

XX

MODU
MARCHA

DOMINGO
SEPT 8

MODU
BAR
DE LA
EMPAREDADA



MEMORIAL
IVÁN SEGURA JAUREGUI

BTT

SENDERISMO

CARRERA MONTAÑA



DIPUTACION
DE BURGOS

INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y JUVENTUD



AYUNTAMIENTO
MODÚBAR DE LA
EMPAREDADA



MODÚBAR
INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y JUVENTUD
DE LA EMPAREDADA



INFO E INSCRIPCIONES

www.idj.burgos.es - www.cmodubeos.blogspot.com

mail: modubeos@hotmail.com



XX MODU MARCHA

MODÚBAR DE LA EMPAREDADA 2018

ORGANIZAN



DIPUTACIÓN
DE BURGOS



INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y JUVENTUD



AYUNTAMIENTO
MODÚBAR
DE LA EMPAREDADA



PATROCINAN Y COLABORAN

- JG BIKES
- DREAM BIKE
- LA FLOR BURGALESA
- BIKEXTREM
- CUBIERTAS ROVI
- MÁS BICI
- MOVIMIENTO
- TECNISPORT
- CICLOS GARCÍA
- LA TRÉBEDE
- DEPORTES MANZANEDO
- AL LIMITE BICIS
- CANTINA DE MODÚBAR
- TREXBUR
- IMAGE
- AUTOESCUELA RALLY
- EL PLANETA DEL CALCETÍN
- FRIMOVA
- PORDOMINGO
- M. GÓMEZ E HIJO
- MI BICI-O
- CONST. JOSECHU
- LA TABERNA DE TANIN
- DST SPAIN
- TRANS. VÍCTOR ESCUDERO
- CICLOS FUENTECILLAS
- VELOBUR

MODALIDADES

 CARRERA MONTAÑA 22 km	 BTT 42 km
 SENDERISMO 10 km	 BTT 27 km
 SENDERISMO 22 km	 BTT Infantil

HORARIOS

Sábado 7 de Septiembre

17:00 h.

a 19:00 h. Recogida de dorsales (Polideportivo Municipal).

19:30 h.

a 20:00 h. Charla Técnica "ModuMarcha" (Salón Ayuntamiento).

20:00 h. Conferencia "ModuMarcha" (Salón Ayuntamiento).

Domingo 8 de Septiembre

7:45 h. A partir de esta hora y hasta la salida.
Entrega de dorsales y chips.

8:45 h. Salida Senderismo 22 kms.

9:30 h. Salida Senderismo 10 kms.

10:15 h. Salida Carrera de Montaña.

10:45 h. Salida BTT 27 y 42 kms.

10:50 h. Salida BTT Infantil.

11:35 h. Llegada prevista del 1^{er} corredor "Carrera de Montaña".

12:15 h. Cierre del paso para Circuito Infantil.

12:25 h. Llegada prevista del 1^{er} BTT 42.

13:15 h. Cierre de control Carrera de Montaña.

13:30 h. Entrega de premios y sorteo de regalos.

13:30 h. Comida a partir de esta hora.

15:30 h. Límite de llegada. Cierre de control.

INSCRIPCIÓN

La inscripción se hará **SOLO** a través de la página web

Art. 9: Se ha establecido un límite de participación de 500 participantes en BTT y 500 entre la carrera de montaña y senderismo.

Art. 10: El plazo de inscripción se abrirá el día 22 de julio del 2013 y se cerrará el día 2 de Septiembre a las 23:59 horas del 2013.

NO SE ADMITIRAN INSCRIPCIONES A PARTIR DE ESTA FECHA, NI EL DIA DE LA PRUEBA.

Art. 11: El importe de la inscripción es de 10 € para todas las modalidades, excepto para BTT Infantil que será de 8 € (sin chip). El precio de la comida será de 5 € para los participantes y de 7 € para los acompañantes (todos lo abonarán al hacer la inscripción a través de la página web).

AVITUALLAMIENTOS

- 4 puntos de avituallamiento + llegada para: **BTT 42 / Carrera de Montaña 22 / Senderismo 22**
- 2 puntos de avituallamiento + llegada para: **BTT 27**
- 1 punto de avituallamiento + llegada para: **Senderismo 10 / BTT Infantil**

ASISTENCIA

Durante la prueba habrá un servicio médico y de ambulancias a disposición de los participantes.

PREMIOS

Se entregarán trofeos y obsequios a los 3 primeros clasificados de cada categoría, tanto masculinas como femeninas, y al primer corredor local en acabar la Carrera de Montaña.

También habrá un obsequio al corredor/a en pasar en primer lugar por el Altotero de Modúbar en el km 9, así como el senderista que más se aproxime al tiempo secreto marcado por la organización.

DEBES SABER

- Al recoger tu dorsal se hará entrega del CHIP de control, ticket de comida y ticket para sorteo de regalos.
- Al llegar a meta, los participantes entregarán el CHIP y el dorsal (BTT) y serán obsequiados con la "bolsa de corredor".
- Deberás participar en la modalidad en la que estás inscrito.
- A partir del 2 de septiembre no se admitirán más inscripciones. Tampoco el día de la prueba.
- Respeta las normas de circulación durante toda la prueba, es tu obligación. El dorsal, obligatoriamente, debe estar siempre bien visible.
- Facilita el paso de otra modalidad en caso que te rebasen.
- En BTT es obligatorio el uso del casco.
- Este año colaboraremos con la "Operación Kilo" para el Banco de Alimentos de Burgos, recogeremos los alimentos que nos traigas y se los haremos llegar, todas las personas que colaboren con esta iniciativa se les hará entrega de un obsequio

RESPETA SIEMPRE
EL MEDIO AMBIENTE
EN TODO EL RECORRIDO

BTT 42-BTT 27 KM

La prueba reina de la ModuMarcha sigue siendo la BTT, en la que el año pasado se agotaron las 500 plazas que había para esta modalidad. El recorrido sigue siendo el mismo que los últimos 3 años por la buena acogida que tiene entre los participantes.

Los primeros 2 kms serán neutralizados por las calles de Modúbar para, una vez fuera de la carretera, dar la salida. Es un circuito rompedor, con un poco de todo: senderos, caminos, pistas y alguna zona técnica como la famosa "perrera", que se puede realizar con una preparación media. "El record del circuito lo tiene Pablo Dueñas (JG Bikes) con un tiempo de 1h 40:19 en el año 2012

Los participantes que no crean que pueden realizar la Marcha de BTT 42 tienen la posibilidad de apuntarse a la BTT 27, siendo el mismo recorrido que el de 42 kms hasta el km 24, en el que habrá un desvío señalado y que en 3 kms por la Vía Verde llevará a meta.

Para evitar confusiones es muy importante que los participantes realicen el recorrido al que se han inscrito, así como que los que por cualquier motivo se retiren no pasen por el arco de llegada.

Ficha técnica (distancias, desnivel acumulados)

BTT 42 42 km Desnivel acumulado: 720 m.

BTT 27 27 km Desnivel acumulado: 415 m.



CARRERA DE MONTAÑA - 22 KM

La III Carrera de Montaña de Modúbar mantiene su recorrido de años anteriores, un recorrido no excesivamente duro y técnicamente sencillo, pero con continuas subidas-bajadas por los senderos, caminos y pistas de alrededor de Modúbar en que se puede correr por todo su perfil, ideal para iniciarse en las carreras de montaña. El record del circuito lo consiguió Raúl Cámara en el 2012 con un tiempo de 1h 26:34

Habrà premios para los 3 primeros de categoría masculina y femenina, como un premio especial en el Gran Premio del Altotero de Modúbar en el km 9. El límite de tiempo para realizar la carrera será de 3 h.

Ficha técnica

22 KM Desnivel acumulado: 398 m.



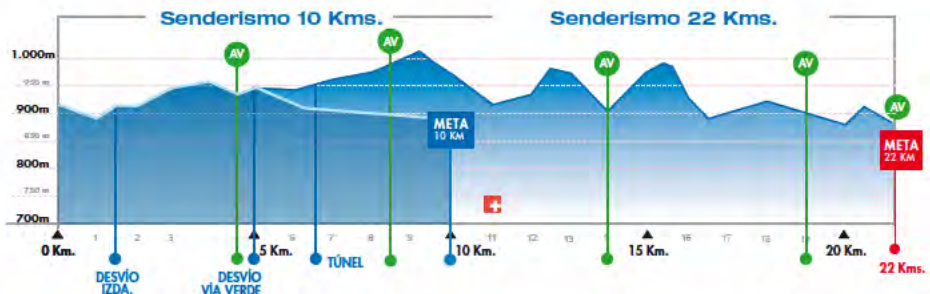
SENDERISMO 10-22 KM

SENDERISMO 22 km

Tras la buena acogida que tuvo el año pasado este recorrido por el ambiente con los corredores de montaña se mantiene pero con la salida 1 h 30 minutos antes que la carrera de montaña. Habrá un tiempo de 6h 30 para realizar el recorrido. Tendrá obsequio el participante que más se aproxime al tiempo secreto que la organización decrete.

SENDERISMO 10 km

La salida de esta modalidad será a las 9:30 horas. Antes de la carrera de montaña y de BTT. Para los participantes que no se atrean con los 22 km de senderismo existirá un recorrido de 10 km. En el avituallamiento deberán tomar la Vía Verde dirección Modúbar, pasando por el túnel (se recomienda llevar frontal) para acabar en el polideportivo. La llegada se hará por la parte baja de éste entrando por la zona vallada hasta la meta.



Ficha técnica

10 KM Desnivel acumulado: 110 m.

22 KM Desnivel acumulado: 398 m.

CIRCUITO BTT INFANTIL- 5 KM

Este año seguiremos fomentando la participación de niños y familias en la practica de la BTT, haciendo que la jornada sea festiva y los más peques puedan disfrutar rodeados de grandes deportistas y se sientan parte activa de una prueba como la ModuMarcha.

El Circuito BTT Infantil tiene un recorrido muy sencillo que discurre la mayor parte por la Vía Verde, aunque con una subida "La Conejera" que a alguno se le hará dura.

Se podrá dar vueltas hasta las 12:15, hora en la que se cerrará el circuito a su paso por la zona de salida. Todos los que lleguen a partir de esa hora deberá bajar a meta por la zona señalizada. Para facilitar a las familias la inscripción a la prueba se ha rebajado a 8 euros para todo el que se inscriba a la modalidad BTT Infantil, por eso no llevarán chip de control. A la hora de recoger la "Bolsa de corredor" solo deberán entregar el dorsal.



Ficha técnica

5 KM Desnivel acumulado: 70 m.

MAPA LOCALIZACION Y RECORRIDO BTT



PARA
DISFRUTAR
DE UN DIA
LLENO
DE EMOCIONES



MODUBAR
DE LA EMPAREDADA



Diputación Provincial
de Burgos

INSTITUTO PROVINCIAL PARA EL DEPORTE Y JUVENTUD

Saborea la vida!!
Practica Deporte



Desde este Instituto trabajamos
día a día por el Deporte en la Provincia



www.idj.burgos.es

Avda. de la Paz 34 - entrep. BURGOS