

GUÍA PARA ACOMPAÑANTES

Salida Ultra.

La Ultra Héroes contra Duchenne UHCD, es una carrera por montaña de 53.800 metros y + 2.572 m de desnivel positivo y un tiempo máximo para finalizar la carrera de 12 horas, limitada la participación al informe medioambiental expedido por el órgano competente.

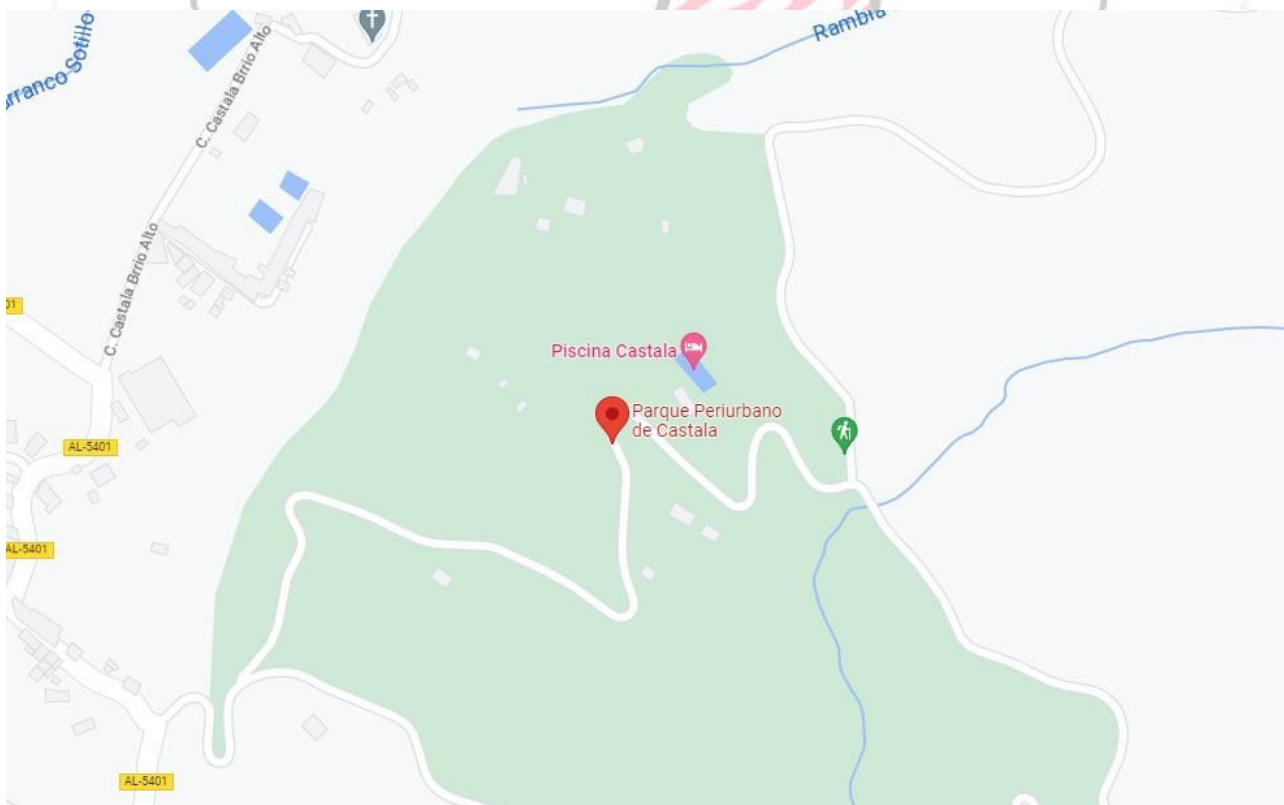
Tiene salida en el Parque Peri-urbano de Castala (Almería) y meta en la población de Laujar de Andarax (Almería), se desarrolla en la Sierra de Gádor y Sierra Nevada.

La salida está ubicada dentro del Parque Periurbano de Casta en el parking de la piscina.

08:00 Salida modalidad Ultra.

Accesible para todo tipo de vehículos.

Desde este [enlace](#) se podrá llegar al lugar.



A continuación, se desarrollan todos los avituallamientos que corresponden a esta modalidad.

AVITUALLAMIENTO 1 Minas de Caparidan

Dos accesos. Ambos son accesos largos por pistas.

Opción A. 14,6 kms. Pista desde Castala, para vehículos elevados, no necesariamente 4X4.

[Wikiloc | Ruta Castala Av 1 minas de Martos](#)

Nosotros, salvo todoterreno recomendamos la opción B.

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

[Wikiloc | Ruta Laujar de Andarax. Av 1 Minas de Caparidan](#)

AVITUALLAMIENTO 2 Pabellón de Laujar de Andarax.

Este avituallamiento se encuentra próximo a la línea de meta.

Salida para las modalidades Trail y Mini Trail 10:00

<https://goo.gl/maps/aFbStzhooVUST6Dq5>

AVITUALLAMIENTO 3 Cortijo de La Rancia.

Pista que sale de Laujar, 8, 800 metros para todo tipo de vehículos.

[Wikiloc | Ruta Laujar Av 3 Cortijo de la rancia](#)

AVITUALLAMIENTO 4 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.

Opción A. 6, 600 La misma pista que sale de Laujar y sube al av4, 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 está bastante deteriorado.

[Wikiloc | Rutas del Mundo](#)

Opción B. 8.000 A la salida de Laujar dirección Paterna del Rio, 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.

[Wikiloc | Rutas del Mundo](#)

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

[Seguimiento GPS](#) (haga clic en el enlace)

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

ACTIVIDADES PARA HACER EL LAUJAR DE ANDARAX

Centro de Interpretación

Sábado y domingo de 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 y domingo de 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.

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.

Sábado 11:00.

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 Plza. Virgen de La Salud.

Área Recreativa de Nacimiento.

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.

Hinchables y Ludoteca.

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

Paella para todos los corredores.

Paella para acompañantes que reserven ticket 4 euros.