



ÚLTIMAS INSTRUCCIONES

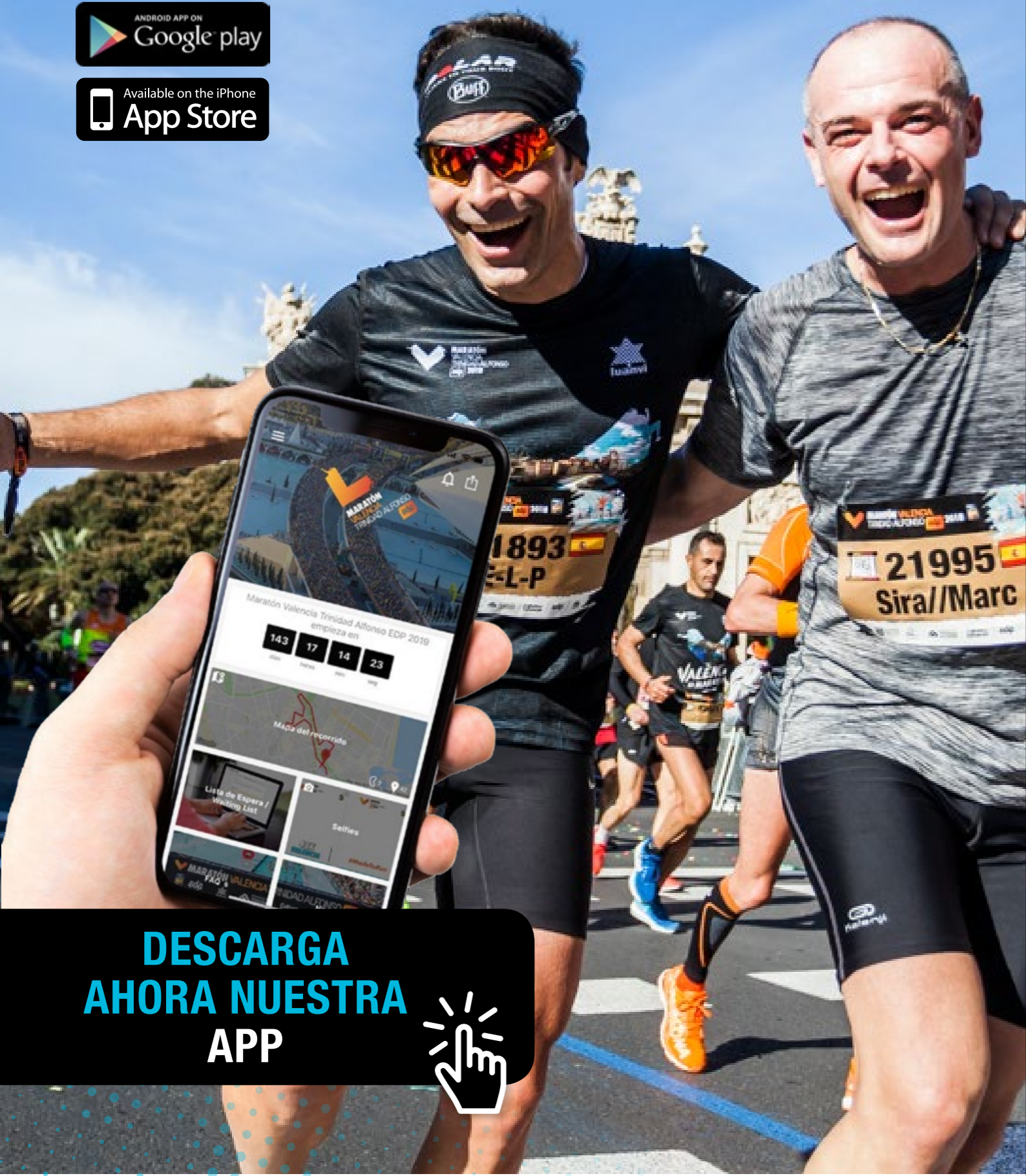
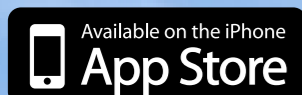
01/12/2019



MARATÓN VALENCIA TRINIDAD ALFONSO  **2019**



SIGUE EL MARATÓN CON NUESTRA APP OFICIAL



**DESCARGA
AHORA NUESTRA
APP**



ÍNDICE

PLANO SALIDA Y META P. 4-5

ANTES DE LA CARRERA P. 6-15

- Expo Deporte Valencia
- Dorsal-chip
- Pulsera Maratón Valencia
- Servicio de Atención al Corredor
- Eventos paralelos
- Recorrido

DÍA DE LA CARRERA P. 16-25

- Salida
- Boxes
- Prácticos en carrera
- Guardarropa
- Cómo llegar
- Avituallamientos y WC's
- Servicios médicos y patinadores
- Puntos de asistencia rápida
- Animación en carrera
- Cómo seguir la carrera

DESPUÉS DE LA CARRERA P. 26-28

- Poncho térmico
- Grabación de medalla
- Fisioterapeutas y Compex
- Duchas
- Resultados
- Fotos y vídeos

OTROS P. 29-33

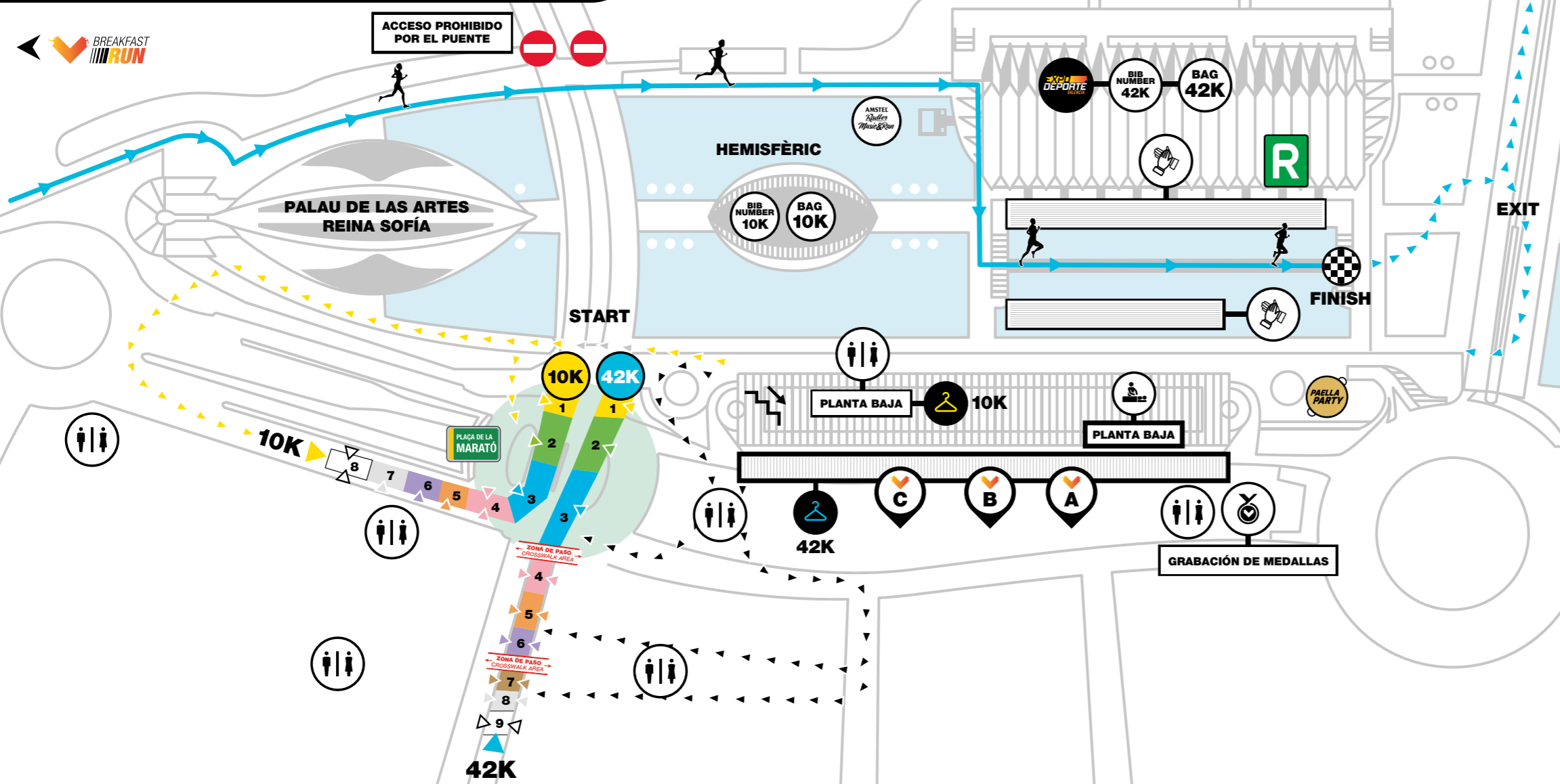
- Compromiso con el reciclaje
- Advertencias
- Checklist
- En resumen

PATROCINADORES P. 34

ZONA DE SALIDA Y LLEGADA

START AND FINISH ZONE

01-DEC-2019
 INICIO 8:30H / START AT 8:30 A.M



INFORMACIÓN SOBRE LA SALIDA

INFORMATION ABOUT START

- A las 8:30 horas partirán todos los atletas acreditados hasta 3h30:59, de acuerdo con el orden previo establecido en las hojas de inscripción.
 - A las 8:40 horas saldrán todos los atletas participantes que se han inscrito con tiempos entre 3h31:00 y 3h45:59.
 - A las 8:50 horas saldrán todos los atletas participantes que se han inscrito con tiempos entre 3h46:00 y 4h00:59.
 - A las 9:00 horas partirán por último todos los atletas participantes que se han inscrito con tiempos de 4h01:00 en adelante.
 - La carrera finalizará a las 14:30h, siendo éste el límite de tiempo máximo oficial.
- All the athletes with accredited times of up to 3h30:59 will start at 8.30 a.m, following the order previously established by the registration forms.
 - All the participating athletes who have registered with times between 3h31:00 and 3h45:59 will start at 8.40 am.
 - All the participating athletes who have registered with times between 3h46:00 and 4h00:59 will start at 8.50 am.
 - Finally, all the participating athletes who have registered with times of 4h01:00 or more will start at 9.00 am.
 - The race will finish at 2.30pm, as this is the official maximum time limit.
- TODOS LOS PARTICIPANTES DE LA 10K PARTIRÁN EN LA PRIMERA SALIDA A LAS 8:30 HORAS.**
 All 10K runners will start with the first group at 8.30 am.

- 42K** Salida Maratón / Marathon Start
- 10K** Salida 10K / 10K Start
- Meta / Finish
- Expo Deporte
- BIB NUMBER** Recogida del Dorsal (29 y 30 de noviembre) / BIB Number Collection (29th and 30th November)
- FISIOTERAPIA Y PODOLOGÍA (PARKING. Planta Baja)** / Physiotherapy & Podology (PARKING. Ground floor)
- BAG** Bolsa del Corredor / Goodie bag
- BREAKFAST RUN (30 de noviembre - 9:00h)** / Breakfast Run (30th November - 9:00am)
- Baños** / Toilets
- Guardarropa (PARKING) 10K** / Cloakroom (PARKING)
- Guardarropa 42K** / Cloakroom
- Gradas** / Grandstand
- PAELLA PARTY** Paella Party (30 de noviembre - 13:00 a 16:00h) / (Planta Superior) / Paella Party (30th November - 1:00 to 4:00p.m) / (Upper floor)
- AMSTEL RADLER MUSIC & RUN (29 y 30 de noviembre)** / Amstel Radler Music & Run (29th and 30th November)
- Grabación de Medallas** / Medal engraving
- Mini Maratón / Actividades Infantiles (30 de noviembre - 12:00 a 14:00h)** / Mini Marathon / Children's Activities (30th November - 12:00a.m to 2:00p.m)

- R** Rincón del Debutante / Rookie's Corner
- ✓** Punto de encuentro / Meeting point



Boxes salida 10K Start boxes 10K	1 ELITE	Sub / Under 34' (Hombres / men)	2	Sub / Under 37'	3	Sub / Under 40'	4	Sub / Under 45'	5	Sub / Under 50'	6	Sub / Under 55'	7	Sub / Under 60'	8	60' o +		
Boxes salida Maratón Start boxes Marathon	1 ELITE	Sub / Under 2h25 (Hombres / men)	2	Sub / Under 2h38	3	Sub / Under 2h50	4	Sub / Under 3h	5	Sub / Under 3h15	6	Sub / Under 3h31	7	Sub / Under 3h46	7	Sub / Under 4h01	9	4h01 o +

ANTES DE LA CARRERA



EXPO DEPORTE VALENCIA

Es el lugar donde podrás recoger tu dorsal, bolsa del corredor y conocer las últimas novedades de patrocinadores, colaboradores y stands comerciales, además de disfrutar de una completa agenda de actividades.



PLANTA BAJA: Tiendas y expositores.

PLANTA 1: Recogida dorsal y bolsa del corredor.

! La organización advierte que el sábado de 11 a 14 horas se esperan largas colas por mayor afluencia de público. Tendrás que ser paciente y esperar tu turno. Se recomienda acudir el viernes a la feria.

VIERNES
29
NOVIEMBRE

SÁBADO
30
NOVIEMBRE

9:00 h - 21:00 h
- DE FORMA ININTERRUMPIDA -



BOLSA DEL CORREDOR

MARATÓN VALENCIA TRINIDAD ALFONSO edp 2019 **BOLSA DEL CORREDOR GOODIE BAG**

Elaborada por Adecco

/ DORSAL-CHIP

El dorsal-chip y la bolsa del corredor se deberán recoger en Expo Deporte Valencia en la planta superior.

Será necesario presentar DNI, pasaporte o documento acreditativo original indicado en la inscripción para su retirada.

En caso de no poder recogerlo en persona, debes autorizar a alguien para que te recoja tu dorsal y bolsa del corredor a través de la [zona de autogestión de la web](#).

El domingo 1 de diciembre se podrá recoger el dorsal (sin bolsa del corredor), de 7:00 a 8:00h, en l'Hemisferic.

i Cualquier corredor que participe sin dorsal, con dorsal a nombre de otra persona o con un dorsal duplicado o falsificado no solo será descalificado y retirado de la carrera, sino que además corre sin cobertura del seguro de accidentes y por su cuenta y riesgo, además de no poder participar en esta carrera los próximos 4 años. Además, podrá ser identificado y sancionado conforme marca la Ley.

Si solicitaste el envío del dorsal y camiseta a través de MRW, no olvides traerlo el día de la carrera o no podrás correr.

! No se admiten autorizaciones en papel ni fotocopias de DNI.

/ PULSERA MARATÓN VALENCIA

Los participantes del Maratón Valencia Trinidad Alfonso EDP recibirán con el dorsal una pulsera de tela con la que podrán obtener descuentos en Expo Deporte Valencia, disfrutar de la Paella Party, así como de otros descuentos en atracciones turísticas y culturales en la ciudad.



i [CLICK AQUÍ](#)

! Será OBLIGATORIO llevar la pulsera para acceder al box, así como para recoger la medalla de finisher.

/ SERVICIO ATENCIÓN AL CORREDOR

Si tienes cualquier duda sobre el Maratón Valencia, ponte en contacto con el Servicio de Atención al Corredor de Valencia Ciudad del Running.

✉ INFO@VALENCIACIUDADELRUNNING.COM
📞 +34 672 114 201 (SOLO WHATSAPP)

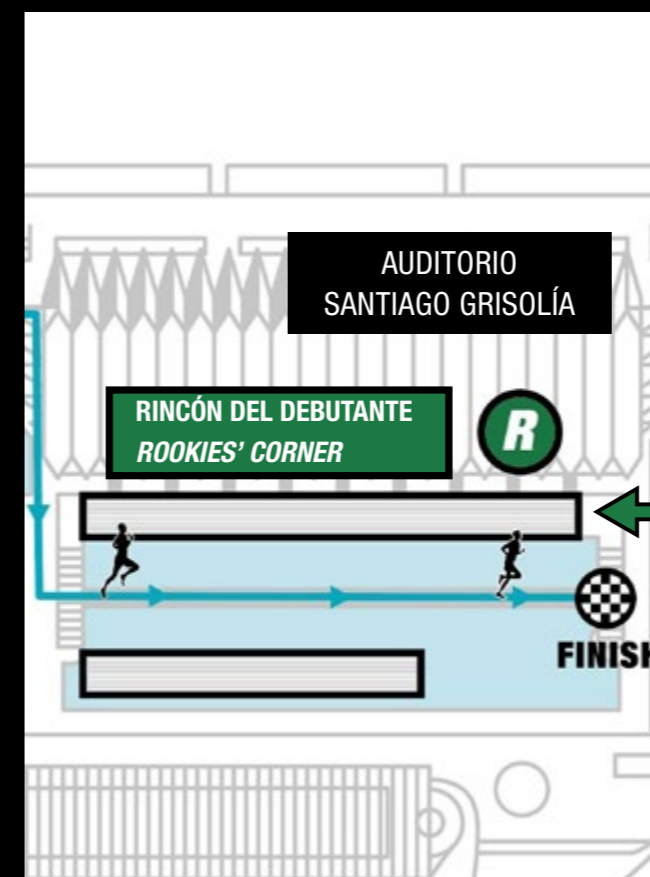
/ EVENTOS PARALELOS

AMSTEL RADLER MUSIC & RUN

Amstel Radler Music and Run volverá a ofrecer un año más ambientación sonora y animación a los corredores y visitantes de Expo Deporte Valencia. Las actuaciones, durante el viernes y sábado, servirán para cargar las pilas de los corredores y animar el ambiente durante los días previos al evento.



RINCÓN DEL DEBUTANTE



La organización del Maratón Valencia ha preparado dos encuentros con los debutantes en la distancia. Será en el Auditorio Santiago Grisolia, junto a Expo Deporte, el viernes 29 y sábado 30, a las 18 horas (duración aprox. 45 minutos)

Además de recibir los últimos consejos tanto de profesionales como entrenadores, nutricionistas o Podoactiva, los futuros maratonianos podrán compartir sus sensaciones en las últimas horas ante uno de los retos más especiales de su vida.

VIERNES
29
NOVIEMBRE

SÁBADO
30
NOVIEMBRE

18:00 h
- DURACIÓN APROX. 45 MINUTOS -

EVENTOS PARALELOS

BREAKFAST RUN

El **Breakfast Run** es el último entrenamiento de aproximadamente 5 kilómetros antes de la carrera del domingo. El entrenamiento se celebrará el sábado 30 de noviembre a las 9:00 horas en el Jardín del Turia y finalizará con un desayuno con productos valencianos.



INSCRÍBETE AQUÍ



LOCALIZACIÓN

PAELLA PARTY



Todos los maratonianos inscritos en la prueba podrán recoger su picnic mostrando la pulsera del evento, conformado por un plato de paella valenciana, bebida, pan y fruta para disfrutarlo rodeado de las actividades paralelas que se organizan durante el sábado previo a la prueba. El horario de la **Paella Party** es de 13:00h a 16:00h.

Lugar: Umbracle (Ciudad de las Artes y las Ciencias).

Los acompañantes podrán comprar un ticket allí mismo.



LOCALIZACIÓN

MINI MARATÓN VALENCIA MAPFRE

El **Mini Maratón Valencia MAPFRE** se celebrará el sábado 30 de noviembre, a las 12:00h, para que padres e hijos disfruten juntos de su práctica deportiva preferida. Las carreras no competitivas transcurrirán en el mismo Puente de Monteolivete, junto a la Plaça d'Europa.



LOCALIZACIÓN

ACTIVIDADES INFANTILES

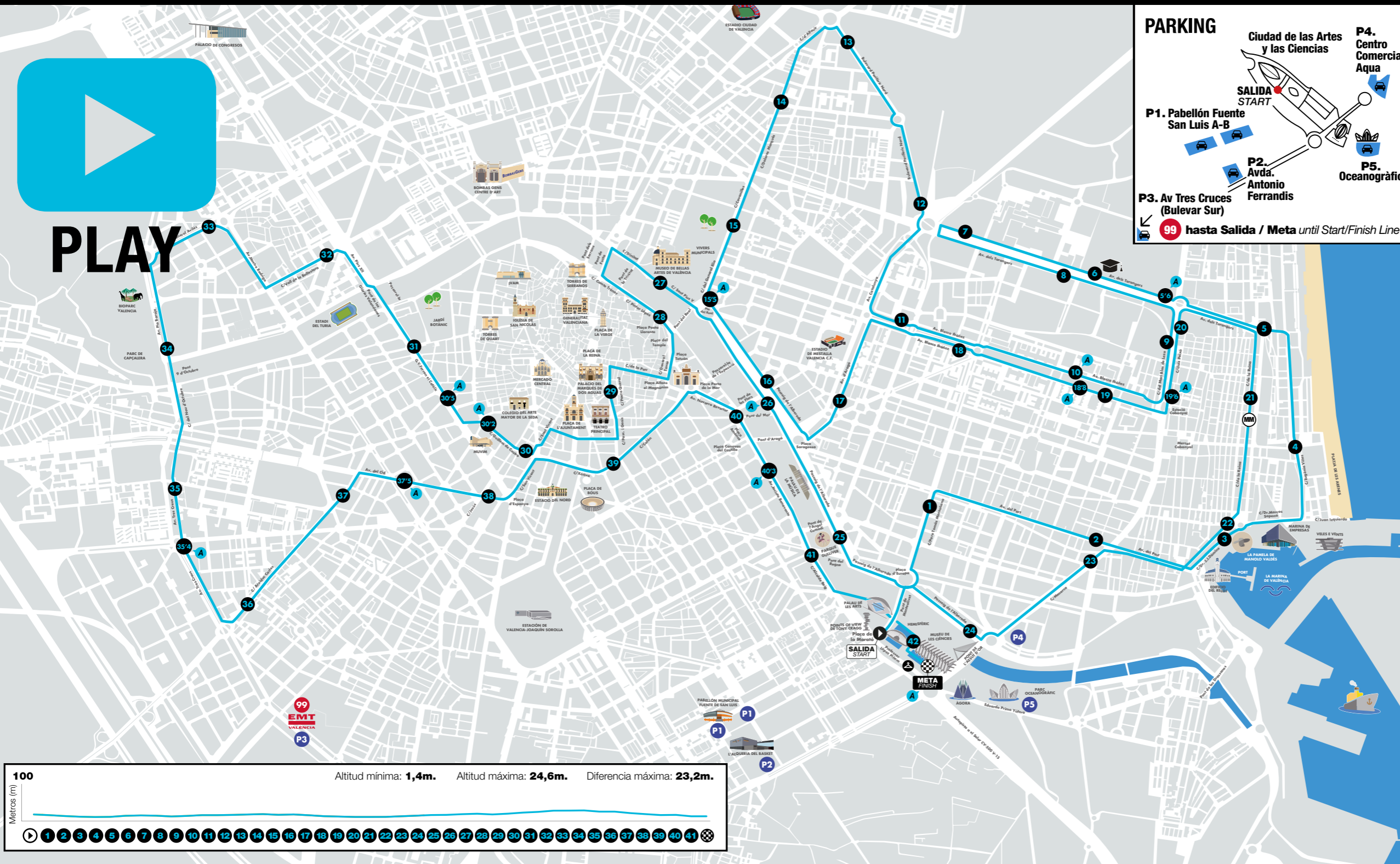
El sábado 30 de noviembre a las 9:00h empezarán las actividades infantiles, impulsadas por **Fundación MAPFRE** y **Juegos Deportivos Municipales**, que van dirigidas al fomento de la práctica deportiva y los hábitos de vida saludables y formativos.



RECORRIDO COURSE 01-DEC-2019



PLAY



PARKING

SALIDA START

- P1. Pabellón Fuente San Luis A-B
- P2. Avda. Antonio Ferrandis
- P3. Av Tres Cruces (Bulevar Sur)
- P4. Centro Comercial Aqua
- P5. Oceanográfico

99 hasta Salida / Meta until Start/Finish Line

LEYENDA LEGEND

Salida Start	Avituallamiento Provisioning point
Meta Finish	Agua Aquabona Aquabona Water
Kilómetro Kilometer	Bebida Powerade Powerade drink
Baños Toilets	Gel Enervit Enervit Gel
Guardarropa Cloakroom	Fruta Fruit
Medio Maratón Half Marathon	Frutos secos Nuts
Parking Parking	Asistencia rápida Fast assistance
Servicios médicos Medical service	

A Puntos de avituallamiento Provisioning point

5'6				
10				
15'5				
18'8				
19'6				
26				
30'2				
30'5				
35'4				
37'5				
40'3				

Organizan / Organizer

Colaborador principal / Main partner

Patrocinador oficial / Official sponsor

Marca deportiva / Sport brand

Marcas oficiales / Official partners



Patrocinadores / Sponsors

Colaboradores / Partners



DÍA DE LA CARRERA



/ SALIDA

La salida del Maratón Valencia 2019 tendrá lugar a las 8:30h en el Puente de Monteolivete junto a la Plaça de la Marató.



La prueba tendrá **CUATRO SALIDAS:**

8:30h

Primera oleada del Maratón con marcas inferiores a **3h31:00**.

8:40h

Todos los atletas participantes que se han inscrito con tiempos entre **3h31:00** y **3h45:59**.

8:50h

Todos los atletas participantes que se han inscrito con tiempos entre **3h46:00** y **4h00:59**.

9:00h

Por último todos los atletas participantes que se han inscrito con tiempos de **4h01:00** en adelante.



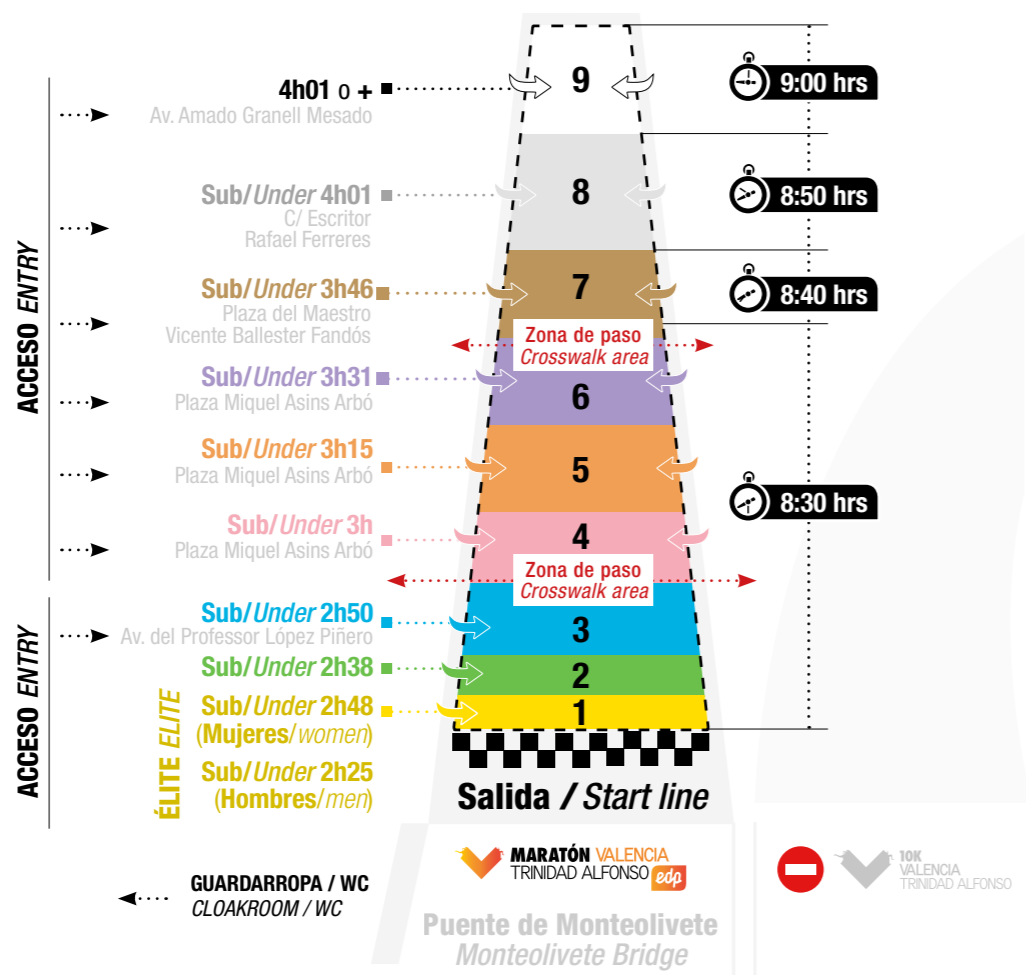
BOXES

La 39ª edición del Maratón Valencia cuenta con 9 boxes para garantizar una salida ordenada y fluida a los 25.000 corredores inscritos.

i Se aconseja entrar al box con antelación.

Se debe respetar el box asignado en inscripción y que refleja el color de tu dorsal.

No se permitirá el acceso al box de salida sin dorsal ni pulsera del evento.



! El cambio de box era gratuito hasta el 1 de noviembre. A partir de ese momento, y hasta el jueves 24 de noviembre, podrá realizarse online a través de nuestra plataforma con un coste de 15 euros en concepto de gastos de reimpresión y gestión.

! No se realizarán cambios de box en Expo Deporte.

PRÁCTICOS EN CARRERA

Habrán 'prácticos' de 2h50, 3h00, 3h15, 3h30, 3h45, 4h00h, 4h15, 4h30 y 5h00 horas, que te guiarán hasta la increíble meta sobre el agua, siguiendo la línea de Pinturas Isaval por las calles de Valencia Ciudad del Running. Saldrán desde el box correspondiente a su ritmo.

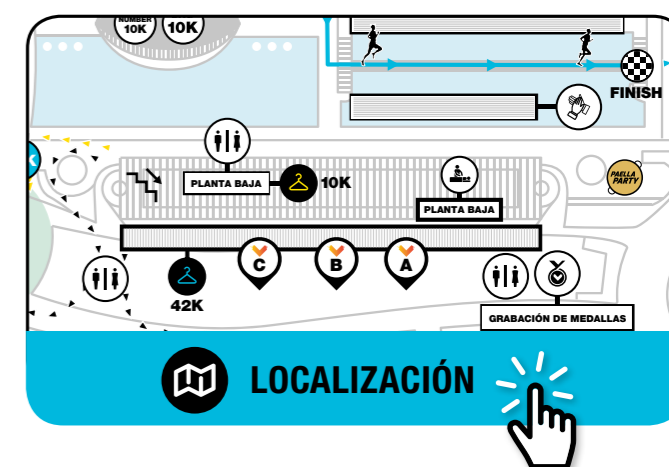


GUARDARROPA

Se encuentra en las carpas ubicadas en la Avenida del Professor López Piñero, junto al Umbracle.

El guardarropa estará abierto de 7 a 15 horas.

i Se podrá depositar la mochila únicamente con la etiqueta adhesiva proporcionada por la organización en la bolsa del corredor.



/ CÓMO LLEGAR

Esta son las diferentes opciones para llegar a la zona de salida y meta:

EMT VALENCIA

35

95

99

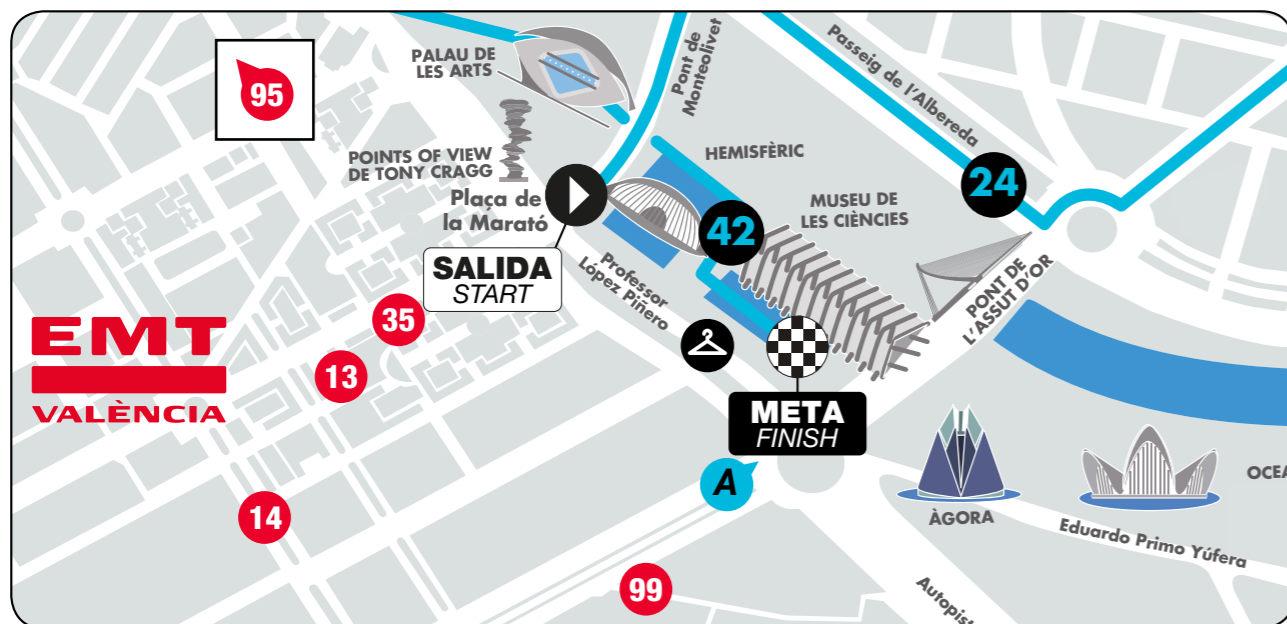
BUSES REFUERZO

06:00-07:30 h

Las líneas **35-95-99** son las que tienen paradas más cercanas a la zona salida / meta y las líneas con refuerzo desde las 06:00 horas. Otras líneas con paradas cerca de la zona **1-13-14-19-25-40**.

! Todas las líneas de EMT València serán gratis el 1 de diciembre hasta las 16 horas.

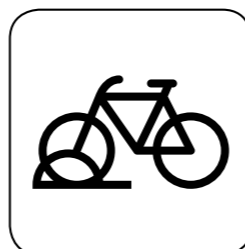
Recomendamos la APP oficial de la EMT València para conocer la frecuencia de líneas y tiempo de espera de los buses en tiempo real.



BICICLETA O VALENBISI

Hay diferentes aparca-bicis y estaciones de Valenbisi en los alrededores.

Los días de ExpoDeporte se podrá aparcar en el exterior del museo y, el día de la carrera, en el guardarraja del 10K, dentro del aparcamiento.



COCHE

Si únicamente puedes acudir en coche, dispondrás de aparcamientos cerca de la zona de salida.

PARKINGS DE ACCESO LIBRE:

PARKING 1:
Pabellón Fuente de San Luis A y B
(300 y 200 plazas)

PARKING 2:
Avenida Antonio Ferrandis
(800 plazas)

PARKING 3:
Av Tres Cruces (Bulevar Sur):
Con posibilidad de coger un bus EMT (Línea 99) para acercarte a zona salida/meta. Ideal para acompañantes.
(1.250 plazas)

P

PARKINGS DE APERTURA A LAS 6:00 HORAS:

PARKING 4:
Centro Comercial Aqua
(2.400 plazas - no recomendado para corredores del 10K)

PARKING 5:
Oceanogràfic (de pago: 6 euros todo el día presentando el dorsal en el Centro de Control del parking y se le entregará un ticket descuento que deberá introducir en los cajeros de pago).
(860 plazas)

P



/ AVITUALLAMIENTOS

El avituallamiento está garantizado con casi 300.000 botellas de Aquabona (de 33 cl) y 80.000 de Powerade (en botella y vasos). Además, habrá Powerade Zero en la zona de post-meta.

Habrà nueve puntos de avituallamiento líquido, de 200 metros de longitud, a ambos lados de la calzada en los **kilómetros 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 37.5, y 40**. Además, en los **kilómetros 25, 30, 35 y 40** y meta también habrá avituallamiento sólido con Plátano de Canarias.

Se entregarán geles Enervit en carrera en los kms 20 y 30 aproximadamente.

Habrà numerosos contenedores amarillos para el reciclaje de las botellas.



/ WCs

Habrà WCs químicos distribuidos en la zona de salida, meta y cerca de todo los puntos de avituallamiento en los **kms**:



/ SERVICIOS MÉDICOS Y PATINADORES

El Maratón Valencia contará con:



/ PUNTOS DE ASISTENCIA RÁPIDA

En la zona de salida habrá voluntarios de Farmacia Ribera con botes de vaselina y Réflex para los corredores que lo deseen.

A lo largo del recorrido habrá puntos de Farmacia Ribera que proporcionarán vaselina y/o Reflex a todo aquel corredor que lo necesite. Estos puntos de Asistencia Rápida de Farmacia Ribera estarán situados en la salida y los **kilómetros 20, 25, 30, 35, 37.5 y 40**.



ANIMACIÓN EN CARRERA



La 39ª edición del Maratón Valencia Trinidad Alfonso EDP contará con más de 200 puntos de animación a lo largo de los 42 kilómetros, conformados por batucadas, comisiones falleras, dolçaina i tabalets, conciertos en directo, DJs y mucho más, que se suman a las miles de personas que animan durante toda la mañana en las calles de Valencia Ciudad del Running.

Además, en la zona de salida y meta habrá gradas de acceso libre para el público para animar a los corredores.

DESCUBRE LOS PUNTOS DE ANIMACIÓN

OBJETOS PERDIDOS

Todos los objetos perdidos que se hagan llegar a la Organización se podrán encontrar en el Centro de Acreditaciones.



CÓMO SEGUIR LA CARRERA

TV



Desde las 8 horas del domingo.

i Redifusión en À Punt el domingo 1 de diciembre de 17 a 20:30h.

RADIO



WEB



APP OFICIAL - SEGUIMIENTO CORREDORES

Con la aplicación oficial del Maratón Valencia podrás conocer todas las novedades y noticias, ver el recorrido y hacer un seguimiento de hasta 20 corredores. La app es gratuita y está disponible en iOS y Android.



DESCARGA AHORA NUESTRA APP

REDES SOCIALES

#42KVALENCIA

- facebook.com/maratonvalencia**
Se podrá ver la retransmisión en directo, sin comentaristas, así como fotos destacadas y noticias.
- @MaratonValencia**
Momentos destacados de la prueba, fotos y vídeos.
- @MaratonValencia**
Momentos destacados de la prueba, fotos y vídeos.



DESPUÉS DE LA CARRERA



/ PONCHO TÉRMICO POST-RACE

i Si has contratado el poncho térmico al finalizar tu carrera podrás recogerlo. Recuerda que es un poncho reutilizable para más carreras y ocasiones. Llevarás impreso en el dorsal el icono del poncho.

Si no lo contraste en la web, podrás comprar este servicio en feria por 10€



/ GRABACIÓN DE MEDALLA

Si no has elegido la opción de personalizar tu medalla con tu tiempo puedes solicitar este servicio el día de la prueba en el stand de grabación de medallas situado junto al guardarropa Maratón. **Precio: 10€**

Además, si has completado las últimas cuatro ediciones del Maratón Valencia, en los días posteriores te enviaremos un diseño para que puedas formar un trébol con ellas.

Puntos de encuentro:

Habrà tres puntos de encuentro (A, B, y C) donde podrás reunirte con tus familiares y amigos una vez termines la carrera.

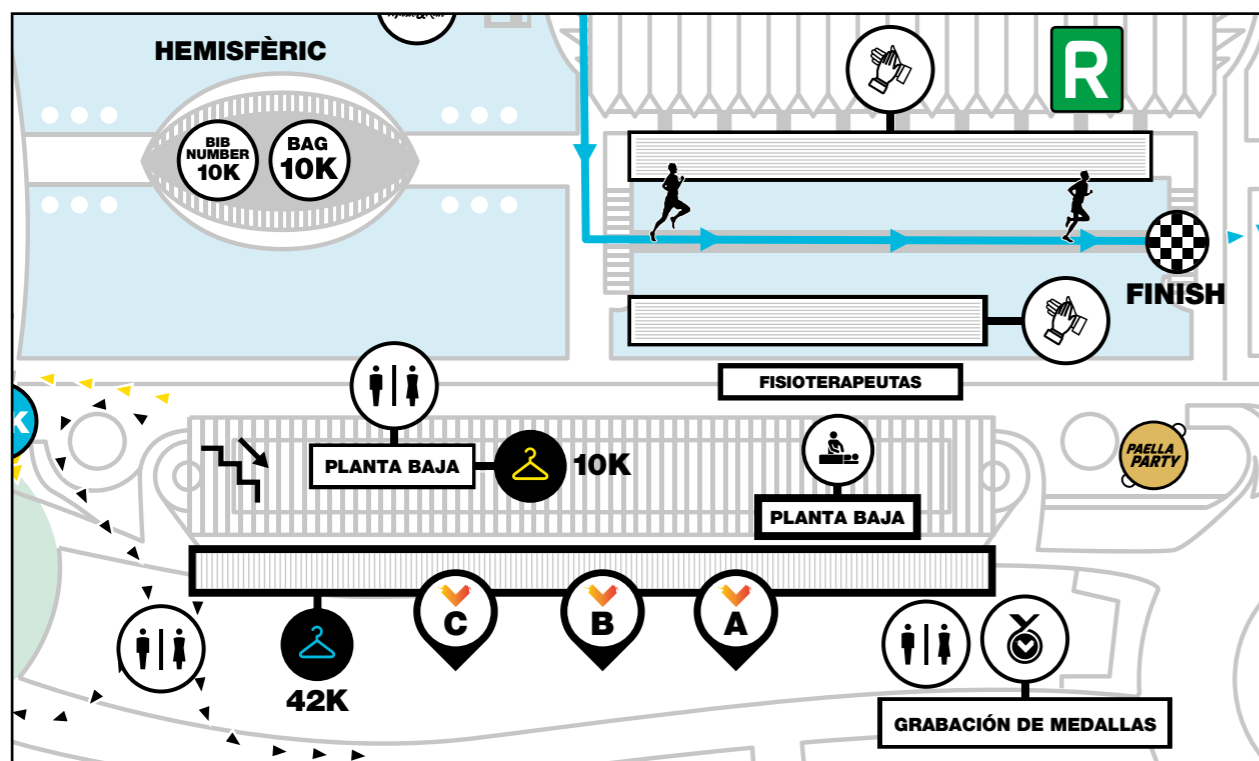


i La grabación de medallas tendrá lugar a la zona ajardinada frente al Umbracle, en exterior de Ciutat de les Arts i les Ciències. Una vez salgas no podrás volver a entrar. Si contrataste este servicio, llevarás impreso el icono en tu dorsal.



/ FISIOTERAPEUTAS

Habrà servicio de fisioterapeutas en la zona de postmeta y recuperación con electroestimulación de Compex.



/ DUCHAS



i Distancia aproximada desde la meta: 1.400 metros.

El servicio de duchas se encuentra en la piscina del Pabellón de la Fuente de San Luis, acceso por la puerta de la piscina municipal.

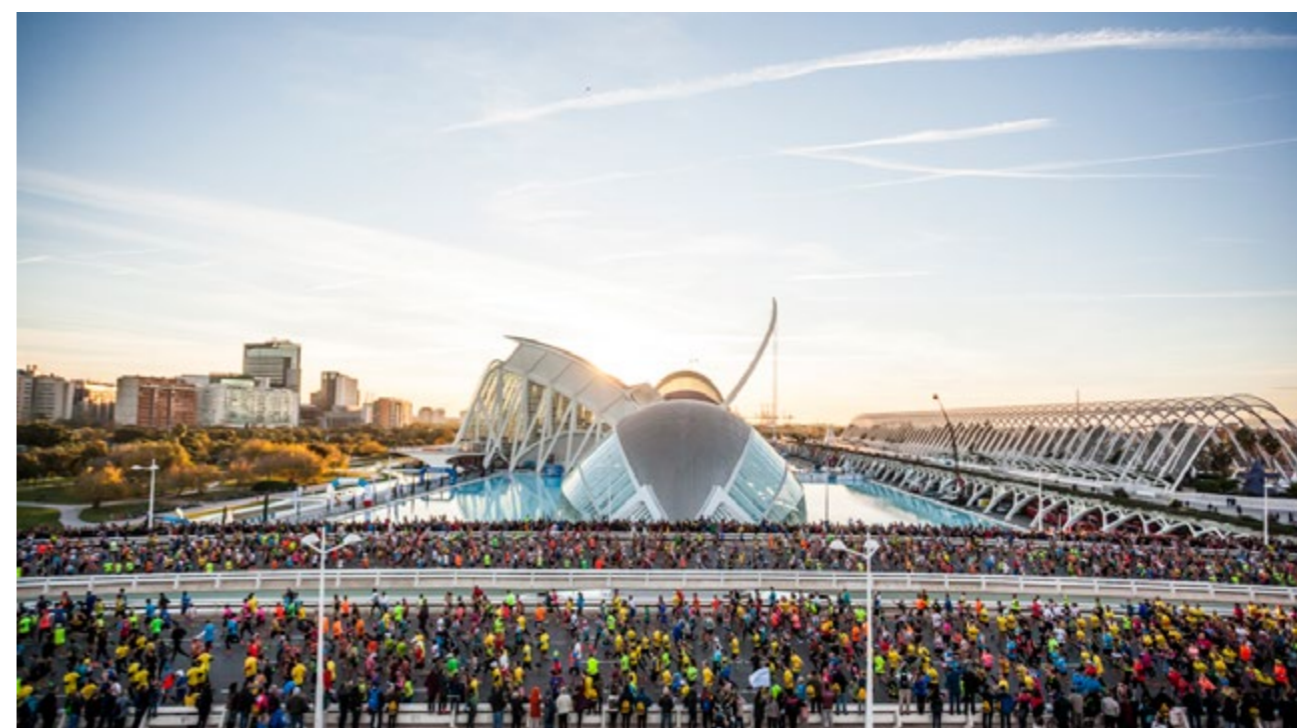
/ RESULTADOS

Los resultados oficiales, provisionales y definitivos del Maratón Valencia se podrán consultar en la web oficial y la APP de la prueba.

/ FOTOS Y VÍDEOS

En la web de Marathon-Photos.com podrás descargar tus fotos a lo largo del recorrido y pasarela de meta, así como el diploma que acredita tu marca en cualquiera de las dos pruebas.

Además, CorriendoVoy grabará la salida, Km10, Km20, Km30 y Km40 además de tu llegada a meta. Los vídeos se podrán solicitar de forma gratuita en su web oficial una vez terminada la prueba.



MÁS MARATÓN

/ COMPROMISO CON EL RECICLAJE Y EVENTOS SOSTENIBLES



PONCHO TÉRMICO POST-RACE

La organización ha decidido retirar las mantas térmicas que entrega al corredor al ser un material que no tenía posibilidad de reciclaje posible. Durante todo el año, se ha ofrecido a los participantes la opción de contratar un poncho térmico reutilizable contra el frío, la lluvia o el viento. Si contrataste este servicio, llevarás impreso el logo en tu dorsal. Si lo deseas, podrás comprarlo en la feria Expo Deporte. El resto, podrá recoger su ropa de abrigo en el guardarropa que está a 500 metros.



BOLSAS DE TELA

En esta 39ª edición, la prueba ha retirado más de 50.000 bolsas de plástico, dentro de su objetivo de ser una de las pruebas más sostenibles del panorama nacional e internacional. En esta edición se entregarán bolsas de tela reutilizables.



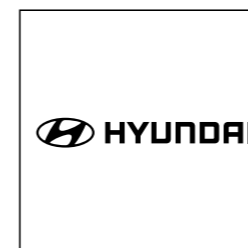
ECOEMBES

Ecoembes fomentará el reciclaje antes, durante y después de la prueba con un punto de información en Expo Deporte Valencia y con un despliegue de contenedores a lo largo del recorrido para reciclar los envases generados en las pruebas.



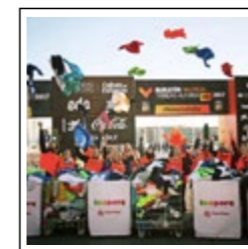
COCA-COLA

Coca-Cola apoya la recogida de plásticos y botellas colocando personal para esa labor específica en la zonas de salida y meta dentro de su campaña 'Eventos con Buen Ambiente'. También es responsable de los mensajes de concienciación que lucen este año en sus camisetas todos los voluntarios con el mensaje 'Nuestra Meta: residuo cero'.



HYUNDAI

Tanto el Maratón Valencia como el 10K Valencia Trinidad Alfonso contarán con un vehículos 100% eléctricos de la marca nipona Hyundai. Además, el coche que abre la carrera, el Hyundai Nexu, emite únicamente gotas de agua a la atmósfera, purificando el aire al circular.



KOOPERA CARITAS

En el Maratón Valencia Trinidad Alfonso EDP puedes donar tu ropa y zapatillas. Expo Deporte Valencia contará con un contenedor de Koopera Cáritas para la recogida de ropa, zapatillas y material deportivo que los corredores quieran dar un nuevo uso, dentro de las acciones en las que trabaja esa asociación para la reinserción de personas en riesgo de exclusión social.



ADVERTENCIAS

- Para evitar posibles accidentes, la Organización y los Jueces de la carrera recomiendan con absoluta firmeza no entrar en la zona de meta con cochecitos de bebés, ni con niños en brazos o de la mano. Tampoco se permite la presencia en carrera de menores en carros, serán eliminados de la clasificación.
- No se permitirá cruzar la línea de meta, ni entrar en la pasarela, bajo ningún concepto, a corredores sin el dorsal oficial de la carrera. Todas las normas de la prueba están recogidas en el reglamento de la prueba.

MEDIDAS ANTITRAMPOSOS

CONSULTAR EL REGLAMENTO

! El Juez Árbitro de la carrera descalificará a todo aquel corredor que no cumpla el Reglamento de la carrera, a todo atleta que no haya pasado por todas las alfombras lectoras instaladas a lo largo del circuito no realizando el recorrido completo, a todo atleta que manipule o no lleve dorsal o chip propio o no los lleve visibles y a todo atleta que haya alterado los datos de su DNI o que sea menor de edad.

! A estos corredores se les podrá impedir la inscripción en futuras carreras organizadas por la SD Correcaminos. La lista de corredores descalificados podría ser publicada junto con los resultados de la prueba.

CHECKLIST

- | ANTES DE LA SALIDA | CARRERA | POST CARRERA |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> DNI/pasaporte para recoger dorsal
<input type="checkbox"/> Alarma despertador
<input type="checkbox"/> Desayunar e hidratarte
<input type="checkbox"/> Zapatillas Running
<input type="checkbox"/> Calcetines
<input type="checkbox"/> Dorsal
<input type="checkbox"/> Mochila + pegatina guardarropa
<input type="checkbox"/> Pantalón/mallas
<input type="checkbox"/> Camiseta
<input type="checkbox"/> Vaselina
<input type="checkbox"/> Reloj/GPS + cargador
<input type="checkbox"/> Geles
<input type="checkbox"/> Camiseta vieja para calentar y tirar
<input type="checkbox"/> App oficial Maratón Valencia | <input type="checkbox"/> Gafas de sol
<input type="checkbox"/> Gorra/visera
<input type="checkbox"/> Dinero
<input type="checkbox"/> Agua
<input type="checkbox"/> Geles | <input type="checkbox"/> Recoger Mochila
<input type="checkbox"/> Medalla
<input type="checkbox"/> Ropa limpia y seca
<input type="checkbox"/> Bebida de recuperación
<input type="checkbox"/> Toalla
<input type="checkbox"/> Chanclas
<input type="checkbox"/> Gel + Champú
<input type="checkbox"/> Desodorante |



EN RESUMEN:

1. Descarga la App del Maratón Valencia.
2. Recoge tu dorsal en Expo Deporte Valencia evitando las horas punta.
3. Comprueba tu cajón de salida y acude con tiempo.
4. Ponte el dorsal en el pecho y que sea visible.
5. Corre con cabeza. Para y pide ayuda si no te encuentras bien.
6. Recuerda hidratarte en carrera.
7. Invita a los tuyos a animar en la calle.
8. Recupera fuerzas en la zona de post meta y ayúdanos a reciclar.
9. Consulta la clasificación, fotos, vídeos y descarga tu diploma.

¡TE ESPERAMOS EN 2020!

info@valenciaciudaddelrunning.com

Atención al corredor *Runner support* +34 672 114 201

Organizan / Organizer



Colaborador principal / Main partner



FUNDACIÓN
TRINIDAD
ALFONSO

Cultura del
Esfuerzo

Patrocinador oficial / Official sponsor



Marca deportiva / Sport brand



Marcas oficiales / Official partners



Patrocinadores / Sponsors

POWERADE



Colaboradores / Partners



Productos y proveedores oficiales / Products and official suppliers



Colaboradores institucionales / Institutional partners



Entidad solidaria / Charity entity

