

octagon

CUBE

La Rioja
eBIKE RIDE
by octagon
esedos

LA
RIOJA
TURISMO

Logroño
10-11 May 2019

E-RIDER GUIDE

LA RIOJA (Logroño) | 10 y 11 MAYO 2019

RECOGIDA DE DORSALES

INSCRITO

2 DÍAS

Viernes, 10 de mayo
de 9:00 a 10:00

INSCRITO

SÓLO SÁBADO

Sábado, 11 de mayo
de 8:00 a 8:45



PALACIO DE LOS DEPORTES DE LA RIOJA
AV. DEL MONCALVILLO, 2, 26008 LOGROÑO, LA RIOJA

TE ENTREGAREMOS...

SOBRE CON:



- Dorsal numerado
- Bidas
- Pulsera identificativa
- e-Rider Guide

BOLSA CON:



- Muestra KH-7
- Bidón AQUAdrink
- Crema depilatoria Body Natur
- Pasta dental Kempfor
- Cremas deportivas OXD Sport
- Suplementos NamedSport

REGALO DE:



**UNA CAMISETA DE LA
MARCA ENDURA**

ANTES DE EMPEZAR...

DOBLE BATERÍA Y/O CARGADOR



Puedes entregarnos una batería de repuesto y/o el cargador de tu batería de tu e-bike antes de empezar la ruta, identificado con tu nombre y número de dorsal, para que te lo devolvamos en el avituallamiento y puedas aprovechar para cargarla, mientras descansas y comes.

NO ES NECESARIO ESTAR FEDERADO



La inscripción incluye un seguro temporal en caso de accidente durante la ruta.

NUESTROS SERVICIOS GRATUITOS



SERVICIO MECÁNICO



GUARDARROPA



LAVADO DE BICICLETAS



SERVICIO MÉDICO



PARKING DE E-BIKES



APARCAMIENTO DE
VEHÍCULOS



AVITUALLAMIENTOS



ALMUERZO DEL
SÁBADO 11 DE MAYO



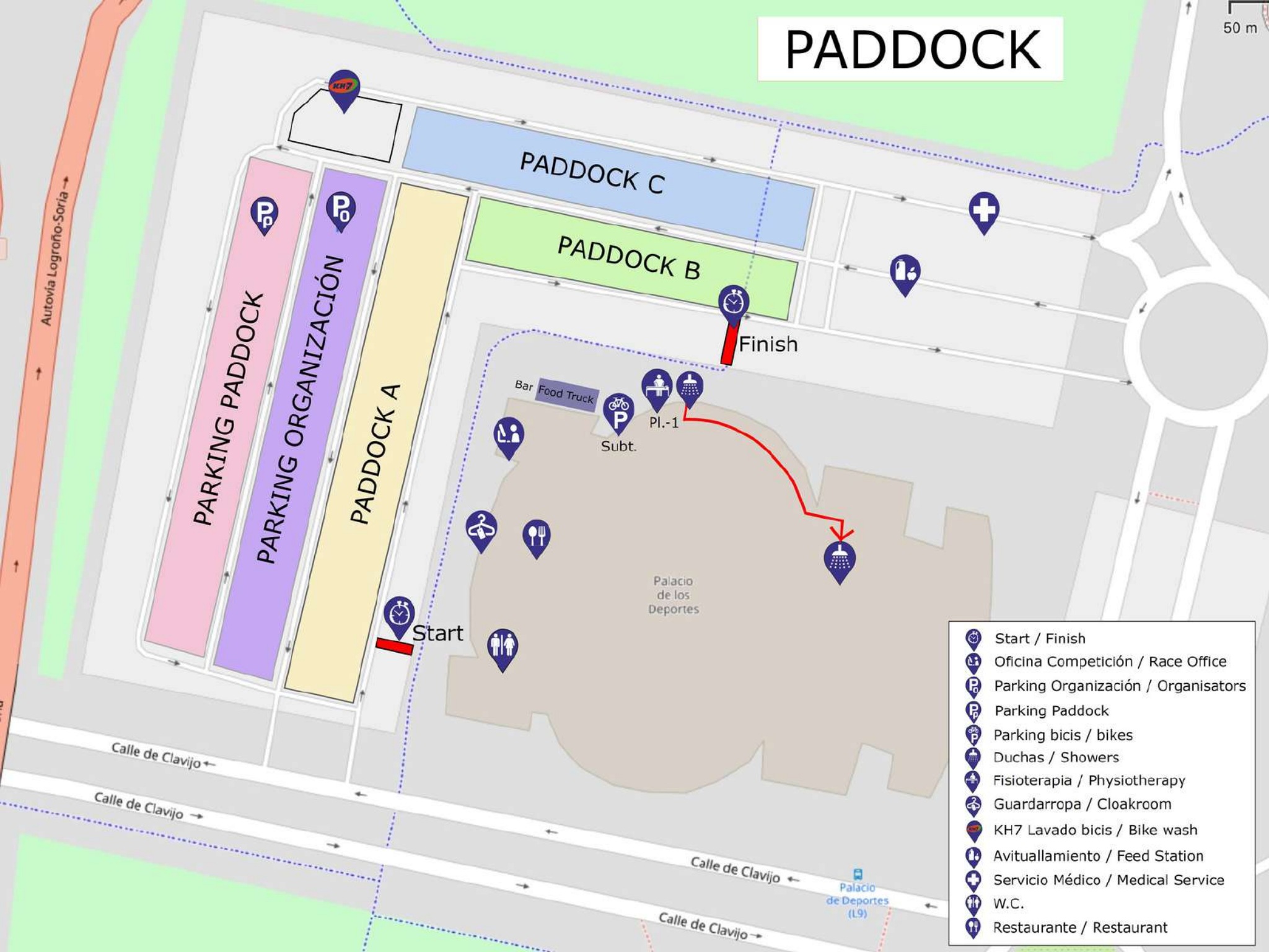
ASEOS Y DUCHAS



1 MASAJE DE 30'
(PARA INSCRITOS EN
2 ETAPAS)

PADDOCK

50 m



- Start / Finish
- Oficina Competición / Race Office
- Parking Organización / Organisers
- Parking Paddock
- Parking bicis / bikes
- Duchas / Showers
- Fisioterapia / Physiotherapy
- Guardarropa / Cloakroom
- KH7 Lavado bicis / Bike wash
- Avituallamiento / Feed Station
- Servicio Médico / Medical Service
- W.C.
- Restaurante / Restaurant



RUTA 1

Viernes, 10 Mayo 2019, 11:00h

Distancia: 45 km

Recorrido circular

Dificultad: baja - media

RUTA 2

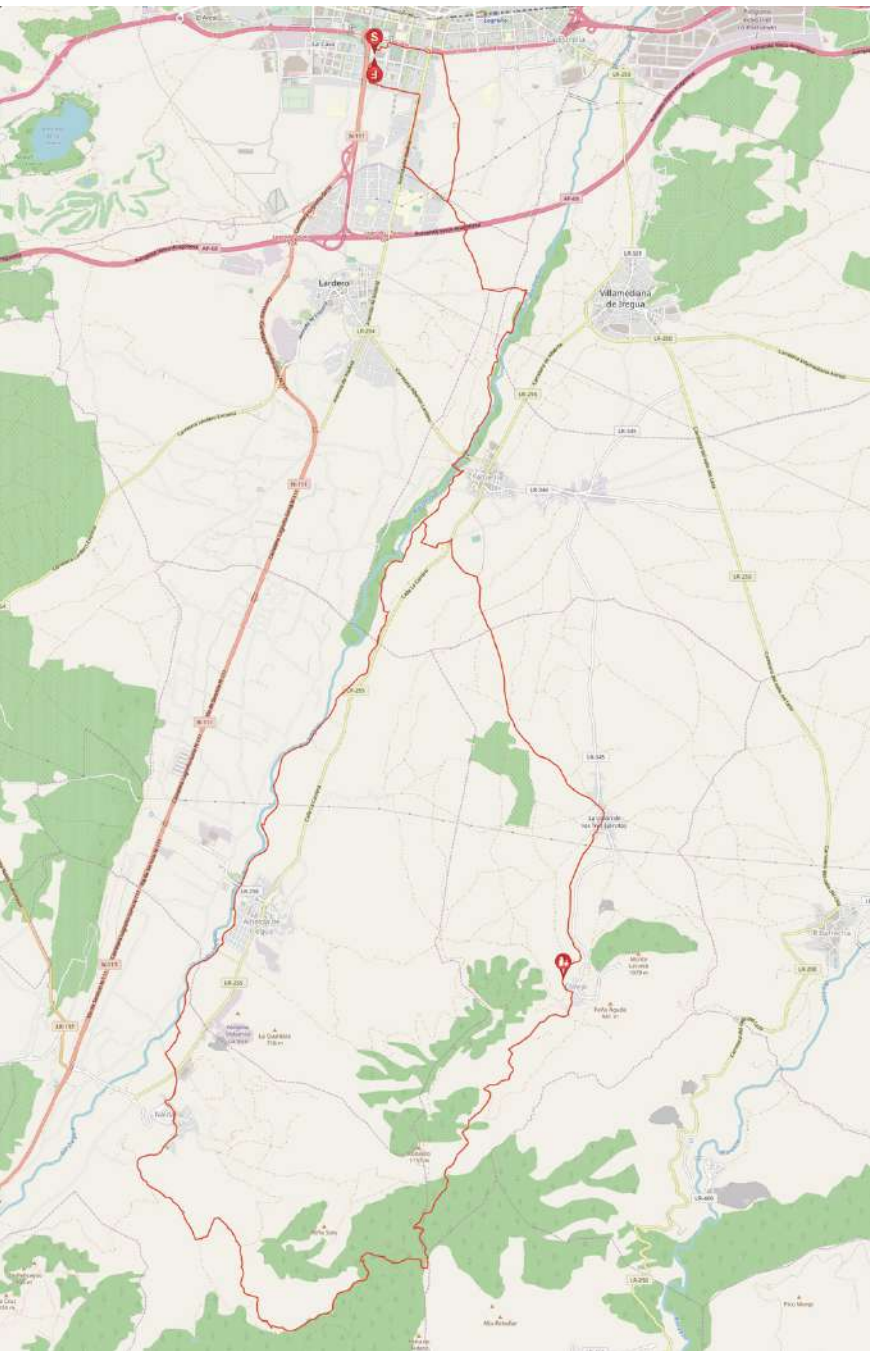
Sábado, 11 Mayo 2019, 9:00h

Distancia: 49 km

Recorrido lineal (vuelta en autocar)

Dificultad: media

RUTA 1



HORARIO

- 9h - 10h Entrega de dorsales
- 10:30h Briefing
- 11h Salida Ruta 1
- 15h Fin de ruta
- Servicio de Fisioterapia (hora según lo acordado con MASQUEBICI)

CONTRATAR HORA DE MASAJE:

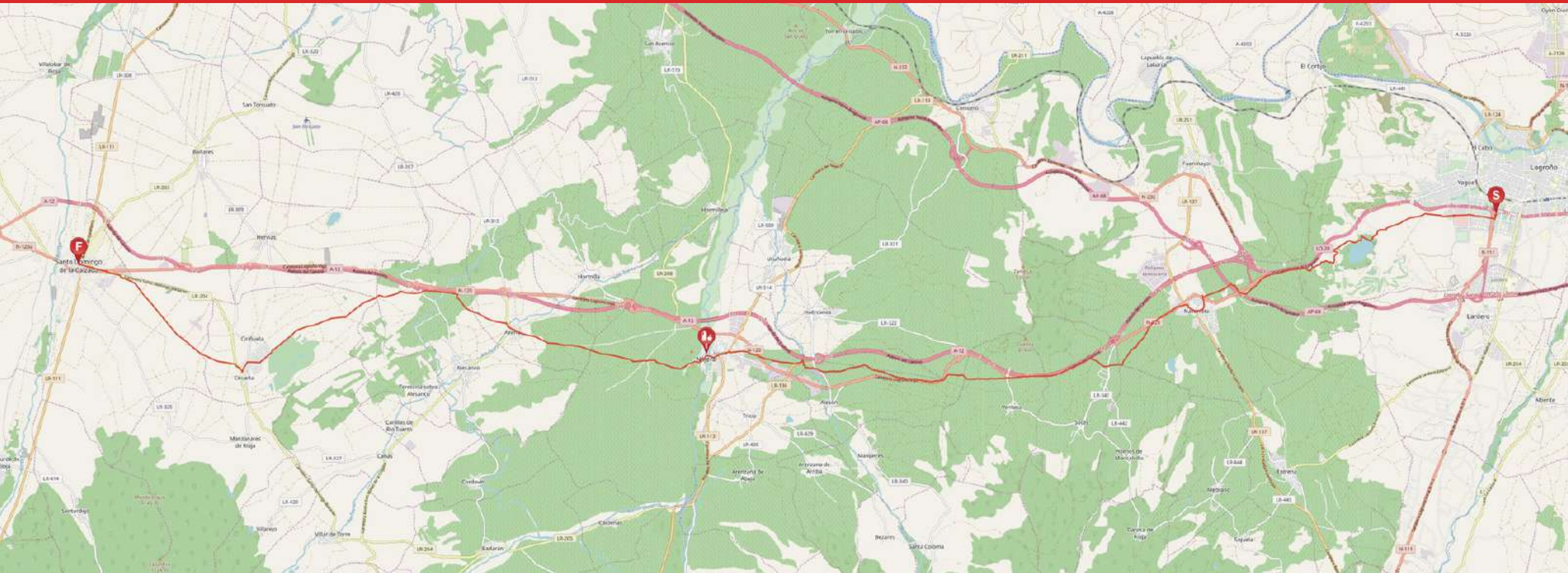
info@masquebici.com

+34 654 178 571

RUTA 2

HORARIO

- 8h - 8:45h Entrega de dorsales (para inscritos "Sólo Sábado")
- 8:45h Briefing
- 9h Salida Ruta 2
- 13:00h Llegada a Santo Domingo de la Calzada
- 14:00h Almuerzo en GastroGolf Albatros
- 16:30h Regreso al Palacio de los Deportes en autocar
- 17:00h Llegada aproximada





LA RIOJA EBIKE RIDE

NUESTROS CONSEJOS

- Revisa que tu e-bike esté cargada y a punto
- Provéete con agua y comida
- Vístete con la ropa adecuada en función del clima
- Sé puntual con los horarios
- No te separes del grupo asignado
- Y... ¡Disfruta!

¡HAPPY TRAILS!



La Rioja
eBIKE RIDE

by **octagon**
esedos

LA
RIOJA
TURISMO

Logroño
10-11 May 2019

 **CUBE**