

22 DE MARÇO 2015

INFORMACIÓN FINAL

MEDIO MARATÓN LISBOA EDP Y MINI MARATÓN VODAFONE

22 de marzo de 2015

Programa de eventos para el fin de semana

Sport Expo y recogida de dorsal-chip, 19 - 21 de marzo

La Sports Expo se celebra durante tres días, de jueves a sábado, de las 10.00 a las 20.00 h. Recoge tu dorsal, tu camiseta y tu bolsa de regalos en la Expo.

El medio maratón es un evento cronometrado y utiliza el sistema de etiquetas bib MyLaps que va unido al número bib. No hay recogida de números el día de la carrera.

Lugar de la Sport Expo:

19, 20 y 21 de marzo
De las 10.00 a las 20.00 horas
Avenida Brasília, Belém, Lisboa
(Junto al Museo de Electricidad, al lado de la estación fluvial de Belém).

Sábado, 21 de marzo

Vitalis 7K Jamor-Lisboa, 09.30 h

con salida en Estadio Nacional, Oeiras, y meta frente al Monasterio de los Jerónimos, en Belém. Todos los participantes tienen derecho a una camiseta técnica, y los que terminan reciben una medalla conmemorativa. Inscripción en la Expo (si está disponible). Límite de 2.000 participantes.

Paseo de abuelos y nietos, 11.00 h

El evento comienza y termina cerca de la Sport Expo, Av. Brasília, junto al Museo de Electricidad, al lado de la estación fluvial de Belém. Inscripción gratuita en la Expo (si está disponible).

Mini campeones, carreras infantiles, 16.00 h

Comienza y termina cerca del Museo de Electricidad, junto a la Expo.

Hay carreras para niños de 6-8 años, de 9-10 años y de 11-13 años.

Inscripción disponible en la Expo por 2 €

Día de la carrera, domingo 22 de marzo

Medio maratón y mini maratón

Línea de salida

Puente 25 de Abril, Pragal

Hora de inicio: 10.30 h

Transporte hasta la línea de salida 7.00 - 9.30 h

Hay transporte gratuito en Lisboa el domingo para los atletas con dorsal. Los corredores pueden usar los siguientes medios de transporte.

- Tren - CP *(líneas Sintra, Cascais, Azambuja y Sado - (www.cp.pt);
- Autobús - CARRIS (www.carris.pt);
- Metro - Lisboa (www.metrolisboa.pt);

La carrera comienza en Pragal, situado al otro lado del puente 25 de Abril de Lisboa.

La única forma de llegar a la estación de Pragal desde Lisboa es en el tren FERTAGUS.

Es el único tren que cruza el puente. No hay autobuses que crucen el puente el día de la carrera. www.fertagus.pt

Puedes tomar los trenes Fertagus en estas cuatro estaciones: **Roma-Areeiro, Entre Campos, Sete-Rios**

22 DE MARÇO 2015

o **Campolide**. Bájate del tren en Pragal. Es la siguiente parada después del puente.

Importante: Se tarda unos 15 minutos caminando desde la estación de Pragal hasta la línea de salida en el puente. El tren traslada a los 35.000 corredores, de modo que no te retrases. Recuerda que no hay consigna de equipaje.

Si estás en la orilla sur del río Tajo, puedes utilizar el medio de transporte siguiente. Es gratis el día de la carrera (7.00-9.30 h) con tu dorsal.

- MTS - Metro Transportes do Sul (www.mts.pt);
- TST - Transportes Sul do Tejo (autobuses) (www.tsuldotejo.pt);
- Tren FERTAGUS desde Setúbal, Palmela, Alcaide of Venda, Pinhal Novo, Penalva, Coima, Fogueteiro, Forum Amora and Corroios hasta la estación de tren de Pragal - (www.fertagus.pt);

INFORMACIÓN IMPORTANTE

Recuerda...

- Trae el recibo del banco o la hoja de confirmación en pdf con tu dorsal si te has inscrito en la web
- Trae tu documento de identidad.
- Rellena tu información médica al reverso de tu dorsal.
- Colócate el dorsal en un lugar destacado del pecho para que los miembros de la organización puedan verlo al subirte al línea de salida y durante la carrera.
- No hay entrega de dorsales el domingo, día de la carrera.
- Debes visitar la SportExpo para recoger tu dorsal, tu camiseta y tu bolsa de regalos.
- No hay guardarropa ni consigna de equipaje.
- El límite de tiempo de carrera es de 3 horas (desde el disparo de salida). Si corres a un ritmo más lento que este, podríamos pedirte que te subas a la acera.

Apoyo durante la carrera

Hay seis puntos de avituallamiento de agua Vitalis a lo largo del medio maratón;

4 – Powerade (varios sabores);

1 – Plátanos;

1- Gel Hi5;

Ubicación de los puntos de avituallamiento de agua

5,0 km - Agua Vitalis

7,5 km - Agua Vitalis Powerade

10,0 km - Agua Vitalis Gel HIGH5

13,5 km - Agua Vitalis Powerade

16,0 km - Agua Vitalis Powerade

18,0 km- Agua Vitalis Powerade

18,5 km - Plátanos

Meta - Agua Vitalis, plátanos, helado OLÁ

Los refrescos en la meta incluyen: agua Vitalis, plátanos de Madeira y helado OLÁ.

*El **billete para el CP** para ser utilizado el día de la carrera debe ser cargado en una tarjeta “Viva Viagem”. Aquellos corredores que no dispongan de una tarjeta “Viva Viagem” deberán adquirir una en el **stand de CP en Sport Expo o en cualquier taquilla de CP**. El coste de la tarjeta es de 0,50 € y tiene una validez por un año. **Para obtener el viaje gratuito en el tren, es necesario presentar la tarjeta “Viva Viagem” y el dorsal en cualquier taquilla de la red CP**. El personal de CP cargará en la tarjeta un viaje de ida y vuelta gratuito válido para el día de la carrera.

MarathonFoto® - Fotógrafo oficial

Como fotógrafo oficial del evento, MarathonFoto® se encargará de capturar la carrera por ti y a todos los amigos y familiares que te apoyen. Podrás comprar tus fotos online después del evento a partir del mediodía del lunes.

Visita: www.marathonfoto.com

22 DE MARÇO 2015

Buena suerte y recuerda hacer dos cosas para estar seguro/a de que consigues las mejores fotos.

1. ¡Sonríe cuando veas a los fotógrafos!
2. Asegúrate de que tu dorsal de carrera esté centrado y visible para que sea posible identificarte después de la carrera.

Resultados oficiales

Los resultados provisionales de la carrera estarán disponibles online el día de la carrera a partir de las 17.00 h: www.meiamaratonadelisboa.com

Los resultados serán oficiales dos semanas después de la carrera.

Solo los participantes del medio maratón que completen la carrera tendrán un tiempo oficial. Para enviar cualquier reclamación sobre tu tiempo o tu lugar, deberás utilizar el formulario online antes del 5 de abril. Encontrarás este formulario en la página de resultados. Todos los resultados serán definitivos dos semanas después de la carrera.

Certificado | Diploma de llegada

Los participantes del medio maratón podrán descargar un certificado de llegada desde el sitio web de la carrera después del evento. Visita www.meiamaratonadelisboa.com

Hoteles

El Medio Maratón Lisboa EDP se complace en ofrecer una elección de dos hoteles oficiales. Más información

<http://www.meiamaratonadelisboa.com/es/prova/hoteles/>

Descuentos en TAP Air

¡Hola, seguidores de TAP!

Tenemos un nuevo código para el Medio Maratón de Lisboa 2015: IT15TPCG17

- Válido desde 10 días antes hasta 10 días después del evento (del 12 de marzo al 1 de abril)
- Debes realizar la reserva en el sitio web de TAP www.flytap.com

Los descuentos ofrecidos son los siguientes:

- 10% en clase turista
- 20% en clase business

Para realizar la reserva, el participante debe seguir estos pasos:

1. Visitar el sitio www.flytap.com
2. Seleccionar los vuelos y las fechas
3. Introducir el código del evento en el campo Código promocional/congreso situado a la izquierda de la página web.

En caso de dudas, por favor póngase en contacto con **TAP Portugal** a través del siguiente correo electrónico: congressos@tap.pt

22 DE MARÇO 2015



22 DE MARÇO 2015

