



AGENDA:

Estimados corredores, con el fin de que tengan más claridad y se puedan coordinar de mejor manera, le detallamos la agenda de cada día / etapa, tanto de La Cordillera Challenge como el del EXPERIENCE 75K, iniciando el día jueves 7 de noviembre.

JUEVES 07 de NOV – LA BIENVENIDA

Lugar: Presidente Plaza, 1er Nivel (contiguo a Coffee Cup)

Ubicación: <https://goo.gl/maps/FmVRMZJL7ERHXsX6>

Dirección: Av. De La Revolución, San Salvador

- **4:00PM.** CONFERENCIA DE PRENSA y presentación de atletas
- **5:00PM.** Recepción de documentación requerida: certificados médicos y deslindes de responsabilidad.
NOTA: Contaremos con un médico haciendo evaluaciones en dado caso lo necesite para presentar su certificado médico. **Costo: \$10.00**
- **5:30PM.** Entrega de kits y congresillo técnico de la Primera Etapa.

VIERNES 08 de NOV – PRIMERA ETAPA: La Trilogía

- **4:00AM.** Acreditación de atletas y recepción de equipaje en Presidente Plaza
- **5:00AM.** Traslado en bus al lugar de la largada de la primera etapa de la carrera ubicado en Los Pinos Vista al Lago, Lago Coatepeque. Tiempo estimado de viaje: 1 hora 15 min.
- **6:15AM.** Atletas de La Cordillera Challenge entregan sus “Drop Bags” (Opcional)
- **6:30AM.** Salida de la primera etapa: La Trilogía
- **7:30AM.** Traslado de corredores de EXPERIENCE 75K a Cerro Verde
- **8:30AM.** Salida de corredores de EXPERIENCE 75K
- **11:00AM.** Llegada estimada de primer corredor
- **2:00PM.** Masajes de recuperación y fisioterapia
- **3:30PM.** Cierre de primera etapa
- **4:30PM.** Sesión de Yoga (opcional)
- **6:00PM.** Congresillo Técnico de la Segunda Etapa de La Cordillera Challenge
- **6:45PM.** Reconocimientos a los primeros lugares
- **7:00PM.** Cena

SÁBADO 09 de NOV - SEGUNDA ETAPA: Reto de Las Nubes

- **4:30AM.** Desayuno
- **5:00AM.** Entregar equipaje y llaves de habitación a encargado
- **5:30AM.** Traslado de atletas en transporte a Está Carbón, Los Naranjos
- **5:45AM.** Atletas de La Cordillera Challenge entregan sus “Drop Bags” (Opcional)
- **6:00AM.** Salida de la segunda etapa: Reto de Las Nubes



- **7:00AM.** Traslado de corredores de EXPERIENCE 75K a San Juan de Dios
- **8:00AM.** Salida de corredores de EXPERIENCE 75K
- **10:30AM:** Llegada aproximada de primer corredor
- **2:00PM.** Masajes de recuperación y fisioterapia
- **3:30PM.** Cierre de Segunda etapa
- **4:00PM.** Sesión de Yoga (opcional)
- **5:30PM.** Atletas de La Cordillera Challenge entregan sus “Drop Bags” (Opcional)
- **6:00PM.** Congresillo Técnico de la Tercera Etapa de La Cordillera Challenge
- **6:15PM.** Reconocimientos a los primeros lugares
- **7:00PM.** Cena

DOMINGO 10 de NOV - TERCERA ETAPA: El Quinto Infierno

- **4:00AM.** Desayuno
- **4:30AM.** Entregar equipaje y llaves de habitación a encargado
- **5:00AM.** Traslado de corredores de EXPERIENCE 75K a Cantón el Naranjito
- **5:30AM.** Salida de la tercera etapa: El Quinto Infierno
- **6:00AM.** Salida de corredores de EXPERIENCE 75K
- **10:00AM:** Llegada aproximada de primer corredor
- **2:00PM.** Cierre de Tercera etapa
- **3:00PM.** Premiación de top ganadores de La Cordillera Challenge y EXPERIENCE 75K
- **4:30PM.** Salida de transporte a San Salvador
- **EQUIPAJE:** Puede reclamarlo en el momento que desee una vez llegado a meta

NOTAS IMPORTANTES:

1. **ALMUERZOS:** Se servirá a solicitud de cada corredor a medida vayan entrando a meta
2. Las habitaciones son compartidas por lo que le recordamos que el respeto al descanso de los demás es esencial
3. Favor respetar las normas de uso de las instalaciones de cada hotel según etapa
4. Sus acompañantes son bienvenidos a estar en el lugar de meta esperándolos. Cualquier consumo de restaurante o utilización de algún servicio adicional correrá por cuenta de ellos.
5. Para los corredores inscritos en etapas individuales deberán llegar al lugar de la partida a tiempo para la salida y ser recogidos en el lugar de la meta por sus propios medios.

Para mayor información visite:

Página Web: www.lacordillerachallenge.com

Email: trailrunnerselsalvador@gmail.com

Facebook: @LaCordilleraChallenge

Instagram: @LaCordilleraChallenge

Contacto por WhatsApp:

+ (503) 7877-1971