



[WWW.ACONCAGUAULTRATRAIL.COM](http://WWW.ACONCAGUAULTRATRAIL.COM)

# GUÍA DE **COMPETIDOR**

1. Descripción General
2. Acreditación y entrega de Kits
3. Circuito / Puestos de asistencia
4. Elementos Obligatorios / Elementos recomendados
5. Recomendaciones de carrera
6. Contacto



# 1. DESCRIPCIÓN GENERAL

70k

**Ultra Trail del Aconcagua 70K** es una carrera de Trail Running que se desarrolla en su totalidad en la alta montaña mendocina.

Tiene la parte más importante del recorrido dentro del Parque Provincial Aconcagua, llegando hasta el Segundo Mirador de Plaza Francia, a 4150 metros sobre el nivel del mar (msnm.), a los pies de la montaña más alta de América.

Cuando los corredores salen del Parque Provincial, partirán rumbo a al valle del río Mendoza hasta el refugio Museo Leñas del Tolosa y luego al regresar a Puente del Inca, y al cruzar el río Mendoza por Puente Colgante (PAS) y a Penitentes.

Debido a las características del circuito y la altura, los corredores aceptados en esta distancia deben ser atletas con alto nivel de entrenamiento y con experiencia previa demostrada en carreras de Ultra Trail. Este tipo de desafíos son distintos a los que han experimentado. No sólo es la distancia y el perfil de altimetría, sino también la altura a la que deberán llegar aquellos que se animen al desafío.

Las características propias del recorrido, la alta montaña, la falta de oxígeno y las condiciones climáticas extremas, hacen de esta prueba un desafío excepcional y único.

Los participantes van a recorrer circuitos técnicos de todo tipo, partiendo de Penitentes con una altura de 2600 m.s.n.m. Llegado hasta el Segundo Mirador de Plaza Francia, a 4150 m.s.n.m., con exigentes subidas por senderos desde Horcones, la entrada al Parque Provincial Aconcagua.

Antes de encarar la exigente subida al Mirador Plaza Francia, los corredores serán evaluados en el Puesto de Control de Confluencia, donde no solo se tomara en cuenta el tiempo de corte, sino además el estado del corredor en ese momento, la opinión del médico, de otras autoridades o del Jefe del Puesto, para permitir continuar con el ascenso.

Esto es distinto a otras carreras, ya que la subida a la altura depende no solo de un tiempo de corte, sino de cómo llega físicamente el corredor, de las condiciones climáticas en la altura, etc. En este punto puede pedirse al corredor que no siga con el ascenso, ni siquiera bajo su propia responsabilidad.

# 1. DESCRIPCIÓN GENERAL

70k

Dentro del Parque Provincial y como participante de la carrera, esta decisión será inapelable. Las condiciones climáticas pueden llegar a ser sumamente adversas, pudiendo esto modificar la distancia de la carrera, la altura hasta donde lleguen los corredores, el recorrido, etc. Los cambios climáticos pueden ser impredecibles, por lo que los corredores deben estar preparados físicamente y con equipamiento suficiente para poder realizar una auto evacuación desde Francia hasta Horcones.

En el circuito de altura, desde Confluencia hasta el Mirador Plaza Francia, es sumamente complicado el acceso para realizar rescates, condición que es clave que conozcan quienes salen del PC Confluencia para desafiar la altura. Los corredores deben tener claro que tienen que tener resto físico suficiente para subir, y llegado el caso, para autoevacuarse hasta Confluencia. Un corredor inmóvil en este terreno, expuesto al clima adverso, viento, etc., está expuesto a la hipotermia rápidamente y con riesgo de vida. Recuerden que la alta montaña no perdona, y que, llegado el caso, el Aconcagua los esperara el año siguiente.

En el recorrido desde Confluencia hasta el Mirador Plaza Francia, van a encontrar personal de la organización, Guardaparques, integrantes de la Patrulla de rescate, etc. quienes están en permanente contacto con el personal de los puestos de abastecimiento. Si alguna de estas personas considera que los corredores están en condiciones que pongan en riesgo su seguridad, tienen la potestad de detener el ascenso de los atletas. Esta decisión es inapelable, los corredores deben iniciar su descenso hacia Confluencia y se dará aviso a PC Francia que no siguen en ascenso. La subida desde Confluencia hasta el Mirador Plaza Francia tiene muchos senderos posibles, de los cuales se ha marcado el más seguro para los competidores. En las zonas de cortes se han señalado claramente con pircas (montañas de piedras) el sendero a seguir. Si los corredores deciden tomar senderos alternativos, deben conocer bien el recorrido, ya que es frecuente que "todo parezca igual" y se pierdan, poniendo en peligro su vida. También es importante saber que la búsqueda de un participante, en caso necesario, se inicia en la zona del sendero, por lo tanto si llegan a estar en situación de inmovilidad o con imposibilidad de desplazarse deben estar en el sendero para poder ser asistidos y evacuados lo más rápidamente posible.

Es obligatorio el dorsal visible durante todo el recorrido de la carrera. Es importante planificar adecuadamente el posicionamiento del mismo, ya que en caso contrario pueden ser detenidos por personal de la organización, Guardaparques, etc, para verificar si se trata de corredores, si tienen los permisos correspondientes, etc. El dorsal no solo es obligatorio por la seguridad, es tu comprobante de paso dentro del Parque Aconcagua.



# 1. DESCRIPCIÓN GENERAL

70k

El recorrido desde el puesto de Horcones 2 hasta el PA Museo Leñas puede hacerse muy lento debido al cansancio y a que es todo en subida. Es muy importante salir de Horcones 2 (a la salida del Parque Provincial) con hidratación suficiente para llegar hasta el PAS

Hay que recordar que esos kilómetros se pueden hacer muy largos.

Después de haber conseguido estos logros, tiene que quedar algo de piernas, para enfrentar los últimos Kilómetros con 8km de bajada y luego descenso hasta el complejo de Penitentes, donde está el arco de finalización de la carrera.

AUT 70K es una prueba que solo unos pocos atletas pueden enfrentar. El premio mayor es poder subir a los dos lugares más significativos de la alta montaña mendocina.

## Clasificación del recorrido según ITRA

Puntos Endurance:



**Fecha:** Sábado 22 de Febrero de 2025

**Horario de Largada:** Sábado 22 de Febrero de 2025 4.00 am

**Transfer:** Sábado 22 de Febrero, 2:00hs. - Desde Gran Hotel Uspallata a Penitentes.

Deberán comprar el ticket con anticipación.

**Horario tope de finalización de Carrera:** 23:59, Sábado 22 de Febrero.

**Lugar:** Penitentes, Mendoza, Argentina

**Nota:** debido a que los corredores de esta distancia deben llegar hasta el Mirador de Plaza Francia, en la alta montaña, el horario de largada puede variar dependiendo de las condiciones climáticas reinantes al momento de la partida, o según el pronóstico meteorológico para el día de la Carrera. Esto se informara en la Charla Técnica.

Es obligación de los corredores estar atentos a estos eventuales cambios de programación.

También pueden ocurrir modificaciones en el circuito de altura de último momento, incluso después de la largada, tales como la altura hasta la que los corredores llegaran, etc. Esto responde a la seguridad de todos, los corredores y quienes los cuidan y los protegen. No se aceptaran negativas a las órdenes de corte o finalización de carrera y no se permitirá a los corredores seguir subiendo una vez que se encuentren fuera de carrera.

## 2. ACREDITACIÓN

70k

**Presentarse obligatoriamente con DNI o Pasaporte, la Ficha y Certificado Médico completos y firmados.**

### **Fecha y lugar:**

Jueves 20 de Febrero | Gran Hotel Uspallata | Uspallata | 10hs a 12:30hs y de 14hs a 19hs.  
Viernes 21 de Febrero | Gran Hotel Uspallata | Uspallata | 10hs a 13hs

### **Entrega de Bolsas PAS:**

Jueves 20 de Febrero | Gran Hotel Uspallata | Uspallata | 10hs a 12:30hs y de 14hs a 19hs  
Viernes 21 de Febrero | Gran Hotel Uspallata | Uspallata | 10hs a 13hs

Nota: debido a que los corredores de esta distancia deben llegar hasta el Mirador Plaza Francia, en la alta montaña, el horario de largada puede variar dependiendo de las condiciones climáticas reinantes al momento de la partida, o según el pronóstico meteorológico para el día de la Carrera. Esto se informara en la Charla Técnica Obligatoria el día anterior a la Carrera.

Es obligación de los corredores estar atentos a estos eventuales cambios de programación.

También pueden ocurrir modificaciones en el circuito de altura de último momento, incluso después de la largada, tales como la altura hasta la que los corredores llegaran, etc. Esto responde a la seguridad de todos, los corredores y quienes los cuidan y los protegen. No se aceptaran negativas a las órdenes de corte o finalización de carrera y no se permitirá a los corredores seguir subiendo una vez que se encuentren fuera de carrera.

**Charla Técnica Obligatoria:** La charla técnica será grabada, anunciaremos por redes sociales la fecha y hora en que se publicará. Quienes tengan dudas, podrán enviarlas por mail y luego se responderán en vivo en redes sociales.

### **Guardarropa**

Servicio sin cargo en la largada/llegada. Recepción a partir de las 3:30 am. Devolución de elementos contra la presentación del dorsal.

Horario: hasta las 23:59 del sábado 22 de Febrero. La indumentaria no retirada de este horario podrá ser retirada en Mendoza desde el lunes 24 de Febrero, en lugar y horario a determinar.

## 2. ACREDITACIÓN

70k

**Atención:** la organización no se hará responsable por cualquier indumentaria, accesorio, etc. que los corredores entreguen en los diferentes puestos de control o abastecimiento. No se aceptaran reclamos en este sentido. Es parte de la adecuada planificación de la carrera una buena estrategia, y ello incluye el adecuado aprovisionamiento, indumentaria, etc.

### PREMIACION

Categoría general: trofeos para los tres primeros de la clasificación General Masculina y Femenina.

Categorías por edades: medallas para los tres primeros de cada categoría por edades Masculina y Femenina en cada una de las distancias.

Los ganadores de la general no serán incluidos en la premiación de las categorías.

### Categorías

Masculina de 18 a 29 años

Masculina de 30 a 39 años

Masculina de 40 a 49 años

Masculina de 50 a 59 años

Masculina de 60 años o más

Femenina de 18 a 29 años

Femenina de 30 a 39 años

Femenina de 40 a 49 años

Femenina de 50 años a 59 años

Femenina de 60 años o más

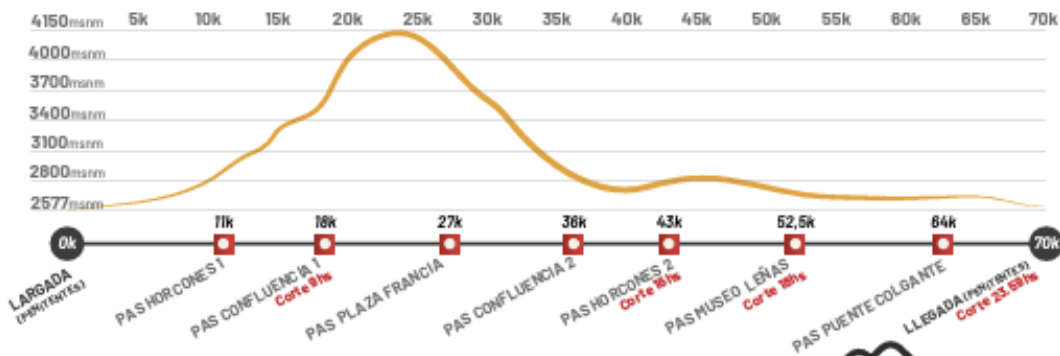
# 3. CIRCUITO

# 70k



# 70k

DESNIVEL+: 2150MTS  
ALTURA MAX: 4150MSNM



# 70k

DESNIVEL+: 2150MTS  
ALTURA MAX: 4150MSNM



PUESTO	Km de Carrera	Distancia al próximo PAS	Corte
LARGADA (PENITENTES)	0k	11k D+ 420m / D- 80m	
PAS HORCONES	11k	7k D+ 530m / D- 55m	
PAS CONFLUENCIA	18k	9k D+ 755m / D- 65m	9hs
PAS MIRADOR PLAZA FRANCIA	27k	9k D+ 30m / D- 810m	
PAS CONFLUENCIA	36k	7k D+ 30m / D- 530m	
PAS HORCONES 2	43k	8k D+ 180m / D- 200m	16hs
PAS MUSEO LEÑAS	52,5k	11,5k D+ 85m / D- 320m	18hs
PAS PUENTE COLGANTE	64k	6k D+ 50m / D- 150m	
LLEGADA (PENITENTES)	70K	-	23.59hs

# 3. CIRCUITO

70k

Debido a que gran parte se desarrolla dentro del Parque Provincial Aconcagua y también se recorren terrenos y propiedades privadas, no se autoriza el paso de corredores hasta el día del evento.

El circuito dentro del Parque Provincial Aconcagua está abierto para todos aquellos que quieran entrenar previamente, pagando los respectivos permisos de ingreso, etc. La organización NO exime del pago de los cánones correspondientes a los corredores que quieran ir a recorrer la alta montaña como entrenamiento previo.

## **Puestos de Control (PC), Abastecimiento (PA) e Hidratación (PH).**

Es OBLIGATORIA la entrada y marcación de todos los corredores en cada uno de los puestos, para registrar su paso por medio del número de corredor. El fallo en este proceso implica descalificación inmediata del corredor, y no se aceptarán reclamos al momento de la premiación si no se registra el paso del corredor en alguno de los PAS. En los puestos que son de ida y vuelta, la marcación será doble, en ambas pasadas.

La marcación en los puestos nos permite además el rastreo de los corredores dentro del circuito, que tiene lugares prácticamente inaccesibles. De esta forma, la marcación es un mecanismo de seguridad para quienes se encuentran dentro del recorrido.

### **Largada (Penitentes)**

1. Hidratación: Agua/Powerade
2. Té-Café
3. Sanitarios
4. Guardarropa

### **Horcones 1**

1. Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas
2. Té, café
3. Frutas secas
4. Gomas
5. Fruta
6. Dulce membrillo o batata
7. Sanitarios
8. Servicios Médicos



# 3. CIRCUITO

70k

## Confluencia 1

1. Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas
2. Té, café
3. Frutas secas
4. Pizzas
5. Frutas
6. Gomitas
7. Queso y dulce
8. Sopa caliente
9. Sanitarios
10. Servicio Médico: Médicos de Altura

## Confluencia 2

1. Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas
2. Té, café
3. Frutas secas
4. Pizzas
5. Frutas
6. Gomitas
7. Queso y dulce
8. Sopa caliente
9. Sanitarios
10. Servicio Médico: Médicos de Altura

## Museo Leñas

1. Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas
2. Mix de frutas secas
3. Snacks
4. Fruta
5. Guiso
6. Bolsa de corredor

## Mirador Plaza Francia

- 1- Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas
- 2- Té, café
- 3- Sopa caliente
- 4- Frutas secas
- 5- Gomitas
- 6- Fruta
- 7- Queso y dulce
- 8- Servicio Médico: Médicos de Altura

## Horcones 2

1. Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas
2. Té, café
3. Frutas secas
4. Gomitas
5. Fruta
6. Dulce membrillo o batata y queso
7. Empanadas
8. Sanitarios
9. Servicios Médicos

## Puente Colgante

1. Hidratación: Agua, Powerade
2. Té, café
3. Gomitas
4. Galletitas

# 3. CIRCUITO

70k

## Llegada

1. Hidratación: Agua, Powerade, Gaseosas
2. Guardarropa
3. Sanitarios
4. Servicios Médicos

En el recorrido entre los puestos de altura, desde Confluencia hasta Francia, habrá personal de la Carrera, adecuadamente identificado, junto con Guardaparques, guías de montaña, etc., que evaluarán de manera continua los corredores, para asegurarse que estén en condiciones de continuar en Carrera. La decisión de finalización de Carrera por alguna de las autoridades o personal de la organización es INAPELABLE. No se permitirá continuar el ascenso de los corredores a quienes se les dé la orden de iniciar el descenso.

## Marcación del circuito

Fuera del Parque Aconcagua, el circuito estará marcado con bolsas color naranja y cintas y color naranja. En las zonas que se transitarán de noche, a la salida del recorrido, se reforzará con réflex. Es importante recordar el viento continuo que existe en la alta montaña, que puede arrancar algunas cintas. En estos casos, es importante buscar las próximas para seguir con el recorrido.

Dentro del Parque Provincial Aconcagua, el recorrido es por la senda vehicular rodeando la laguna de Horcones o bien por senderos de mulas pero nunca salirse de los mismos, hasta el puente de la Quebrada del Durazno, único cruce permitido del río. En la zona de la Laguna de Horcones, ESTA PROHIBIDO RECORRER OTROS SECTORES que no sean los permitidos y marcados.

Las Pircas (montículos de rocas) representan la única marcación permitida dentro del Parque Provincial Aconcagua.

Debido a la extensión de los recorridos, con múltiples sendas de montaña, y la geografía propia de la alta montaña, es importante que los corredores busquen constantemente las pircas que marcan el recorrido, lo mismo que los carteles, para evitar tomar atajos o sendas no marcadas, que pueden terminar con el extravío de los competidores. No tomen como referencia automática a la persona que va adelante, acuérdense que hay muchos andinistas en el circuito y pueden ir a lugares muy diferentes de los que ustedes piensan que van.

Después del Puente de la Quebrada del Durazno, (el río nunca se vadea, sino se lo cruza a la ida y a la vuelta por el puente) la subida a Confluencia tiene múltiples sendas, de las cuales se ha marcado la más directa y menos compleja desde lo técnico, pero es solo una sugerencia para los corredores. Todas las sendas son transitadas por los andinistas y conducen a Confluencia.

## 3. CIRCUITO

70k

Desde Confluencia hacia Francia, se ha marcado la senda más directa y que se considera más segura de ascenso, siempre con pircas. Recordar que pueden haber andinistas, Guardaparques, etc., fuera de esta marcación, para no confundirse. Si bien todas las huellas llegan hasta Francia, la marcada con Pircas es la que se ha recorrido y corroborado en los días previos a la Carrera.

Desde que empieza el descenso de PAS Museo Leñas hasta Penitentes, deben estar atentos a las marcaciones, que muchos van a llegar con condiciones de visibilidad disminuida. A partir de las 19 es obligatorio el uso de linterna frontal colocada y partir de las 20 encendida, sin excepción.

### **Puestos de Descalificación con Cierre del Circuito**

El puesto de Descalificación con Cierre del Circuito será en **Confluencia Ida-1, a las 9:00am**. Los horarios han sido establecidos con márgenes para que los corredores puedan completar el recorrido de manera segura. NO salen corredores desde Confluencia a Francia después de las 9:00 am.

Los horarios de corte, son horarios de salida del puesto.

Otro Punto de Descalificación con Cierre del Circuito está en **Horcones-2, Vuelta**. Este PC se encuentra a la salida del Parque Provincial. Aquellos corredores que no hayan salido del parque a las **14:30hs** no podrán continuar la subida hacia PAS Museo Leñas

Aquellos que no puedan completar el circuito de altura por el horario de corte, serán tomados como fuera de Carrera y en su clasificación aparecerá "DNF", siglas internacionales de No completo el recorrido.

Otro Punto de Descalificación con Cierre de Circuito será en **PAS Museo Leñas**. Los corredores tienen tiempo hasta las **16:30hs**. No salen corredores a la altura después de este horario. Este horario es INAPELABLE. Los corredores que no lleguen a este corte, serán evacuados a Penitentes en los horarios que disponga la organización.

El cierre de **Meta** será a las **23:59hs**

# 3. CIRCUITO

70k

Aquellos que no puedan completar el circuito de altura por el horario de corte, serán tomados como fuera de Carrera y en su clasificación aparecerá "DNF", siglas internacionales de No completo el recorrido.

Por favor recordar que en esta distancia los corredores deben llegar hasta el Mirador Plaza Francia, y pueden ser detenidos y sacados de Carrera por personal idóneo y capacitado, que considere que están en riesgo o ponen en riesgo la seguridad de terceros. Esta medida rige para todo el recorrido, pero especialmente para el ascenso desde Confluencia a Francia, donde la evacuación puede ser complicada y riesgosa para el corredor y los rescatistas.

Este circuito es exigente y apto solo para corredores con experiencia demostrada.

Esta Carrera es distinta a las otras que has corrido. Se corre en la alta montaña, con terrenos muy técnicos, con falta de oxígeno y condiciones climáticas que pueden ser extremas y poner en peligro la vida del corredor y de todos los involucrados. El personal que se encuentra en los puestos de altura, incluye médicos, guías de montaña, campamentistas, andinistas, ultra trail runners, Guardaparques, personal de la Patrulla de Rescate de la Provincia de Mendoza. Todos ellos están sumamente familiarizados con la alta montaña y con el desempeño de las personas en estas condiciones hostiles. Estas características hacen que, además de los cortes de Carrera por horario, distintas

autoridades o personal de la organización puedan detener y sacar de Carrera a los corredores que consideren que no están en condiciones de seguir, en cualquier momento del recorrido.

La decisión de finalización de Carrera en el Puesto de Cierre o por parte del personal idóneo en alta montaña es INAPELABLE. Recuerden que esto está hecho para garantizar la seguridad de los corredores. El Aconcagua siempre espera por una revancha.

Los corredores descalificados deben iniciar el descenso hasta PC Horcones, desde donde serán trasladados a Penitentes según los horarios establecidos por la organización.



# 3. CIRCUITO

# 70k

## Distancias entre los puestos

PUESTO	Km de Carrera	Distancia al próximo PAS	Corte
LARGADA (PENITENTES)	0k	11k D+ 420m / D- 80m	
PAS HORCONES	11k	7k D+ 530m / D- 55m	
PAS CONFLUENCIA	18k	9k D+ 755m / D- 65m	9hs
PAS MIRADOR PLAZA FRANCIA	27k	9k D+ 30m / D- 810m	
PAS CONFLUENCIA	36k	7k D+ 30m / D- 530m	
PAS HORCONES 2	43k	8k D+ 180m / D- 200m	16hs
PAS MUSEO LEÑAS	52,5k	11,5k D+ 85m / D- 320m	18hs
PAS PUENTE COLGANTE	64k	6k D+ 50m / D- 150m	
LLEGADA (PENITENTES)	70K	-	23.59hs

\* El horario del corte indica que el corredor debe estar fuera del PAS a esa hora

# 3. CIRCUITO

70k

## Protocolo de abandono.

En el caso de que un corredor abandone la prueba, tiene que avisar obligatoriamente al Jefe del Puesto de Abastecimiento o Control. Los banderilleros, o cualquier personal fuera de los puestos NO registraran pedidos de abandono.

Recuerden, que en el caso de abandonar en el circuito desde Horcones hasta Francia, los corredores deben descender por sus propios medios hasta el PC Horcones, donde deben presentarse ante el Jefe del Puesto, quien determinara los horarios de los traslados a Penitentes.

En el caso de que alguien del personal relacionado con la carrera, determine que el corredor no puede seguir en carrera, se dará aviso a la Organización que el competidor inicia el descenso. Los traslados desde Horcones a Penitentes se harán cuando la Organización lo determine.

## Basura.

La parte más importante del recorrido se realiza dentro del Parque Provincial Aconcagua. Correr a los pies de la montaña más alta de América es una oportunidad que solo los atletas que corren esta prueba pueden disfrutar. Este hecho es único y es nuestra obligación cuidar y mantener limpio este marco exclusivo. Habrá recipientes para residuos en los Puestos de Control y en la Partida y Meta.

Quienes arrojen basura serán descalificados inmediatamente, ya sean detectados por personal de la organización, Guardaparques, Guías de montaña, etc. Tener una carrera limpia es obligación de todos, y seremos inflexibles con la basura.

Los competidores que arrojen basura dentro del Parque Provincial Aconcagua, pueden, además de ser descalificados inmediatamente, ser detenidos por Guardaparques, para labrar el acta de infracción correspondiente y aplicar las multas que corresponden por ley.

Es recomendable llevar todos los alimentos, etc., en bolsas tipo ziploc, para evitar tener que "pelar" caramelos, barras, etc., con los guantes puestos. Esto puede ser complicado, difícil, hacer perder tiempo y exponer al corredor a que se vuelen los papeles, envases, etc. Si esta situación es detectada se descalificara inmediatamente al corredor.

Además, sacarse los guantes para buscar alimentos, con temperaturas bajo cero y vientos de 30 km por hora, es una muy mala idea.

## 4. ELEMENTOS OBLIGATORIOS

70k

1. Numero de corredor visible en la parte delantera el cuerpo
2. Ficha y certificado médico completos y firmados
3. Deslinde de responsabilidades completo y firmado
4. Permiso de ingreso al Parque Aconcagua completo y firmado
5. Linterna frontal con baterías/pilas de repuesto
6. Mochila con capacidad mínima para 1 litro de líquido
7. Campera impermeable con capucha (NO cortaviento)
8. Calzas o pantalón largo, puesto o en la mochila
9. Guantes adecuados para bajas temperaturas
10. Silbato
11. Manta térmica
12. Lentes para sol con protección UV
13. Polar
14. Primera piel térmica
15. Vaso para bebidas frías\*
16. Vaso para bebidas calientes \*

### \* La organización no proveerá de vasos de ningún tipo

Los corredores pueden ser sujetos a inspección de material obligatorio antes de entrar al corrallito de largada, o en cualquier puesto de control de la carrera. Estos elementos son básicos para la seguridad de los corredores en la alta montaña. La falta de alguno de ellos derivara en la descalificación automática del corredor. ]Recuerden además, que los ritmos son propios de cada corredor, y en base a ello y a las previsiones climáticas deben llevar abrigo suficiente, además del obligatorio. Por encima de Confluencia y hasta Francia, cualquier lesión o descenso del ritmo puede significar hipotermia y riesgo de vida.

A partir de las 19 horas todos los corredores deben tener el frontal colocado y encendido a partir de las 20 horas. Esto es obligatorio. Es importante tener en cuenta este punto para calcular adecuadamente la provisión de pilas, baterías, etc. Recordar que el frontal lo van a usar desde la largada hasta las 7horas del sábado, y después desde las 20hs hasta que lleguen a la meta. Los corredores que no tengan el frontal funcionando, serán detenidos por personal de la organización y no se les permitirá continuar en carrera.

## 5. RECOMENDACIONES DE CARRERA

### Elementos recomendados

Dependerá del estado climático, y es importante que los corredores estén atentos al pronóstico del tiempo para el día de la Carrera

Nuestras recomendaciones son:

- Indumentaria técnica transpirable
- Polainas bajas para evitar abrojos, piedras, arena, tierra
- Guantes de abrigo de repuesto
- Cuello multifunción
- Bastones: plegables, telescópicos, etc.

La largada es en el Centro de Ski de Penitentes, por la calle principal hacia el Oeste, donde sigue sendero claro, con cruce de río técnico y luego subida a sendero semi técnico hasta el Río Puquios, donde se cruza la ruta por debajo. De ahí se rodea el Cementerio de los Andinistas y se toma calle principal que sale al centro de Puente del Inca. Se Cruzan las vías y se toma sendero de mulas para cruzar el río por puente de cemento, por debajo de la ruta, que hace un zig/zag para tomar sendero claro por detrás de la Aduana hasta el PC Horcones Ida-1.

Desde allí, se toma por circuito vehicular, rodeando la Laguna de Horcones por la derecha y se sigue por sendero bien marcado, con pircas hasta el Puente de la Quebrada del Durazno. Allí se dobla al Norte y se inicia el ascenso a Confluencia. Desde la Piedra Grande esta pirqueado hacia la ladera de la montaña, para evitar subida pesada por acarreo (ideal el uso de bastones). Las subidas los sacan al cruce del río, de los cuales el más recomendable es el tercero, que está más arriba sobre la ladera.

Desde allí sendero franco hasta PC Confluencia, donde se entra rodeando el campamento. Recuerden de no cruzar en línea los campamentos que están en Confluencia. El respeto hacia todos los que compartimos la montaña es clave.

Desde Confluencia se sale por camino marcado, atención al desvío a Francia. No se cruza nunca el río en el circuito que va a Francia. Desde allí vienen dos subidas pesadas, en zona de avalanchas, hasta subir al filo que los saca a las tierras coloradas. Desde Confluencia a Francia, los corredores se mantienen en el mismo lado de la montaña que el PC Confluencia 1-Ida.



## 5. RECOMENDACIONES DE CARRERA

Aquí quedan los corredores muy expuestos al viento, es importante salir abrigados. Desde allí sendero franco marcado con pircas y cortes de circuitos claros. Desde el Primer mirador de Francia al Segundo, se pasa un deslizamiento de tierras coloradas, donde las pircas pueden haber desaparecido por lluvias, nieve, etc. La dirección es Norte franca, buscando las pircas en las tierras grises.

Cuando salen del Parque Provincial, retoman sendero de mulas, y al bajar por el puente, toman a la derecha, e inician ascenso hacia el Museo Leñas por sendero marcado, paralelo al Río Mendoza, y luego por huellas y la vía del viejo ferrocarril trasandino.

En el Museo Leñas está el punto de abastecimiento más importante de la segunda mitad de la carrera, donde reciben la bolsa de abastecimiento.

El camino de descenso es el mismo hasta Puente del Inca. Desde la salida del Cementerio de los andinistas siguen por una senda paralela a la ruta hasta PAS Puente Colgante.

Finalmente por sendero y vías hasta cruzar río Mendoza por otro Puente, luego la ruta nac 7 por alcantarilla y arribar a meta en Penitentes.

Es importante recordar la marcación en cada puesto, tanto de ida como de vuelta. Ideal que verifiquen que estén planillados "cantando" el número al personal de los puestos.

En ningún momento cruzan la ruta por la carpeta asfáltica. Si son sorprendidos en esa situación serán descalificados automáticamente.

## 6. CONTACTO

info@aconcaguultratrail.com | www.aconcaguultratrail.com