

# RECORRIDO 42K Y 21K

## AVITUALLAMIENTOS

Avituallamiento sólido Solid electrolyte drink	Punto de reanimación Rehydration point
Avituallamiento líquido Liquid electrolyte drink	WC Toilets
Avituallamiento isotónico Isotonic electrolyte drink	Asistencia médica Medical aid
Frutos secos Fruit droughs	Fisioterapia Physical
Esponja húmeda Wet sponge	Gel energético Energy gel



**5<sup>a</sup> MARATÓN**  
**5<sup>1/2</sup> MARATÓN**  
 INTERNACIONAL  
 CIUDAD DE LOGROÑO

**DOMINGO**  
**7**  
 OCTUBRE  
 2018  
 PASEO DEL ESPOLÓN  
**09:00 h**

SALIDA	WC		
km 5			
km 7.5			
km 10	WC		
km 12.5			
km 15			
km 17.5			
km 20			
km 21.1	WC		
km 22.5			
km 26			
km 28.5			
km 31	WC		
km 32.5			
km 36			
km 38.5			
km 41			
META	WC		

**SALIDA** - C. Muro de la Mata - C. Víctor Pradera - C. Gran Vía - C. Gonzalo de Berceo - C. Carmen Medrano - Avda. Burgos - C. Pradoviejo - C. Alfonso VI - C. Portillejo - C. La Cava - C. las Tejeras - C. Serradero - C. Sojuela - C. Clavijo - C. San Adrián - C. Sequoias - Avda. de la Sierra - C. República Argentina - C. Duques de Nájera - Avda. Lobete - C. Tudela - C. Río Lomo - C. Madre de Dios - C. Luis de Ulloa - Paseo del Prior - C. La Ribera - C. San Francisco - C. San Gregorio - C. Norte - C. Once de Junio - C. Marqués de San Nicolás - C. Sagasta - Puente de Hierro - C. Cabo Noval - C. San Ignacio de Loyola - Puente de Sagasta - C. General Urrutia - C. Portales

