



ENTRENAMIENTO MTBO

Valdeloshielos

DOMINGO 8 de MARZO del 2026

LOCALIZACIÓN



APARCAMIENTO: <https://maps.app.goo.gl/khC44G4E6qTJ3BWA>
En coche coger salida 23 de la M-607 viniendo de Madrid, o salida 24 viniendo de Colmenar Viejo. Otras opciones: carril bici carretera de Colmenar, estación de Cercanías Tres Cantos (transporte bici gratuito). Estación a sólo 4 min en bici del pto. de encuentro.

HORARIO



DOMINGO 8 de MARZO del 2026

PRIMERA SALIDA 10:00H
ÚLTIMA SALIDA 12:00H

INSCRIPCIONES



ENLACE
[Formulario INSCRIPCIÓN](#)
PLAZO HASTA el miércoles 4 a las 23:59h.

INTRODUCIR LOS SIGUIENTES DATOS:
(NOMBRE Y 1er APELLIDO / N° DORSAL
FEDO / CATEGORÍA / PAGADO O NO/
ALQUILER PORTAMAPAS)
Si no se dispone de n° de dorsal poner
“0000”.

INFORMACIÓN



JOSÉ MARÍA PLANA - 609829675

diberentrenopie@gmail.com

GPS ORIENTEERING



<https://apps.apple.com/es/app/gps-orienteering/id1555855545>



https://play.google.com/store/apps/details?id=se.hippsomapp.gpsorienteering&pcampaignid=web_share

CONFIGURACIÓN RECOMENDADA:

- INHABILITAR INICIO AUTOMÁTICO (OFF)
- LIVE TRACK AL INICIO (ON)
- MANTENER LA PANTALLA ENCENDIDA
- MOSTRAR CÓDIGO (ON)
- VIBRAR (ON)

LLEVAR EL MÓVIL CON SUFICIENTE CARGA DE BATERÍA. Se recomienda máximo de carga posible. Ajustar el móvil con poco brillo y máximo volumen.

INFORMACIÓN DEL MAPA



NOMBRE “VALDELOSHIELOS MTBO”
N° REGISTRO “M-3979-26”
Escala 1/7.500. Formato A4.

Algún tramo con fuertes pendientes que obligarán a bajarse de la bici. Extremar precaución en bajadas con suelo suelto (!!). Buena visibilidad.

ALQUILER DE PORTAMAPAS



HABRÁ DISPONIBLES HASTA 12 PORTAMAPAS CON UN COSTE DE ALQUILER DE 2€ Y AVAL DEL DNI EL DÍA DE LA PRUEBA.

Solicitarlo en el formulario de inscripción y esperar respuesta de confirmación de disponibilidad.

OBSERVACIONES PARTICULARES

Categorías Alta, Media, E-Bike y Parejas: llevar **CALZADO Y CALCETINES DE REPUESTO** pues será necesario cruzar arroyo en dos tramos.

Uso obligatorio del casco.
Categorías Alta, Media, E-Bike y Parejas con **DOS PARTES (DAR LA VUELTA AL MAPA)**.

CATEGORÍAS

CATEGORÍA	DIFICULTAD TECNICA	DIFICULTAD FISICA	DIST. APROX (REDUCIDA)
ALTA	ALTA	MEDIA-ALTA	17 KM (11,6 KM)
MEDIA	MEDIA	MEDIA	12,1 KM (8,9 KM)
BAJA	BAJA - INICIACIÓN	MEDIA-BAJA	4,9 KM (3,7 KM)
PAREJAS	MEDIA	MEDIA	12,1 KM (8,9 KM)
E-BIKE	ALTA	MEDIA-BAJA	17 KM (11,6 KM)