

Andaina Orixes Mondariz



Data: Sábado, 04 de maio, de 2024

Hora e lugar de saída: 11:00h dende a Plaza de Mondariz

Distancia: 12km

Desnivel acumulado: 800m

Altura máxima: 341msnm

Trail Orixes de Mondariz, discorrerá polo seguinte itinerario:

A Andaina é unha modalidade non competitiva que comparte percorrido coa distancia Minitrail recortando aproximadamente 1km despois do avituallamiento do km 9 e suprimindo a última subida.

A saída será inmediatamente despois da saída do Minitrail .

Será obrigatorio levar o dorsal visible para un correcto funcionamento do control de participantes.

Este percorrido ten un nivel de esforzo e tecnicidade moi alto. Pasos de río e zonas con fortes pendentes e baixadas.

Itinerario

Praza Mondariz (Saída)-- Cernadela– Sabaxáns – Cernadela – Mondariz (Meta)

RESUMO DE DATOS TÉCNICOS, TEMPOS DE CORTE E AVITUALLAMENTOS:

Andaina 13km

Avituallamento	Km Totais	Km Parciais	Desnivel +	Tipo	Tempo de Corte
Furafollas	9	9	350	Completo	
Meta	13	5	400	Completo	5h de carreira (16:00h)

Sábado, 04 de maio ,2024

Hora saída: 11:00h

Desnivel acumulado: 800m

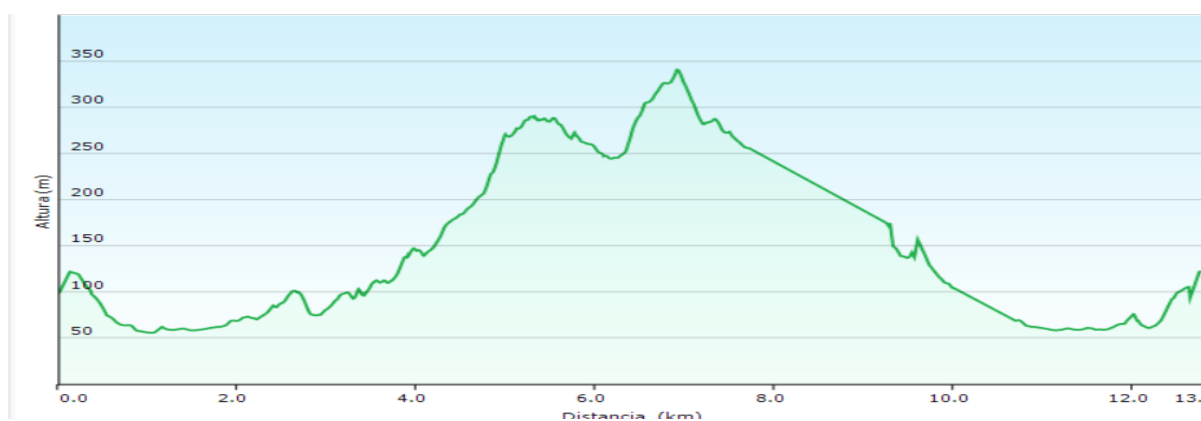
Altura máxima: 341msnm

Material obrigatorio: Silbato, depósito de auga mínimo 0.5l e móbil con batería, manta térmica (aconsellable).

VASOS E DESPERDICIOS

A organización non proporcionará vasos nos avituallamentos polo que cada participante é responsable de levar un recipiente para beber. O obxectivo é respetar o medio ambiente e minimizar o impacto medioambiental.

É obrigación de cada participante levar os seus desperdicios ata a meta ou lugares sinalados nos avituallamentos.



 [Tracks Kml e gpx](#)

