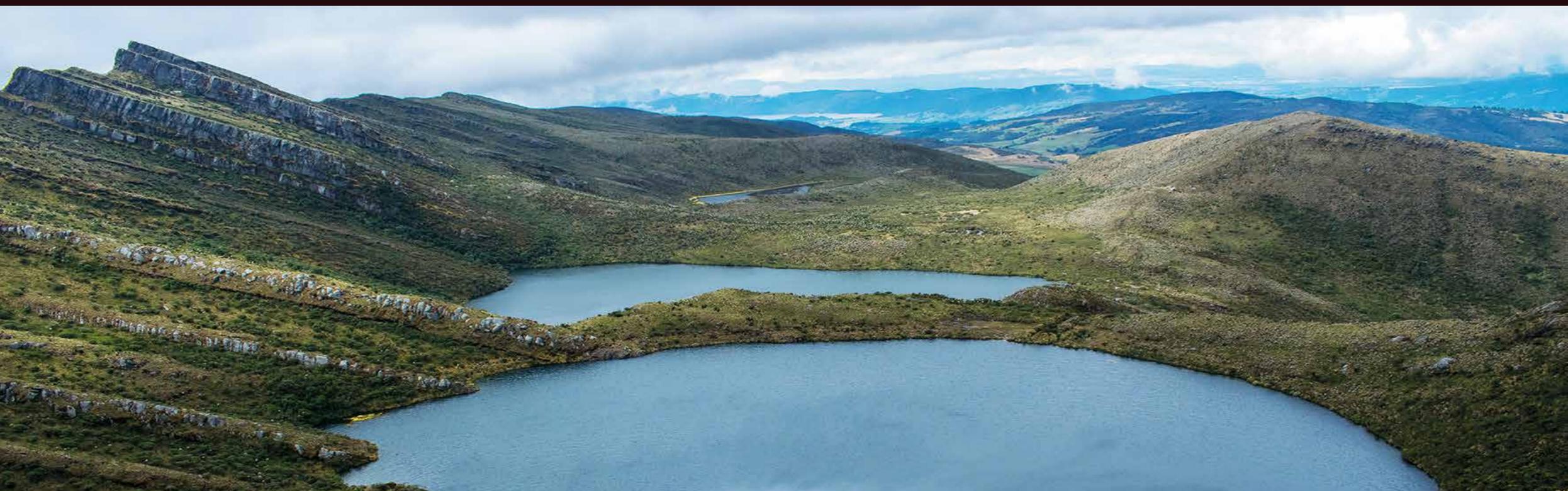


LA CARRERA



2021
Trail Chingaza

El Parque Nacional Natural Chingaza, está ubicado en la cordillera oriental de los Andes, al noreste de Bogotá; conformado por 11 municipios, 7 de Cundinamarca: Fómeque, Choachí, La Calera, Guasca, Junín, Gachalá y Medina, y 4 municipios del Meta: San Juanito, El Calvario, Restrepo y Cumaral. Es un lugar de gran riqueza en flora y fauna que embarga la historia de los pueblos indígenas de los Muisca y los Guayupes. TRAIL CHINGAZA permitirá a 150 deportistas llegar a la LAGUNA DE CHINGAZA a los 3300 msnm corriendo por los bosques, senderos y carreteras de la región en distancias de 32-22-12 km, de los cuales el 95% es en ascenso.



PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA



Fomeque
DESARROLLO CON AUTORIDAD

Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091

ITINERARIO DE CARRERA 32 km



2021
Trail Chingaza

Esta distancia tendrá su punto de encuentro en el polideportivo del parque San Isidro ubicado al frente del banco agrario del municipio de Fomeque, tu carrera iniciara desde este punto a las 8:00 am con una salida controlada en la zona urbana, por lo tanto si llegas tarde a la salida tendrás dificultades ya que la zona urbana no estará demarcada. La prueba terminara en la laguna de Chingaza a 3300 msnm, allí terminara el registro de tu tiempo a través del chip de cronometraje, recibirás tu medalla Finisher y tu respectivo refrigerio "bebida caliente" e inmediatamente retornaras en los vehículos contratados por la organización al municipio de Fomeque, este traslado dura 2 horas,

recuerda que en el equipo obligatorio debes llevar chaqueta rompe vientos y manta térmica las cuales serán necesarias para el descenso para resguardarte del frio en caso de ser necesario. No habrá traslado de maletas del punto de salida a la llegada, por lo tanto recomendamos en tu morral de carrera llevar alguna capa de ropa adicional, la cual puede ser necesaria en caso de que llueva durante la ruta y para cambiarte en el momento del descenso en vehículo. Los deportistas tendrán un tiempo máximo de 7 horas para completar la prueba, la meta se cerrará a las 3:00 pm.



Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091

PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA

ITINERARIO DE CARRERA 22 km



2021
Trail Chingaza

Esta distancia tendrá su punto de encuentro en el polideportivo del parque San Isidro ubicado al frente del banco agrario del municipio de Fomeque a las 7:30 am, allí los deportistas serán transportados en los vehículos contratados por la organización los cuales iniciaran su recorrido 8:00 am hacia el sector el Paval ubicado en las cercanías del Parque Nacional Natural Chingaza, el recorrido tendrá una duración aproximada de 60 minutos, desde este punto iniciara tu competencia y terminaran en la laguna de Chingaza 3300 msnm, allí terminara el registro de tu tiempo a través del chip de cronometraje, recibirás tu medalla finisher y tu respectivo refrigerio "bebida caliente" e inmediatamente

retornaras en los vehículos contratados por la organización al municipio de Fomeque, este traslado dura 2 horas, recuerda que en el equipo obligatorio debes llevar chaqueta rompe vientos y manta térmica las cuales serán necesarias para el descenso para resguardarte del frio en caso de ser necesario. No habrá traslado de maletas del punto de salida a la llegada, por lo tanto recomendamos en tu morral de carrera y llevar alguna capa de ropa adicional, la cual puede ser necesaria en caso de que llueva durante la ruta y para cambiarte en el momento del descenso en vehículo. Los deportistas tendrán un tiempo máximo de 6 horas para completar la prueba, la meta se cerrara a las 3:00 pm.



PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA



Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091

ITINERARIO DE CARRERA 12 km



2021
Trail Chingaza

Esta distancia tendrá su punto de encuentro en el polideportivo del parque San Isidro ubicado al frente del banco agrario del municipio de Fomeque a las 7:30 am, allí los deportistas serán transportados en los vehículos contratados por la organización, los cuales iniciaran su recorrido 8:00 am hacia el sector el alto de Paval ubicado en las cercanías del Parque Nacional Natural Chingaza, el recorrido tendrá una duración aproximada de 90 minutos, desde este punto iniciara tu competencia y terminaran en la laguna de Chingaza 3300 msnm, allí terminara el registro de tu tiempo a través del chip de cronometraje, recibirás tu medalla Finisher y tu respectivo refrigerio "bebida caliente" e inmediatamente

retornaras en los vehículos contratados por la organización al municipio de Fomeque, este traslado dura 2 horas, recuerda que en el equipo obligatorio debes llevar chaqueta rompe vientos y manta térmica las cuales serán necesarias para el descenso para resguardarte del frio en caso de ser necesario. No habrá traslado de maletas del punto de salida a la llegada, por lo tanto recomendamos en tu morral de carrera y llevar alguna capa de ropa adicional, la cual puede ser necesaria en caso de que llueva durante la ruta y para cambiarte en el momento del descenso en vehículo. Los deportistas tendrán un tiempo máximo de 5:00 horas para completar la prueba, la meta se cerrara a las 3:00 pm.



PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA



Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091

KIT DE PARTICIPACIÓN



2021
Trail Chingaza

- Entrada P.N.N Chingaza
- Número de Competencia
- Hidratante KISOU
- Seguro de accidentes.
- Medalla Finisher
- Morral tipo tula
- Paquete de granola Dafrud
- Hidratación y alimentación de carrera
- Transporte Fomeque – punto de salida.
- Transporte Meta – Fomeque.
- Refrigerio
- Certificado de carrera



PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA



Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091



HOTELES

- **Hotel Muscua:**

Facebook: hotelmuscua

3213297672

3214812387

www.hotelmuscua.amawebs.com

- **Hotel el Oasis**

3208339979

3115523331

Eloasisfomeque@gmail.com

- **Hotel El Parque**

311 2307060

2021
Trail Chingaza



PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA



Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091



INSCRIPCIONES

- INSCRIPCION AL EVENTO 95.000 COP
- CAMISETA OFICIAL DEL EVENTO 25.000 COP

Descuento del 10% en la inscripción sin camiseta para grupos de mas de 10 deportistas.

Consignación o Transferencias cuentas Davivienda ahorros 468500002471 - Bancolombia ahorros 38458866446 a nombre de Julian Parra, enviar comprobante al correo info@greensummit.com.co con nombres apellidos, cedula, numero celular, correo electrónico, distancia, categoría, talla de camiseta si la compraste. Si realizas la consignación fuera de Cundinamarca debes asumir el costo que genera el banco por consignación nacional, el valor puedes consultarlo con la entidad bancaria. Ten en cuenta que después de realizar la inscripción no se realizan devoluciones ni traspasos de los cupos.

Pagos en línea: www.biciq.com



PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA



Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091

PREMIACIÓN



2021
Trail Chingaza

DISTANCIAS	HOMBRES GENERAL	DAMAS GENERAL
32 km	300000 COP	300000 COP
	250000 COP	250000 COP
	200000 COP	200000 COP
22 km	200000 COP	200000 COP
	180000 COP	180000 COP
	150000 COP	150000 COP

Se premiarán en metálico los 3 primeros puestos de cada categoría .



PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA



Fomeque
DESARROLLO CON AUTORIDAD

Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091

CATEGORIAS



2021
Trail Chingaza

DISTANCIAS

CATEGORIA

EDAD

32 km

HOMBRES ABIERTA
HOMBRES MASTER 1
HOMBRES MASTER 2
DAMAS ABIERTA
DAMAS 1
DAMAS 2

Hasta 29 años
30 - 39 años
40 años en adelante
Hasta 29 años
30 - 39 años
40 años en adelante

22 km

HOMBRES ABIERTA
HOMBRES MASTER 1
HOMBRES MASTER 2
DAMAS ABIERTA
DAMAS 1
DAMAS 2

Hasta 29 años
30 - 39 años
40 años en adelante
Hasta 29 años
30 - 39 años
40 años en adelante

12 km

TRAIL RECREATIVO
CAMINATA

todas las edades
todas las edades



PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA

Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091

ALTIMETRÍA 32 Km

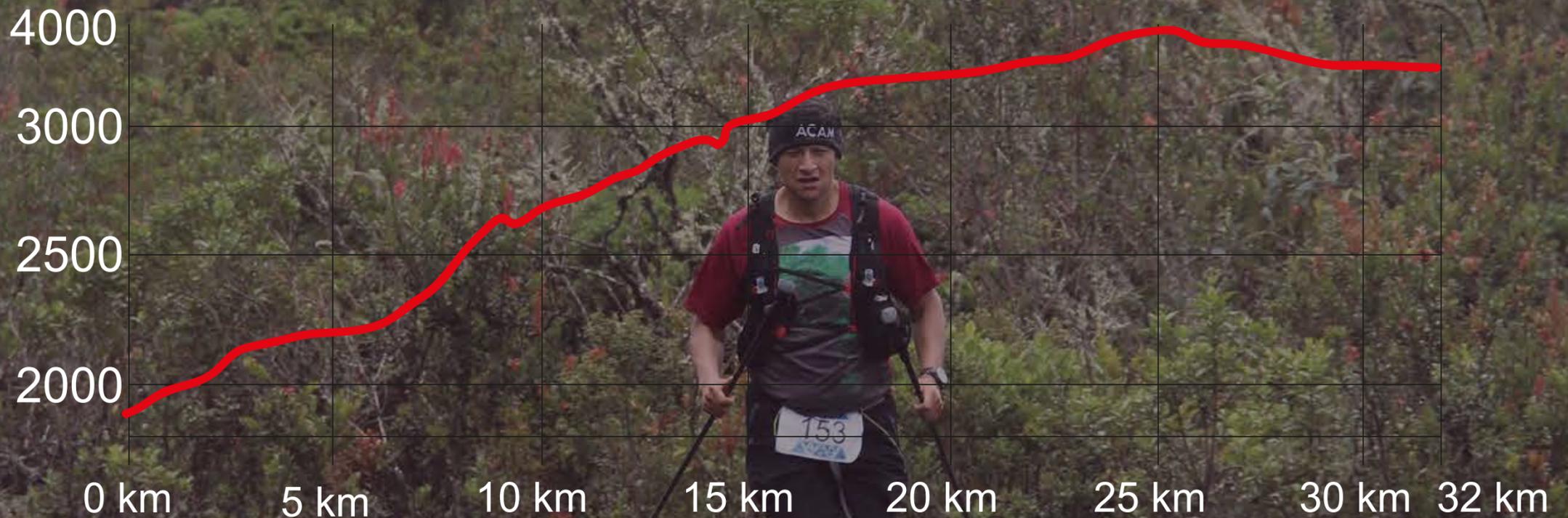
Desnivel positivo 2000 m s. n. m.

Kisou 2021

Hidratación y Nutrición Deportiva

Trail Chingaza

m s. n. m.



PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA



Fomeque
DESARROLLO CON AUTORIDAD

Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



GREEN SUMMIT

Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091

ALTIMETRÍA 22 Km
Desnivel positivo 1200 m s. n. m.



2021 
Trail Chingaza

m s. n. m.

4000

3000

2500

0 km

5 km

10 km

15 km

20 km

22 km



PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA



Fomeque
DESARROLLO CON AUTORIDAD

Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



GREEN SUMMIT

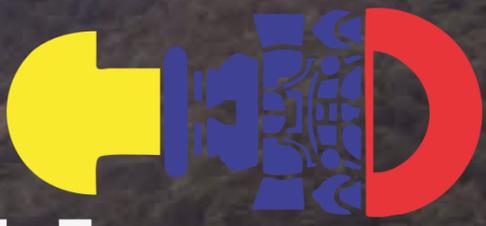
Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091

ALTIMETRÍA 12 Km
Desnivel positivo 350 m s. n. m.



2021 
Trail Chingaza

m s. n. m.



PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA



Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091

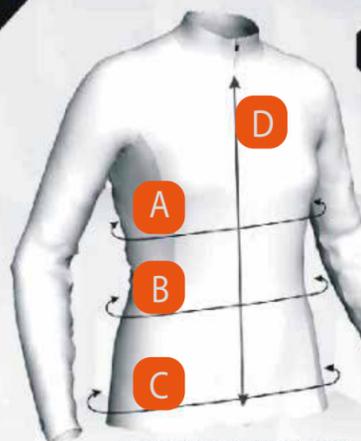
CAMISETA OFICIAL DEL EVENTO



2021 Trail Chingaza



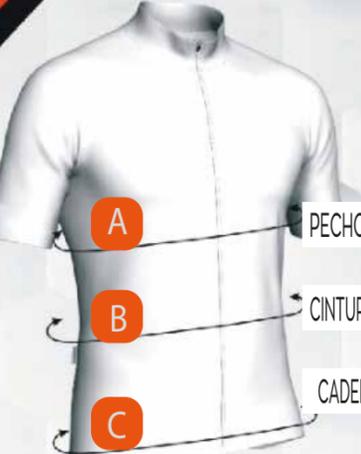
WOMEN/MUJER CAMISETA RELAX / RELAX JERSEY



		XS	S	M	L	XL
PECHO/CHEST A cm	81	86	91	96	101	106
	86	91	96	101	106	
CINTURA/WAIST B cm	65	70	75	80	85	
	70	75	80	85	89	
CADERA/HIPS C cm	88	93	98	103	108	
	93	98	103	108	112	
CREMALLERA/ ZIPPER D cm	47,5	48,5	49	49,5	50	

PRENDA SEMI-AJUSTADA AL CUERPO

MEN/HOMBRE CAMISETA / JERSEY



		XS	S	M	L	XL	2XL	3XL
PECHO/CHEST A cm	84	89	94	99	104	109	114	
	89	94	99	104	109	114	119	
CINTURA/WAIST B cm	74	79	84	89	94	99	104	
	79	84	89	94	99	104	109	
CADERA/HIPS C cm	82	87	92	97	102	107	112	
	87	92	97	102	107	112	117	

25.000 COP



PARQUE NACIONAL NATURAL
CHINGAZA



Fecha: Domingo 27 de junio
Lugar: Fomeque Cundinamarca
Hora: 8:30 am
Aforo: 150 cupos
Distancias: 12-22-32 km



Aplican protocolos de bioseguridad



info:
3134219091