

Asociación  
Española  
Contra el Cáncer

MADRID  
EN

MARCHA

DEJA TU MARCA SOBRE LA MONTAÑA

para frenar el sufrimiento  
para frenar las lágrimas  
por un futuro sin cáncer  
para frenar el cansancio

3 OCTUBRE

I TRAILCÁNCER

DOSSIER EMPRESAS

PARTICIPA





## ¿TE GUSTAN LOS RETOS? ¿EL DEPORTE? ¿PASAR TIEMPO CON LOS AMIGOS? ¿ERES SOLIDARIO?

Si la respuesta a estas preguntas es **SÍ**, el **I Trailwalker** es para ti.

Porque es un **doble reto** deportivo y solidario que consiste en recorrer **por equipos** una distancia de **10, 20 o 42km** en un plazo de tiempo determinado.

Para poder acceder al **reto deportivo**, es necesario haber superado el **reto solidario** de recaudar 500, 750 o 1.000€ por equipo, según si la distancia escogida es de 10, 20 o 42km.

Las **recaudaciones** que consiga **TU EQUIPO** irán **destinadas** a cubrir los gastos de primera necesidad de **familias afectadas por el cáncer**.

**¡PORQUE EN EQUIPO SE LLEGA MÁS LEJOS!**

# RETO SOLIDARIO

El reto solidario será más o menos ambicioso, según la distancia escogida:

- **Equipos 10km:**
  - Inscripción: 20€ / pax + gastos de gestión
  - Recaudación mínima: 500€
- **Equipos 20km:**
  - Inscripción: 30€ / pax + gastos de gestión
  - Recaudación mínima: 750€
- **Equipos 42 km:**
  - Inscripción: 40€ / pax + gastos de gestión
  - Recaudación mínima: 1.000€

La recaudación es por equipos y dispones desde el momento que te inscribes para conseguirla. ¡Cuánto antes mejor!

En un **equipo de 4 personas** que realice la distancia de **10km** cada componente del equipo tendrá que recaudar una media de **125€**, lo que supone conseguir alrededor de 10€ de 12-13 amigos, compañeros o familiares.

**TODOS ELLOS ESTARÁN CONTRIBUYENDO A CUBRIR LOS GASTOS DE PRIMERA NECESIDAD DE FAMILIAS DESFAVORECIDAS AFECTADAS POR EL CÁNCER.**

# RETO DEPORTIVO

- **FECHA:** 3 de octubre
- **LUGAR:** Sierra de Guadarrama (Madrid)
- **PARTICIPANTES: 150 equipos** en total de entre **3 y 6** marchadores en cada distancia.
- **RECORRIDOS:**
  - **10km:** Salida y meta en Mataelpino. Especialmente indicado para familias o para grupos de participantes con poca experiencia o entrenamiento.
  - **20 km:** Salida y meta en Mataelpino (2 vueltas al recorrido 10km). Requiere algo más de entrenamiento aunque los caminos rurales escogidos no entrañan demasiada dificultad.
  - **42km:** Con salida y meta en Mataelpino y dos puntos intermedios: uno en Collado Villalba (punto de control, cronometraje y descanso en km 18) y otro en Cerceda (punto de control, cronometraje y descanso en km 28) Exige tener una cierta **preparación física**, aunque al tener 2 puntos de control intermedio, permitirán el descanso y avituallamiento de los marchadores.
- **Los equipos salen y llegan juntos a la meta**, y el recorrido se puede realizar andando o corriendo.



3 de octubre de  
2021



Sierra de Guadarrama  
(Madrid)



Recorridos de 10Km.  
20km y 42km



Por equipos  
(3-6 pax)

# FUNCIONAMIENTO

## RETO SOLIDARIO



Inscripción del equipo (3-6 pax) en [www.madridenmarchacontraelcancer.org](http://www.madridenmarchacontraelcancer.org)  
Escogiendo distancia: 10, 20, 42km



Los equipos comparten su iniciativa para conseguir fondos (link personalizado para cada equipo)



Donativos personalizados a través de [www.miretocontraelcancer.aecc.es](http://www.miretocontraelcancer.aecc.es)



Recaudación (podrás ver la progresión en la web)

JUNIO - SEPTIEMBRE

## RETO DEPORTIVO



Entrenamientos (¡tendrás consejos en la web!)



Consultar libro de ruta



Trailcáncer



Medallas para todos los que acaben el recorrido

JUNIO - SEPTIEMBRE

3 - OCTUBRE

# I TRAILCÁNCER

## OBJETIVO

**120.000 €** destinados a ayudas económicas a **100 familias** para cubrir **gastos de primera necesidad** durante **6 meses**.

## ¿POR QUÉ PARTICIPAR EN EL I TRAIL CÁNCER?

Con el I Trailcáncer, la AECC consigue fondos para que **todos tengamos las mismas oportunidades** para luchar contra el cáncer, fomentando la **investigación, el apoyo a pacientes de cáncer y sus familiares** y concienciando sobre la importancia de los hábitos de vida saludables.

Es una **oportunidad única** de disfrutar de la montaña, los amigos, el ejercicio y el aire libre. Tras muchos meses de confinamiento y limitaciones, ¡este tipo de actividades se valoran más que nunca!

# ANEXO

# CONSIDERACIONES

## **INSCRIPCIÓN EQUIPOS Y RETO A CONSEGUIR.**

- Los equipos deben inscribirse a través de la web [www.madridenmarchacontraelcancer.org](http://www.madridenmarchacontraelcancer.org)
- El mínimo será de 3 pax / equipo con la posibilidad de llegar hasta 6.
- Una vez inscritos, cada equipo recibirá un link único, que podrá compartir con amigos, familiares y compañeros para **recaudar** las donaciones a favor de su reto.
- Para participar en el I Trailcáncer el día 3 de octubre es necesario conseguir la cantidad mínima de donaciones establecida.
- Las donaciones llevan el beneficio fiscal propio de estas aportaciones económicas solidarias, siempre y cuando se cumplan los requisitos para ello, establecidos en la página web.

**Una vez conseguidas las donaciones, los equipos serán "aptos" para completar el reto 10, 20 o 42km.**

**Los equipos que no alcancen el mínimo necesario NO podrán participar el día 3 de octubre. Se les devolverá el importe de la inscripción pero no las recaudaciones conseguidas, que tienen consideración de donación.**



# CONSIDERACIONES

## MECÁNICA DE LA RUTA.

- Los recorridos se podrán hacer **andando o corriendo**, lo importante es completarlo y no el tiempo empleado, **siempre que se haga por debajo del tiempo máximo exigido**.
- **Los miembros del equipo deben completar todo el recorrido juntos**. Con el entrenamiento adecuado, la actitud mental necesaria y un buen equipo de apoyo, completar la marcha está al alcance de cualquiera.

## SALIDAS:

Salidas **escalonadas** por equipos cada medio minuto (protocolo Covid), dejando un minuto libre cada 5 por si hubiera algún equipo que se hubiese retrasado. En los días previos se informará a los equipos de su hora exacta de salida:

**42 km:** de 08:45 a 09:30h

**10 y 20 km:** de 09:45h a 10:30h.

## • HORAS DE CIERRE DE CONTROL:

- Tiempo máximo para completar el recorrido de **10km:** 3 horas.
- Tiempo máximo para completar el recorrido de **20km:** 6 horas.
- Tiempo máximo para la realización de cada una de las **etapas de la distancia de 42km:**
  - **Km 18 (Collado Villalba): 4 horas y 30 minutos**
  - **Km 28 (Cerceda): 3 horas y 30 minutos**
  - **Km 42 (Mataelpino): 4 horas**
- El tiempo de una etapa comienza a contar en el momento en que el equipo llega y ficha en el control del inicio de la etapa. En cada control solo se ficha una vez, es decir, al llegar.
- La salida de Mataelpino se cerrará a las **09:35h para los 42km y a las 10:35h para los 10 y 20 km**, por lo que ningún equipo podrá salir más tarde de esas horas.

**¡GRACIAS!**