

ASFEMA, Asociación de Fenilcetonúricos y OTM de Madrid organiza la VII Ciclomarcha MTB por las Enfermedades Raras Metabólicas, en tres modalidades distintas: dificultad alta, dificultad media y dificultad baja, teniendo lugar el:

Domingo 28 Abril de 2019 en El Tiemblo (Ávila) **Salida a las 10:00 AM desde las instalaciones deportivas.**

1. Formulario de inscripción

Puedes inscribirte pulsando el logo de nuestro colaborador RACE TIME. El plazo de inscripción será hasta el jueves 25 de abril de 2019 inclusive.



PULSA EN LA IMAGEN PARA SER REDIRECCIONADO A LA PÁGINA DE LA INSCRIPCIÓN (Del Viernes 15 de Febrero de 2019 a las 0:00h al Jueves 25 de Abril de 2019 a las 23:59)

El precio de la inscripción es de 15 euros. Puede inscribirse cualquier persona mayor de 11 años. Los menores de 16 años precisarán de autorización de su tutor legal.

2. Características

Una imagen vale más que mil palabras, [mira aquí](#), para saber que vas a pasar un día estupendo colaborando con una buena causa.

El importe íntegro de los beneficios que se obtengan se destinará a las actividades estatutarias de ASFEMA en beneficio de los afectados por las enfermedades raras metabólicas.

La prueba tendrá un **máximo de 500 corredores de todas la edades**. Este año contaremos con el apoyo de los grandes del ciclismo: **Ángel Arroyo, Carlos Sastre, Pablo Lastras, Francisco Mancebo, David Navas, Diego Rubio y Eduardo Chozas**.

Para tu seguridad y tranquilidad, **la prueba contará con atención médica** por parte de Protección Civil y **médico deportivo**. También contaremos con servicio de mecánica rápida antes, durante y después de la prueba. Además, todos los corredores tendrán un **seguro incluido en la cuota de inscripción**.

Los corredores que participen en la carrera dispondrán de avituallamiento líquido y sólido a mitad de recorrido y alguna que otra sorpresa más.

La logística de la prueba estará coordinada por **Protección Civil de El Tiemblo** y voluntarios de la organización de la ciclomarcha. Contaremos también con la asistencia médica del médico deportivo **Ignacio Bretones** y la enfermera **Marta Martín**. Además, para agradecer el apoyo y solidaridad de todos los participantes, hemos pensado esperar a nuestros ciclistas a su llegada a meta, con un buen plato de patatas machaconas con sus torreznitos para recuperar fuerzas. Podemos garantizaros que estarán buenísimas, porque estarán cocinadas por las manos expertas de la **Asociación de amas de casa de El Tiemblo**, a las que agradecemos su colaboración de antemano una vez mas.

3. Sorteos, actividades y regalos para los participantes

Si lo tuyo no son las bicis ¡no te quedes en casa! Queremos que pases **un día genial con tu familia**. En la zona de salida habrá actividades y juegos para los niños bajo la **supervisión de monitores voluntarios**, animación, y alguna sorpresa más. El cartel de actuaciones y actividades lúdicas se irá cerrando conforme se vayan acercando las fechas.

Por el momento, ya os podemos anunciar como novedad este año, que los mas pequeños tendrán su propia ciclomarcha infantil, para edades comprendidas entre los 5 y 10 años, además de una gymkana, que amenizara la espera a la llegada de los corredores.

¡Seguro que te sorprenderemos!

Además se otorgarán los **siguientes premios**:

- Al corredor más veterano
- Al corredor más joven
- Al corredor que venga desde más lejos
- Al club más numeroso

Los corredores podrán contar con ofertas especiales en los establecimientos de la zona. Como todos los años, también habrá sorteo solidario.

4. Participación de famosos del ciclismo

A fecha de hoy, ya podemos confirmar que estarán con nosotros:

- **Ángel Arroyo**: ganador de varias etapas tanto en el Tour como en la Vuelta, destacando el segundo lugar en Tour del año 1983.
- **Carlos Sastre**: flamante campeón del Tour de Francia 2008, donde logró también tres victorias de etapa en el Tour de Francia y se clasificó varias veces entre los diez primeros de la ronda gala y de la Vuelta a España, habiendo conseguido podio en los tres grandes (Giro, Tour y Vuelta).
- **Pablo Lastras**: actualmente director deportivo del Movistar Team. Forma parte del selecto grupo de ciclistas que consiguieron triunfo de etapa en las tres grandes vueltas: Giro, Tour y Vuelta.
- **Paco Mancebo**: ciclista miembro del equipo Matrix-Powertag. Entre sus logros, destacan: Campeón de España en 2004, ganador de etapa de la Vuelta a España 2005, y buenas clasificaciones en podios tanto en Tour como Vuelta.

- **David Navas:** ganador en categoría amateur de la Vuelta a la Comunidad de Madrid en 1996, cuajando grandes actuaciones en Vuelta a Castilla y León.
- **Diego Rubio:** ciclista miembro del equipo Burgos-BH, con entre otros, podios en vuelta Ciclista a la Comunidad de Madrid y Volta Ciclista a Catalunya
- **Eduardo Chozas:** ex ciclista profesional entre los años 1980 y 1993, durante los cuales logró 26 victorias. Entre ellas, destacan las 4 victorias de etapa en el Tour de Francia y las 3 en el Giro de Italia.

Ya veréis cómo os irán animando a participar, iremos colgando en esta página los videos de apoyo a medida que los vayamos recibiendo.

5. Recorrido de la prueba

La distancia del recorrido varía según la modalidad en la que quieras participar. Se trata de una ruta de un cierto desnivel. En un momento la ruta se dividirá en un recorrido más accesible de unos **20 km**, un camino de dificultad media (**27 km** aproximadamente) y el nivel más exigente de **35 km**. El punto de salida y de llegada coincidirán para las tres modalidades.

Aquí tenéis el perfil general del recorrido en un mapa 3d interactivo porque podéis navegar.

En este otro mapa interactivo podréis [visualizar los perfiles de la ruta](#) con más detalle.
Mapa de la zona de salida y recogida de dorsales:



Zona de Salida y Recogida de dorsales en El Tiemblo (clic para ampliar)

Os podéis descargar el recorrido genérico de la prueba en este link:

[ciclomarcha asfema 2019.gpx](#)

6. Recogida de dorsales

La recogida tendrá lugar el sábado 27 de abril en el **polideportivo de 16:30h a 19:00h**, y el mismo día de la carrera, domingo 28 de abril, de 8:30 a 10:00h en la zona de salida. Imprescindible identificarse en el momento de la recogida con el DNI. En caso de recoger el de otra persona, presentar justificante autorizado con firma y fotocopia (o foto) del DNI autorizado.

7. Fila Cero en beneficio de ASFEMA

Si por cualquier motivo, no puedes asistir a la marcha, pero quieres colaborar con Asfema en el cuidado y atención de los afectados por las enfermedades metabólicas raras, puedes hacer una donación en el siguiente número de cuenta:

*ING DIRECT 1465 0100 9519 0023 1595
CIF G78778727*