



GUÍA PARA ACOMPAÑANTES

HÉROES CONTRA DUCHENNE

ALMERÍA

25 DE MARZO 2023

energynoba

agrosol

Duchenne España
desafioduchenne.org

F.A.A.
Federación Andaluza de Atletismo

Junta de Andalucía

SIERRA NEVADA
PARQUE NACIONAL
PARQUE NATURAL

FHLS SPORT

DIPUTACIÓN DE ALMERÍA

LAUJAROLIVA
1957-
Asociación de Olivos

NutriSport

CARLIN
Elderes en Papelería

Fundación COVIRAN

SALINAS CAR.COM

COOPROHJAR

Obra Social "la Caixa"

AM
ASOCIACIÓN MORALES Y LÓPEZ

McDonald's

WIOSCO Luis Marin

alssport.es
RUNNING, TRAIL, OUTDOOR

Cuquiline TEAM

MORALES Y LÓPEZ 2018

ANTONIO ALARCÓN FONTANERÍA

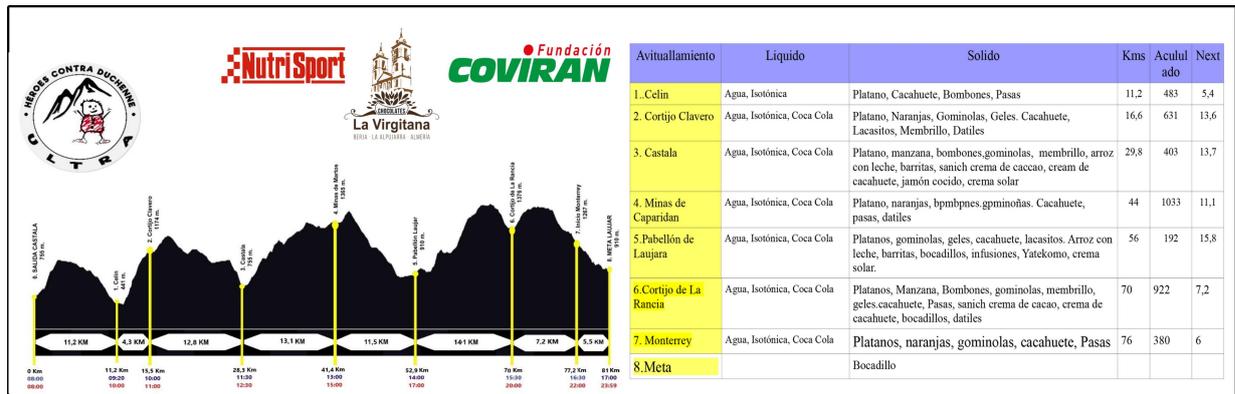
La Virgitana

SUMINISTROS HERMANOS VIQUE

QSANO
Salud y Deporte



EL RECORRIDO DE LA CARRERA



Salida Ultra y Maratón.

Ubicada dentro del Parque Periurbano de Casta en el parking de la piscina.

08:00 Salida de las modalidades Ultra y Maratón.

Accesible para todo tipo de vehículos.

Enlace para google map.

<https://www.google.com/maps/place/Piscina+Castala,+04760+Berja,+Almería/@36.8321621,->

[2.4505266,15z/data=!3m1!4b1!4m6!3m5!1s0xd7047cf4588337d:0x1e1d2711d57d1224!7e2!8m2!3d36.8851448!4d-2.9232172](https://www.google.com/maps/place/Piscina+Castala,+04760+Berja,+Almería/@36.8321621,-2.4505266,15z/data=!3m1!4b1!4m6!3m5!1s0xd7047cf4588337d:0x1e1d2711d57d1224!7e2!8m2!3d36.8851448!4d-2.9232172)





AVITUALLAMIENTO 1 Ultra Arroyo Celin.

Ubicada en la parte alta del Merendero de Arroyo Celin.

Varias opciones:

A. Dejar el vehículo junto al restaurante Arroyo Celin y llegar andando al avituallamiento (300 m recomendable).

Accesible para todo tipo de vehículo.

<https://www.google.es/maps/dir//36.8344347,-2.8622551/@36.8343718,2.8635466,17z/data=!4m2!4m1!3e0>

B. Llegar con el coche al avituallamiento.

Accesible para todo tipo de vehículo

<https://maps.app.goo.gl/4z9o1anwpShWtiFi7>



AVITUALLAMIENTO 2. Ultra. Cortijo Clavero

Los últimos 600 metros solo para vehículo 4X4. El resto deberán dejar el coche en el cruce con la pista principal.

Como llegar de Arroyo Celin al Avituallamiento 2 Cortijo Clavero.

Wikiloc | Ruta Arroyo Celin Av 1 Cortijo Clavero Av 2





AVITUALLAMIENTO 3. Ultra. Parque Periurbano de Castala.

La carrera vuelve al punto de partida (Castala)

<https://www.google.com/maps/place/Piscina+Castala,+04760+Berja,+Almería/@36.8321621,2.4505266,15z/data=!3m1!4b1!4m6!3m5!1s0xd7047cf4588337d:0x1e1d2711d57d1224!7e2!8m2!3d36.8851448!4d-2.9232172>



AVITUALLAMIENTO 4 Minas de Caparidan

Dos accesos. Ambos son accesos largos por pistas.

A. 14,6 kms. Pista desde Castala, para vehículos elevados, no necesariamente 4X4. Nosotros salvo todoterreno recomendamos la opción B.

Como llegar de Castala AV3 a Minas de Caparidan AV4

Wikiloc | Ruta Av 3 Castala Av 4 minas de Caparidan

B. 14 kms. Pista que sale próxima a Laujar, pista que se puede subir con todo tipo de vehículos, recomendamos todo caminos.

Como llegar desde Laujar al AV4 Minas de Caparidan

Wikiloc | Rutas del Mundo Caparidan Laujar.





AVITUALLAMIENTO 5 Pabellón de Laujar de Andarax.

Este avituallamiento se encuentra próximo a la línea de meta.
Salida para las modalidades Trail y Minitrail 10:00



AVITUALLAMIENTO 6 Cortijo de La Rancia.

Pista que sale desde Laujar, para todo tipo de vehículos.
Como llegar desde Laujar al AV6 Cortijo de La Rancia.
[Wikiloc](#) | [Rutas del Mundo](#)





AVITUALLAMIENTO 7 MONTERREY

Para los corredores, este avituallamiento está separados por 5 kilómetros de la llegada por terreno descendente y rápido.

Es importante tener en cuenta el tiempo de retorno desde este punto a la línea de meta, puede ser que el corredor llegue antes al final.

Dos opciones para llegar.

A. La misma pista que sale de Laujar y sube al av6, nosotros nos desviamos antes. Esta pista es accesible para todo tipo de Vehículos excepto los últimos 1,100 metros solo para vehículos 4X4 con reductora este último tramo esta bastante deteriorado.

Como llegar al avituallamiento 7 Monterrey

Wikiloc | Rutas del Mundo

B. A la salida de Laujar dirección Paterna del Río, una pista asfaltada durante los primeros kilómetros, luego de tierra en buen estado apta para todo tipo de vehículos. A llegar a la antigua área recreativa de Monterrey el camino empeora recomendando dejar los vehículos en esta zona y continuar andando cuesta abajo durante 600 metros.

Como llegar al avituallamiento 7 Monterrey

Wikiloc | Rutas del Mundo



SEGUIMIENTO DE CORREDORES POR APLICACIÓN MÓVIL

Para las modalidades Ultra y Maratón los corredores dispondrán de un sistema de localización GPS en el siguiente enlace los acompañantes pueden seguir la situación de los corredores.

Seguimiento GPS

<https://tracking.wiamgps.com/.../heroescontraduchenne-2023>

En el centro Murillo Velarde (meta) estará un proyector donde se puede seguir la carrera en tiempo Real.



QUÉ VER Y DONDE IR MIENTRAS ESPERAMOS A LOS CORREDORES

Centro de Interpretación

Sábado de 10:00-13:30.

Domingo 10:00-13:30

Su **Centro de Interpretación**, que es además la Oficina de Turismo, situado en la Plaza Mayor. Fácil de encontrar.

En el Centro de Interpretación puedes ver cómo era la vida en este pueblo de la provincia de Almería hace años. Tienen paneles explicativos donde puedes aprender algo de sus personajes ilustres y sobre todo, de su **historia morisca, mozárabe y castellana**, ya que **los reinos tarifas, vivieron en Laujar de Andarax durante siglos, hasta que las Alpujarras se incorporan al Reino de Castilla.**



El centro Hispano Filipino.

Sábado de 11:00-14:00

Domingo 11:00-14:00

Otro de los lugares imprescindibles que ver en Laujar de Andarax. Una antigua casa palaciega sobre una antigua casa morisca en lo que fue hace siglos el barrio morisco.



Hoy es un edificio destinado a **Francisco Villaespesa**, un poeta de esta tierra, pero además, es la **Casa de la Cultura Hispano – Filipina**. Existe un hermanamiento de Laujar de Andarax con Antípola en Filipinas.

Iglesia de La Encarnación.

Sábado 10:30-13:00 17:00-19:00

Domingo 11:00-13:00

Se conoce como «**La Catedral de la Alpujarra**». El altar es impresionante, con madera de pan de oro. La reconocerás fácilmente porque su estampa es inconfundible desde la Plaza Mayor.

Está construida sobre la antigua Mezquita Mayor y es una de las pocas que sobrevivieron en la Alpujarra de Almería después de la Guerra Civil.





Bodegas visitas y catas (consultar tarifas).

Ruta de Hizan.

La puedes hacer por tu cuenta siguiendo el rastro de las **huellas amarillas**. Con esta ruta puedes conocer la **influencia morisca de Laujar de Andarax** en su casco histórico y paseando por sus estrechas callejuelas.

Ruta de Uxar.

Solo tienes que seguir las **huellas verdes** del suelo, que te llevan por los **principales monumentos** de Laujar de Andarax. Si haces esta ruta podrás ver las casas señoriales del pueblo y la arquitectura tradicional de la Alpujarra almeriense.



Ruta guiada de los Pilares (mañana y tarde).

Sábado 11:00 y 17:00

Un recorrido circular con salida y llegada en la Plaza Virgen de La Salud, meta de la carrera.

Recorre 17 Pilares situados en **los rincones más bonitos de Laujar de Andarax relacionados con el agua**. Conocerás su importancia y el uso que se le daba en cada barrio, hasta que llegó el agua corriente a todas las casas.

11:00 Salida Plz Virgen de La Salud.

17:00 Salida Plz Virgen de La Salud.

Aera Recreativa de Naciento.

Telares Artesanos.

Entre los **lugares que ver en Laujar de Andarax**, además de monumentos y rincones relacionados con su historia, hay uno que debemos incluir en nuestra visita, La Plaza del Ayuntamiento podrás ver **los famosos telares artesanos**.

En esta tienda familiar de artesanía puedes ver cómo se hacen las **jarapas artesanales** (alfombras y tejidos de la zona), además de comprarlas. En la puerta lo verás identificado como punto de interés artesanal con telares de bajo lizo hechos a mano.



Mercado de Abastos.

Sabado 10:00-14:00

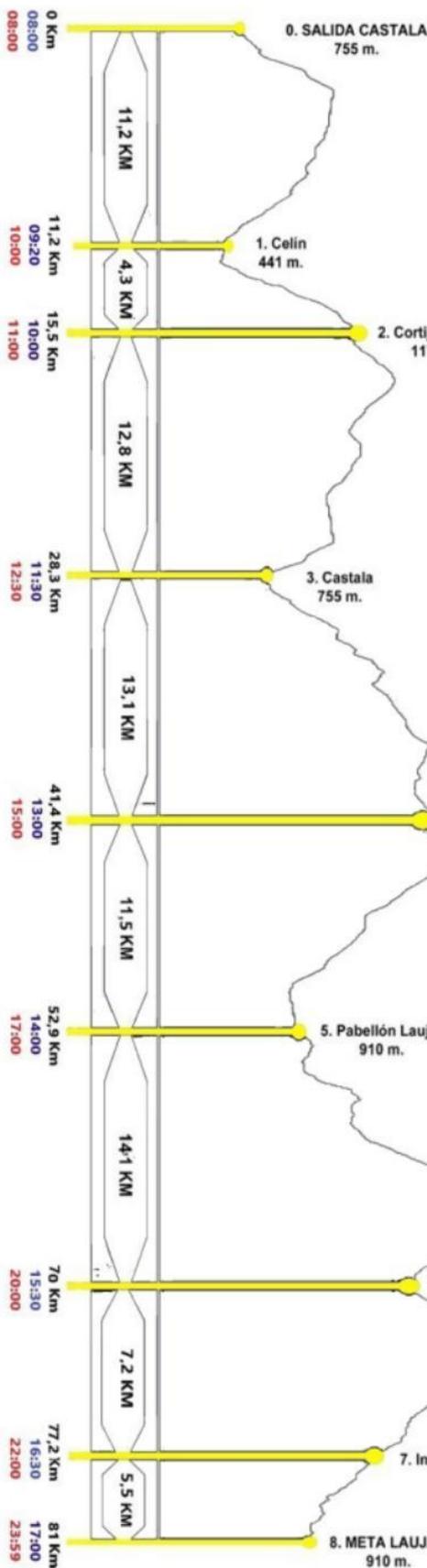
Hinchables y Ludoteca.

De uso gratuito para corredores y sus acompañantes. Plaza Virgen de la Salud.

Si te quedan ganas y fuerzas, el domingo 26 dentro del calendario de senderos, se realizará el sendero de Monterrey más información en Ayuntamiento y Centro de interpretación.



ASISTENCIA PARA ACOMPAÑANTES



Salida Ultra y Maratón.
Ubicada dentro del Parque Periurbano de Castala en el parking de la piscina.
08:00 Salida de las modalidades Ultra y Maratón.
Accesible para todo tipo de vehículos
Google map: "piscina parque periurbano castala"



AVITUALLAMIENTO 1 Ultra Arroyo Celin.
Ubicada en la parte alta del Merendero de Arroyo Celin.
Varias opciones:
A. Dejar el vehículo junto al restaurante Arroyo Celin y llegar andando al avituallamiento (300 m recomendable).
Accesible para todo tipo de vehículo.
Google maps: "restaurante el arroyo"
B. Llegar con el coche al avituallamiento.
Accesible para todo tipo de vehículo
<https://maps.app.goo.gl/4z9o1anwpSHWtF7>



AVITUALLAMIENTO 2. Ultra. Cortijo Clavero
Los últimos 600 metros solo para vehículo 4X4.
El resto deberán dejar el coche en el cruce con la pista principal.
Como llegar de Arroyo Celin al Avituallamiento 2 Cortijo Clavero.
Wikiloc | Ruta Arroyo Celin Av 1 Cortijo Clavero Av 2



AVITUALLAMIENTO 3 Parque Periurbano Castala
La carrera vuelve al punto de partida (Castala)
Accesible para todo tipo de vehículos
Google map: "piscina parque periurbano castala"



AVITUALLAMIENTO 4 Minas de Caparidan
Dos accesos. Ambos son accesos largos por pistas.
A. 14,6 kms. Pista desde Castala, para vehículos elevados, no necesariamente 4X4.
Nosotros salvo todoterreno recomendamos la opción B.
Como llegar de Castala AV3 a Minas de Caparidan AV4
Wikiloc | Ruta Av 3 Castala Av 4 minas de Caparidan
B. 14 kms. Pista que sale próxima a Laujar, pista que se puede subir con todo tipo de vehículos, recomendamos todo caminos.
Como llegar desde Laujar al AV4 Minas de Caparidan
Wikiloc | Rutas del Mundo Caparidan Laujar.



AVITUALLAMIENTO 5 Pabellón de Laujar de Andarax.
Este avituallamiento se encuentra próximo a la línea de meta.
Salida para las modalidades Trail y Minitrail 10:00
Google map: "pabellón polideportivo Laujar"



AVITUALLAMIENTO 6 Cortijo de La Rancia.
Pista que sale desde Laujar, para todo tipo de vehículos.
Como llegar desde Laujar al AV6 Cortijo de La Rancia.
Wikiloc | Rutas del Mundo



AVITUALLAMIENTO 7 MONTERREY
Para los corredores, este avituallamiento está separado por 5 kilómetros de la llegada por terreno descendente y rápido.
Es importante tener en cuenta el tiempo de retorno desde este punto a la línea de meta, puede ser que el corredor llegue antes al final. Dos opciones para llegar:
A. La misma pista que sale de Laujar y sube al av6, nosotros nos deviamos antes.
Esta pista es accesible para todo tipo de Vehículos excepto los últimos 1,100 metros solo para vehículos 4X4 con reductora este último tramo está bastante deteriorado. Como llegar al avituallamiento 7 Monterrey - Wikiloc | Rutas del Mundo
B. A la salida de Laujar dirección Paterna del Río, una pista asfaltada durante los primeros kilómetros, luego de tierra en buen estado, apta para todo tipo de vehículos. Al llegar a la antigua área recreativa de Monterrey, el camino empeora recomendando dejar los vehículos en esta zona y continuar andando cuesta abajo durante 600 metros.
Como llegar al avituallamiento 7 Monterrey - Wikiloc | Rutas del Mundo