

## CAP DE CREUS – CADAQUÉS 2008

### AGENDA

#### Viernes 12 de Septiembre

- 17:00 h. Instalación mini-village Pz con puestos sponsors y colaboradores
- 19:00 h. De-briefing individual en carpa instalada en Pz + visita carpas sponsors/colaboradores. Incluye un recordatorio del reglamento, entrega de mapa de la prueba, gorro y bolsa transparente guardarropía, ambos con el nº dorsal de cada participante.
- 24:00 h. Cerrar carpas (guardar material / las carpas quedan instaladas)

#### Sábado 13 de Septiembre

- 6:00 h. Instalación balizas e hilera boyas llegada
- 7:00 h. Instalación arco de meta llegada
- 7:00 h. Instalación balizas S´Arenella
- 7:00 h. Instalación minicarpa S´Arenella / puesto de avituallamiento / retirada digna
- 7:30 h. Entrega gorro y bolsa transparente grande guardarropia... a rezagados
- 7:40 h. Traslado grupos 1, 2 y 3 hasta recta Culip/Jugadora (20')
- 8:25 h. Traslado grupos 4, 5 y 6 hasta recta Culip/Jugadora (20')
- 8:00 h. Traslado a pie de los grupos 1, 2 y 3 por el Camí de Ronda hasta Cala Jugadora (10')
- 8:45 h. Traslado a pie de los grupos 4, 5 y 6 por el Camí de Ronda hasta Cala Jugadora (10')
- 8:10 h. Llegada a Cala Jugadora grupos 1, 2 y 3 y formación por grupos
- 8:55 h. Llegada a Cala Jugadora grupos 4, 5 y 6 y formación por grupos
- 9:00 h. Salida grupo 1 (3.000 m en > 65')
- 9:10 h. Salida grupo 2 (3.000 m entre 60-65')
- 9:20 h. Salida grupo 3 (3.000 m entre 55-60')
- 9:30 h. Salida grupo 4 (3.000 m entre 50-55')
- 9:40 h. Salida grupo 5 (3.000 m entre 45-50')
- 9:50 h. Salida grupo 6 (3.000 m en < 45')
- 10:00 h. Recogida bolsas participantes en barco para llevarlas a la riba Poal
- 10:00 h. Limpieza y recogida cubos de basura
- 11:05 h. Llegada estimada grupo 6 (1h 15')
- 11:10 h. Llegada estimada grupo 5 (1h 30')
- 11:15 h. Llegada estimada grupo 4 (1h 45')
- 11:20 h. Llegada estimada grupo 3 (2h 00')
- 11:25 h. Llegada estimada grupo 2 (2h 15')
- 11:30 h. Llegada estimada grupo 1 (2h 30')
- 12:00 h. Cierre llegada teórico (se esperará al último)

Entrega bolsa sponsors y colaboradores  
Devolución bolsa participantes

- 12:00 h. MarnatonKids
- 13:00 h. Entrega premios
- 14:00 h. Retirada balizas
- 20:00 h. Desinstalación carpas
- 21:00 h. Cena MARNATON
- 24:00 h. Fiesta MARNATON

## Plan B por mal tiempo

- 1) Acortar prueba (de 6 a 4 km) de Port Lligat a Cadaques (ganar el abrigo de Port Lligat y de la costa)
- 2) Retrasar prueba al Domingo 14 de Septiembre si hay parte de mejora