

3ª IXEIA A CORRE-CUITA 2016

Divendres 17 al Diumenge 19 de juny de 2016



.....En uno de los parajes más desconocido, aislado y salvaje del valle de Benasque se encuentra situado el Campig de Ixeia (www.campingixeia.es), en donde nos esperan grandes aventuras, sin contar con las sorpresas, los imprevistos, los ataques de osos, las picaduras de serpientes, etc...(por lo que es

IMPORTANTISIMO TENER UN SEGURO [Exención de responsabilidad CIM](#)).....

3ª IXEIA A CORRE-CUITA 18 I 19 DE JUNY

Al igual que en Otoño y Navidad tenemos ya instauradas las 'CENA-FIESTA' en las que nos reunimos para comer y beber charrando de nuestras últimas aventuras, permitiéndonos a la vez saludar a aquellos amigos con los que no siempre compartimos actividad y que por tanto tenemos algo abandonados, esta alternativa que os proponemos por tercera vez, nos permite además participar conjuntamente en actividades deportivas y lúdicas tanto para adultos como niños. Durante un fin de semana podemos compartir y disfrutar entre todos ese espíritu con el que se fundó el CIM y año a año se ha ido consolidando, compartir nuestra afición por la montaña y las actividades al aire libre.

Es por ello que un año más hemos decidido organizar la que será la III 'A Corre-cuita Ixeia', una actividad como ya sabéis lúdico-deportiva, donde el ganar o perder queda relegado al último de los objetivos y que podría catalogarse como los más bajos fondos de la competición.

Hay que inscribirse pronto para facilitar la organización y recordamos a los más motivados que pueden empezar a hacer equilibrios en la cuerda de tender y a dar vueltas a la mesa del comedor sin tocar el suelo!!

Si quieres ver las fotos del anterior 'A Corre-cuita 2014' [PULSA AQUÍ](#).

PRECIOS APROXIMADOS: (como estamos ultimando temas podría haber alguna variación pero de serlo sería mínima).

El paquete se compone de:

- Alojamiento viernes.
- Desayuno, comida, cena y alojamiento sábado.
- Desayuno domingo.

Precios según alojamiento:

- **Alojados en refugio o cabañas61 - (Hay cabañas de dos y de tres plazas)**
- **Alojados en tienda.....57**
- **Niños.....40**
- **Las bicis de alquiler en la correquita de 2014 fueron a 13 día, pensamos que este año será similar.**

NOTA: El Club solo gestionara y cobrara estos paquetes enteros, quien no se aloje en el Camping y acuda a comidas, cenas o cervezas . que lo arregle con Miguel.

INFORMACIÓN A ENVIAR A LA COORDINADORA:

Hay que mandar un email a la Coordinadora **Pilar Sanchez copisan (arroba) live.com** indicando:

- Tipo de Alojamiento (Refugio, Cabaña 2 o 3 plazas o Tienda).
- Cantidad de Adultos y niños.
- Nombre-apellidos y quienes van a participar en la duatlon.
- Si te hace falta alquilar una bici en Benasque, mandar un correo a **Miguel Motes email: [ixeia \(arroba\) campingixeia.es](mailto:ixeia@campingixeia.es)** y nos traeran las bicis alquiladas al camping (13 el precio del año pasado y probablemente este año será igual...se está negociando). ...
- Indicación de fecha/hora del ingreso o transferencia y cantidad ingresada.
- **Cuenta de ingreso ES02 2038 6540 5230 0011 8801**

Avance del programa:**ACTIVIDADES DEL FIN DE SEMANA****VIERNES 17**

Recepción y acreditación hasta las 24 h. (en el precio esta incluido dormir pero no la cena si se cena en el camping).

SABADO 18

OPCION 1: DUATLON (puntuable.. BICI + A PIE/CARRERA + BICI) - (Obligatorio Casco para Bici).

- De 7,30 h a 8,30h : desayuno para los participantes en la DUATLON.
- A las 9'00h. Salida prueba.

DUATLON BENASQUE

Consta de una prueba de duatlon, recorrido a pie y bicicleta, al alcance de cualquiera que disfrute saliendo al monte. El recorrido que planteamos es sencillo, tanto en la bici como a pie.

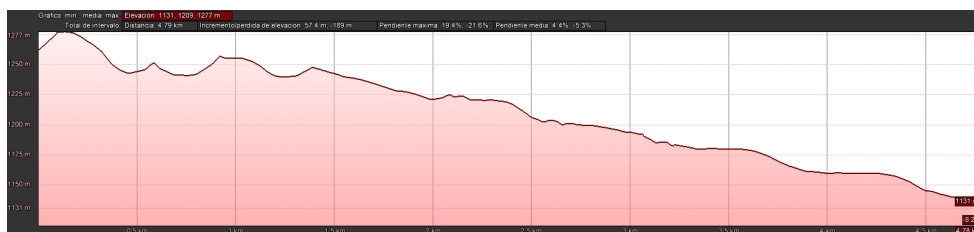
Está pensado para que nos de tiempo de una duchita y alguna cerveza antes de comer. El itinerario a pie sigue la Ruta de los tres barrancos, es decir, la misma que en la correquita anterior, con mojadita de pies incluida.



1ª Parte: itinerario Ixeia-Benasque en bicicleta (Casco Obligatorio).

La salida en bici la haremos todos a la vez del mismo Camping IXEIA hasta llegar a la carretera, donde cogeremos los primeros metros del camino de Estos. Antes de llegar al aparcamiento giraremos a la izquierda y escasos metros más adelante tomaremos la senda antigua que lleva al antiguo puente que cruza de nuevo el Río Ésera. En este tramo hay que

prestar especial atención pues se trata de una senda con dos curvas pronunciadas hasta el cruce del río; luego giraremos a la derecha y sin dejar la senda de bajada, llegaremos al aparcamiento o ensanche del depósito de agua de Ruda. Cruzaremos un puente y tomaremos el camino a la izquierda que indica Zona de escalada de Sacs. Este tramo que viene ahora es el más bonito de todo el recorrido, una entretenida senda con tendencia a la bajada nos conduce a través de pasarelas, puentes de madera y prados hasta el cruce que hay entre la gasolinera y la subida a la Escuela de Alta Montaña en Benasque, donde encontramos el primer control.



2ª parte: recorrido de los Tres Barrancos, a pie

Desde este punto iniciamos la subida a pie o corriendo, siguiendo la calle que sube a la Escuela de Alta montaña para coger la senda bien marcada conocida como Recorrido de los tres Barrancos, una senda recta al principio y suaves zig zags nos va haciendo ganar altura poco a poco donde hasta alcanzar una zona más suave que nos conduce a través de los Tres Barrancos a un perfecto mirador del Valle de Benasque, desde este punto una rápida bajada que serpentea por la ladera nos llega a la pista por donde hemos pasado con las bicis. Giraremos a la derecha y unos 300m más adelante llegaremos al lugar donde hemos hecho la transición.



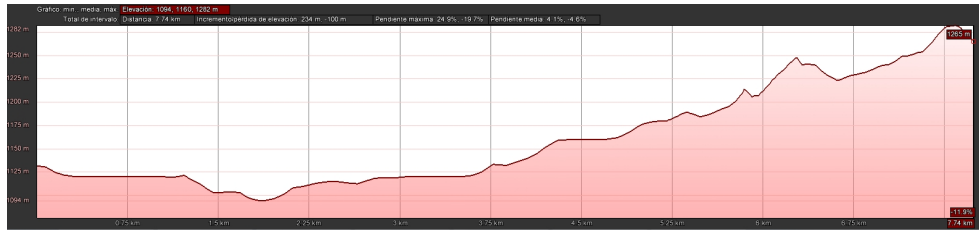
3ª parte: Benasque -Camping Ixeia en bicicleta (Casco Obligatorio)

El tercer y último tramo es el más sencillo de seguir, aunque el cansancio nos obligará hacer un mayor esfuerzo. Hemos de cruzar la carretera (atención en este tramo a los vehículos que entran y salen del pueblo) y coger el camino que siguiendo la vereda derecha del río Ésera nos lleva al puente y pueblo de Eriste, Dejaremos el pueblo a la derecha y tomaremos el camino asfaltado de regreso a Benasque.

Al llegar al cruce con la carretera iremos a buscar el punto de transición de antes, que nos queda a unos 50 metros a la izquierda, para desde aquí seguir mismo camino por el que hemos llegado en las bicis. Unos metros más adelante hemos de girar a la derecha y vadear el río Esera por el

medio (no hay puente). Los más hábiles podrán pasarlo sin bajarse de la bici, pero no sin mojarse el calzado ya que cubre unos 30cm y una longitud de 50m.

Los que lo prefieran podrán optar directamente por cruzarlo a pie con la bici a un lado. Desde la otra orilla y junto al la carretera subir dirección al camping hasta llegar de nuevo al camino de Ruda, desde donde, siguiendo la misma senda de bajada, llegamos al Camping Aneto. Lo atravesamos y seguimos recto pasando por debajo del Puente de San Jaime. Unos escarpados metros con la bici a rastras, (no mas de 10m) nos deja en el camino de acceso al Camping Ixeia.



BICI

Dificultad de la bicicleta: Baja.

IDA

Longitud del recorrido bici : 5 km aprox.

Desnivel Bici: 60 m aprox.

VUELTA (en este tramo si se va con niños y se quiere hacer más corta podrían volver por el mismo recorrido de bici de la ida para evitar la carretera)

Longitud del recorrido bici : 7,8 km aprox.

Desnivel Bici: 230m aprox.

CARRERA

Dificultad a pie/carrera: media/baja

Longitud: 4 Km aprox.

Altura inicial/final: 1130m - Altura máxima 1413m

Desnivel acumulado: 350m aprox.





NOTA: Unos minutos antes de la salida se hará una reunión para aclarar las dudas sobre el itinerario. Si el río Esera bajara con mucho caudal se variaría el cruce del río por ese punto.

En el tramo de a pie hay una fuente para coger agua.

COMIDA A LAS 14H. EN EL CAMPING PARA TOD@S (no puntuable)

A LAS 16,30H. PRUEBAS DE HABILIDAD (Puntuable):

En realidad queríamos hacer un triatlón, pero como en el río del camping no se puede nadar, hemos sustituido la tercera parte de la carrera en divertidas pruebas de habilidad, técnica y destreza.

En principio repetiremos Bici el último que llega gana, la cinta de equilibrios con ayuda de un bastón y por supuesto aquella de dar la vuelta a la mesa que tan flipados nos dejó a todos. Además hemos incluido alguna que otra prueba sorpresa que os va a gustar, aunque no la desvelamos para que no os pongáis a ensayar y a prepararla antes de hora. ¡Habrà que improvisar! . (Ojo!! quien tenga arnés que lo lleve).





CENA A LAS 22H. EN EL CAMPING (no puntuable)

Entrega de trofeos y Fiesta hasta altas horas de la madrugada



DOMINGO 24

ORIENTACIÓN

- Prueba de Orientación por la zona del Camping de Ixeia.

REGLAMENTO

Se participará en grupos de un mínimo de dos personas.

A las 9,15 se entregan a los participantes los planos y la lista de balizas numeradas con su descripción.

De 9,15 a 9,30 los participantes tienen tiempo para estudiar el plano, la situación de las balizas y su puntuación con el fin de perfilar su itinerario preferido. Es

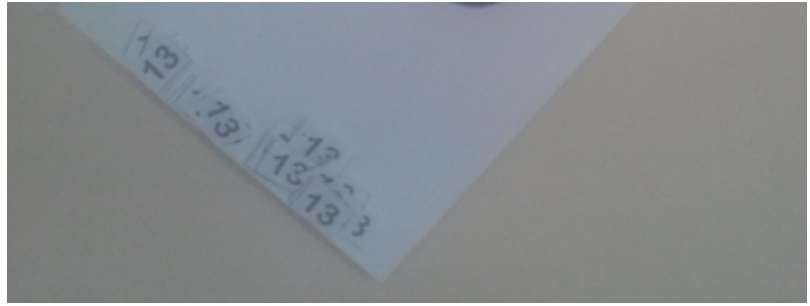


conveniente disponer de un rotulador para marcar la ruta sobre el plano.

A las 9,30 se da la salida a los participantes. La prueba tendrá una duración de 230 horas, finalizando a las 12 horas.

Cada minuto de retraso en la llegada, se penalizará con tres puntos.

Si hubiera empate en la puntuación se atenderá al orden de llegada.



PROCEDIMIENTO DE DETECCIÓN Y MARCAJE DE BALIZA

Cada baliza estará identificada con una funda de plástico en la que en un folio por ambas caras estará visiblemente impreso el número de la misma.

Dentro de cada funda, estarán las checas (cuadraditos de papel con el nº de la baliza).

Deberá cogerse solo una checa en cada baliza. Es conveniente que cada equipo lleve una bolsa donde poder guardar fácilmente y con seguridad las checas recogidas, ya que serán la justificación en meta de haber localizado la baliza.

Al finalizar la carrera deberán entregarse las checas recogidas al Controlador de Meta, para que realice el recuento correspondiente. Cada checa tiene el valor del dígito de la decena que la numera: (Ejemplo 13=1, 24=2, 34=3..91=9, 100=10).

