



Calendario Entrenamientos Guiados - IV CIRCULAR DE TEJEDA

	Ruta	Distancia	Fecha	Hora Inicio
Senderismo	Tejeda-Cruz Tejeda-Deg. Becerra-Manantiales-Tejeda	10,5 kms	Domingo 3 Abril	9:30
Medio Maratón	Tejeda-Cruz Tejeda-Garañon-Roque Nublo-Culata-Cruz Timagada-Tejeda	21,1 kms	Domingo 17 Abril	9:00
Circulo Largo Maratón	R.Bentaiga-Chorrillo-Carrizal-Toscón-Juncal-Aserrador-Cruz Timagada-R.Bentaiga	22,5 kms	Domingo 24 Abril	9:00
Senderismo	Tejeda-Cruz Tejeda-Deg. Becerra-Manantiales-Tejeda	10,5 kms	Sábado 30 Abril	9:30
Medio Maratón	Tejeda-Cruz Tejeda-Garañon-Roque Nublo-Culata-Cruz Timagada-Tejeda	21,1 kms	Domingo 8 Mayo	9:00
Circulo Largo Maratón	R.Bentaiga-Chorrillo-Carrizal-Toscón-Juncal-Aserrador-Cruz Timagada-R.Bentaiga	22,5 kms	Sábado 14 Mayo	9:00

Los entrenamientos del 17 y 24 de abril y 14 de mayo serán guiados por los corredores del **Club Vandama Xtrail**.

Todos los entrenamientos son gratuitos.

El nivel de entreno será a un ritmo medio y en función del nivel de los participantes se dividirá al grupo en 2 niveles diferentes.



Lugar encuentro
Ayto. Tejeda
Ayto. Tejeda
Cruce R. Bentaiga
Ayto. Tejeda
Ayto. Tejeda
Cruce R. Bentaiga