
- ◇ Chaleco salvavidas.
- ◇ Casco, vale el de escalada.
- ◇ 1 cuerda de rescate por equipo.

PATROCINAN:

CASTILLA Y LEÓN ES VIDA  
turismocastillayleon.com - 902 20 30 30



DIPUTACIÓN DE  
PALENCIA  
gestión por la nuestra

EQUIPACIÓN  
OFICIAL:

trangoworld



ALOJAMIENTO  
OFICIAL:



KAYAK  
PICO  
AZUL

RELOJ  
OFICIAL:



ORGANIZA: Meridiano



www.meridianoraid.com  
Tlf / Fax: 91 733 79 06



### Nuevos PREMIOS para este año

Tras convenios con algunas organizaciones de otros eventos, hemos llegado a fortalecer los premios para los primeros clasificados, con un valor total superior a los 35.000 euros:

- 1º 9.000 euros + Inscripción gratuita al **ARWChampionship Portugal 2009\*** + inscripción gratuita y viajes de avión para 4 competidores a 7 cerros Medellín Colombia\*\* + inscripción a CAT Costa Rica 2010\*\*\*.
- 2º 5.000 euros + inscripción a 7 cerros Medellín Colombia\*\*\*\* + inscripción a CAT Costa Rica 2010 \*\*\*.
- 3º 3.000 euros + inscripción a CAT Costa Rica 2010 \*\*\*.
- 4º 2.000 euros.
- 5º 1.000 euros.

\* Valor aproximado de 3.500 euros.

\*\* Valor aproximado de 5.000 euros.

\*\*\* Valor aproximado de 2.000 euros.

\*\*\*\* Valor aproximado de 1.000 euros.

Premios económicos con impuestos no incluidos.

### INSCRIPCIONES CON Y SIN ASISTENCIA

#### La inscripción con asistencia para el Raid incluye:

- ◇ Transfers para los equipos en autobús desde el aeropuerto de Madrid-Barajas hasta las cabañas de Pico Azul, en Vegacervera el día 16 de Mayo.
- ◇ Alojamiento en las Cabañas los días 16 y 17 de Mayo en régimen de pensión completa (cena del día 16, desayuno, comida y cena del día 17 y desayuno del día 18). Las cabañas tienen camas pero debéis traer el saco de dormir.
- ◇ Zona de acampada para las 4 horas de parada obligatoria en el transcurso del evento.

#### **PATROCINAN:**

**CASTILLA Y LEÓN ES VIDA**  
turismocastillayleon.com - 902 20 30 30

  
Junta de  
Castilla y León

  
DIPUTACIÓN  
DE LEÓN

DIPUTACIÓN DE  
**PALENCIA**  
gestión por la nuestra

EQUIPACIÓN  
OFICIAL:

**trangoworld**



ALOJAMIENTO  
OFICIAL:



KAYAK  
PICO  
AZUL OFICIAL:



RELOJ  
OFICIAL: **PROTREK**



ORGANIZA: **Meridiano**  
RAID

www.meridianoraid.com  
Tlf / Fax: 91 733 79 06



- ◇ Asistencia de carrera conjunta.
- ◇ Alojamiento en el Hotel Valentin\*\*\* para los equipos en la meta los días 21 y 22 de Mayo con desayuno.
- ◇ Cena de clausura en el Hotel Valentin el día 22.
- ◇ Clausura de la prueba con degustación y vino español.
- ◇ Mapas y logística de la prueba.
- ◇ Seguimiento de la prueba en directo a través de Internet.
- ◇ Buff oficial y camiseta técnica oficial de Trangoworld.
- ◇ 1 CD de material fotográfico para cada equipo, que se entregará el día 23 de Mayo.
- ◇ 1 DVD para cada equipo con el reportaje editado de la clausura, que se entregará el día 23 de Mayo.
- ◇ Traslado a al aeropuerto de Madrid de los equipos el Sábado 23. El primer autobús llegará a Madrid a las 14.00 PM.

**La inscripción sin asistencia para el Raid incluye:**

- Mapas y logística de la prueba.
- Zona de acampada para las 4 horas de parada obligatoria en el transcurso del evento.
- Clausura de la prueba con degustación y vino español.
- Seguimiento de la prueba en directo a través de Internet.
- Buff oficial y camiseta técnica oficial de Trangoworld.
- 1 CD de material fotográfico para cada equipo, que se entregará el día 23 de Mayo.
- 1 DVD para cada equipo con el reportaje editado de la clausura, que se entregará el día 23 de Mayo.

**PATROCINAN:**



EQUIPACIÓN OFICIAL:



ALOJAMIENTO OFICIAL:



RELOJ OFICIAL:



ORGANIZA:



www.meridianoraid.com  
Tlf / Fax: 91 733 79 06



## VUELOS Y TRASLADOS

Enviar vuestros horarios de llegada y partida del aeropuerto de Madrid a [info@meridianoraid.com](mailto:info@meridianoraid.com), mencionando el nombre del equipo y todos los detalles. No olvidéis mencionar la Terminal de Llegada, ya que se encuentran en diferentes lugares. Os recuerdo que la hora límite para estar en Madrid el día 16 serán las 15.00 pm.

## CLIMATOLOGÍA

En el lugar de carrera de la edición 2008 las temperaturas medias rondarán los 5-18 grados, aunque en la noche y en la alta montaña, en algunos lugares cerca de 2.000 metros, esta temperatura puede bajar de cero grados, estad prevenidos.

## ASISTENCIA

La organización proveerá a todos los equipos bidones estancos para el material que se utiliza durante el raid.

Se entregarán 3 bidones por equipo para bicicleta, trekking y kayak. La bolsa o caja para guardar los patines la traerá cada equipo.

Todo el material que se use en la carrera deberá entrar en estos bidones, a excepción de las palas de remar.

- Bidón 1: Material Bicicleta de Montaña.
- Bidón 2: Trekking y Cuerdas.
- Bidón 3: Kayak y actividades acuáticas.
- Bolsa 4: Patines (la traen los equipos).



CAPACIDAD	DIÁMETRO BOCA	DIÁMETRO CUERPO	ALTURA
150 litros	390 mm	488 mm	968 mm

## PATROCINAN:

**CASTILLA Y LEÓN ES VIDA**  
turismocastillayleon.com - 902 20 30 30

  
Junta de  
Castilla y León

  
DIPUTACIÓN  
DE LEÓN

DIPUTACIÓN DE  
**PALENCIA**  
pasión por lo nuestro

EQUIPACIÓN  
OFICIAL:

**trangoworld**



ALOJAMIENTO  
OFICIAL:



KAYAK  
PICO  
AZUL



RELOJ  
OFICIAL: **PROTREK**  
CASIO SPORT



ORGANIZA: **Meridiano**  
RAID

www.meridianoraid.com  
Tlf / Fax: 91 733 79 06



Estos botes llevarán un cierre con llave para que sólo personal de organización pueda acceder a ellas. Esto se hace para no beneficiar a los equipos que traen asistencia y que éstos no puedan acceder a su material, comida, secar ropa y demás.

Los equipos que traen asistencia no podrán estar en contacto con ellas, ésta tendrá que estar en un área de seguridad en las transiciones y tan solo podrá acceder a las cajas de asistencia una vez que se haya ido su equipo y la organización las haya cerrado.

Habrà agua en todas las transiciones. Deberéis traer vuestra comida de competición. Como en ediciones anteriores, habrá un campamento intermedio de parada obligatoria de 4 horas, para todos los equipos, con alojamiento en tiendas de campaña proporcionadas por la organización o instalación deportiva, donde podréis descansar. Debéis traer vuestro saco de dormir y aislante.

### GESTIÓN LICENCIA F.E.D.O.

Los equipos que no tengan la licencia de Raids de Aventura Española o Portuguesa, podrán tramitar la licencia de carrera de la FEDO directamente el día 17 de mayo, en Vegacervera. El coste de ésta licencia por corredor será de 20 a 30 euros.

El día 1 de mayo se enviará el último comunicado, con porcentajes de carrera, desniveles y últimas novedades.

Saludos cordiales de todo el equipo de Meridiano Raid.



### PATROCINAN:



EQUIPACIÓN OFICIAL:



ALDOPAMIENTO OFICIAL:



PROTREK



ORGANIZA: Meridiano RAID



www.meridianoraid.com Tlf / Fax: 91 733 79 06