

## CALCENADA DE OTOÑO

13 DE NOVIEMBRE DE 2022

DOMINGO

Cartel – Recorrido 28,2 km andando y corriendo - Perfil y Track 28,2 Km -  
Recorrido 14,2 km andando, - Perfil y Track 14,2 Km - [Modalidades](#)- Horarios –  
Entrega dorsales – Retirados – Recuerda - [Avituallamientos 28,2 km](#) -  
Avituallamientos 14,2 km - Precios – BUS - Contacto –Albergue - Inscripción.

# CARTEL CALCENADA DE OTOÑO 2022

**CALCENADA DE OTOÑO 2022**  
13 DE NOVIEMBRE  
CALCENA - OSEJA - CALCENA



Fontecabras  
INICIATIVA SOCIAL



Comarca  
del Aranda



GOBIERNO  
DE ARAGON  
Departamento de Educación,  
Cultura y Deporte

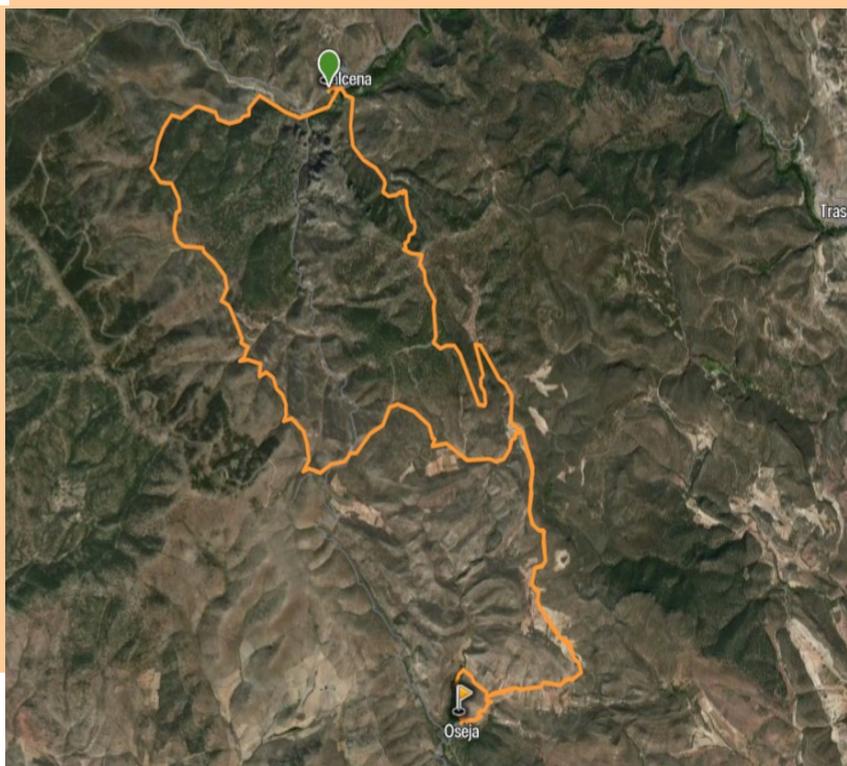
■ 14,2 Km. Andando o Corriendo  
■ 28,2 Km. Andando o Corriendo

# CALCENADA DE OTOÑO LARGA 2022

13 de noviembre 2022  
CALCENA - OSEJA – CALCENA

28,2 km andando o corriendo

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/3-calcenada-de-otono-larga-2022-101453939>



Distancia	Desnivel positivo
28,2 km	702 m
Dificultad técnica	Desnivel negativo
Moderado	702 m
Altitud máxima	Trailrank
1.130 m	8
Altitud mínima	Tipo de ruta
808 m	Circular

[PERFIL](#)

1.130 m



808 m

28,2 km

[TRACK](#)



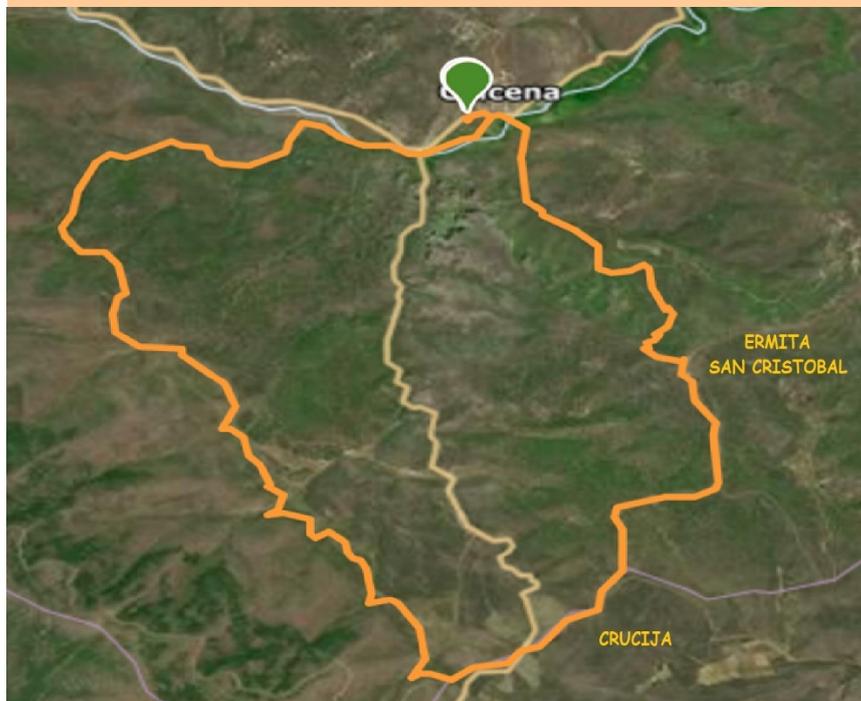
3-calcenada-de-otono-larga-2022.gpx

[CALCENADA DE OTOÑO CORTA 2022](#)

13 DE NOVIEMBRE 2022

14,2 Km. andando o corriendo

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/calcenada-de-otono-corta-2022-97729810>



Distancia	Desnivel positivo
14,28 km	409 m
Dificultad técnica	Desnivel negativo
Fácil	409 m
Altitud máxima	Trailrank
1.131 m	8
Altitud mínima	Tipo de ruta
806 m	Circular

## PERFIL

1.131 m



## TRACK



calcenada-de-otono-corta-2022 (1).gpx

## MODALIDADES

Se puede participar **andando corriendo** (28,2 Km y 14,2 km). En modalidad chiquiFam de 8 @ 16 años. Solamente andando y con el tutor.

## HORARIOS DE SALIDA

HORARIOS	28,2 km andando	28,2 km corriendo	14,2 Km andando	14,2 Km corriendo
<b>SALIDA</b>	08.00 h.	09:00 h.	10:00 h.	11:00 h.

## Entrega de dorsales

**Para retirar tu dorsal debes presentar el DNI y tu tarjeta federativa (si estas federado).**

**Todas las modalidades:** En la nave Multiusos Calcena, el sábado 12 de noviembre de 18:00 h @ 19:00 h. Y el domingo 13 de noviembre desde las 07:00 h. hasta media hora antes de las distintas salidas.

## RETIRADOS

**Debes procurar ir siempre acompañado por otro participante. Si te encuentras mal retírate y avisa a los voluntarios.** Los retirados en los avituallamientos.

## RECUERDA

- No es una prueba competitiva. Respeta los controles.
- No está permitido fumar durante la marcha deportiva no competitiva.
- Es obligatorio llevar visible el dorsal en todo el recorrido.

- En los descansos procura hacer estiramientos, pon las piernas en alto.
- Bebe agua como mínimo cada media hora, debes de hidratarte.
- Es bueno comer fruta, plátano, naranja, manzana etc.
- Sobre todo no tires nada al suelo, ni tan siquiera los papeles de los caramelos. Usaremos las bolsas de basura que llevan las furgonetas.
- Cuida tus pies, cuando notes algo extraño no esperes a los descansos, míratelos, quitarte una pequeña piedra o ponerte una tirita a tiempo puede evitarte unas buenas ampollas.
- Si tenéis dudas preguntar a la organización.
- Es importante el llevar una botella siempre llena de agua encima.
- Si te encuentras mal retírate, el año que viene hay otra edición, procura pasarlo bien.

## AVITUALLAMIENTOS

### **Avituallamientos 28,2 Km**

Número	Lugar	Km.	Tipo
--------	-------	-----	------

1	Salida-Calcena- Albergue	0	Líquido, Chocolate, Mistela
2	Ermita San Cristóbal	2,9	Bocadillo caliente-bebida
3	Cruce caminos	7,3	Líquidos, Dulces
4	Oseja	11,7	Fruta, Líquidos, Pan con vino
5	Cruce caminos	16,8	Líquidos, Frutos Secos
6	Crucija	19,6	Líquidos, Fruta y Dulces
7	Barranco la Semilla	23	Fruta y Líquidos
8	Ermita San Roque	28,2	Cerveza y Cacahuets
	Calcena		Comida: Ensalada, Fideguá, Postre, vino y bebidas.

## Avituallamientos 14,2 Km

Número	Lugar	Km.	Tipo
1	Salida-Calcena- Albergue	0	Líquido, Chocolate, Mistela
2	Ermita San Cristobal	2,9	Bocadillo caliente-bebida
3	Crucija	5,7	Líquidos, Fruta y Dulces
4	Barranco de la Semilla	10,3	Fruta y Líquidos
5	Ermita San Roque	13,7	Cerveza y cacahuets
6	Calcena-Albergue	14,2	Comida: Ensalada, Fideguá, Postre, vino y bebidas.

## PRECIOS

Todas las modalidades diferencian el precio entre federados y no federados, los no federados tienen incremento que es lo que le cuesta a la organización asegurarlos por un día.

MODALIDADES	28 Km	14 Km	14 Km
-------------	-------	-------	-------

	Andando o Corriendo	Andando o Corriendo	chiquiFA M  de 12 a 16 años
FEDERADO	20 euros	18 euros	10 euros
NO FEDERADO	22 euros	20 euros	12 euros

**Los niños hasta 11 años inclusive no pagan cuota,  
Pero si tienen que inscribirse en la web.**

**Ponemos bus, 10 €,**

**Zaragoza-Calceña-Zaragoza,  
siempre que se cubran minimo 40 plazas  
antes del 1 de noviembre**

**Se mandara un correo a vuestro Email  
indicando de donde sale el BUS**

## **CONTACTO**

**Teléfonos de contacto**

**Control: 671 249 489 –626 748 876- 976 829 230**

**Ambulancias:** Se repartirán a los participantes junto con la documentación el día de la prueba.

**Emergencias: 112**

**Cobertura móvil en Calcena: SOLO MOVISTAR**



**Teléfono de reservas: 639 260 787 Cesar**

**Dirección: CALCENA Carretera de Purujosa s/n 50268 Calcena,  
Zaragoza**

# **INSCRIPCIONES**