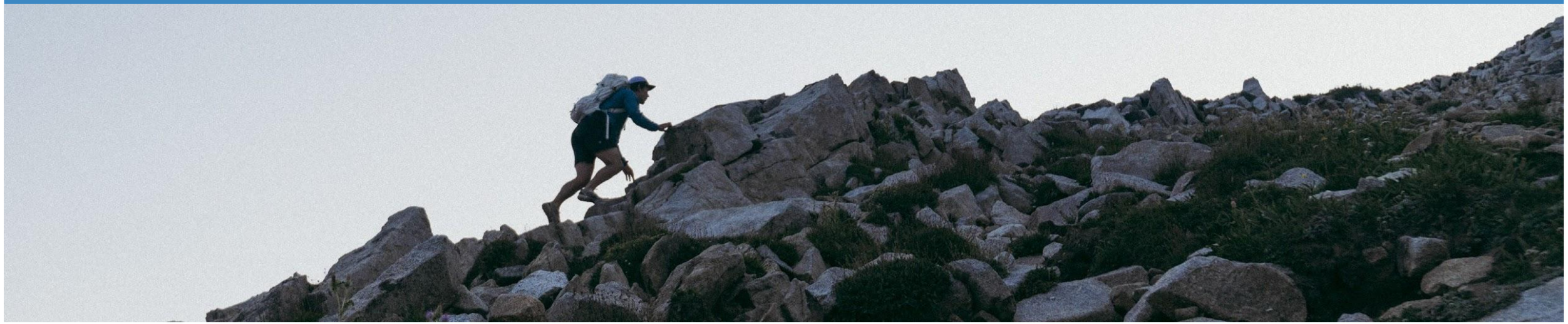
COLUMBIA TRAIL CHALLENGE

NIMBUS OUTDOOR

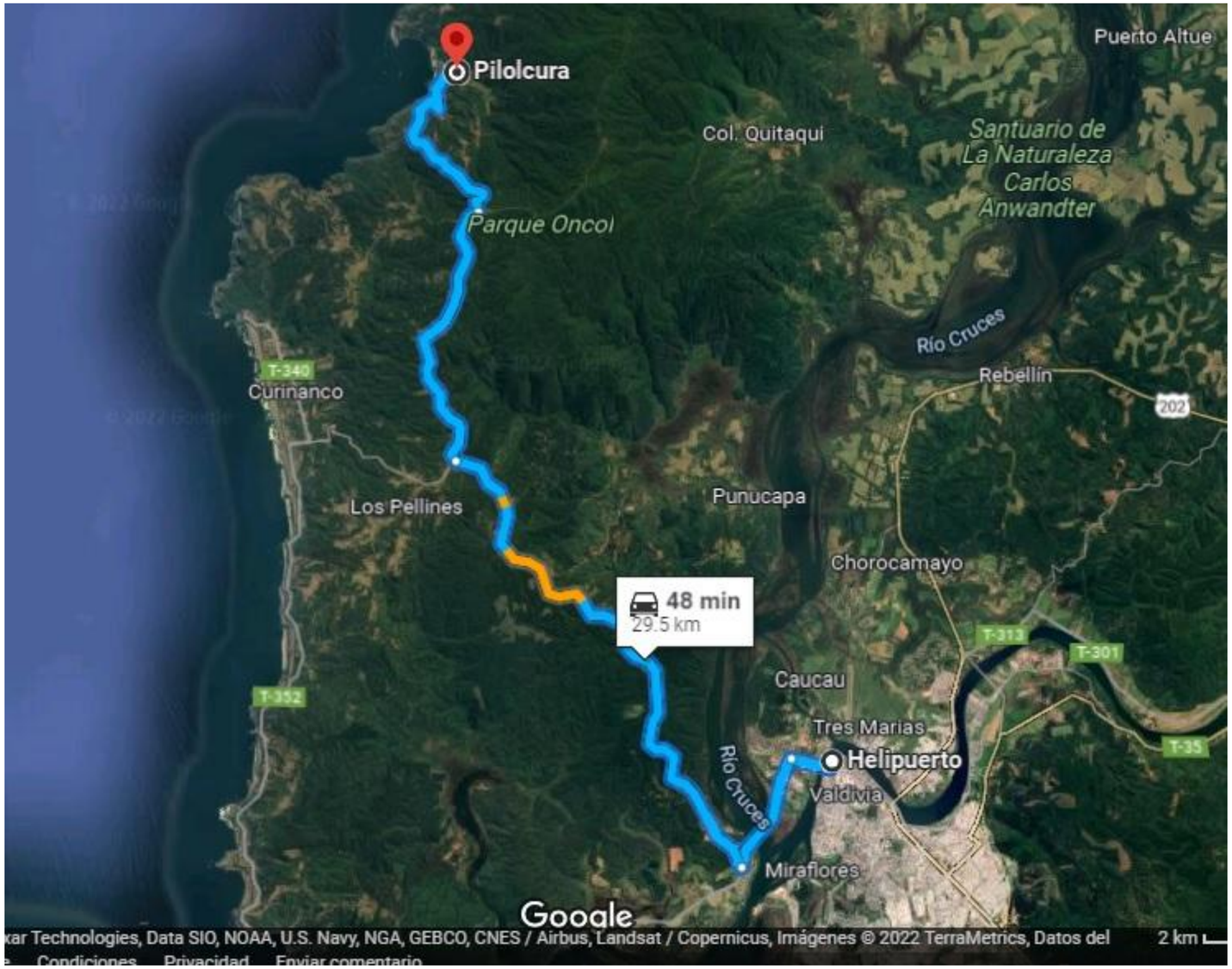
TORRENCIAL Valdivia Trail

GUÍA DEL CORREDOR



Mapa de ubicación

Distancia de Valdivia a Pilolcura, 30k



Charlas Técnicas vía Zoom

Charlas Técnicas vía ZOOM | miércoles 22 de junio de 2022

- 18:00 horas 3 - 6 - 11 K
- 18:30 horas 18K
- 19.00 horas 25K
- 19.30 horas 42K
- 20.00 horas Travesía
- 20.30 horas 60K
- 21:00 horas 100K

El enlace será enviado el día lunes 20 de junio a los correos electrónicos de los participantes.

Acreditación / Retiro de kits

23 de Junio

- De 12 horas a 20 horas.
- Lugar: Centro de ferias Parque Saval, Isla Teja.

24 de Junio

- De las 10 horas a las 22 horas.
- Lugar: Centro de ferias Parque Saval, Isla Teja.

25 de junio

- De las 10 horas a las 19 horas.
- Lugar: Centro de ferias Parque Saval, Isla Teja.

Retiro de kits

- Cédula de identidad / DNI, Pase de movilidad
- Retiro de kits de terceros: Copia de la cédula de identidad/ DNI, Pase de movilidad de tercero.

Certificado Médico.

Se requerirá certificado médico a los corredores de:

- **42k**
- **60k**
- **100k**
- **Travesía**

El certificado se debe entregar al momento de la entrega de kit y debe indicar que se encuentra apto para correr la distancia escogida en Torrencial Valdivia Trail.

Equipamiento obligatorio

COLUMBIA

	6 y 11k	18k	25k	42k	Travesía	60k	100k
Silbato	x	x	x	x	x	x	x
Manta térmica	x	x	x	x	x	x	x
Chaqueta con capucha hecha de un material impermeable (con sellos interiores) y transpirable (algún tipo de ventilación por fabricante que no comprometa la impermeabilidad). Ejemplo: tecnología Outdry.	x	x	x	x	x	x	x
Ropa para recambio pos-carrera. Para dejar en guardarropía.	x	x	x	x	x	x	x
Primera capa manga larga térmica.	x	x	x	x	x	x	x
Primera capa de recambio (llevar en bolsa impermeable).	x	x	x	x	x	x	x
Gorro o bandana.	x	x	x	x	x	x	x
Sistema de hidratación autónoma (+ sales minerales). Portar al menos 1 litro siempre.	x	x	x	x	x	x	x
Teléfono móvil con batería de reserva (hay buena señal movistar en Pilolcura).	x	x	x	x	x	x	x
Vaso, jarrón o botella portable para recibir líquido en puestos de abastecimiento.	x	x	x	x	x	x	x
Alimentación propia (si bien hay puestos de abastecimiento, es importante llevar una reserva propia de geles o barras). Recomendación: 800kcal (2 geles + 2 barras energéticas de 65g cada una)	x	x	x	x	x	x	x
Banda elástica autoadhesiva, para detener sangrado en caso de herida.	x	x	x	x	x	x	x
Linterna frontal (sugerido sobre 400 lúmenes) con pilas o baterías de recambio.				x		x	x
Calza larga, que cubra las piernas completamente.				x	x	x	x
Guantes impermeables.				x	x	x	x
Vivasac (saco de emergencia) provisto por organización en kit del corredor.							x

2022

Equipamiento obligatorio

- Habrá revisión aleatoria de material obligatorio en el campamento base, aquel corredor que no cumpla con las exigencias básicas **no se le permitirá largar** por inclumiento con el reglamento de carrera y su seguridad.
- Los corredores de 100k **deben presentar todo su equipo obligatorio** al momento del retiro de Kits de competencia.

Equipamiento sugerido

- Guantes
- Bastones
- Zapatillas con buen *grip* (agarre)
- Polainas
- Bandana
- Visera
- Vestimenta de recambio (**Habrá guardarropía y solo se recibirán las bolsas de nylon que vienen numeradas dentro del kit**).

Horarios Salida de Buses

- Solo podrán acceder corredores que hayan pagado su ticket vía welcu.
  No se permite el transporte de familiares o amigos en los buses.
- Corredores de 100K y Travesía no necesitan comprar el ticket de bus
- La compra de buses se puede hacer hasta el viernes 17 de junio en el enlace:
  https://ayuda.welcu.com/article/15-como-accedo-a-productos-adicionales-posterior-a-mi-inscripcion-como-participante

- **Sábado 25 de junio**
  - 60k: 2:30 AM
  - 42k: 5:00 AM
  - 25k: 6:30 AM
  - Travesía: 6:30 AM
- **Domingo 26 de junio**
  - 18k: 7:00 AM
  - Travesía: Salida barco 8:00 AM (Muelle Schuster)
  - 11k: 8:30 AM
  - 6k: 9:00 AM

MUY IMPORTANTE
Lugar de salida de los buses:
Nueva costanera, ex helipuerto.
Ubicado a un costado del Puente Pedro de Valdivia.

Horarios de Largadas

Viernes 24 de junio, Parque Saval

- **Largada 3K**
  12:00 PM.

- **Largada 100K**
  22:00 hrs.

MUY IMPORTANTE
Los corredores deben presentarse 1 hora antes de la largada en el sector del Centro de Ferias del Parque Saval.

Horarios de Largadas

Sábado 25 de junio.

- **Largada 60K (Desde Muelle de Punucapa).**
  4:00 AM.

- **Largada 42K (Pilolcura).**
  7:00 AM.

- **Largada 25K (Pilolcura).**
  9:00 AM .

- **Largada Travesía día 1. (Pilolcura).**
  9:00 AM.

MUY IMPORTANTE
Los corredores deben presentarse 1 hora antes de la largada.

Horarios de Largadas

Domingo 26 de junio.

- **Largada Travesía día 2 (Casa Manns).**
  9:00 AM.

- **Largada 18K (Pilolcura).**
  9:30 AM.

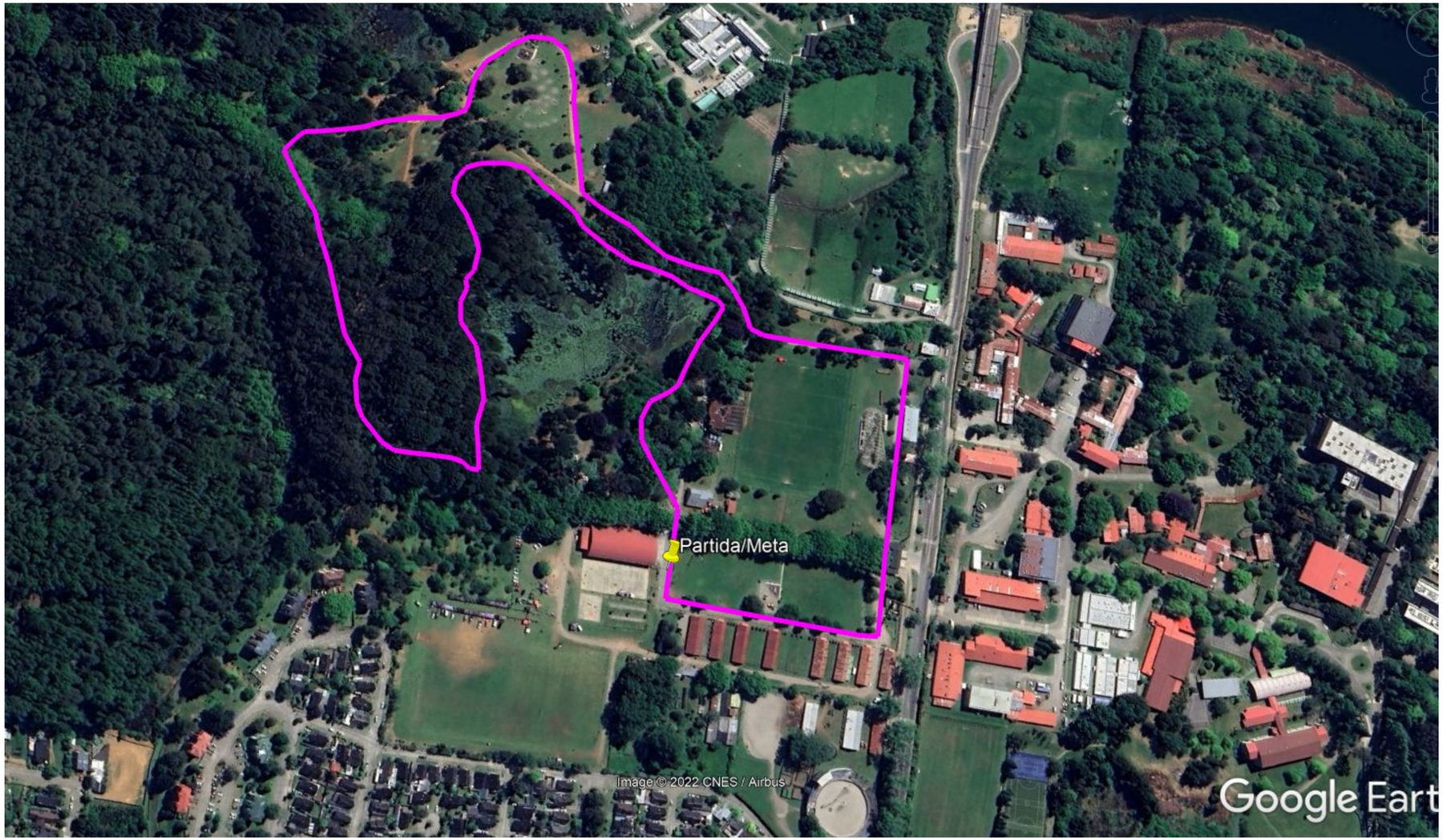
- **Largada 11K (Pilolcura).**
  10:30 AM .

- **Largada 6K (Pilolcura).**
  11:00 AM.

MUY IMPORTANTE
Los corredores deben presentarse 1 hora antes de la largada.

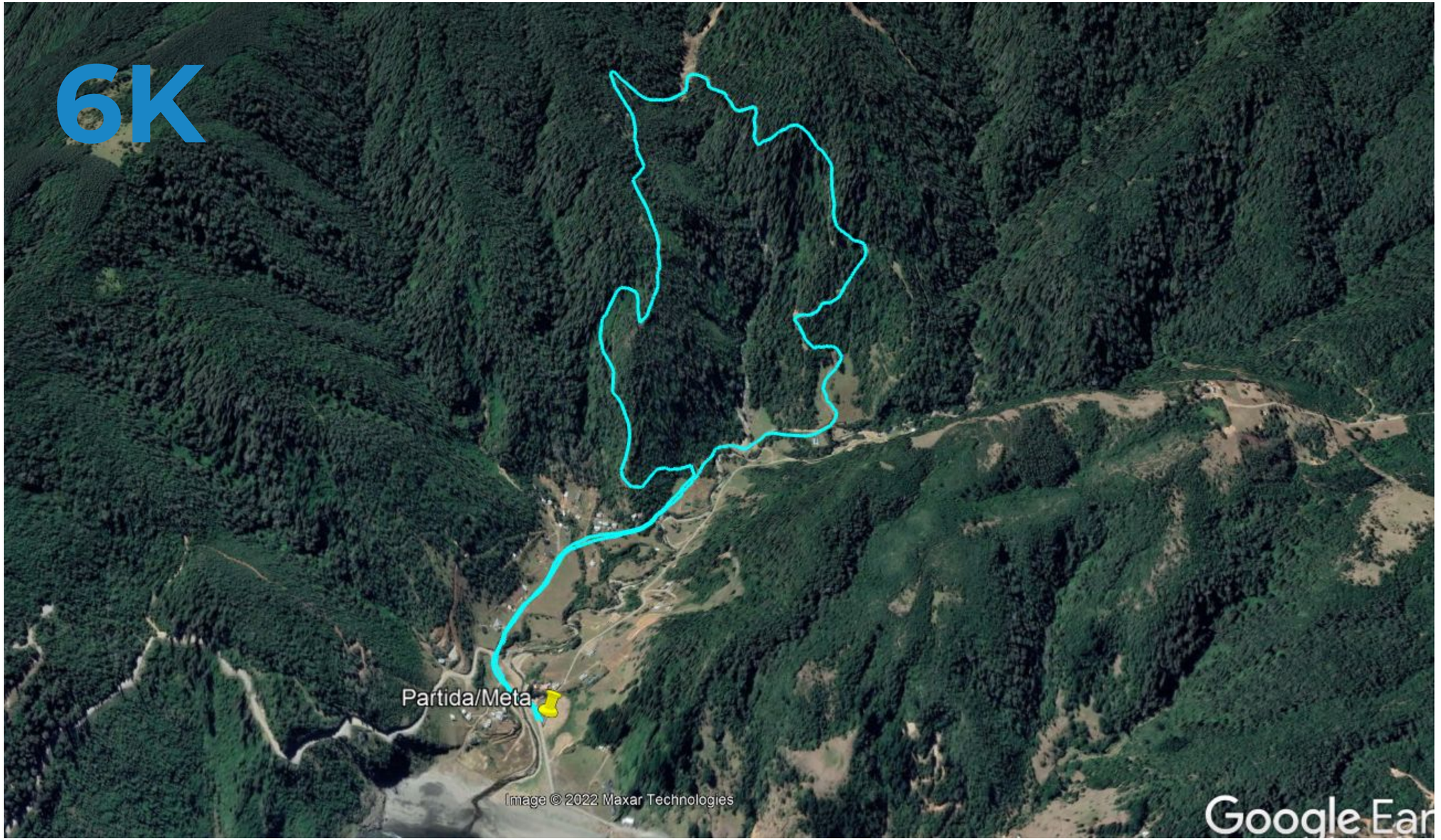
Rutas, Altimetrías y Tiempos de Corte

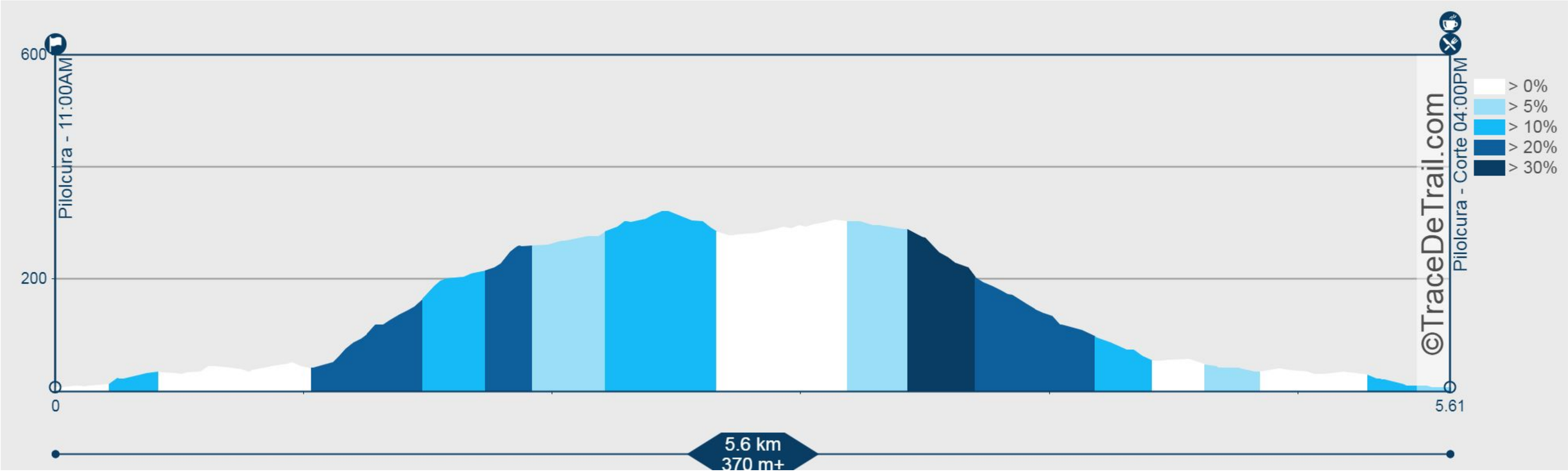
3K



3K

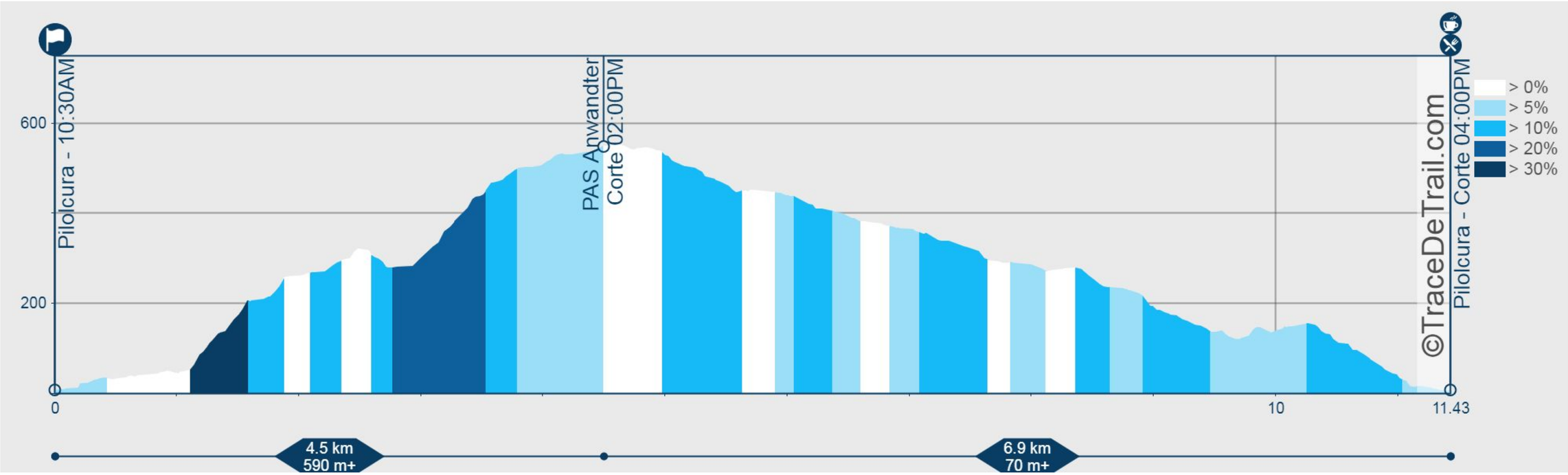
- Distancia y desnivel (Trace de Trails): 3 km, 80 m D+.
- Dificultad técnica: Baja
- Partida en Parque Saval: km 0 (12 p.m.)
- Meta en Parque Saval: km 3
- Un puesto de abastecimiento intermedio
- Recordar a los padres que la carrera 3K es NO COMPETITIVA. Desde la organización queremos que sea un espacio de diversión y esparcimiento, donde tanto niñ@s y adult@s pasen un momento muy alegre.
- Horario Largada: 12:00 hrs


6K
Partida/Meta
Image © 2022 Maxar Technologies
Google Ear



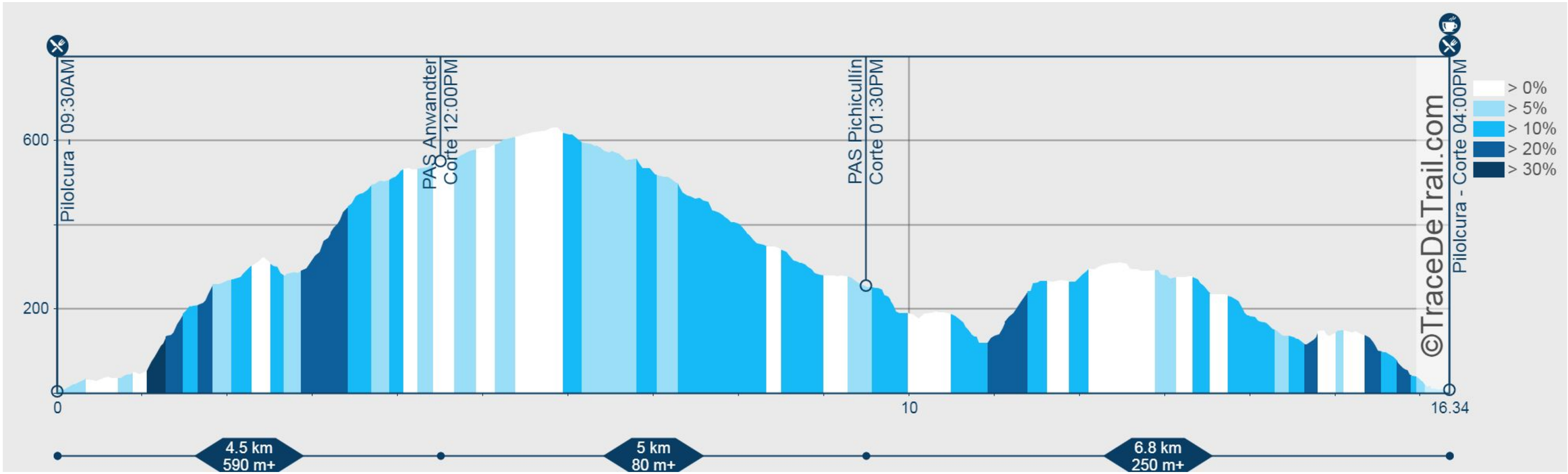
Distancia: 6k	KM	KM entre PAS	D+ acum	D+ entre PAS	Horario primero	Horario de corte	Corte en tiempo transcurrido
Partida (Pilolcura)	0	0	0	0	11:00 a. m.		
Meta (Pilolcura)	5,6	5,6	370	370	11:40 a. m.	4:00 p. m.	5 horas

11K
PAS Anwandter
Partida/Meta
Image © 2022 Maxar Technologies
Data SIO, NOAA, U.S. Navy, NGA, GEBCO
Image © 2022 TerraMetrics
Google Eart

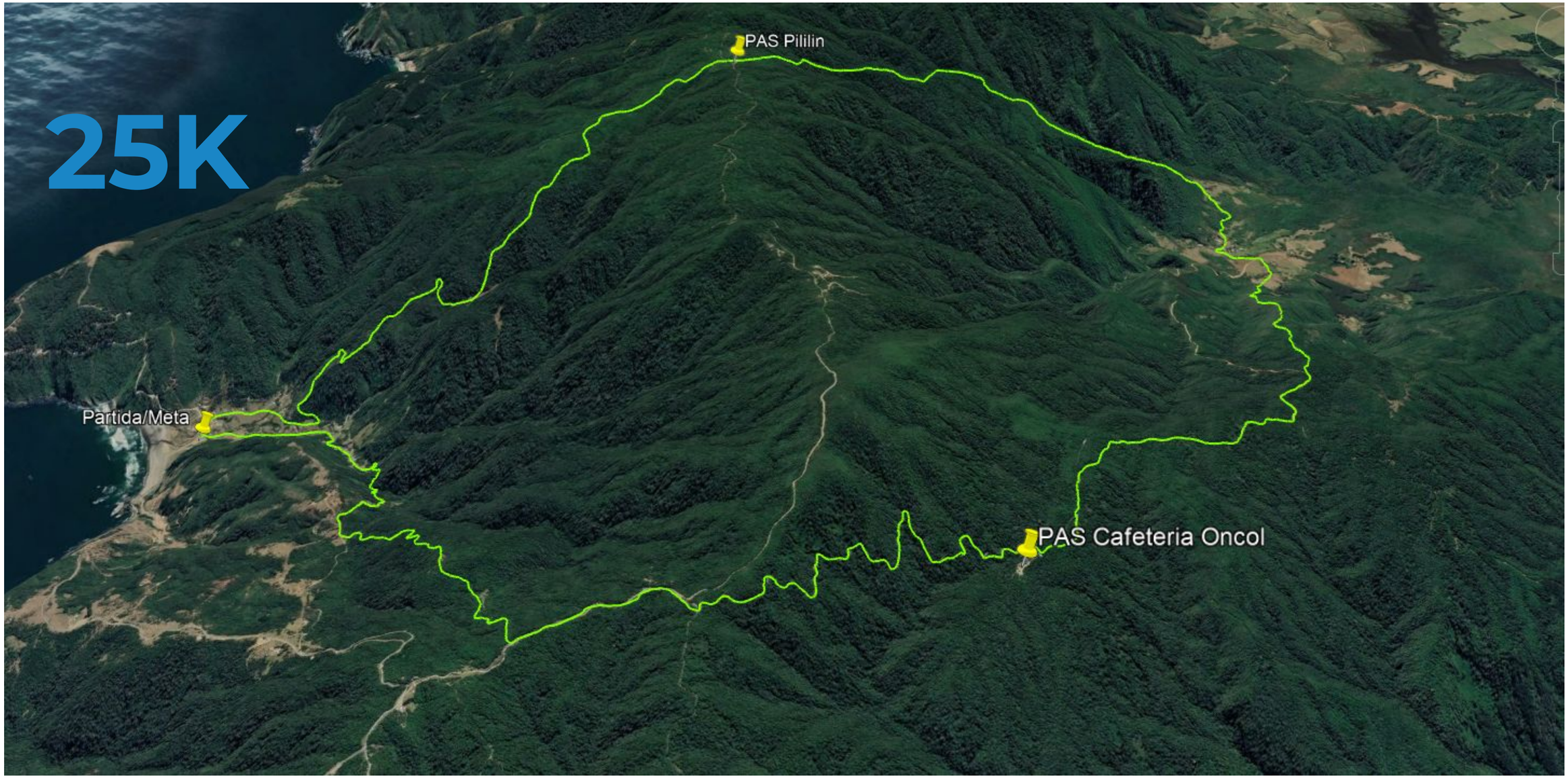


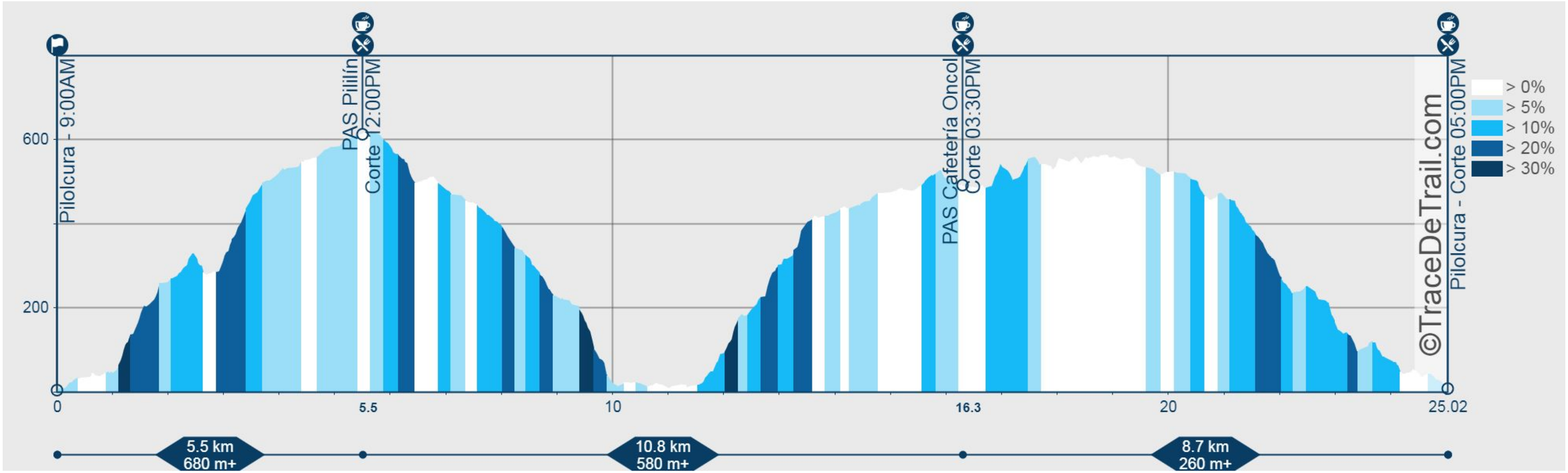
Distancia: 11k	KM	KM entre PAS	D+ acum	D+ entre PAS	Horario primero	Horario de corte	Corte en tiempo transcurrido
Partida (Pilolcura)	0	0	0	0	10:30 a. m.		
PAS Anwandter	4,5	4,5	600	600	11:10 a. m.	2:00 p. m.	3,5 horas
Meta (Pilolcura)	11,4	6,9	670	70	11:40 a. m.	4:00 p. m.	5,5 horas

18K
PAS Anwandter
PAS Pichicullin
Partida/Meta



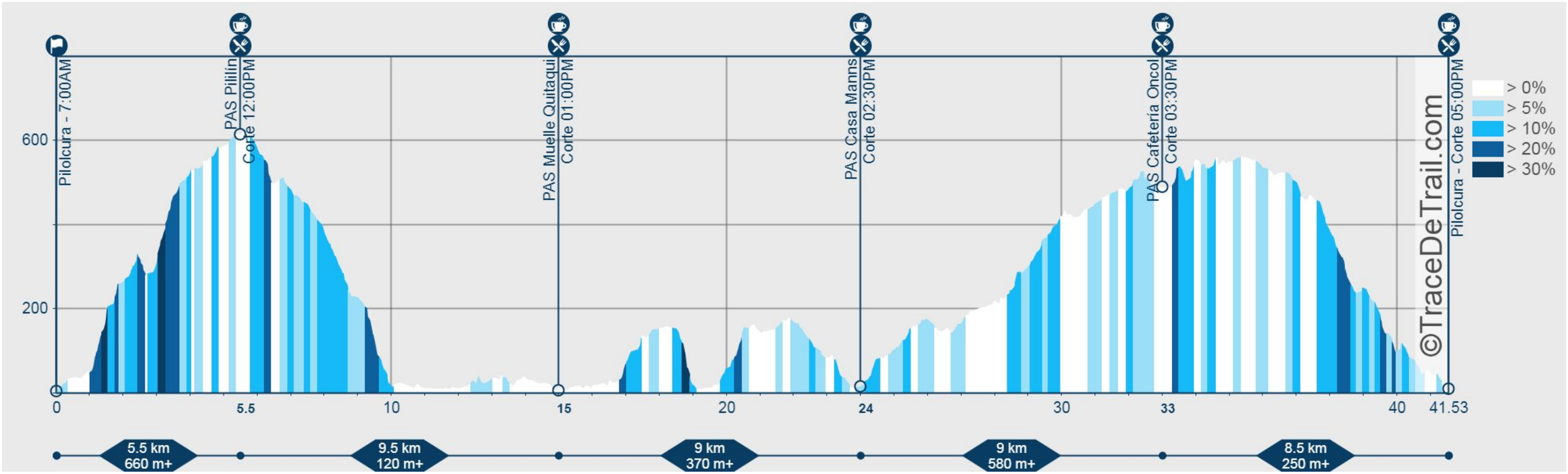
Distancia: 18k	KM	KM entre PAS	D+ acum	D+ entre PAS	Horario primero	Horario de corte	Corte en tiempo transcurrido
Partida (Pilolcura)	0	0	0	0	9:30 a. m.		
PAS Anwandter	4,5	4,5	600	600	10:40 a. m.	12:00 p. m.	2,5 horas
PAS Pichicullín	9,5	5	683	83	11:00 a. m.	1:30 p. m.	4 horas
Meta (Pilolcura)	16,3	6,8	950	267	12:00 p. m.	4:00 p. m.	6,5 horas


25K
PAS Pililin
Partida/Meta
PAS Cafeteria Oncol

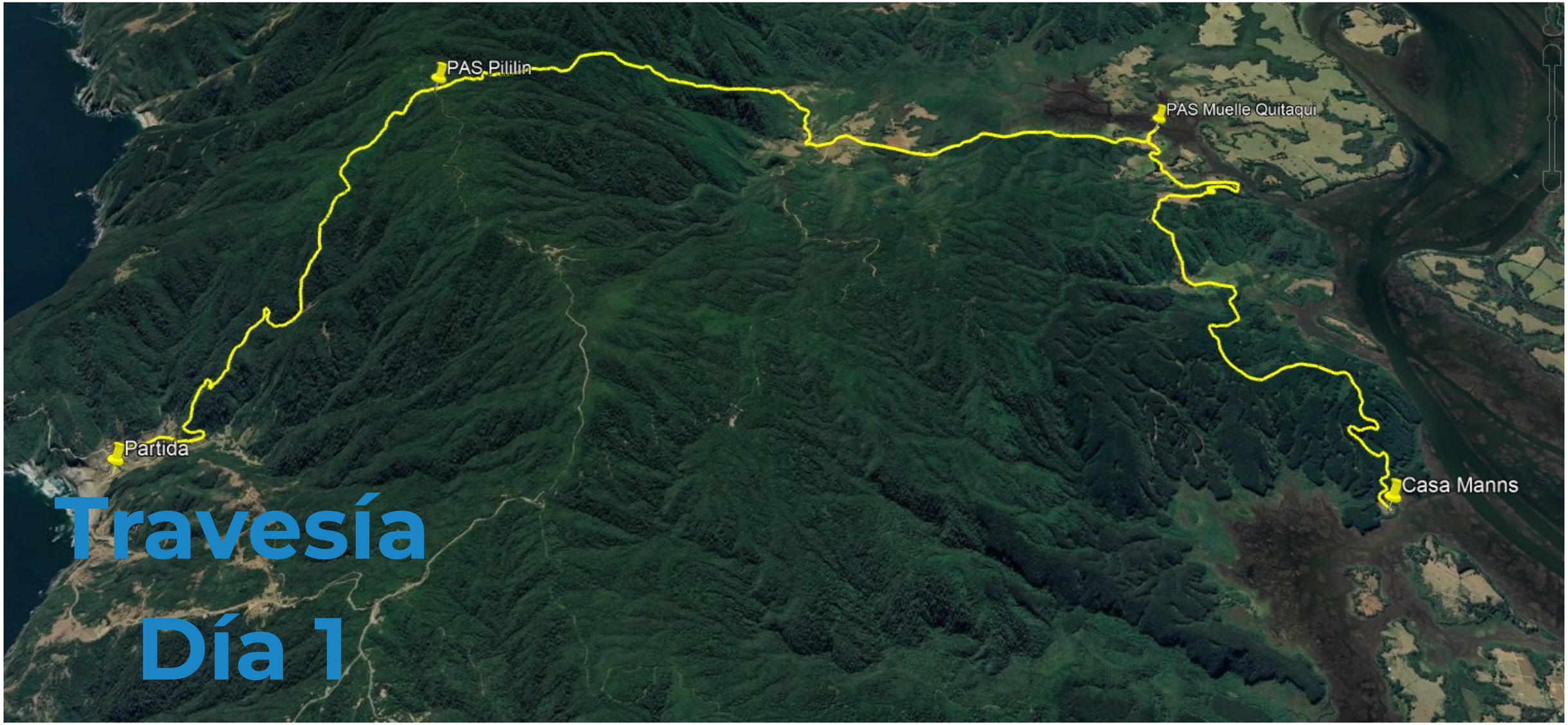


Distancia: 25km	KM	KM entre PAS	D+ acum	D+ entre PAS	Horario primero	Horario de corte	Corte en tiempo transcurrido
Partida (Pilolcura)	0	0	0	0	9:00 a. m.		
PAS Pililín	5,5	5,5	672	672	9:40 a. m.	12:00 p. m.	3 horas
PAS Cafetería Oncol	16,3	10,8	1269	597	10:30 a. m.	3:30 p. m.	6,5 horas
Meta (Pilolcura)	25	8,7	1540	271	11:30 a. m.	5:00 p. m.	8 horas

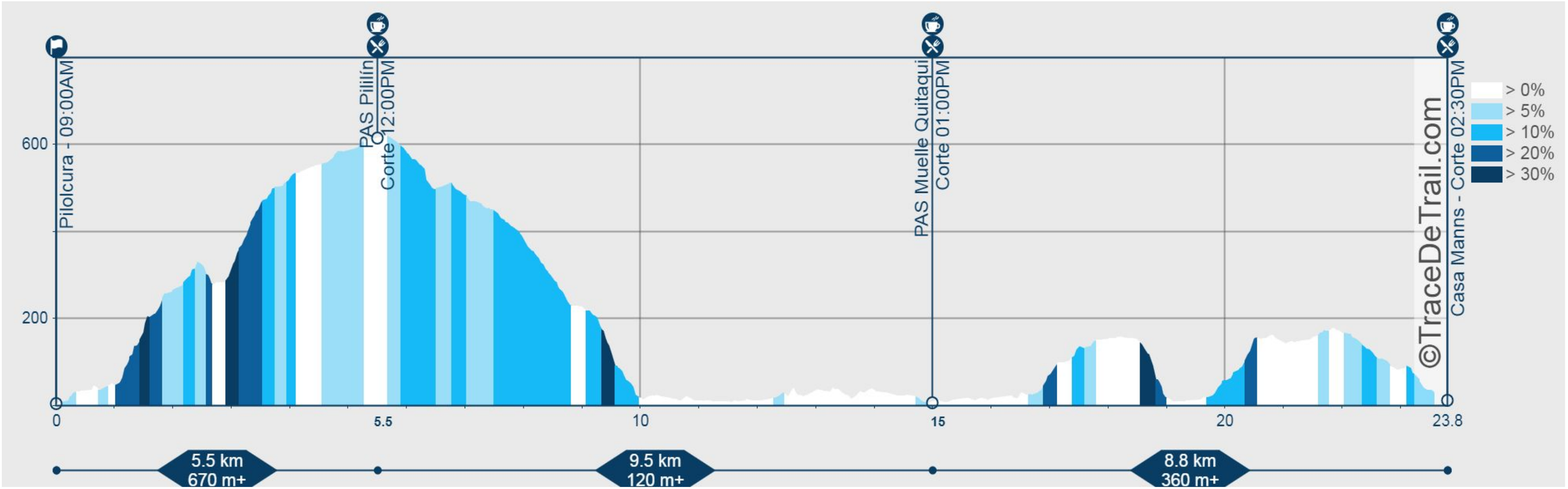
42K
PAS Pililin
PAS Muelle Quitaqui
PAS Cafeteria Oncol
Partida/Meta
PAS Casa Manns



Distancia: 42km	KM	KM entre PAS	D+ acum	D+ entre PAS	Horario primero	Horario de corte	Corte en tiempo transcurrido
Partida (Pilolcura)	0	0	0	0	7:00 a. m.		
PAS Pililín	5,5	5,5	672	672	7:40 a. m.	12:00 p. m.	5 horas
PAS Muelle Quitaqui	15	9,5	801	129	8:30 a. m.	1:00 p. m.	6 horas
PAS Casa Manns	24	9	1165	364	9:30 a. m.	2:30 p. m.	7,5 horas
PAS Cafeteria Oncol	33	9	1754	589	10:15 a. m.	3:30 p. m.	8,5 horas
Meta (Pilolcura)	41,5	8,5	2010	256	11:00 a. m.	5:00 p. m.	10 horas

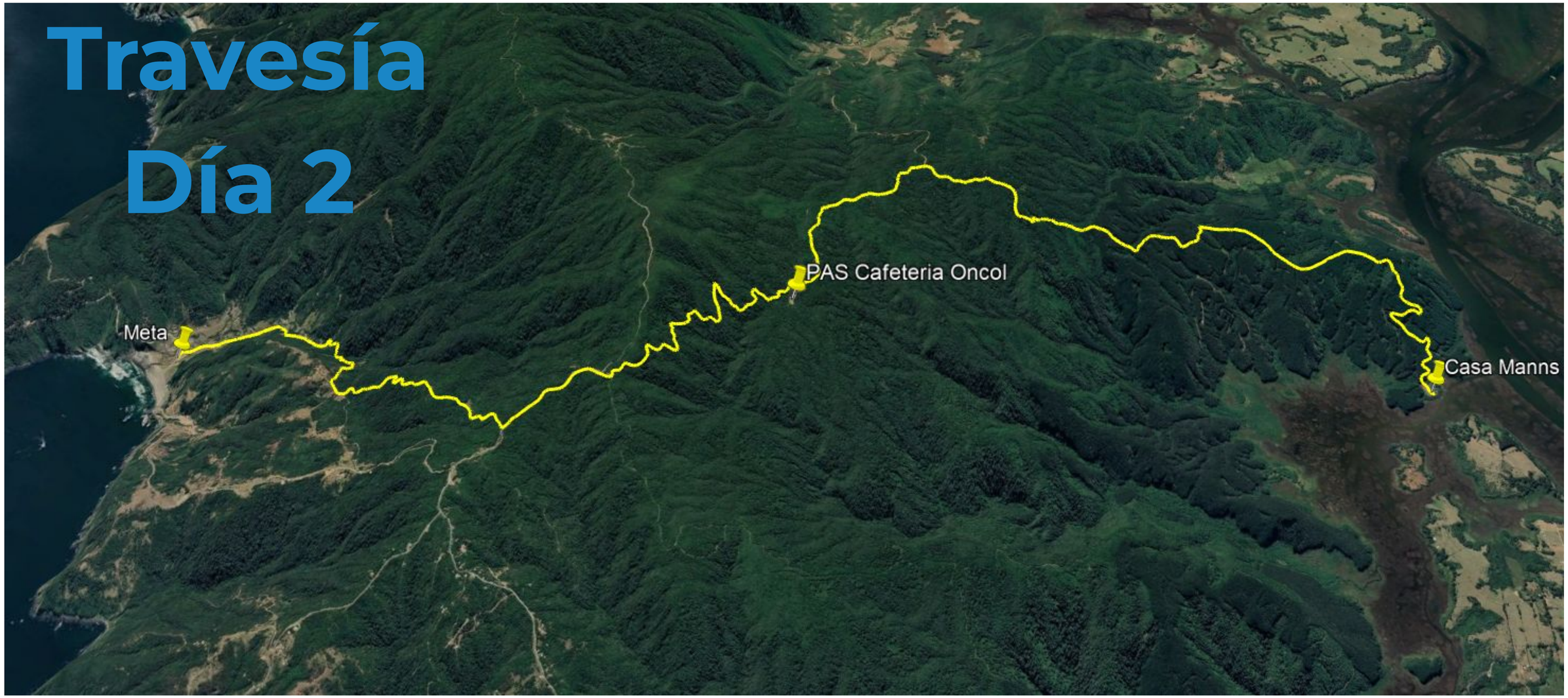


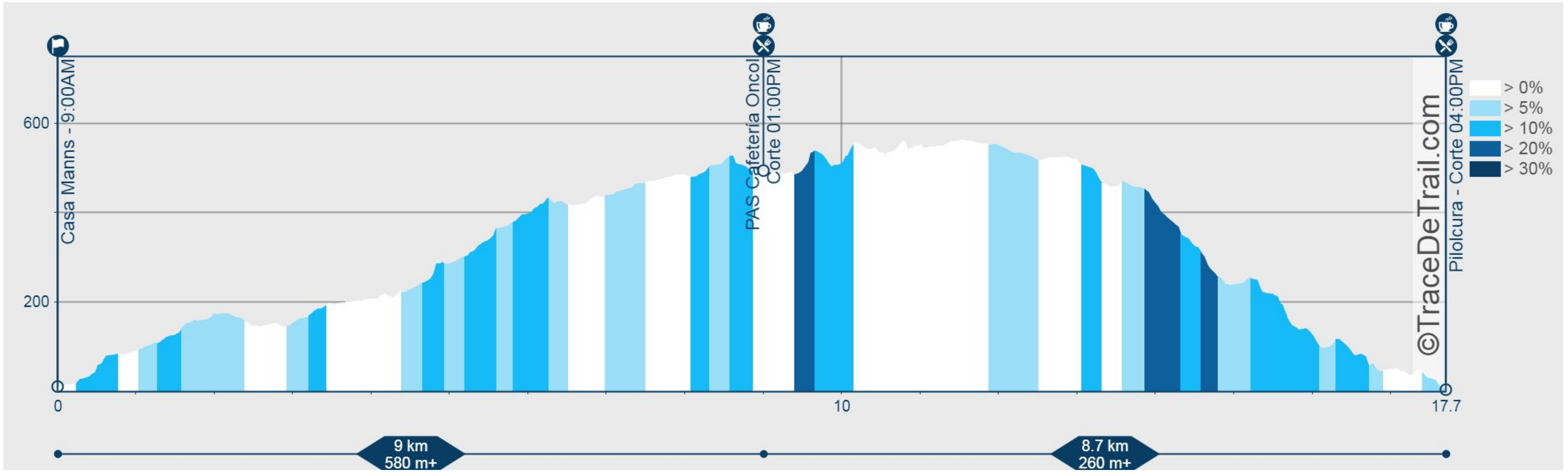
Travesía
Día 1



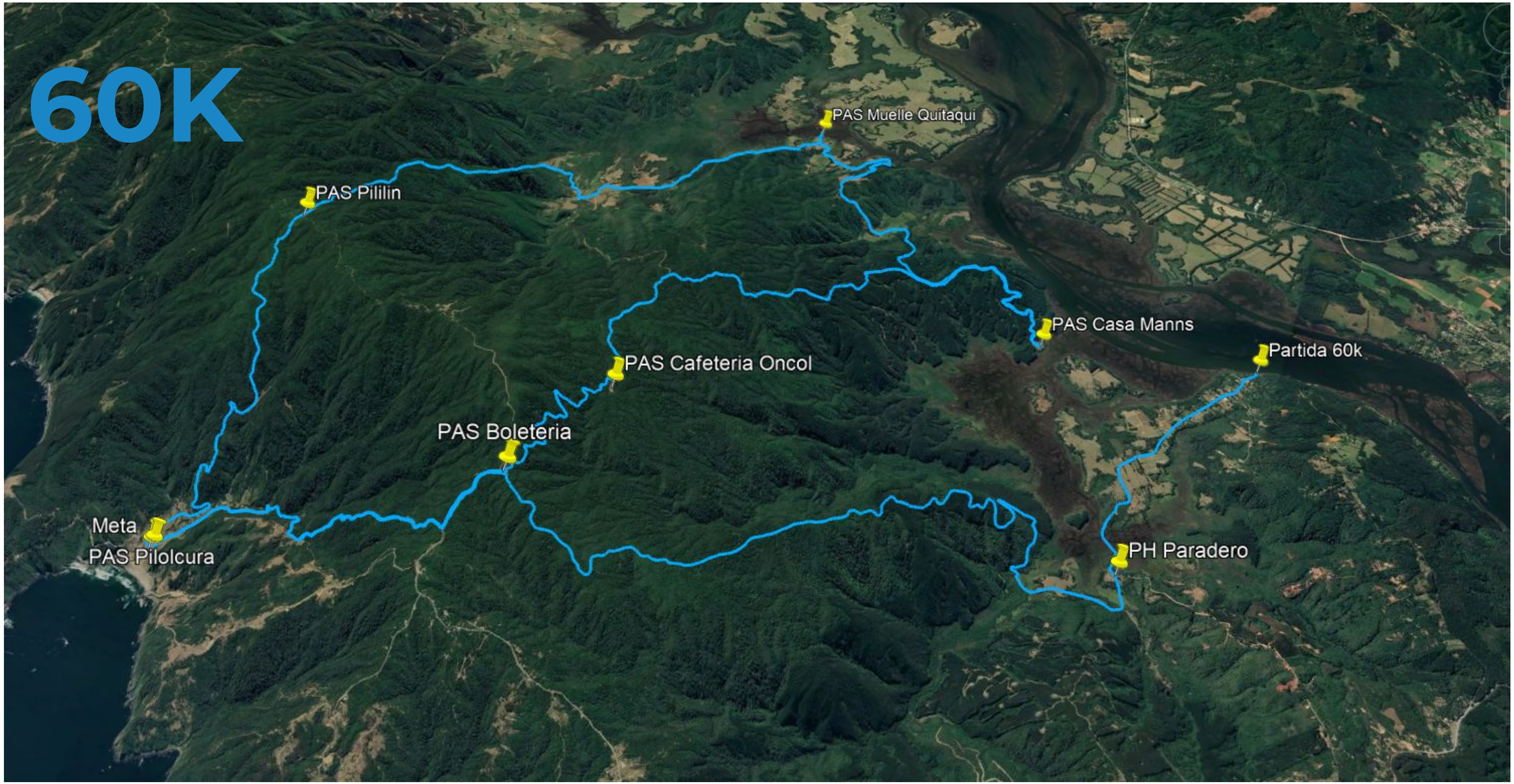
Distancia: Travesía Día 1	KM	KM entre PAS	D+ acum	D+ entre PAS	Horario primero	Horario de corte	Corte en tiempo transcurrido
Partida (Pilolcura)	0	0	0	0	9:00 a. m.		
PAS Pililín	5,5	5,5	672	672	9:40 a. m.	12:00 p. m.	3 horas
PAS Muelle Quitaqui	15	9,5	801	129	10:30 a. m.	1:00 p. m.	4 horas
Meta Casa Manns	24	9	1165	364	11:30 a. m.	2:30 p. m.	5,5 horas

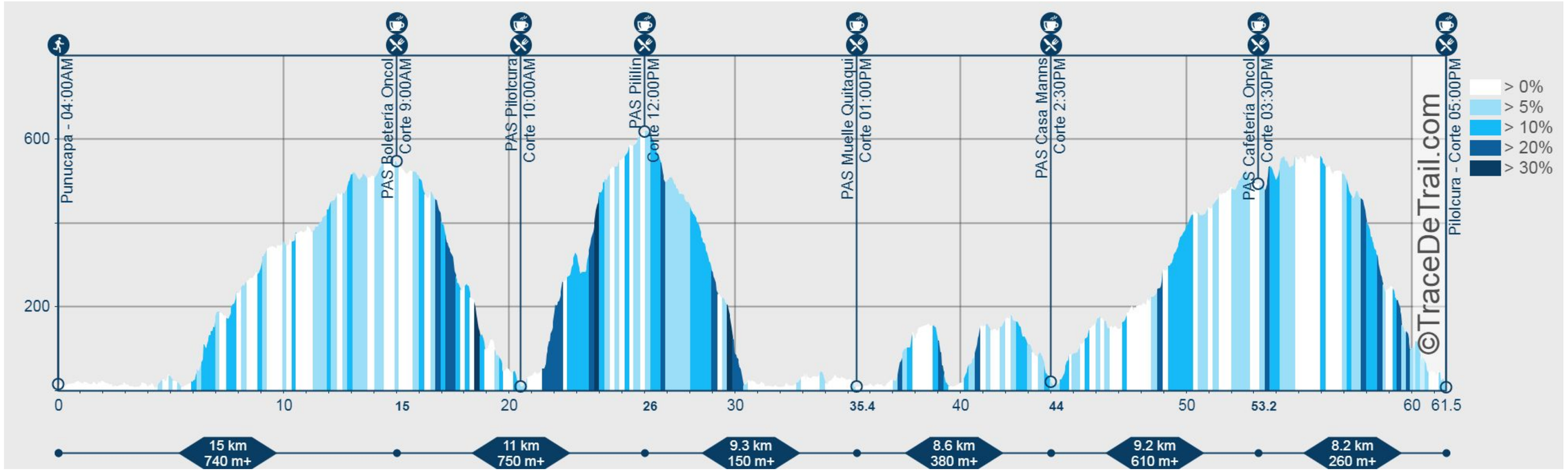
Travesía Día 2





Distancia: Travesía Día 2	KM	KM entre PAS	D+ acum	D+ entre PAS	Horario primero	Horario de corte	Corte en tiempo transcurrido
Partida (Casa Manns)	0	0	0	0	9:00 a. m.		
PAS Cafetería Oncol	9	9	589	589	10:00 a. m.	1:00 p. m.	4 horas
Meta (Pilolcura)	17.7	8.7	860	271	11:00 a. m.	4:00 p. m.	7 horas

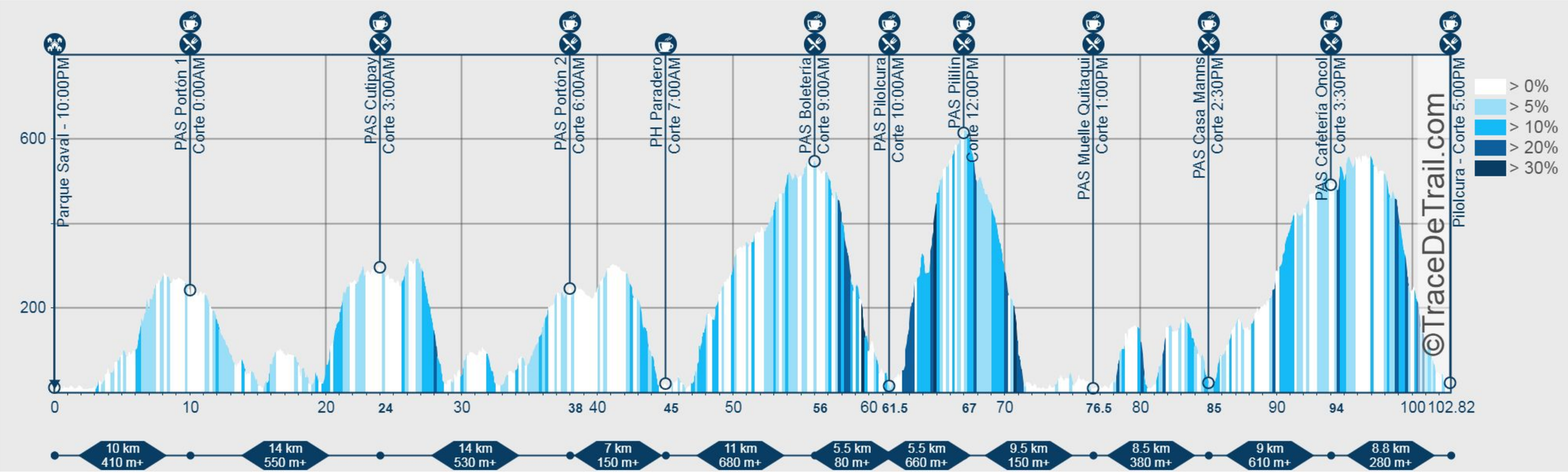

60K
PAS Muelle Quitaqui
PAS Pililin
PAS Casa Manns
Partida 60k
PAS Cafeteria Oncol
PAS Boleteria
Meta
PAS Pilolcura
PH Paradero



Distancia: 60km	KM	KM entre PAS	D+ acum	D+ entre PAS	Horario primero	Horario de corte	Corte en tiempo transcurrido
Partida (Punucapa)	0	0	0	0	4:00 a. m.		
PAS Boleteria Oncol	15	15	746	746	5:30 a. m.	9:00 a. m.	5 horas
PAS Pilolcura	20,5	5,5	829	83	6:00 a. m.	10:00 a. m.	6 horas
PAS Pililín	26	5,5	1500	671	6:30 a. m.	12:00 p. m.	8 horas
PAS Muelle Quitaqui	35,4	9,4	1650	150	7:30 a. m.	1:00 p. m.	9 horas
PAS Casa Manns	44	8,6	2032	382	8:30 a. m.	2:30 p. m.	10,5 horas
PAS Cafeteria Oncol	53,2	9,2	2646	614	9:30 a. m.	3:30 p. m.	11,5 horas
Meta (Pilolcura)	61,4	8,2	2920	274	10:00 a. m.	5:00 p. m.	13 horas

100K

PAS Muelle Quitaqui
Parque Saval
PAS Casa Manns
PAS Porton Azul
PH Paradero
PAS Pililin
PAS Cafeteria Oncol
PAS Boleteria
PAS Cutipay
Meta
PAS Pilolcura



Distancia: 100km	KM	KM entre PAS	D+ acum	D+ entre PAS	Horario primero	Horario de corte	Corte en tiempo transcurrido
Partida (Parque Saval)	0	0	0	0	10:00 p. m.		
PAS Portón Azul 1	10	10	415	415	10:40 p. m.	12:00 a. m.	2 horas
PAS Cutipay	24	14	974	559	12:30 a. m.	3:00 a. m.	5 horas
PAS Portón Azul 2	38	14	1513	539	2:00 a. m.	6:00 a. m.	8 horas
PH Paradero	45	7	1663	150	2:30 a. m.	7:00 a. m.	9 horas
PAS Boletería Oncol	56	11	2350	687	3:30 a. m.	9:00 a. m.	11 horas
PAS Pilolcura	61,5	5,5	2434	84	4:00 a. m.	10:00 a. m.	12 horas
PAS Pililín	67	5,5	3100	666	5:00 a. m.	12:00 p. m.	14 horas
PAS Muelle Quitaqui	76,5	9,5	3255	155	6:00 a. m.	1:00 p. m.	15 horas
PAS Casa Manns	85	8,5	3637	382	6:30 a. m.	2:30 p. m.	16,5 horas
PAS Cafetería Oncol	94	9	4248	611	7:30 a. m.	3:30 p. m.	17,5 horas
Meta (Pilolcura)	103	9	4540	292	9:00 a. m.	5:00 p. m.	19 horas

Marcaje

- En general, todas las rutas están marcadas con cintas de color naranja. En las bifurcaciones, el marcaje será más intenso, acompañado de flechas que indican la dirección.
- Para los tramos únicamente nocturnos, el marcaje será con reflectantes blancos y poca densidad de cintas.
- Los primeros 10k de los 100k no tendrán marcaje ya que corresponde a camino vehicular. Lo mismo con los primeros 4k de la 60k. En este caso, habrá banderilleros en las bifurcaciones.
- Si en algún momento el corredor deja de ver el marcaje, la recomendación es volver a la última marca y revisar el recorrido.

Dropbag y Guardarropía
100K - 60K - Travesía

100K

- Los deportistas de 100K tienen dos puntos de *Dropbag*. Pilolcura Km 61 y Casa Manns Km 85
- El *dropbag* Casa Manns debe ser entregado al momento de la entrega de Kits
- El *dropbag* Pilolcura y ropa de guardarropía debe ser entregado en una sola bolsa, en el momento de la largada en Parque Saval.

60K

- Los deportistas de 60K tienen un punto de *Dropbag*. Casa Manns Km 44
- El *dropbag* Casa Manns debe ser entregado al momento de la entrega de Kits.
- La ropa de guardarropía debe ser entregada en una sola bolsa, en el momento de la largada en Punucapa.

Travesía

- Los deportistas de travesía reciben su cambio de ropa en Casa Manns, luego de terminar el primer día de carrera.
- El cambio de ropa de Casa Manns debe ser entregado al momento de la entrega de Kits
- El cambio de ropa para utilizar el domingo luego de finalizar el segundo día de carrera, debe ser entregado en guardarropía al momento de largar el primer día en la playa de Pilolcura (sábado).

Devolución de *Dropbag*
100K - 60K

- La devolución de los *Dropbag* de las distancias 100k y 60k se realizará el sábado 25 en el campamento base de Pilolcura entre las 14 y 16 horas.
- El lugar para el retiro de *Dropbag* será en campamento base de Pilolcura..
- El horario destinado para el retiro del *Dropbag* es entre las 14 y 16 horas.

Protocolo de abandono / Teléfono de emergencia

- Es obligación de todo corredor que decida hacer abandono voluntario de la prueba, dar aviso al jefe del puesto de abastecimiento (PAS) más cercano a su ubicación.
- Es obligación de los corredores auxiliar a un deportista con problemas físicos y dar aviso al personal de seguridad o al puesto más cercano de la situación que está ocurriendo.
- Es obligación de los corredores **exhibir su número de dorsal** en los PAS o cuando este sea requerido por la organización.
- Si el corredor decide abandonar en un PAS, este deberá esperar hasta que el PAS se cierre completamente, excepto en un caso de extrema urgencia, en el que será derivado a un centro asistencial tan rápido como sea posible.
- Durante el circuito hay distintas zonas con señal, se recomienda llevar teléfono celular y ante cualquier emergencia comunicarse a los números +56 9 8903 7982 +56 9 64689715 **(Este es un número de EMERGENCIA, NO DE INFORMACIONES. Por favor ocupar solo el día de la carrera).**

INFORMACIONES AL MAIL INFO@NIMBUSOUTDOOR.COM

Medioambiente

- Estará absolutamente prohibido botar basura fuera de los lugares habilitados, ya sea en el campamento base como en la ruta. El acto de botar basura fuera de los lugares establecidos será penalizado con la descalificación.
- Está absolutamente prohibido fumar en el Campamento Base, en el Parque Oncol y lugares de paso de los corredores.
- No habrá vasos plásticos para la entrega de hidratación. Cada corredor deberá ser **RESPONSABLE** de portar un recipiente para cargar líquidos

Derechos del corredor

Servicio en campamento base.
Polera técnica de carrera.
Chip de competencia
Certificado digital Resultados
Seguridad en ruta

Dorsal de competencia.
Alimentación en ruta (Hidratación y Alimentación).
Medalla finisher (al completar recorrido).
Seguridad Médica en partida/meta
Servicio de Guardarropía.

Protocolo de Bioseguridad

Resumen principales puntos

- Pase movilidad obligatorio (retiro de kit)
- Uso de mascarillas en proceso de acreditación y desplazamientos por campamento base
- Registro y toma de temperatura obligatoria
- No habrá utilización de utensilios plásticos

Estacionamientos

- Los espacios de estacionamientos son limitados en la playa de Pilolcura, por lo que se incentivó el uso de bus.
- Cuando los estacionamientos estén copados en la playa, impediremos la bajada de vehículos y estos podrán estacionar a unos 3K de la largada.
- Para quienes dejen su auto en ese estacionamiento, deberán cancelar $1,000 en efectivo, que van en beneficio de la comunidad del lugar.
- El trasbordo del estacionamiento a la playa será brindado de manera gratuita por la organización.

Auspiciadores / Patrocinadores

Columbia

I.MUNICIPALIDAD VALDIVIA

tecnosur automotriz

arauco

30 AÑOS parque oncol

CERVEZA kunstmann MR das gute Bier VALDIVIA

Asociación de Productores de Leche de la Región de Los Ríos APROVAL LECHE

GATORADE

VALDIVIA PACEL Tradición desde 1978

MiFOTO

MUTUAL de seguridad CChC

ALTURA

Entrelagos VALDIVIA·CHILE 1976

CHILEMAQ

María Restaura RECICLA REDUCE REUTILIZA

RUMAK Nosotros lo Hacemos

DREAMS VALDIVIA

CUR Centro Universitario de Rehabilitación Universidad Austral de Chile

runchile www.runchile.cl

ESPN RUN

Programación Torrencial Fest

COLUMBIA

[Jueves 23]

12:00 Apertura Torrencial Fest

12:15 Entrega de kits a niños, niñas y adultos

16:00 DEKUSAN DJ (hasta las 20 horas)

18:00 Charla salud y prevención de lesiones en la práctica de trail running.

Cristhian Saavedra Santiesteban, Kinesiólogo, Magister en Medicina y Ciencias del Deporte. Académico unidad de kinesiología UACh Director Técnico de Centro Universitario de Rehabilitación UACH (CUR).

20:00 Cierre Fest

[Viernes 24]

10:00 Apertura Fest / Entrega de kit durante hasta las 22 horas.

12:00 Largada Torrencial Kids 3K

17:30 Presentación Quinteto de Cuerdas. Orquesta Cifan.

18:00 Charla "Hidratación y carga de hidratos de carbono en trail running: Recomendaciones y uso de suplementos"

19:00 Bandas Los Colmos

22:00 Largada de los 100K

23:00 Cierre Fest

* 30 stands abiertos a todo público

Centro de Ferias Parque Saval

[Sabado 25]

10:00 Apertura Fest / Entrega de kit durante la jornada

18:00 Banda Signos

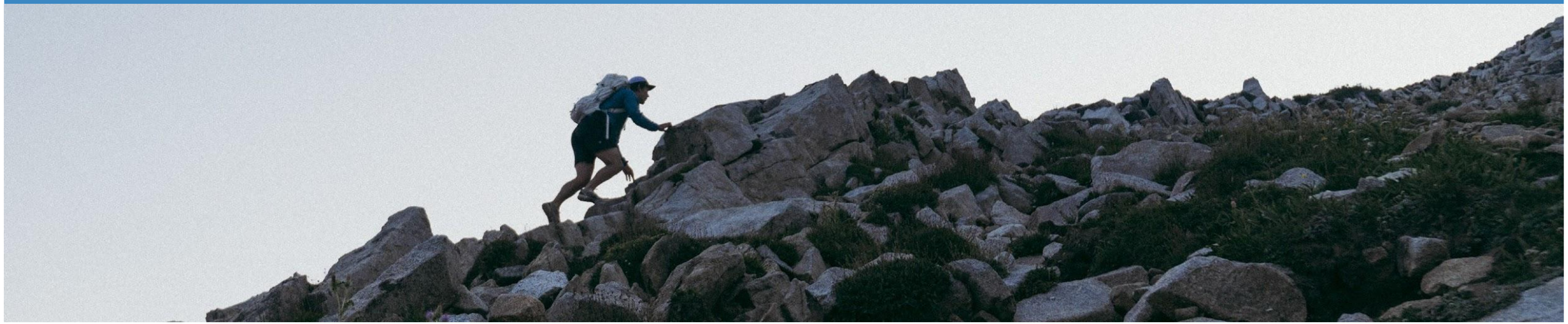
19:00 Cierre Fest.

2022

Fiesta de Clausura Torrencial 2022

- La fiesta de clausura será el domingo 26 de junio.
- El lugar es en “El Bunker”, calle Los Robles 1345.
- Horario: 22 hrs.
- Ingreso gratis para corredores.

COLUMBIA
TRAIL
CHALLENGE

NIMBUS
OUTDOOR

TORRENCIAL
Valdivia Trail