



**101**  
IRON BIKE  
SERIES  
**CONWAY**



**24 SEPTIEMBRE 2022**

**POLA DE SOMIEDO**



**3 DISTANCIAS:**  
**30 KM**  
**45 KM**  
**60 KM**

**SOMIEDO.BIKE**



# GUÍA DEL CORREDOR



# PROGRAMA

## **VIERNES 23 SEPTIEMBRE**

Recinto ferial Pola de Somiedo

DE 18:00 A 20:00      RECOGIDA DE DORSALES

## **SÁBADO 24 SEPTIEMBRE**

Recinto ferial Pola de Somiedo

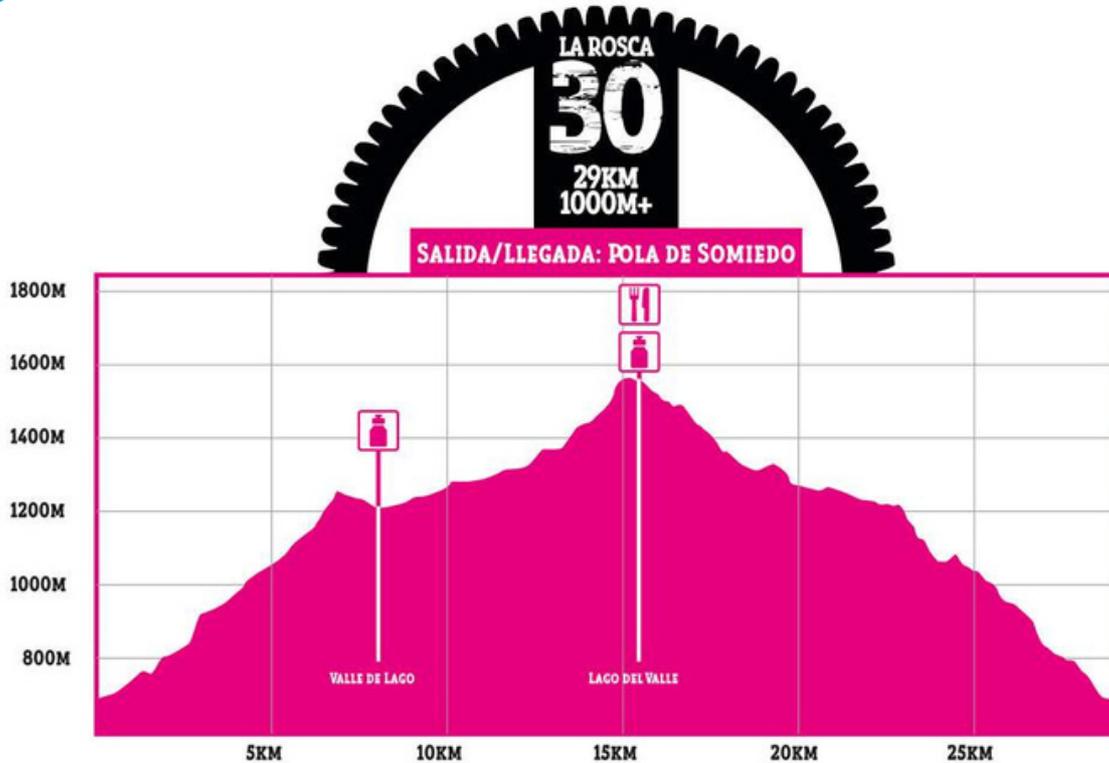
DE 7:00 A 8:45      RECOGIDA DE DORSALES

Zona de Salida y meta (Hotel Castillo del Alba)

- 9:00 SALIDA ROSCA 60
- A CONTINUACIÓN SALIDA ROSCA 45 Y 30
- A PARTIR DE LAS 12:00 LLEGADA PRIMEROS PARTICIPANTES
- 17:00 CIERRE CONTROL HORARIO
- A CONTINUACIÓN ENTREGA DE PREMIOS
- A CONTINUACIÓN FIESTA POST CARRERA



# ROSCA 30



## AVITUALLAMIENTOS:

- KM 9 VALLE DEL LAGO LÍQUIDO
- KM 16 LAGO DEL VALLE LÍQUIDO/SÓLIDO
- KM 30 POLA DE SOMIEDO LÍQUIDO/SÓLIDO

## ASISTENCIA MECÁNICA:

- KMS 13 Y 20 CRUCE SOL/SOMBRA



# ROSCA45



## AVITUALLAMIENTOS:

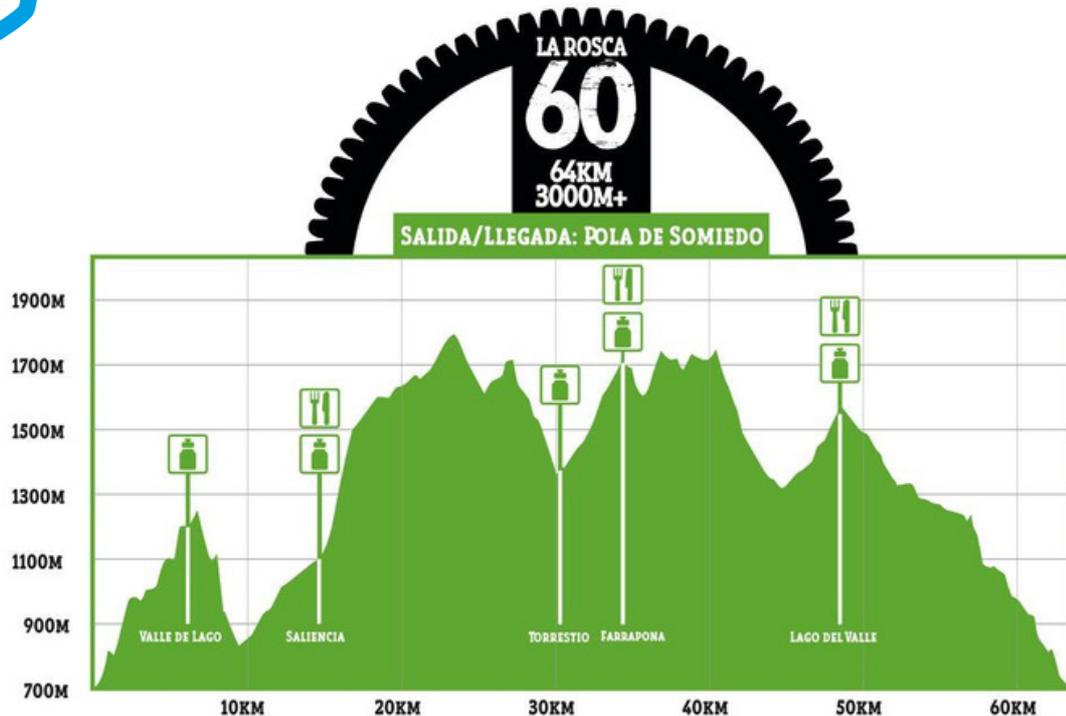
KM 9	VALLE DEL LAGO	LÍQUIDO
KM 18	SALIENCIA	LÍQUIDO/SÓLIDO
KM 26	FARRAPONA	LÍQUIDO/SÓLIDO
KM 45	POLA DE SOMIEDO	LÍQUIDO/SÓLIDO

## ASISTENCIA MECÁNICA:

KM 12	AGUA DE SOMIEDO
KM 26	FARRAPONA
KM 36	CRUCE SOL/SOMBRA



# ROSCA60



## AVITUALLAMIENTOS:

KM 9	VALLE DEL LAGO	LÍQUIDO
KM 18	SALIENCIA	LÍQUIDO/SÓLIDO
KM 31	TORRESTÍO	LÍQUIDO
KM 35	FARRAPONA	LÍQUIDO/SÓLIDO
KM 48	VALLE DEL LAGO	LÍQUIDO/SÓLIDO
KM 62	POLA DE SOMIEDO	LÍQUIDO/SÓLIDO

## ASISTENCIA MECÁNICA:

KM 12	AGUA DE SOMIEDO
KM 35	FARRAPONA
KM 45	CRUCE SOL/SOMBRA



# ROSCA60

## TIEMPOS DE CORTE

	SALIDA	9:00
KM 9	VALLE DEL LAGO	10:30
KM 18	SALIENCIA	11:30
KM 35	FARRAPONA	14:30
KM 48	SOL/SOMBRA (SUBIDA)	15:45
KM 62	POLA DE SOMIEDO (META)	17:00



## SERVICIOS POST CARRERA

DUCHAS\_-----PISCINA Y POLIDEPORTIVO MUNICIPALES

PUNTO DE LAVADO 1-----RECINTO FERIA

PUNTO DE LAVADO 2-----POLIDEPORTIVO

PUNTO DE LAVADO 3-----APARTAMENTOS CASA FELISA

SERVICIO DE FISIOTERAPIA-----ZONA DE META

\*TODOS LOS PARTICIPANTES RECIBIRAN EN META UN VASO REUTILIZABLE CON DOS VALES DE CERVEZA EN EL BAR DE LA ORGANIZACIÓN Y UN VALE PARA EL AVITUALLAMIENTO FINAL

# POLA DE SOMIEDO

