

¡Buenos Días atletas!

Les enviamos unas breves líneas con información básica para este fin de semana:

1- Entrega de paquetes

Está prevista para el sábado 6 de julio de 9 am a 6 pm. Lugar: Estadio Nacional. Únicamente se hará a esas horas en jornada continua y en ese lugar. No se entregan paquetes el día de la carrera.

2- Servicios de Traslados

Para los que van a utilizar el servicio de autobús, el mismo está previsto para las 4 am frente del Edificio Colón hacia el Mas x Menos de Tres Ríos, lugar de salida de los 21km, No hay paradas intermedias. Es un servicio gratuito. En la Expo favor apuntarse en el puesto previsto para esto. Para 10k no hay transporte incluido.

3- Horarios y Servicios en Salidas:

En todas las salidas, contaremos con servicios de baños y guardarropía con traslado a la meta (cierra 20 minutos antes de la hora de salida respectiva)

4- 10 KM

- Salida: 6 30 am- Pinturas Sur frente a la Clínica Carlos Durán en Zapote
- Ruta: <http://www.mapmyrun.com/routes/fullscreen/1631527063>

5- Media Maratón

- Salida: De la parte de atrás del Mas x Menos de Tres Ríos 5:00 am
- Ruta: <http://www.mapmyrun.com/routes/fullscreen/1582946137/>

6- Corrales de Salida

Únicamente solo elite y general. Si quiere ingresar en la élite por favor lleve una prueba válida de tiempo de los últimos 2 años (carrera reconocida). Esto aplica sólo para Media Maratón.

7- Pacers

- Pacers Media Maratón de 1:30 hasta 2:10 cada cinco minutos.
 - Pacers 10KM de 0:45 hasta 1:00 cada cinco minutos.
- Solo siga a su pacer, no hay necesidad de inscribirse.

8- Hidratación

Salida 21km (detrás Mas x Menos 3 Ríos)	0	
Walmart Curridabat	3	Agua
Cementerio Montesacro	6	Agua-Hidratante
Corbana	9	Agua-Hidratante
Pinturas Sur/ Salida 10km	11.5	Agua-Hidratante
Parque Nacional	13	Agua-Hidratante
Cementerio Obrero	16	Agua-Hidratante
Estadio Nacional	19	Agua
Meta	21	Agua-Hidratante

9- Energía

Banano para Media Maratón en Corbana Frente a la Casa Presidencial, al kilómetro 9 y en puesto de Cementerio Obrero. Tricopilias en Parque Nacional.

10- Puestos médicos en la ruta

En todas las salidas y en meta. En el Parque Nacional.

11- Baños en ruta

En todas las salidas, y en Parque Nacional.

12- Servicios en Meta

Baños, guardarropía, desayuno, hidratación, masajes fotos, degustaciones de patrocinadores y muchas otras actividades.

13- Estadía con Tarifa Especial Correcaminos

Tryp Sabana - San José/ Edificio Colón
Sabana Avenida 3, calles 38 y 40, San José, Costa Rica

Tel.: + (506) 2547 2323 - Fax: + (506) 2547 2324
E-mail: info@trypsabana.com

14- **Agencia de Viajes**

PCV Travel. Info@pcvtravel.com. Tel 22711024

15- **Premiación**

Se comunicará fecha de su realización.

16- **Correcaminos Hishel**

Una actividad recreativa para niños ayudando otros niños. Sábado 800 am. Inscripciones en [Move!](#)

Distancias de 25 metros hasta 1.2 km (de 1 año hasta 11)

Contará con camisa, medalla y refrigerio.

Lugar: Estadio Nacional.

17- **Carrera 5k**

Carrera recreativa. Que sale del Estadio Nacional y regresa ahí, retador y entretenido.

Ruta del Evento: <https://www.mapmyrun.com/routes/fullscreen/2556837934/>

Los Paquetes se retiran el mismo sábado 6 a 7 am

18- **Información adicional**

Por medio de nuestra página www.maratoncorrecaminos.com y nuestro Facebook: Correcaminos Costa Rica.

¡Ahora con entrenamiento listo, nada más toca a Ustedes darlo todo en sus respectivas distancias!

Nos vemos en el asfalto,

Equipo Correcaminos