

21K EL PAREDÓN

GUÍA DEL ATLETA



21K
EL PAREDÓN

Bienvenidos a la 1ª. Carrera 10K y 21K El Paredón 2025

¡Atletas de corazón, deportistas apasionados, bienvenidos a la Primera Edición de esta gran carrera!

Es un honor para nosotros darles la bienvenida a este evento que representa un nuevo capítulo en el deporte: uniendo la excelencia deportiva con un profundo compromiso con la sostenibilidad y el espíritu de comunidad.

Hemos invertido en crear un espacio donde cada paso cuenta, donde cada acción tiene un impacto positivo y donde la pasión por el deporte se fusiona con el cuidado de nuestro planeta. El Paredón, con su impresionante belleza natural, será el escenario perfecto para esta experiencia única.

Queremos que sean parte de este movimiento, que sientan el poder de la comunidad deportiva y que reflexionen sobre la importancia de preservar nuestro entorno. Juntos, demostraremos que el deporte y la sostenibilidad pueden ir de la mano, creando un legado para las futuras generaciones de atletas.

Disfruten de la emoción de la competencia, de la camaradería entre atletas y de la conexión con la naturaleza. ¡Este evento es una celebración del deporte, la comunidad y la sostenibilidad!



ENTREGA DE KITS



- Día: Sábado 8 de Marzo
- Horario: 10:00 – 18:00 horas
- Lugar: Playa 14 El Naranjo
- Ubicación: Carretera hacia El Paredón, Sipacate, Escuintla

REQUISITOS PARA ENTREGA DE KITS

1. DPI o Pasaporte vigente.
2. Exoneración firmada: tendremos formatos para ser llenados.
3. Es recomendable que descargues la App Tiempo Total, para que sepas que número tienes asignado, para que recoger tu kit sea más fácil y rápido.
4. La entrega de kits es PERSONAL, es decir solo el competidor inscrito podrá recoger su paquete.
5. El competidor que no recoja su kit el día, horario y lugar indicado perderá todo derecho derivado de su inscripción.

IMPORTANTE SOBRE LAS TALLAS DE LAS PLAYERAS

Las tallas de las playeras conmemorativas de competidor están limitadas a una cantidad específica, por lo que el Comité Organizador podrá ofrecer a los competidores una talla distinta a la elegida al momento de inscribirse, en caso de que se haya agotado la talla requerida, sin que esto represente un incumplimiento por parte de Más Deporte.



BENEFICIOS DEL PARTICIPANTE

- Playera de competidor: Te recordamos que la talla NO está garantizada.
- Bolsa ecológica con producto de nuestros patrocinadores.
- Número de corredor con CHIP para el cronometraje de Tiempo Total.
- Medalla de finalista para ambas distancias (para quienes terminen completo su distancia)
- Hidratación.
- Resultados oficiales en www.tiempototal.com.gt y en la App Tiempo Total.
- Apoyo médico durante toda la carrera y en meta.
- Seguro médico de accidentes.

DÍA DEL EVENTO



- Fecha: domingo 9 de marzo
- Lugar de salida y meta: Playa 14
- Ubicación: Carretera hacia El Paredón, Sipacate, Escuintla.



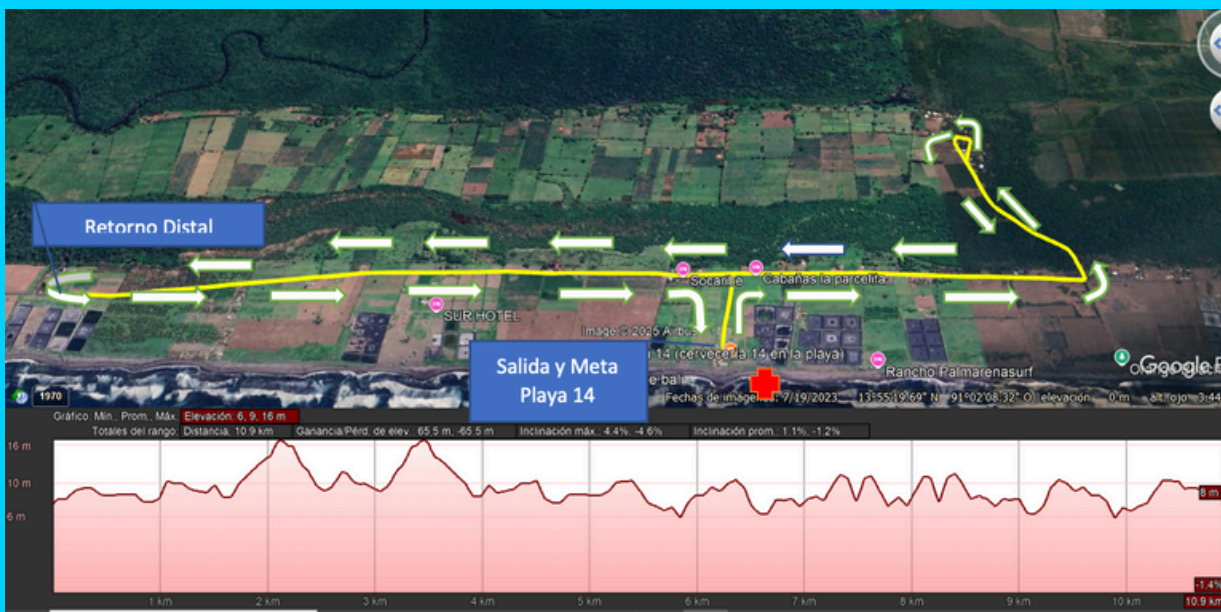
- Distancias: 21km y 10km
- Horario de arranque:
 - 21km: 6:00 am (4 horas 30 minutos para completar la distancia)
 - 10km: 6:10 am (2 horas 15 minutos)

Estos horarios son sujetos a cambios sin previo aviso.

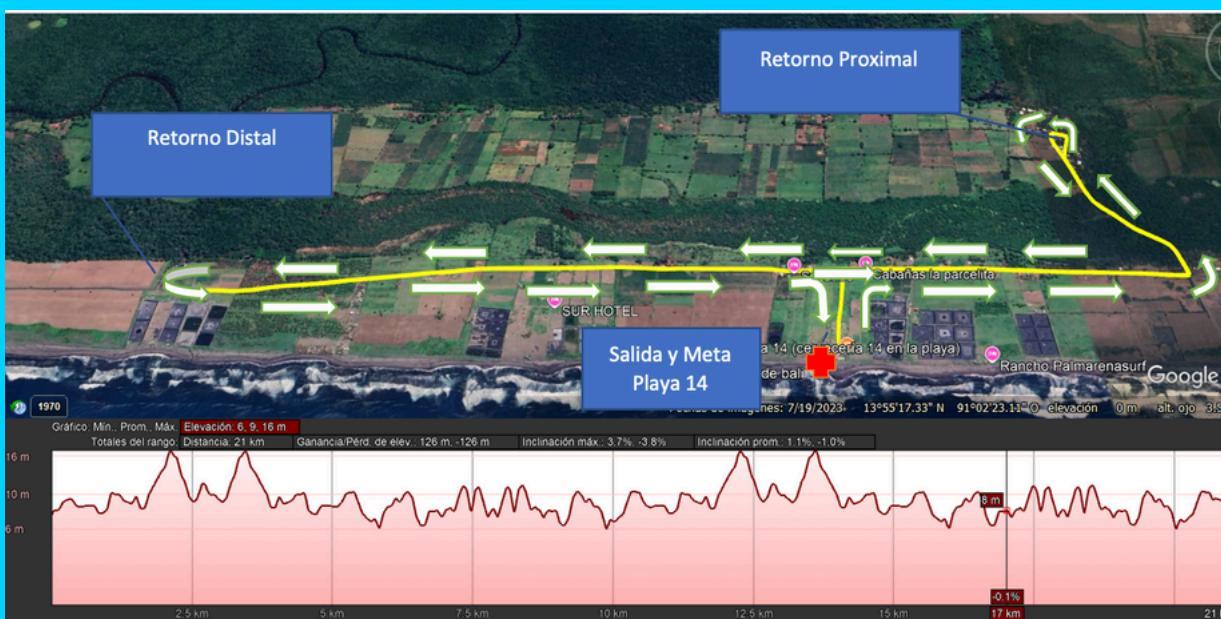
RECUERDA: deberás de salir en el arranque de la distancia para la cual estás inscrito de lo contrario estarás descalificado.



10K – 1 VUELTA

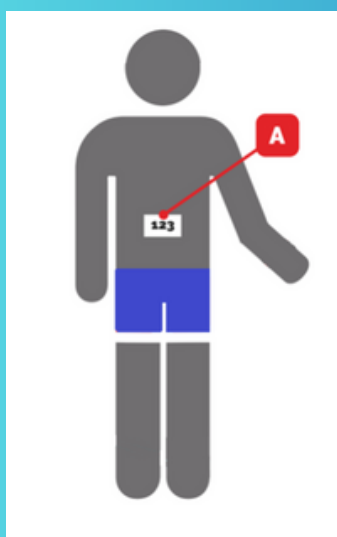


21K – 2 VUELTAS



RECOMENDACIONES

Coloca el número (A) al frente de la playera. Prueba que no te estorbe, que no se caiga y que tenga perfecta visibilidad (no deben recortarlo o modificarlo).



**SIN EL NÚMERO NO TE DEJARÁN ENTRAR A LA ZONA DE RECUPERACIÓN.
QUEDA PROHIBIDO CORRER CON MASCOTAS Y CON CARRUAJES POR RESPETO A
LOS DEMÁS CORREDORES.**



GUARDARROPA

Contaremos con servicios de guardarropa de 05:30 a 10:00 am, el cual podrás encontrar antes de entrar a tu corral de arranque.

QUEDA PROHIBIDO DEJAR OBJETOS DE VALOR COMO CARTERAS, CELULARES, LLAVES Y/O DINERO. CASO CONTRARIO NO NOS HACEMOS RESPONSABLES DE EXTRAVÍOS.

META

Al cruzar la meta sonríe para la foto, para obtenerla entra en <https://www.facebook.com/masdeportegt> Luego sigue caminando para entrar a la Zona de recuperación donde te daremos: Bebida isotónica, agua y tu medalla.

PREMIACIÓN

La ceremonia de premiación se llevará a cabo aproximadamente a las 08:30 hrs dentro de las instalaciones de Playa 14.

Se premiará con trofeo a los primeros 3 lugares de cada distancia, en ambas ramas de acuerdo con el Tiempo Oficial avalado por el sistema de cronometraje y jueces.

GENERALES PREMIACIÓN

- Los participantes que se hagan acreedores a un trofeo y no estén presentes en el momento de la premiación, podrán recoger su trofeo en las oficinas de Mas Deporte, una vez que se haya certificado que han sido ganadores de este. No es responsabilidad de Mas Deporte hacerles llegar dicho reconocimiento por ningún medio.
- El reclamo del trofeo podrá hacerse solo durante las dos semanas siguientes después del evento. Después de 15 días no se entregará ningún trofeo.

AYÚDANOS A QUE EN TODO MOMENTO SEA UN EVENTO ORDENADO, LIMPIO Y RESPETUOSO.

SEGUIMIENTO EN VIVO

- Consulta tus tiempos y sigue en directo la prueba con la APP Tiempo Total
- Con la App de Tiempo Total podrás acceder a contenidos exclusivos del triatlón:
 - Resultados en tiempo real
 - Información actualizada de la carrera
 - Seguimiento en directo de los atletas, Ideal para tus compañeros o familiares, que podrán seguirte en tiempo real y recibir notificaciones cada vez que pases por un nuevo punto de control.
 - También podrás subir fotografías a la galería colaborativa del evento.



21K
EL PAREDÓN

ORGANIZADOR



CON EL APOYO DE



PATROCINADORES



HELIOS

