



terramia.com

## Zurich Rock 'n' Roll MARATHON & 1/2 & 10Km MADRID, 24 Aprile 2022

### \* RITIRO DEL PETTORALE - EXPODEPOR - Sports Fair

L'Expo si trova presso:

IFEMA – Feria de Madrid,

Av. Partenón 5, 28042 Madrid, Spagna

Orario di apertura:

- Venerdì 22 Aprile 2022: dalle ore 10.00 alle ore 20.00

- Sabato 23 Aprile 2022: dalle ore 10.00 alle ore 20.00

L'entrata è libera e gratuita per tutti.

Ulteriori informazioni:

[http://www.ifema.es/Institucional\\_06/informacion\\_general/info\\_general/index.htm](http://www.ifema.es/Institucional_06/informacion_general/info_general/index.htm)

[http://www.ifema.es/Institucional\\_06/visitantes/entradas/index.htm](http://www.ifema.es/Institucional_06/visitantes/entradas/index.htm)

L'Expo è facilmente raggiungibile con i mezzi pubblici:

- per chi viene dall'aeroporto prendere la Linea della Metropolitana 8 Rosa e scendere alla prima fermata "Feria de Madrid."

- dall'hotel è consigliato prendere la linea della Metropolitana 5 Verde direzione "Alameda de Osuna", che si prende sulla Gran Vía a 5 minuti dall'hotel, scendere alla fermata "Suanzes" e prendere il bus 104, direzione Mar de Cristal, e scendere alla fermata Juan de Borbon – Ribera del Sena.

Tragitto dura circa 50 minuti

ATTENZIONE: L'expo dista solamente a 1 fermata di metro dall'aeroporto, se avete tempo potete valutare di andarci direttamente una volta atterrati.

**N.B.:** Non verranno consegnati pettorali il giorno della gara.

### \* ISTRUZIONI PER IL RITIRO DEL PETTORALE e informazioni importanti:

- E' obbligatorio presentarsi con il proprio documento di identità con fotografia
- Presentarsi con il documento comprovante il proprio numero di pettorale ricevuto in allegato insieme al foglio convocazione, da stampare o salvare QR CODE sul proprio smartphone.
- Eventuali avanzamenti rispetto al blocco di partenza assegnato si potranno richiedere solo presentando una prova (diploma di altra gara recente); sarà necessario recarsi allo stand "cambios de cajón" (cambio griglia)
- Ogni partecipante riceverà una sacca gara (**troverete anche il numero di pettorale adesivo + la sacca ufficiale da lasciare a deposito**)

### \* TIMING CHIP

La misurazione del tempo avverrà tramite chip, "MYLAPS BibTag" già incorporato nel pettorale: non modificate, bucate o rovinare il pettorale, per far sì che il chip funzioni correttamente.

Lasciate il numero di pettorale sul petto e ben visibile, fissatelo con le spillette negli angoli e non perforate la parte contenente il chip: NO CHIP, NO TIME.

**Dopo la fine della gara potrete conservare o buttare il vostro pettorale con chip: non è necessario restituirlo.**



terramia.com

## Zurich Rock 'n' Roll MARATHON & 1/2 & 10Km MADRID, 24 Aprile 2022

**\*\* DOMENICA 24 APRILE 2022 – ROCK 'N' ROLL MADRID 42 km, 21 km, 10 km \*\***

\* **START LINE:** PASEO DE LA CASTELLANA (Plaza de Gregorio Marañón).

\* **FINISH LINE:** PLAZA DE NEPTUNO, Paseo de Recoletos, tra Plaza de Cibeles e Plaza de Colón per tutte le distanze

Per vedere i percorsi, la Start e la Finish Line, i punti di ristoro invitiamo a cliccare sui seguenti link:

42 KM [MAPPA](#)

21 KM [MAPPA](#)

10 KM [MAPPA](#)

### \* **ORARI**

- PARTENZA 10 KM ore 08:00

- PARTENZA ÉLITE MARATONA e MEZZA MARATONA ore 08:45

- PARTENZA DI TUTTI I RUNNERS MARATONA E MEZZA MARATONA: ORE 9.00

### \* **TEMPO LIMITE**

- MARATONA: 6 ore

- MEZZA MARATONA: 3 ore

- 10 KM: 1 ora e 30 minuti

**L'evento finisce alle ore 15,50**

### \* **L'AREA DI PARTENZA È RAGGIUNGIBILE CON I MEZZI PUBBLICI:**

• Metro: [www.metromadrid.es](http://www.metromadrid.es)

◦ Fermata più vicina alla Start Line: Gregorio Marañón Linee 7 e 10, Rubén Darío Linea 5

◦ Fermata più vicina alla Finish Line: 'Atocha', Linea 1

• Autobús: <http://www.emtmadrid.es/>

◦ Linea più vicina alla Start Line: 1,2,9,14,15,20,27,34,37,45,51,52,53,74,146,203

◦ Linea più vicina alla Finish Line: 2,10,14,19,20,26,28,32,63,152,C1,C2

### \* **DEPOSITO SACCHE GARA**

Sarà situato nella zona della Finish Line, a circa 1200 metri dalla Start Line, Paseo de Recoletos.

Il servizio sarà disponibile dalle ore 07:00 di Domenica 24 Aprile e terminerà alle ore 15:30 dello stesso giorno.

Si potrà lasciare **solo la sacca ufficiale**, che sarà consegnata con il pacco gara all'Expo, con il relativo adesivo che riporta il numero del pettorale e che è da attaccare nell'apposita aerea indicata sulla sacca.

Ogni distanza (Maratona, Mezza Maratona e 10 Km) avrà un'area differenziata e opportunamente segnalata; la consegna della borsa sarà da effettuarsi nell'area corrispondente alla propria distanza e andando al punto di consegna che corrisponde all'ultimo numero del proprio pettorale.

*Esempio: il numero di pettorale 35128 / distanza Maratona deve consegnare la sacca al punto di consegna Maratona numero 8.*

Attenzione: si prega di non lasciare oggetti fragili o di valore nella sacca a deposito, il personale del guardaroba non sarà responsabile per danni o smarrimenti.



## **Zurich Rock 'n' Roll MARATHON & 1/2 & 10Km MADRID, 24 Aprile 2022**

### **\* PACERS**

I Pacemaker saranno associati ai seguenti tempi:

- MARATONA: 3h / 3h30min / 4h / 4h30min / 5h
- MEZZA MARATONA: 1h30min / 1h40min / 1h50min / 2h
- 10 KM: 40min / 45min / 50min / 55min / 1h

### **\* RISTORI, TOILETTES, PERCORSI**

Toilettes e ristori con powerade saranno presenti lungo il percorso.

I punti di ristoro con acqua e bevande saranno presenti ogni 5 km circa:

- MARATONA: Km 10, 15, 20, 24, 27, 29.5, 32, 36, 38, 40 e Finish Line
- MEZZA MARATONA: Km 10, 15 e Finish Line
- 10 Km: Finish Line

Acqua, frutta, bevande isotoniche, servizi medici e igienici saranno disponibili nella zona di partenza e arrivo.

Non ci saranno rifornimenti solidi e di gel lungo il percorso.

### **\* PREMI**

Ogni runner che terminerà la gara entro il tempo limite fissato riceverà la medaglia Finisher.

### **\* SERVIZI FOTOGRAFICI, RISULTATI e DIPLOMA**

L'organizzazione mette a disposizione, a pagamento, le foto ufficiali sul sito web:

<https://www.sportograf.com/it>

È necessario lasciare sempre ben visibile il pettorale.

Terramia offre un servizio foto non-professionale: le nostre foto saranno disponibili e scaricabili gratuitamente sul sito [www.terramia.com](http://www.terramia.com) pochi giorni dopo le gare.

Invitiamo ad indossare la canotta da gara Terramia per essere più riconoscibili.

I diplomi saranno disponibili e scaricabili online nella sezione dei risultati appena saranno definitivi.

### **\* APP**

È disponibile l'app Zurich Rock 'n' Roll Madrid Marathon & 1/2, scaricabile gratuitamente per i dispositivi Android su [Google Play](https://play.google.com/store/apps/details?id=com.terramia.zurichrocknroll) e per i dispositivi IOS su [App Store](https://apps.apple.com/it/app/zurich-rock-n-roll-marathon-1-2/id1488888888).