



# MARATÓN DEL MERIDIANO

NAVIERA

## ARMAS

Guía del  
Participante  
2023



*Saluda*

## **TAMAYT GONZÁLEZ QUINTERO**

**CONCEJALA DE DEPORTES DEL  
AYUNTAMIENTO DE LA FRONTERA.**



La Maratón del Meridiano revive este 2023 y lo hace con más ilusión y ganas que nunca. En La Frontera estamos ultimando los detalles para que todo esté a punto a la llegada de los participantes. Todas las personas que conforman esta gran familia se dejarán la piel una vez más para que, quienes pongan rumbo suroeste ese fin de semana, disfruten de la Maratón y vuelvan a sentir el "Calor Herreño".



LAFRONTERA

Queremos darles la bienvenida a todos y a todas a esta nueva aventura, que disfruten de los nuevos senderos que ofrece esta edición de la Maratón del Meridiano pasando por nuestros mejores paisajes. Les esperamos en la meta, el corazón de la carrera, el punto de encuentro.

Esperamos que disfruten tanto como nosotros lo hacemos preparando cada detalle con mimo para que esta carrera siga siendo un referente del trail.

**Te damos las gracias por venir.  
Mucha suerte.**

*Nos vemos en la meta.*



ILUSTRE AYUNTAMIENTO DE  
LA FRONTERA



*La Frontera*  
Isla de El Hierro





# RES

el



LAFRONTERA

# VIVOS

calor herreño



Jueves

2



NUEVO  
RECORRIDO

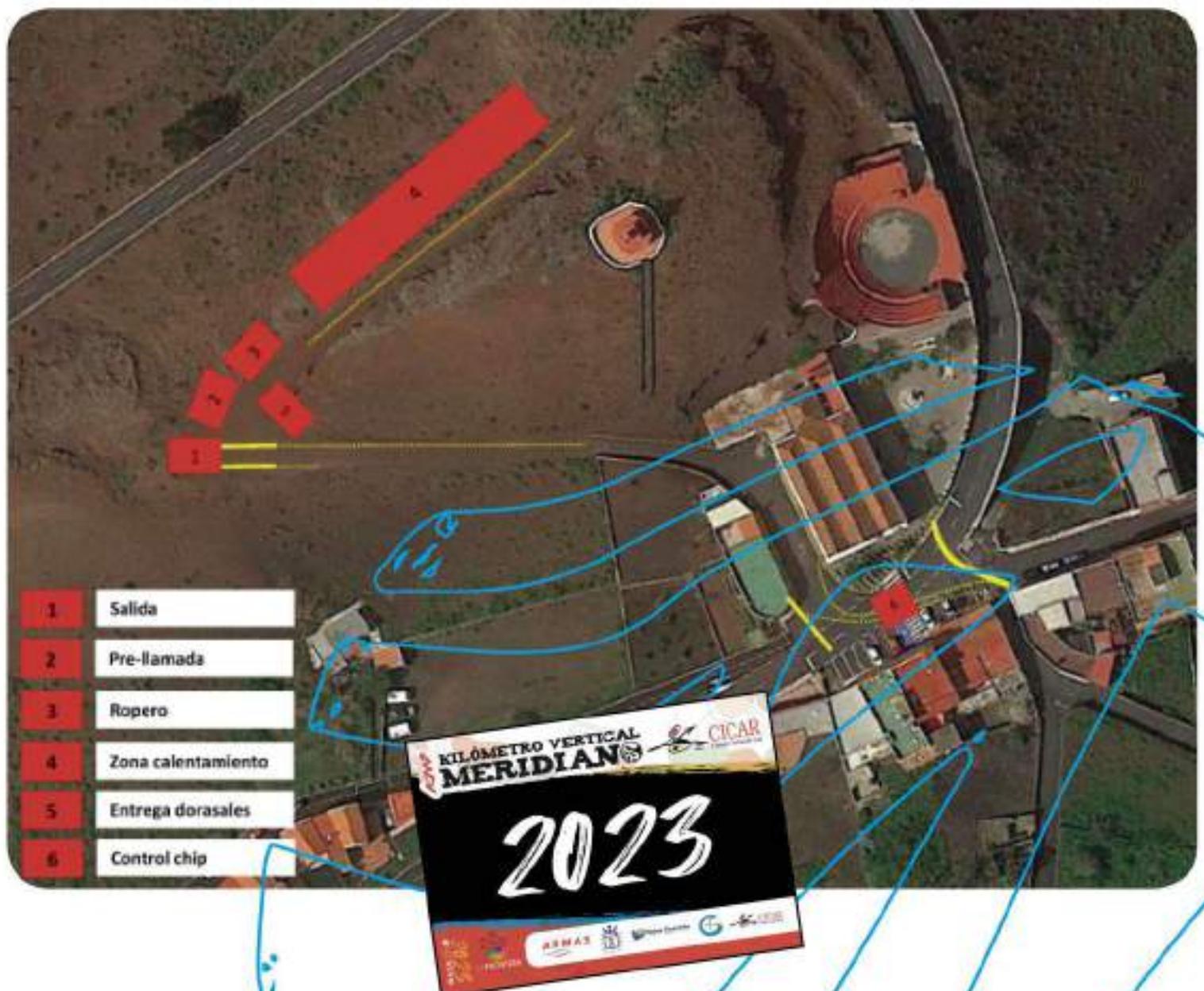


Si participas en esta edición de Kilómetro Vertical Meridiano Cicar, queremos recordarte que ha habido un cambio en el recorrido, este año se desarrollará en el sendero de Los Carboneros, al estar cerrado por desprendimientos el camino de Jinama. **La salida se mantiene en el lugar habitual y la entrega de dorsales será en las inmediaciones de la Plaza de Candelaria en horario de 15:00 a 15:45.** En este momento estará operativo el servicio de ropero por si necesitas hacer uso de él, podrás entregar tus prendas de abrigo que recogerás a tu llegada a la zona de La Llanía.

**El primer corredor saldrá desde la Montaña de Joapira, en Candelaria a las 16:00 y a partir de este momento saldrán el resto de participantes con un intervalo de 30 segundos entre cada participante.**

El servicio de ropero estará operativo hasta la salida del primer corredor, cuando se trasladará al punto de llegada de los participantes en La Llanía.

La organización del Kilómetro Vertical Meridiano Cicar facilita el traslado desde La Llanía hasta la estación de guaguas en Frontera, si bien deberás llegar por tus propios medios hasta el lugar de salida del Kilómetro Vertical situado en la plaza de Candelaria.





viernes 3



# JUNIOR MERIDIANO

#CALORHERREÑO



Aprovechamos para animarte a viajar hasta la Maratón del Meridiano con la familia al completo y hacer partícipe a los más pequeños de la casa de todas las actividades de Tribu Meridiano, mira en <https://www.maratondelmeridiano.com/ven-con-tu-tribu/> en las calles próximas a la plaza de Tigaday en la tarde del viernes 3 de febrero.



LAFRONTERA

# JUNIOR MERIDIANO 2023





MARATÓN DEL **ARMAS**  
MERIDIANO

# Recoo

la llama de



LAFRONTERA



# REVIVA

la forja  
de los recuerdos



# Recogida de dorsales

**Podrás recoger tu dorsal y bolsa del corredor el viernes 3 de febrero a partir de las 17:00 horas.** El lugar será en la plaza Benito Padrón, en Tigaday. Lo podrás retirar hasta las 22,00. Si llegas a El Hierro el viernes en ferry y éste sufriera algún tipo de retraso, el punto de entrega de dorsal y material se mantendrán hasta que todos los corredores puedan llegar a Frontera.

Recuerda que debes identificarte mediante DNI o pasaporte en el momento de la entrega. Los menores deben enviar por correo la correspondiente autorización firmada por madre, padre o tutor legal





# Cena de la pasta

En el momento que recojas el dorsal, la organización te proporcionará una pulsera que deberás ponerte. A partir de ese momento podrás acceder a las zonas del corredor, incluido la carpa donde tendrá lugar la Cena de la Pasta con la te queremos dar la bienvenida a la Maratón del Meridiano.

También encontrarás en la bolsa un ticket que lo has de presentar en la entrada de la carpa de la Cena de la Pasta habilitada junto a la entrega de dorsales. **Este ticket solamente es válido para acceder en el intervalo horario que has indicado al inscribirte.**



**Recuerda que no podrás acceder sin pulsera y ticket.** La cena será en la carpa habilitada junto a la entrega de dorsales

**Cena de la pasta**  
de 20 a 21H  
3 de FEBRERO'23

MARATÓN DEL MERIDIANO  
ARMAS



# Uso de espacios Donde y cuando

A	Calle Tigaday	Salida Meta Junior	3 de febrero	17:00h - 19:00h
		Salida Meta Maratón	4 de febrero	09:00h - 18:00h
B	Plaza de Tigaday	Entrega de Trofeos	4 de febrero	19:30h - 20:30h
C	Plaza Mercado	Entrega de Dorsales Maratón	3 de febrero	17:00h - 22:30h
D	Carpa Mercado	Cena de la Pasta	3 de febrero	19:00h - 23:00h
		Comedor	4 de febrero	13:00h - 18:15h





MARATÓN DEL MERIDIANO MOVIE ARMAS



PRESENTA

ESCUELA DE CALOR



LOS VZNAGRES

4 Febrero  
2023

Plaza de Tigaday  
22:00h

CONCIERTO GRATUITO

WWW.MARATONDELMERIDIANO.COM



# Ropero

La salida de 42 kilómetros y la meta de todas las distancias estará situada junto al punto en el que el viernes habrás recogido tu dorsal, en la plaza de Tigaday. A 200 metros de allí encontrarás el ropero en el que el sábado podrás recoger tus pertenencias a partir de las 14:00 horas.



**Los lugares y horarios en los que podrás entregar pertenencias a la organización son los siguientes**

DISTANCIA	LUGAR	HORA DE APERTURA	HORA DE CIERRE
42km	Tigaday	8:15	8:45
28km	Sabinosa	10:00	10:30
19km	Ermita	10:50	11:30
9km	Hoya del Pino	12:00	12:35

# Avituallamiento propio

Si participas en 42 Km puedes dejar a la organización tu propio avituallamiento que te será entregado en un punto del recorrido, concretamente en el avituallamiento de Los Humilladeros en el km 29. **La hora de entrega será de 8:15 a 8:45 y lo puedes hacer en el mismo punto del Ropero.** Recuerda que la organización no podrá recoger ninguna pertenencia.



## Salidas de Guaguas

Si participas en cualquier distancia diferente a la de 42 km, te llevamos en guagua hasta los lugares de salida. **Para acceder a la guagua será imprescindible mostrar la pulsera de corredor y el dorsal.** Cada guagua estará señalizada en su cristal delantero por un rótulo en el que se indicará el destino y la distancia. Asegúrate de que es la guagua de tu distancia. El punto de salida de las guaguas estará muy próximo a la zona de meta y la identificarás sin ningún tipo de problema. **Los horarios son de salida de las guaguas para cada distancia son los siguientes.**

HORARIO	SALIDA GUAGUA
9:20	28 Km Sabinosa
10:00	19 Km Ermita
11:45	9 Km Hoya del Pino

## TransHierro

Si vas ir por tus propios medios hasta los puntos de salida, te recordamos los horarios de cada una.

**La distancia de 42 km es la que irá marcando el tiempo de salida del resto de distancias,** que se harán cuando pasen los primeros participantes de 42 Km.

KM	SALIDAS
42	Salida neutralizada 09:00 Plaza de Tigaday
28	Sabinosa Aproximadamente a las 10:55
18	Ermita Aproximadamente a las 11:55
9	12:50 desde la Hoya del Pino



# Acceso a Sabinosa

Por razones de seguridad, se harán modificaciones en las carreteras de acceso y salida de Sabinosa. Si el día de la prueba vas a ir por tus propios medios hasta allí, o lo hará algún acompañante, es importante que sepas las siguientes modificaciones.

**8:30** Se cortará en sentido ascendente el tramo de carretera de subida a Sabinosa desde el Pozo de la Salud, quedando habilitada únicamente en sentido descendente. Una vez se dé la salida de 28Km, retomará el doble sentido, aproximadamente a las 11:30.

**10:00:** Para los vehículos que se quieran dirigir al Pozo de la salud o a la Ermita de Los Reyes a través de la carretera HI-50 que une Tigaday con Sabinosa, se cortará a la altura de la bajada La Tabla, por donde podrán acceder a la otra carretera que enlaza con el acceso a la Ermita.

**A partir de las 10:00 no se podrá circular por el interior de Sabinosa, aunque si que podrá aparcar antes de llegar al pueblo y acceder a él caminando. Los vehículos que lleguen a Sabinosa antes de las 10:00 podrán estacionarse pasado el pueblo en la carretera de bajada al pozo de La Salud.**





# Acompañantes

Los familiares y amigos que deseen animarte en tu carrera pueden hacerlo en varios puntos del recorrido. A modo de orientación y para que se puedan planificar las rutas, a continuación tienes los horarios de paso previstos para los primeros participantes de 42 Kilómetros.



PUNTO	HORA PRIMERO	HORA ÚLTIMO
SALIDA	09:10:00	09:10:00
AV1	09:35:00	09:58:00
HOYA DEL PINO	09:53:00	10:45:00
SABINOSA	10:25:00	12:02:00
CRES	10:53:00	13:08:00
ERMITA	11:23:00	14:00:00
HUMILLADEROS	11:52:00	15:00:00
CRUZ DE LOS REYES	12:26:00	16:25:00
SAN SALVADOR	12:38:00	17:05:00
META	13:00:00	17:53:00



# Avituallamientos

A lo largo del recorrido dispondrás de diferentes puntos de avituallamiento.

UBICACIÓN	DISTANCIAS			
	42KM	28KM	19KM	9KM
CURVA EL MOCANAL	KM4			
HOYA DEL PINO	KM7			
SABINOSA	KM15			
EL CRES	KM18	KM3		
ERMITA	KM24	KM9		
HUMILLADEROS	KM29	KM14	KM4	
CRUZ DE LOS REYES	KM35	KM20	KM11	
SAN SALVADOR	KM38	KM23	KM14	
CASA FORESTAL				KM4

**Te aconsejamos que portes tu propio envase para los avituallamientos líquidos, y así colaboras igualmente al cuidado medioambiental.** No podrás llevarte ningún envase, envoltorio u otro elemento que pueda ser tirado en el entorno. Para ello, en cada avituallamiento, aproximadamente a 50 metros dispondrás de un punto de recogida de envases y desechos





LAFRONTERA

# Recorrido

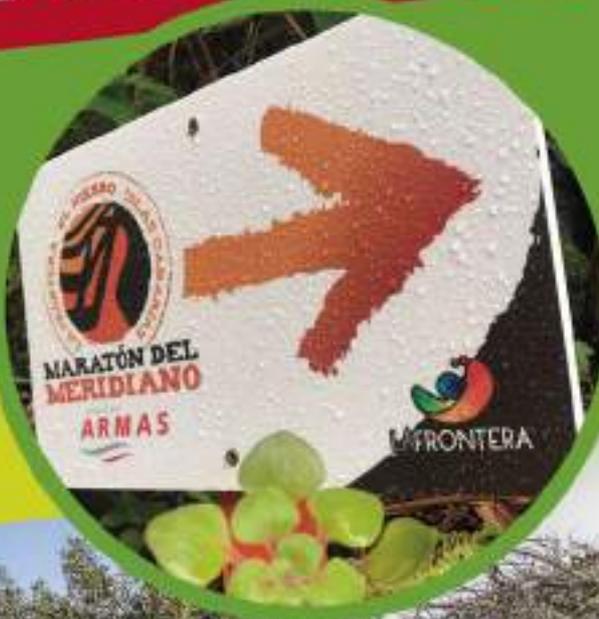
A lo largo del recorrido vas a encontrar distintos elementos balizantes como cintas o señales de dirección.



**CINTA DE BALIZAR ECOLÓGICA**



**SEÑALES DE DIRECCIÓN**





# Tiempos para Record

PUNTO DE CONTROL	MASCULINO	FEMENINO
CRUCE HII	0:24:00	0:32:00
HOYA DEL PINO	0:42:00	0:53:02
SABINOSA	1:13:00	1:31:00
CRES	1:40:00	2:01:50
ERMITA	2:09:00	2:35:14
HUMILLADEROS	2:37:00	3:07:22
CRUZ DE LOS REYES	3:10:00	3:48:53
SAN SALVADOR	3:20:00	4:01:14
META	3:40:00	4:25:00





# Zona de Meta







LAFRONTERA





# únete al MOVIMIENTO Voluntariado



El valor de nuestros "diamantes" es incalculable, para el Maratón del Meridiano Naviera Armas los voluntarios y voluntarias son el auténtico corazón del evento... los mejores conductores del calor herreño.



LAFRONTERA

# Más y mejor seguimos creciendo



En esta edición todo el balizaje del recorrido será realizado con cinta de balizar 100% compostable, elaborada a partir del almidón de la papa. Aun así, la organización destina un dispositivo para la retirada en 24 horas de todo el balizamiento de un recorrido que transcurre por un territorio de gran valor medioambiental.

Se incorporarán también los contenedores de recogida selectiva de residuos. Estos recipientes están elaborados a partir de cartón reciclado y serigrafiados con tintas al agua. Estos contenedores estarán colocados en los puntos de mayor afluencia de público, así como en los 9 avituallamientos distribuidos por todo el recorrido de la prueba.



## VEN CON TU TRIBU

### *a la Forja de Los Recuerdos*

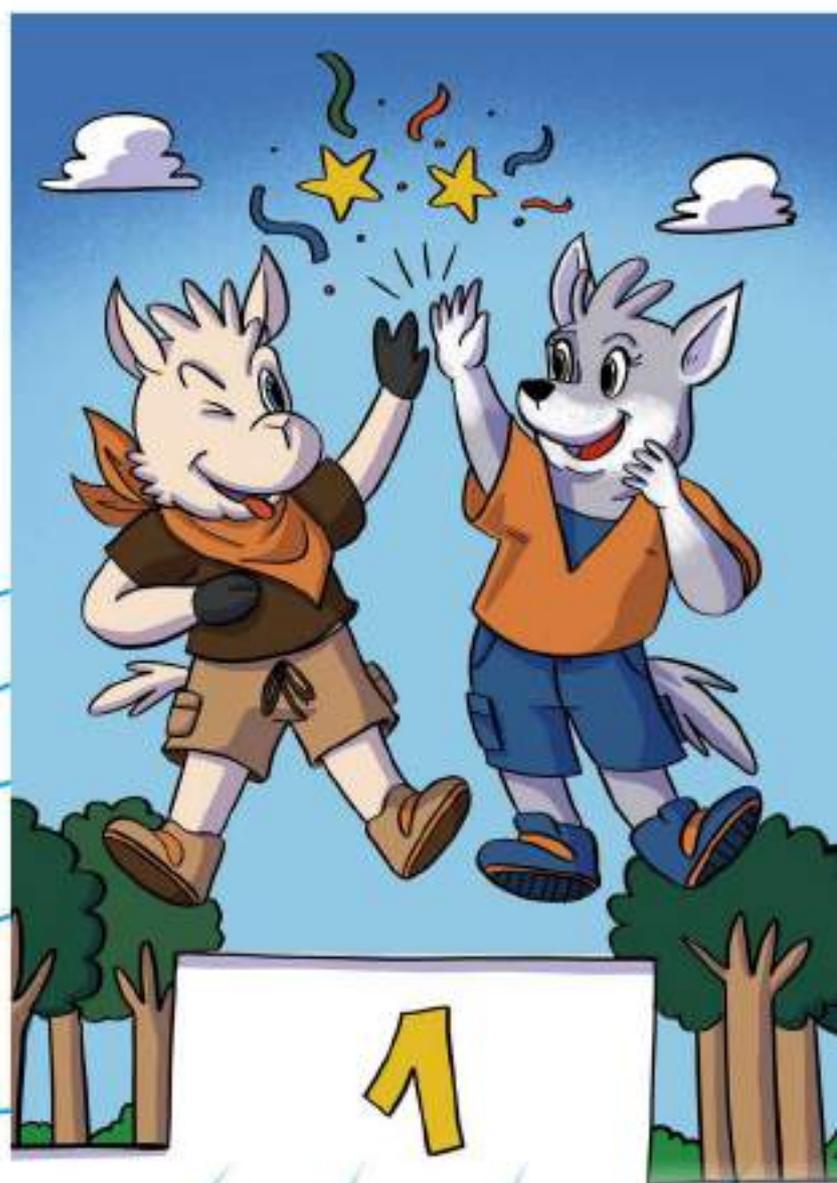
Comparte el tiempo con la mejor compañía. Déjate abrazar por el calor herreño que llevaremos hasta ti mientras tus peques sueñan con imitar tu proeza algún día. Disfruta en familia de tu pasión por la montaña y que la emoción les invada saludando a Binto y Bimbaah. Comparte días de magia e ilusión.

Hemos preparado un lugar repleto de entretenimiento, aventura y diversión para que toda tu tribu disfrute de un viaje único e inolvidable.



## ENCUENTRO CON BIMBAAH Y BINTO

Prepara la mejor sonrisa para las fotos porque en cualquier momento pueden aparecer los entrañables personajes de nuestra Forja de Los Recuerdos. Diviértete con las animadas aventuras que nuestro corderito Binto y la lobita herreña Bimbaah nos reservan para todo el fin de semana.





# Dist

la expe



LAFRONTERA



# LA FRONTERA

Experiencia  
Meridiano

MARATÓN  
DEL

# MERIDIANO



LAFRONTERA

