



# UNA EXPERIENCIA INOLVIDABLE QUE COMBINA DEPORTE Y NATURALEZA

El Club Deportivo Universidad Católica da la bienvenida a todos los participantes del Doite Trail Run UC 2018 y junto con invitarlos a disfrutar de este nuevo desafío deportivo, los invitamos a informarse de la amplia gama de eventos deportivos que realiza el CDUC.

Para el Club representa una gran responsabilidad y orgullo realizar éste, tercer Trail Run UC, el cual cuenta con distancias de 3,5, 10, 21 y 42k. Un evento de alto nivel al igual que la versión 2017, con hermosos paisajes y exigentes estándares en un evento que además entregará puntos para el Ultra Trail du Mont Blanc®, transformándose en un evento certificado por la ITRA®.

Hemos trabajado intensamente para asegurarnos de entregarle a cada competidor una experiencia y servicio de altísimo nivel en cada uno de los circuitos, trabajando con empresas especializadas en cada área para asegurar de esta manera la continuidad de nuestro evento en el tiempo y que forme parte del calendario nacional de Trail Running.

Nos vemos el sábado 01 de septiembre en esta nueva edición que se realizará por los cerros de San Carlos de Apoquindo. Los esperamos para una experiencia inolvidable en el Doite Trail Run UC 2018, una fiesta al aire libre que combinará deporte y naturaleza.

# INFORMACIÓN GENERAL

## ACREDITACIÓN / ENTREGA DE KIT DE COMPETENCIA:

La acreditación y entrega del KIT de competencia se realizará en el **Club Deportivo Universidad Católica**, ubicado en Av. Las Flores 13000, Las Condes, San Carlos de Apoquindo (sector del campamento base sobre el estadio de fútbol), en el siguiente horario:

- **Jueves 30 de Agosto:** 15:00 a 20:00 horas | Todas las distancias.
- **Viernes 31 de Septiembre:** 10:00 a 20:00 horas | Todas las distancias.
- **Sábado 01 de Septiembre:** **No hay entrega de KIT el día de la competencia.**

El día de la acreditación debes llevar:

- Cédula de identidad o Pasaporte, el cual será chequeado por la empresa EVENTRID, quienes validarán la inscripción (también debes llevar el comprobante de inscripción impreso o en tu móvil).
- Ficha médica completa y certificado médico sólo para la distancia de 42K (puedes descargarla en la página web del evento).

Distancia	Encajonamiento	Largada	Color Marcaje
42k	07:30	07:45	Rojo
21k	08:45	09:00	Rojo
10k	10:15	10:30	Amarillo
5k familiar	10:30	10:45	Azul
3k niños	12:15	12:30	Blanco

## **UBICACIÓN DEL EVENTO**

El campamento base del evento se ubicará en el Campo Deportivo del Club Deportivo Universidad Católica en San Carlos de Apoquindo, (Av. Las Flores 13.000, Las Condes, Santiago).

El único acceso habilitado para todos los participantes que lleguen en transporte público o vehículos particulares será la puerta de ingreso Av. Las Flores 13.000 Las Condes.

## **SEGURO CONTRA ACCIDENTES**

El evento cuenta con seguro contra accidente para todos los competidores. Este seguro aplica una vez descontadas las coberturas de ISAPRE y/o FONASA.

A los extranjeros se les sugiere que tengan su seguro de salud y accidentes con cobertura en Chile.

## **ESTACIONAMIENTOS**

El Club Deportivo Universidad Católica dispondrá, al interior del recinto, de estacionamientos gratuitos para todos los autos particulares que asistan al evento, éstos estarán señalados debidamente una vez que ingresen al complejo deportivo, lo que será también señalado por personal de seguridad en el acceso a San Carlos de Apoquindo.

Estos estacionamientos se encontrarán en la parte baja del estadio de fútbol y en la parte superior del campamento base, con capacidad total para más de 400 vehículos.

Recordamos no dejar cosas de valor u otros en los automóviles el día de la carrera.

## **SEGURIDAD EL DÍA DE LA COMPETENCIA**

La organización ha contratado una empresa especialista y de vasta experiencia en rescates en ruta para eventos de Trail Running (Outdoor Rescue), quienes contarán con un cuerpo de socorro distribuido en cada uno de los circuitos. Este grupo contará además con vehículos completamente equipados para rescates y emergencias, ambulancia y otros.

Si bien la organización dispone de todos los medios de seguridad y equipos de rescate, es

de vital importancia que el deportista obedezca las instrucciones del staff organizativo y de seguridad en ruta, acatando las indicaciones que puedan entregar los banderilleros en circuito. Recuerden que es obligación prestar ayuda a quien lo necesite y dar aviso al número de emergencia.

## CONSERVACIÓN DE PARQUES CORDILLERA

Parque Cordillera realiza una exhaustiva labor los 365 días del año, conservando los senderos bajo los cuales los deportistas tendrán la posibilidad de disfrutar del Doite Trail Run UC.

Es por esto que es de vital importancia que puedan ayudarnos y tomar conciencia de esta importante labor, la cual implica cuidar el entorno, preservar su flora, su fauna y la limpieza del sector.

**Los deportistas que sean sorprendidos botando desechos de manera intencional en zonas no habilitadas para esto, serán penalizados y podrían correr riesgo de descalificación.** La organización dispondrá de basureros y/o contenedores para botar todos los desperdicios que el deportista requiera en los puntos de abastecimiento y seguridad.

El llamado es a participar activamente en la conservación de estos parques y familiarizarse con el reglamento del evento. Necesitamos de tu compromiso para que las próximas generaciones también puedan seguir disfrutando de este increíble entorno. Esta invitación no solo tiene que ver con deporte, tu responsabilidad con el medio ambiente nos ayudará a volver año tras año.

## MARCAJE DE RUTA

El marcaje se definirá por distancia de la siguiente manera:

- Cintas Blancas: 3k
- Cintas Azul: 5k
- Cintas Amarillo: 10k
- Cintas Rojas: 21k y 42k (mismo circuito)

La distancia entre cada una de las marcas se efectúa según la dificultad de visión de la ruta, la que va entre los 5 hasta los 20 metros en zonas boscosas, aproximadamente, y entre 20 y 50 metros para zonas abiertas, según el tipo de senderos y la vegetación existente. Ante la eventualidad de que el deportista se pierda de la ruta correcta, la instrucción es volver a la última marca por la cual pasó.

## **CRONOMETRAJE**

El cronometraje en ruta se efectuará con la tecnología de Tag ID, es obligatorio el uso del chip de competencia, de no ser así no habrá registro de los tiempos del competidor, por lo que será descalificado.

Se han implementado 3 controles de cronometraje en ruta, en puntos clave del circuito, de manera de garantizar que los deportistas cumplieron con la totalidad del trayecto.

## **ASPECTOS OBLIGATORIOS**

- El abandono de cualquier deportista del evento debe ser comunicado en el PAS (Puesto de Abastecimiento y Seguridad) más cercano, de lo contrario, comunicarlo en el campamento base del evento o al personal de seguridad que encontrarán a lo largo de todos los circuitos. Esto nos permitirá saber que ustedes no se encuentran perdidos en el circuito.
- La organización, mediante su equipo de especialistas, puede interrumpir la participación de corredores por condiciones de salud o por no respetar lo señalado en el reglamento.
- Los participantes no podrán ser acompañado por vehículo alguno.
- Es obligatorio prestar apoyo a corredores en problemas y dar aviso al personal de seguridad, ya sea comunicándose por teléfono o de manera personal en ruta para asegurar asistencia oportuna.
- Queda prohibido botar residuos en el circuito. Solo puede ser efectuado en puntos habilitado para esto (basureros en PAS).
- Todo corredor deberá pasar por los múltiples puntos de control en ruta, el paso no

- registrado por uno de éstos, es causal de descalificación.
- Todo corredor debe indicar su número cuando le sea solicitado en los distintos controles de ruta.
- Si algún corredor se encuentra perdido deberá retroceder hasta la última marca encontrada y buscar posteriormente el camino correcto de acuerdo a la distancia en que participa.
- Si el corredor presenta una lesión y puede caminar, deberá avanzar por la ruta y volver al campamento base o al PAS más cercano.
- Si el corredor presenta una lesión que le impida avanzar deberá utilizar el silbato y avisar al personal de apoyo o a los otros corredores.
- El circuito tiene, en gran parte del trayecto, puntos de señal de celular, los que varían de acuerdo a la empresa proveedora; sin embargo, se recomienda siempre portar teléfono celular ante posibles emergencias, especialmente para las distancias de 21 y 42k.
- NOTA: La inscripción y/o número de competencia NO es transferible a otras personas y/o eventos deportivos del CDUC, tampoco es postergable para próximas ediciones del mismo evento o reembolsable bajo ningún motivo.

## **MATERIAL / INDUMENTARIA OBLIGATORIA**

- Chip / Dorsal de competidor (Obligatorio en todas las distancias).
- Número de corredor instalado al frente y visible (Obligatorio en todas las distancias).
- Sistema de hidratación (mochila, caramayola, etc) obligatorio para los corredores de las distancias de 42k. Se recomienda a los corredores de 10k y 21k que dispongan de este mismo sistema.
- Cortaviento impermeable (Obligatorio 42k; en caso de bajas temperaturas y lluvia, se recomienda a los corredores de 10k y 21k que dispongan de este elemento).
- Manta Térmica (Obligatorio 42k).
- Silbato (Obligatorio 42k).

Se sugiere el uso de los siguientes ítems:

- Bloqueador solar.
- Gorro y lentes para el sol

## **ABASTECIMIENTO EN RUTA**

Se entregará abastecimiento para todas las distancias de manera uniforme. Los líquidos se encontrarán refrigerados y los deportistas podrán tomar en vasos o recargar sus mochilas o botellas directamente. Así también, la comida estará presente en todos los puntos que estarán abastecidos con:

- Agua
- Isotónico
- Bebida Cola
- Frutas (Naranja, Plátanos, etc)
- Comida (maní, papas fritas, ramitas, chocolate, frutos secos, etc).

## CIRCUITOS

Destacamos que los circuitos se encuentran en un ciento por ciento al interior del Campo del Club Deportivo Universidad Católica, los que han sido medidos con reloj Garmin FENIX5, que poseen barómetro y se configuraron para medir 1 punto cada 10 metros. Los circuitos se detallan a continuación según distancia:

### 3 KILÓMETROS NIÑOS

El Doite Trail Run UC 2018 ha pensado en los niños y para ellos tiene una distancia de tres entretenidos kilómetros por los cerros de San Carlos de Apoquindo. La carrera está pensada para niños de 7 a 14 años.

#### RECORRIDO 3K

- 1 giro al circuito (detalle técnico parte inferior del mapa).

#### INFO TÉCNICA 3K

- Día de la largada: Sábado 01 de Septiembre.
- Hora de largada: 12:30 (encajonamiento 15 minutos antes).
- Lugar: Campo Deportivo Club Deportivo Universidad Católica.
- Distancia: 3 km
- Color marcaje: Blanco
- Ascenso Acumulado: 90 metros
- Descenso Acumulado: 90 metros
- Altura Mínima (msnm): 970 metros
- Altura Máxima (msnm): 1055 metros
- Ascenso más largo: 90 metros
- Descenso más largo: 90 metros

Para más detalles de esta distancia, puede visitar el sitio web



## **TIEMPO DE CORTE 3k**

El tiempo límite para cumplir el recorrido de 3k es de 1 hora.

Un apoderado podrá acompañar a un menor de edad que realmente lo requiera; la organización dispondrá de guías para orientar a los deportistas en el circuito.

Menores no tienen acceso a zona de alcohol (cerveza).

## **5 KILÓMETROS FAMILIAR**

Para toda la familia y niños desde 15 años en adelante, tenemos una carrera de cinco kilómetros por los senderos de San Carlos de Apoquindo.

Los corredores se encontrarán con un terreno de baja dificultad técnica, es su mayoría de tierra y en la parte baja del Parque Cordillera, con una combinación de diversos tipos de senderos y caminos, obteniendo así un total de ascenso acumulado de solo 270 metros. El ciento por ciento del circuito se lleva a cabo en terrenos del CDUC, donde el 98% del trayecto transcurre en senderos boscosos.

En cuanto al punto de abastecimiento, tendrán hidratación en giro retorno, aproximadamente en el kilómetro 2.4

## **INFO TÉCNICA 5k**

- Día de la largada: Sábado 01 de Septiembre
- Hora de largada: 10:45 am (encajonamiento 15 minutos antes)
- Lugar: Campo Deportivo Club Deportivo Universidad Católica
- Distancia: 5 km
- Color marcaje: Azul
- Ascenso Acumulado: 270 metros
- Descenso Acumulado: 270 metros
- Altura Mínima (msnm): 969 metros
- Altura Máxima (msnm): 1204 metros

- Ascenso más largo: 150 metros
  - Descenso más largo: 240 metros
- Para más detalles de esta distancia, puede visitar el sitio web

### **TIEMPO DE CORTE 5k**

El tiempo límite para cumplir el recorrido de 5k es de 2 horas.

## **10 KILÓMETROS**

El Doite Trail Run UC 2018, en su distancia de 10k, es un desafío de integración al mundo del Trail Running con una exigencia mayor, quienes completen esta distancia completarán exactamente 10.1 kilómetros.

Los corredores se encontrarán con un terreno de baja dificultad técnica, es su mayoría de tierra y en la parte baja del Parque Cordillera, con una combinación de diversos tipos de senderos y caminos, obteniendo así un total de ascenso acumulado de solo 480 metros. El ciento por ciento del circuito se lleva a cabo en terrenos del CDUC, donde el 98% del trayecto transcurre en senderos boscosos.

En cuanto a los puntos de abastecimiento, esta distancia encontrará en el kilómetro 7.1 su primer y único punto, según lo detallado en la sección “Abastecimiento en Ruta”. Adicionalmente, tendrá una completa zona de recuperación una vez finalizada la prueba y que será exclusiva para deportistas.

### **INFO TÉCNICA 10k**

- Día de la largada: Sábado 01 de Septiembre.
- Hora de largada: 10:30 am (encajonamiento 15 minutos antes)
- Lugar: Campo Deportivo Club Deportivo Universidad Católica
- Distancia: 10,1 km
- Color marcaje: Blanco
- Desnivel positivo: 480 m
- Altura Máxima (msnm): 1217 m

Para más detalles de esta distancia, puede visitar el sitio web

### **TIEMPO DE CORTE 10k**

El tiempo límite para cumplir el recorrido de 10k es de 3 horas

## **21 KILÓMETROS**

Los corredores se encontrarán con un terreno semi - técnico, es su mayoría de tierra y rocas ocasionales, con una combinación de diversos tipos de senderos y caminos, que incluyen zonas planas a los pies del Parque Cordillera, como así también, exigentes y continuos ascensos, obteniendo un total de ascenso acumulado de 1300 metros.

El ciento por ciento del circuito se llevará a cabo en terrenos del CDUC, donde el 98% del trayecto transcurre en senderos de bosques y montañas. El Doite Trail Run UC va a ser reconocido como un verdadero desafío de resistencia y también, por las atractivas vistas del circuito.

En cuanto a los puntos de abastecimiento esta distancia encontrará en el kilómetro 7.1 y 14.2, según lo detallado en la sección “Abastecimiento en Ruta”. Adicionalmente, tendrá una completa zona de recuperación una vez finalizada la prueba, exclusiva para deportistas.

A continuación, se encuentra el detalle de la altimetría mediante una imagen.

### **INFO TÉCNICA 21k**

- Día de la largada: Sábado 01 de Septiembre
- Hora de largada: 09:00 am (encajonamiento 15 minutos antes)
- Lugar: Campo Deportivo Club Deportivo Universidad Católica
- Distancia: 21,2 km
- Color marcaje: Rojo
- Desnivel positivo: 1300 m
- Altura Máxima (msnm): 1652

**Para más detalles de esta distancia, puede visitar el sitio web.**

### **TIEMPO DE CORTE 21k**

El tiempo límite para cumplir el recorrido de 21k es de 5 horas.

## **42 KILÓMETROS**

Los corredores se encontrarán con un terreno semi - técnico, es su mayoría de tierra y rocas ocasionales, con una combinación de diversos tipos de senderos y caminos, que incluyen zonas planas a los pies del Parque Cordillera, como así también, exigentes y continuos ascensos, obteniendo en sus 2 giros, un total de ascenso acumulado de 2600 metros.

El ciento por ciento del circuito se llevará a cabo en terrenos del CDUC, donde el 98% del trayecto transcurre en senderos de bosques y montañas. El Doite Trail Run UC va a ser reconocido como un verdadero desafío de resistencia, pero así también, por las atractivas vistas del circuito.

En cuanto a los puntos de abastecimiento, esta distancia encontrará en el kilómetro 7.1, 14.2, 22,9 (giro meta), 29, y 36,2, según lo detallado en la sección “Abastecimiento en Ruta”. Adicionalmente, tendrá una completa zona de recuperación una vez finalizada la prueba, exclusiva para deportistas.

### **INFO TÉCNICA 42k**

- Día de la largada: Sábado 01 de Septiembre
- Hora de largada: 07:45 am (encajonamiento 15 minutos antes)
- Lugar: Campo Deportivo Club Deportivo Universidad Católica
- Distancia (exacta): 44,2 k
- Color marcaje: Rojo
- Desnivel positivo: 2600
- Altura Máxima (msnm): 1652

**Para más detalles de esta distancia, puede visitar el sitio web.**

## TIEMPO DE CORTE 42k

Los tiempos límite por kilometraje que se deben cumplir en el recorrido de 42k son:

- Giro (21.9k): 4 horas 15 minutos
- PAS4 (28.45k): 5 horas 50 minutos
- PAS5 (35.9k): 6 horas 58 minutos
- META (44.2k): 8 horas y 30 minutos

La distancia de 42k (exactamente 44.2 k), se encuentra certificada por la ITRA® (International Trail Running Association) y entrega puntos para el mundial Ultra Trail du Mont Blanc®.

Clasificación del Circuito: Información suministrada por la ITRA®



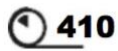
**Endurance points: 3**

Basado en el número de puntos de esfuerzo obtenidos a través de la siguiente fórmula que entrega la distancia y la ganancia vertical. Fórmula Endurance Points: distancia (km) + ganancia vertical (m) / 100).



**Mountain level: 7**

Distingue a la dificultad "montaña" de una carrera en una escala del 1 al 12. La ITRA basa su evaluación en los valores imparciales como el porcentaje de la pendiente, la más larga ascensión continua y la altitud media del curso.



**Finisher level: 410**

Se calcula de acuerdo con el tiempo limitado autorizado por el organizador y se enfoca particularmente en los corredores más lentos. Se da el índice de desempeño requerido para poder terminar la carrera dentro del límite de tiempo. Mediante la comparación de los criterios de acabado y su propio índice de rendimiento, cada corredor juzgará su capacidad para terminar la carrera dentro del límite de tiempo.

**N°ITRA: 11295-20867**

Se les recuerda a todos los participantes de los 42k, enviar su formulario médico al correo [trailrunuc@cduc.cl](mailto:trailrunuc@cduc.cl), el cual pueden descargar en la web oficial del evento.

## LARGADAS

Las largadas para todas las distancias se efectuarán desde el sector del campamento base, ubicada en la explanada superior del estadio de fútbol del Club Deportivo Universidad Católica. En este mismo sector se encontrará el sector de coordinación y control general de la carrera.

- 07:45 horas: 42k
- 09:00 horas: 21k
- 10:30 horas: 10k
- 10:45 horas: 5k familiar
- 12:30 horas: 3k niños

En esta área también se encontrarán:

- Baños: Abierto para público y deportistas, sin costo alguno, los cuales estarán al interior del estadio de fútbol.
- Guardarropía: Todos los deportistas podrán dejar una mochila al interior de la bolsa del kit de competencia, la cual será entregada por la organización y quedará con su número de corredor, ésta deberá ser retirada una vez finalizada su carrera.
- Zona de recuperación: Únicamente los competidores podrán ingresar a esta zona una vez finalizada la competencia, en la cual encontrarán:
  - Líquidos: Agua, Isotónico Powerade, Coca Cola, Cerveza Kross.
  - Comida: Hamburguesas o Hot Dogs, Tratoría Carozzi.
  - Snacks: Maní, papas fritas, ramitas, galletas, frutos secos, etc.

- Masajes y Kinesiólogos: 24 profesionales que estarán al servicio de los deportistas, atendiendo las diversas necesidades de éstos, lo que se encontrará a cargo de la empresa Kinelab, centro médico y kinesiológico con vasta experiencia en deportes outdoors y trabajo constante con deportistas de diversas disciplinas.

**El Doite Trail Run UC 2018 va a ser reconocido como un verdadero desafío de entretenimiento para quienes se atrevan a formar parte por primera vez de un evento de este tipo.**

**¡Te esperamos para que disfrutes junto a tus amigos y familiares!**