



**GFNY**  
**BOGOTÁ**







# Mazda acompañando y protegiendo a los ciclistas del **GFNY BOGOTÁ** en su escalada



SISTEMA DE  
SUJECCIÓN  
INFANTIL - ISOFIX



AIRBAGS (7)



SISTEMA AVANZADO  
DE FRENADO DE  
EMERGENCIA



CONTROL  
ELECTRÓNICO  
DE ESTABILIDAD



SISTEMA  
ANTIBLOQUEO  
DE FRENSOS

\*Imágenes de referencia. Accesorios no incluidos.

Conoce más en la red de concesionarios Mazda  
o solicita tu Test Drive en: [www.mazda.com.co](http://www.mazda.com.co)

Síguenos en:

YouTube MAZDACOLOMBIA

# BIENVENIDO A GFNY BOGOTÁ

Con gran placer les damos la bienvenida a la nueva y mejorada carrera GFNY Bogotá. Después de tomarnos el tiempo para escuchar todos los comentarios y opiniones de nuestra edición pasada, decidimos trasladar el recorrido de la carrera a un nuevo destino.

Si bien hay muchos destinos hermosos en Colombia, todavía queríamos algo que estuviera cerca de Bogotá, ya que es el corazón de Colombia y también un destino fácil para viajar. Zipaquirá es el destino perfecto para la carrera, que es el hogar de algunos de los mejores atletas del circuito mundial como nuestro querido Egan Bernal.

El curso real que se eligió para esta edición es exactamente el mismo curso que Egan utiliza para entrenar para el Tour, el Giro y todas las grandes carreras que compete en Europa.

Para añadir también un poco de sabor a la carrera de este año, decidimos hacer de la salida algo especial, por lo que la carrera comenzará dentro de la Catedral de Sal.

Esto es algo que nunca se ha hecho antes y seguramente agregará un poco más de sabor a GFNY Bogotá.

Prepárense para una carrera increíble, llena de adrenalina, emoción y mucho sudor. El equipo de GFNY Colombia les desea una carrera divertida, rápida y grandiosa.

**¡¡Monta duro y diviértete!!**

**La familia GFNY Colombia,**

**Shaun Gad, Arturo Reyes**



**GFNY**  
BOGOTÁ

EDITOR  
Shaun Gad

Diseño de portada  
Pastor Gomez

Diseño editorial  
GFNY COLOMBIA

# ÍNDICE

Bienvenidos a GFNY Bogotá	4
Moda GFNY	6
Programa de Eventos	8
Mapa de ruta	11
Paquete de carrera + expo	12
Código de conducta	15
Categorías	16
Día de la carrera	17
Meta	21



# MODA GFNFY



GFNFY creó este jersey de 5 bolsillos en el 2012. Cada jersey de GFNFY tiene los característicos 5 bolsillos que conoces y adoras de GFNFY. La ropa está disponible en la expo de GFNFY Bogotá.



## GFNFY®: ROPA DE CALIDAD

Usamos la línea de ropa GFNFY en nuestros propios eventos porque al igual que tú, queremos rodar con ropa que no solo se vea bien, sino que también se sienta bien.

Hemos desarrollado cada artículo personalmente basado en nuestro propio uso de ropa de ciclismo con características que cumplen con las demandas de los días más largos en el asiento.

La línea de ropa GFNFY está 100% hecha en Italia, producida en la fábrica de ropa de ciclismo líder, con décadas de experiencia en la costura de ropa de ciclismo, la fábrica produce la vestimenta de la mayoría de las marcas de máximo nivel de ropa de ciclismo y más de la mitad de la ropa del Pelotón del World Tour, así que puedes estar seguro de que tu ropa GFNFY es producida por expertos del ciclismo.

Tardamos meses en el diseño y la manufactura de cada prenda de la línea GFNFY, usando telas de última tecnología para mantener la humedad fuera de tu cuerpo.

Nos enfocamos en cortes que proporcionen el mejor ajuste para tu mayor comodidad y desempeño.

## PREPÁRATE PARA UNA CARRERA GFNFY

La línea de ropa GFNFY ha sido probado en diferentes climas alrededor del mundo, desde el calor tropical de Cozumel, al frío y húmedo descenso de 3365 m de La Cuchilla en Colombia, hasta la ruta del Campeonato del Mundo en Nueva York.

La línea de ropa GFNFY es usada por ciclistas de más de 120 países y es una de las marcas de ciclismo más usadas en el mundo.

 <b>DURABLE</b>	 <b>QUICK DRYING</b>	 <b>TRENDSETTING STYLE</b>	 <b>REACTIVE</b>
 <b>PROTECTIVE</b>	 <b>LIGHT-WEIGHT</b>	 <b>CLIMATE-TESTED</b>	 <b>MADE IN ITALY</b>

# GANA TUS MEDALLAS DE FINALISTA



## OFFICIAL GFNY 10x 20x 30x 40x MEDALS



### MEDALLA DE FINALISTA GFNY BOGOTÁ 2023.

Otorgada a todos los finalistas de ambas distancias que hayan cruzado la línea de meta.

### MEDALLA DE CAMPEONES GFNY BOGOTÁ.

Otorgada a todos los ganadores de podio entregada en Ceremonia de Podio.

### MEDALLA 3X GFNY 2023.

¡Tu carrera ahora será mucho más gratificante! Además de la gran medalla GFNY Bogotá que recibirás en la meta de GFNY Bogotá 2023, esta te contará para poder obtener la medalla 3X, si terminas tres GFNY en 2023. Por ejemplo: Bogotá, y las carreras en México: Oaxaca y Cozumel en 2023, podrás obtener esta digna y preciosa Medalla.

### MEDALLA GFNY 10X / 20X / 30X / 40X.

Por cada 10GFNY que termines (contando desde el primer GFNY en 2011), obtendrás medallas especiales, 10x / 20x / 30x / 40x.

### PARA RECOGER LAS MEDALLAS MULTIFINISHER

Puedes recoger tu medalla multi finisher en las festividades posteriores a la carrera.



**GFNY  
BOGOTÁ**



## PROGRAMA DE EVENTOS

### **GFNY BOGOTÁ EXPO PREVIA A LA CARRERA @ Plaza de la Independencia.**

La locación de la Expo en donde recogerán sus paquetes de participantes estará en la Plaza de la Independencia.  
Dirección: Cl. 5 #430, Zipaquirá, Cundinamarca, Colombia.

**Enlace de Google:**

<https://goo.gl/maps/iKQorbGm5bDhwL2s6>



### **ÁREA DE INICIO**

El área de inicio donde todos los participantes entrarán a sus corrales en la mañana y donde comenzará oficialmente la carrera, será en Catedral de La Sal.

Dirección: Parque De La Sal, Zipaquirá, Cundinamarca, Colombia

**Enlace de Google:**

<https://goo.gl/maps/rsTr2kWvW2w34ZpYA>



### **ÁREA PRINCIPAL DE LA META:**

El área principal de la meta en donde estarán los resultados de la carrera, el entretenimiento, la ceremonia de Podio, el área VIP Mazda, la fiesta de pasta y área de recuperación, estará en la Plaza de la Independencia, a 500 metros de la Catedral de la Sal.

Dirección: Cl. 5 #430, Zipaquirá, Cundinamarca, Colombia

**Enlace de Google:**

<https://goo.gl/maps/iKQorbGm5bDhwL2s6>



**EL EXPERTO EN  
HIDRATACIÓN DEPORTIVA®**



HIDRATA  
REPONE  
ACTIVA®

MANTENTE BIEN HIDRATADO

® MARCA REGISTRADA  
LAS IMÁGENES MOSTRADAS SON DE REFERENCIA.

**SÁBADO 29 DE Abril**

**7:00am-10:00am** Rodada de calentamiento GFNY Bogotá. (los detalles completos se publicarán en Facebook).

- 10:00am-6:00pm** • Bike Expo de GFNY Bogotá en la Plaza de la Independencia
- Recogida obligatoria del paquete de la carrera en la Plaza de la Independencia.

**DÍA DE LA CARRERA  
DOMINGO 30 DE ABRIL**

**5:00am** Apertura del área de corrales de salida en la Catedral de la Sal. (ver el enlace de Google arriba)

---

**6:00am** Cerrada de área de corrales de salida en la Catedral de la Sal.

---

**6:30am** Comienzo de la carrera de GFNY Bogotá de las distancias de 110km y de 65km

---

**9:30am-4:00pm** Festividades de la carrera en el área dentro de la Plaza de la Independencia.

---

**10:00am** Llegada esperada en área de la meta del ganador de GFNY Bogotá.

---

**12:00pm** Ceremonia de Podio en la Plaza de la Independencia en el área de meta para los ganadores generales femenino y masculino.

---

**2:00pm (est)** Ceremonia de Podio en la Plaza de la Independencia junto al área de meta para los ganadores de grupos de edad y categorías femenino y masculino. (la hora puede variar, dependiendo de los tiempos de los finalistas. Por favor checa tus resultados en la carpa de resultados que estará ahí para ver si eres acreedor de lugar en el Podio).

---

**2:00pm** Cierre de Curso.

---

**5:00pm** Cierre de festividades y de la expo en el área de meta.

# MAPA DE RUTA



**30 ABR. 2023**

**BE A PRO FOR A DAY**



## PAQUETE DE CARRERA + EXPO



Plaza De La Independencia



Cl. 5 #430, Zipaquirá, Cundinamarca, Colombia  
<https://goo.gl/maps/iKQorbGm5bDhwL2s6>



Sábado 29 de abril: 10am-6 pm



**IMPORTANTE**



### EL HORARIO DE RECOGIDA DE PAQUETES DE CARRERA Y EXPOSICIÓN DE BICICLETAS ES: 29 ABRIL 2023 DE 10:00AM A 6:00PM

- Cada participante debe venir personalmente para recoger su paquete de carrera.
- Debes venir a la expo el sábado ÚNICAMENTE.
- Debes Estar en la exposición antes de las 5:30 pm del sábado 29 de abril para recoger tu paquete de carrera y participar en la carrera.
- Si no vienes a la exposición durante las horas de exposición, perderás tu registro y la capacidad de participar en el evento.

La EXPO GFNY Bogotá es el lugar para la recogida del número de carrera, chip de cronometraje, pulsera, jersey y bolsa de regalos. La recogida anticipada del material de la carrera es obligatoria.

Para registrarte, debes traer tu identificación con foto emitida por el gobierno y el pase de carrera GFNY que recibirás después de completar el proceso de check-in en línea en [gfny.cc](http://gfny.cc).

Podrás realizar el check-in dos semanas antes del día de la carrera y después de completar el proceso de check-in recibirás tu número de dorsal, código QR y hora de recogida del paquete seleccionado.

***La recogida de paquetes solo se puede hacer en persona. Toma en cuenta que no hay registro ni recogida de paquetes el día de la carrera del domingo.***

Tus amigos y familiares pueden acompañarte en la exposición.

Los paquetes de carrera están organizados por tu dorsal. En la entrada de la exposición, verifica el tablero para ver tu número asignado si no realizaste el check-in en línea.

A continuación, lee y firma la exención de GFNY Bogotá. Lleva tu identificación con foto al stand con tu número. A cambio de la exención firmada, obtienes tu paquete de carrera y la pulsera que te permite acceder al recorrido.

**EL PAQUETE DE CARRERA INCLUYE**

- Pulseras que se colocarán en la muñeca al recoger el paquete y deben mantenerse puestas hasta el final de la carrera. La pulsera sirve como entrada a los corrales de la carrera, estaciones de asistencia y el área de recuperación de pasta.
- Matrícula de bicicleta con chip de cronometraje y bridas que debes fijar a la parte delantera de tu bicicleta.
- Número de dorsal con 4 imperdibles para sujetar al bolsillo trasero de tu jersey. El número de dorsal también identificará tu bicicleta y equipaje facturados.
- Botella de agua Elite de 800ml.
- Jersey de la carrera de GFNY Bogotá 2023.
- Bolsa de carrera.
- Calcomanía para el tubo superior con el perfil de elevación del recorrido.
- Regalos de patrocinadores



Después de recibir tu paquete, verifica que toda tu información personal sea correcta. Si tienes algún cambio de información, como actualizar la información de contacto de emergencia o cambiar el nombre de tu equipo, dirígete al stand de CAMBIO DE DATOS / REGISTRO.

El jersey de la carrera es vestimenta obligatoria para la carrera. Recibirás la talla de jersey marcada en tu sobre, que es la talla que seleccionaste durante el registro. Si tu jersey no te queda bien, puedes ir al área de Intercambio de jerseys de la boutique GFNY Bogotá para ver si tienen otra talla disponible. Se supone que la camiseta debe ajustarte bien.

A continuación, ingresarás al área de la Expo y Boutique GFNY Bogotá donde verás más de 30 + vendedores.



**P: ¿Qué pasa si la talla de jersey que seleccioné no me queda bien? ¿Puedo cambiarlo?**

Tenemos una cantidad limitada de jerseys disponibles para el intercambio. Si encuentras que la talla de jersey que seleccionaste no es la talla correcta, dirígete al stand de INTERCAMBIO DE JERSEYS y solicita la talla que estás buscando. Es posible que no tengamos la talla exacta a la que necesitas cambiar, pero haremos todo lo posible para obtener una talla de jersey lo más cercana posible a tu talla de cambio.

**P: La exención me pide mi número de carrera. ¿Cómo puedo saber mi dorsal antes de la expo?**

GFNY ha desarrollado un proceso de check-in en el que recibirás un correo electrónico 2 semanas antes del día de la carrera y donde deberás completar el proceso para recibir tu pase de carrera, que incluye tu número de dorsal y código de confirmación QR para que lo muestres en la recogida del paquete.

**P: ¿Tengo que usar la pulsera?**

Sí, el uso de la pulsera es obligatorio. Se colocará en tu muñeca cuando vengas a recoger tu paquete de carrera en la expo y debes mantenerlo puesto hasta que salgas del área de llegada al final del evento.

**P: ¿Puedo comprar los pantalones cortos a juego y otras prendas GFNY Bogotá en la exposición?**

Sí, tenemos una cantidad limitada de ropa y accesorios GFNY Bogotá disponibles para comprar en la exposición previa a la carrera. Las cantidades son limitadas y se venden por orden de llegada. Si te preocupa la disponibilidad de artículos, te recomendamos que vengas a la exposición temprano el sábado para tener la mayor selección y disponibilidad de tamaños.

**P: Voy a volar el sábado por la noche. ¿Puede mi amigo recoger mi paquete de carrera por mí?**

No. Por razones de seguridad, cada participante tiene que estar presente en la recogida de paquetes el sábado. Si no puedes asistir a la exposición para recoger tu paquete de carrera, perderás el pase en el evento. Recomendamos cambiar tu vuelo para llegar a Bogotá a la expo a tiempo.

# CODIGO DE CONDUCTA

TOMA EN CUENTA ESTAS REGLAS PARA EVITAR PENALIZACIÓN DE TIEMPO DESCALIFICACIÓN

## REGLA DEL CARRIL DERECHO:

DEBERÁS CIRCULAR A LA DERECHA DEL CAMINO EN TODO MOMENTO, ESPECIALMENTE EN LA ESCALADA DE CHIPINQUE Y SOBRE LA CARRETERA NACIONAL. HABRÁ CONOS DURANTE LA CARRERA QUE DIVIDIRÁN LOS CARRILES.

## AUDÍFONOS:

ESTÁ PROHIBIDO EL USO DE AUDÍFONOS, SIN EXCEPCIONES. QUEREMOS QUE ESTÉS CONSCIENTE DE TUS ALREDEDORES.

## JERSEY OFICIAL Y BRAZALETE:

DEBERÁS USAR EL JERSEY OFICIAL, NÚMERO BIB Y BRAZALETE DURANTE TODO EL EVENTO.

## ASISTENCIA EXTERNA:

NO ACEPTES ASISTENCIA EXTERNA EN NINGÚN LUGAR FUERA DE LAS ZONAS OFICIALES DE ABASTECIMIENTO.

## SIGUE LA RUTA:

RUEDA SOBRE LA RUTA DESIGNADA POR GFNY MONTERREY. TENEMOS VARIOS PUNTOS DE CONTROL DESIGNADOS A LO LARGO DEL RECORRIDO PARA VERIFICAR QUE COMPLETES LA RUTA DESIGNADA.

## PRIMEROS AUXILIOS:

SI VES UN CICLISTA EN EL SUELO EN VISIBLE DIFICULTAD, DETENTE Y BRÍNDALE AYUDA A MENOS QUE ESTÉ SIENDO AUXILIADO POR AL MENOS TRES PERSONAS. SI ESTÁS SOLO, PUEDES LLAMAR AL 911 Y ESPERAR A QUE LLEGUE LA AMBULANCIA AL LUGAR. PUEDES CONTINUAR SI A) LA VÍCTIMA ESTÁ EN APTAS CONDICIONES B) ES SERVICIO MÉDICO SE ENCUENTRE EN EL LUGAR. AYUDA A LOS DEMÁS, PUEDE QUE ALGÚN DÍA TÚ NECESITES AYUDA.

## SANITARIOS:

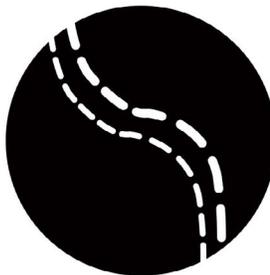
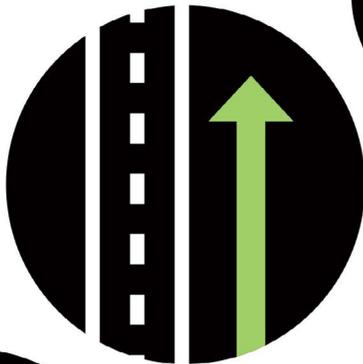
POR FAVOR, UTILICE LOS BAÑOS DESIGNADOS. NO CONTAMINE PROPIEDAD PÚBLICA NI PRIVADA.

## BASURA:

POR FAVOR, NO CONTAMINE EL AMBIENTE. TU JERSEY DE GFNY MONTERREY TIENE UN BOLSILLO ESPECIAL DESIGNADO PARA LA BASURA A CADA LADO. HAY CUATRO ECO ZONAS AL LADO DE CADA PUESTO DE ABASTO DURANTE EL RECORRIDO, CON BOTES DE BASURA AMPLIOS PARA SU USO DURANTE LA MARCHA.

## RESPETA:

SÉ CORTÉS Y RESPETUOSO CON LOS DEMÁS CICLISTAS, VOLUNTARIOS, ESPECTADORES Y EL PERSONAL - ¡GRACIAS!



# CATEGORÍAS



## GANADORES GENERALES

Los ganadores absolutos de la rama femenil y varonil celebrarán con el Jersey de Campeones de GFNY.

## JERSEY DE CAMPEONES

El jersey de campeones será otorgado a todos los ganadores de pódium de distancia larga de cada categoría, incluyendo grupos por edad, equipos, “El&Ella”, y generales.

## COMPETENCIA INDIVIDUAL

Los grupos por edad son:

18-34 varonil/femenil	60-64 v/f
35-39 v/f	65-69 v/f
40-44 v/f	70-74 v/f
45-49 v/f	75+79v/f
50-54 v/f	80+v/f
55-59 v/f	

Cada finalista recibe la medalla de finalista de GFNY Bogotá. Todos los ganadores de pódium deberán usar el Jersey de Campeones en el momento de la premiación, el cual les será entregado antes de subir al pódium.

## COMPETENCIA POR EQUIPOS

Los competidores individuales podrán registrarse como miembros de un equipo para participar en la competencia por equipos de GFNY Bogotá.

Los cuatro tiempos más rápidos de cada equipo serán añadidos y clasificados para determinar al equipo más rápido. Los ganadores de pódium de equipos de 4 personas serán acreedores de premios especiales.

Todos los miembros de un equipo que compitan en la categoría por equipos serán elegibles para premios individuales de grupos por edad.

## CATEGORÍA ÉL & ELLA

Una pareja de ciclistas hombre y mujer deberán cruzar la meta con una diferencia no mayor a 30 segundos entre cada uno.

Sabemos que es difícil encontrar a dos ciclistas con la misma habilidad y condición de distintos géneros. Por lo mismo, ayudarse, empujarse, apoyarse y trabajar juntos está permitido en esta categoría. La competencia ÉL & ELLA consiste en dos grupos por edad: sub-90 y 90+ años combinados entre los dos miembros.

Los participantes de ÉL & ELLA no son elegibles a premiaciones en la categoría individual ya que la asistencia entre miembros del equipo está permitida y es fomentada.



# DÍA DE LA CARRERA

## ¡IMPORTANTE!



ASEGÚRATE DE LLEVAR PUESTO EL JERSEY DE CARRERA, LA PLACA DE LA BICICLETA, EL DORSAL Y LA PULSERA OBLIGATORIOS. NO SE TE PERMITIRÁ ENTRAR EN LOS CORRALES SIN ELLOS.



Cl. 5 #430, Zipaquirá, Cundinamarca, Colombia



<https://goo.gl/maps/mJ-BkCNzsCqsZCiLo9>



## ZONA DE INICIO

El área de inicio abre a las 5:00 a.m. No llegues más tarde de las 6:00 a.m. Tomará tiempo para que todos se registren y lleguen a los corrales. El acceso a los Corrales cierra a las 6:00am. Si llegas después de las 6:00 am te arriesgarás a no tener acceso a los corrales y no estar en los resultados.

¿La zona de salida se encuentra en la Catedral de Sal? Si vienes en coche, puedes aparcar tu coche en cualquiera de las zonas de aparcamiento de la salida y luego montar tu bicicleta hasta la zona de salida. La entrada dentro de la Catedral de Sal es muy pequeña y será uno por uno. No uses tus gafas de sol dentro de la mina, ya que está muy oscuro. También se recomienda usar un chaleco, ya que también hará frío dentro de la mina. Los baños estarán ubicados fuera de la mina junto a la entrada principal. También aconsejamos ir al baño antes de entrar en la mina para ahorrar tiempo.

El Jersey verde GFNY Bogotá 2023 que recibirás en la exposición es vestimenta obligatoria para los participantes de GFNY Bogotá. Cualquier otro jersey GFNY o cualquier otro jersey no está permitido y resultará en una penalización de 10 minutos.

Asegúrate de tener tu pulsera GFNY Bogotá puesta. Es tu pase de acceso completo al área de inicio de GFNY Bogotá, estaciones de asistencia, carreteras públicas cerradas, fiesta posterior a la carrera, rifas y verificación de bicicletas en la meta.

**¡Sin pulsera, no hay inicio!**

Coloca la matrícula de la bicicleta en la parte delantera del manillar con las bridas proporcionadas. Tu placa de bicicleta te identifica como participante oficial con la policía y el personal de GFNY Bogotá. También tiene tus chips de cronometraje adheridos a ella, y los chips de cronometraje sólo funcionarán si la placa de la bicicleta está inalterada y se fija según las instrucciones.

**¡Sin placa de bicicleta, no hay salida y no hay cronometraje!**



### **P: ¿Cómo se organizan los corrales de carreras?**

Los números son asignados por el tipo de boleto, el status de calificación, grupos por edad y distancia. Si tus amigos están en tu misma categoría, estarán en el mismo corral de salida. Sin embargo, si estás en una categoría diferente, todavía pueden comenzar el evento juntos, pero la persona que está al frente debe moverse al corral de atrás donde está su amigo, y de forma contraria. El participante que está en un corral más atrás, no podrá moverse adelante. Saltarse a un corral hacia adelante no respetando el número asignado, resultará en una penalización de 10 minutos añadidos al tiempo final del participante.

### **P: ¿A qué hora comienza la carrera?**

La carrera comenzará a las 6:30 am en punto, llueva o truene. Habrá una ceremonia de apertura y una caravana de salida para comenzar la carrera. Espera velocidades rápidas durante la salida, ya que los ciclistas están compitiendo para ponerse en posición y formar sus grupos.

### **P: ¿Debo llevar artículos personales conmigo?**

Asegúrate de ponerte protector solar y desayunar por la mañana. Trae tu identificación, efectivo, tarjeta de crédito y teléfono celular contigo. Llena ambas botellas de agua y guarda algo de comida en los bolsillos de tu jersey. Habrá una estación de aperitivos / café solo para participantes VIP en la línea de salida.

### **P: ¿Qué servicios están disponibles en el área de salida?**

El área de salida tiene: registro de equipaje, baños, servicio mecánico, servicio médico y la carpa y área VIP Mazda por la mañana. Habrá una carpa designada con un letrero que dice entrega de equipaje donde podrás entregar tu equipaje. Tanto los corredores de larga como de media distancia pueden dejar su equipaje allí y recogerlo en el mismo lugar después de la carrera. No dejes ningún objeto de valor en tu equipaje porque GFNY Bogotá no se hace responsable de ningún artículo mojado, perdido o robado.

Todo debe ser recogido en la meta antes de las 4pm o será descartado.

### **P: ¿Cómo entro en los corrales de salida?**

Para entrar en los corrales de salida, tendrás que pasar por seguridad. Una vez que pases el área de seguridad, continuarás hacia adelante hasta que veas la entrada del corral que tendrá el color de corral correspondiente, que es del mismo color que tu pulsera GFNY Bogotá.

Por favor, ayúdanos a mantener limpia el área de inicio depositando basura en las bolsas atadas a las barricadas que bordean los corrales de salida.

Tu chip de cronometraje no comenzará a contar tu tiempo de carrera hasta que tu chip cruce el tapete de cronometraje de la línea de salida.

### **P: Somos parte de un grupo, ¿podemos empezar juntos?**

Siempre puedes moverte más atrás si quieres comenzar con un amigo, pero no más adelante. Si hay varios miembros en tu grupo, la persona con el número de dorsal más bajo puede moverse a un corral más atrás. Todos tienen que alinearse en el corral del miembro del grupo con el número más alto.

## DURANTE LA CARRERA

### ¿QUÉ TAN RÁPIDO TENGO QUE CONducIR, HAY UN TIEMPO LÍMITE?

Puedes conducir tan rápido como quieras. Sin embargo, el límite para completar el evento es a las 2:00 pm, lo que significa que tienes 7.5 horas para completar el curso completo. Esto es aproximadamente 10 mph, incluida la parada en las estaciones de ayuda. Un carro escoba seguirá el curso a 10 mph. Los rezagados que pasan por el automóvil pueden subirse o recorrer por su cuenta la ruta solos, fuera del evento.

### ¿DÓNDE ESTÁN LOS AVITUALLAMIENTOS Y QUÉ PUEDO ENCONTRAR ALLÍ?

El recorrido de 110 km tendrá 5 avituallamientos en el km 32, km 45, km 63,5, km 82, y km 101. El recorrido de 65 km tendrá 2 avituallamientos en el km 32 y km 45. Las ubicaciones exactas de los puestos de ayuda se pueden encontrar en el mapa del curso en esta revista.

Los avituallamientos tendrán una combinación de todos o algunos de los siguientes productos.

- Geles deportivos
- Bebidas deportivas Gatorade
- Hidratación deportiva
- Agua
- Varias frutas de temporada
- Varios tipos de alimentos frescos del tamaño de un bocado.

No hay “alimentación sobre la marcha”. Usa tu botella GFNY Bogotá para rellenar. GFNY Bogotá es un evento ecológico. No proporcionamos tazas ni botellas.

### ¿LAS CARRETERAS ESTARÁN COMPLETAMENTE CERRADAS?

GFNY Bogotá trabaja con agencias policiales locales, estatales y federales para asegurarse de que el camino sea seguro para todos y moderado por la policía. La policía moderada significa que todos los vehículos tendrán que obedecer todas las instrucciones de la policía mientras circulan por el recorrido. Sin embargo, los participantes deben permanecer a la derecha de la carretera y los conos en todo momento para evitar la descalificación de la carrera.

### ¿QUÉ PASA SI TENGO UN PROBLEMA MECÁNICO EN EL CURSO?

Recomendamos encarecidamente a todos los participantes que tengan habilidades básicas de seguridad y reparación, y en particular que arreglen un neumático pinchado. Todos tienen que traer al menos una bomba, palancas y una cámara de repuesto. Sin embargo, si no puedes realizar la reparación, tendremos un servicio de vehículos con un equipo de mecánicos que conducirán a lo largo de la ruta durante todo el día. Si tienes un problema mecánico que no se puede arreglar fácilmente, habrá transporte para llevarte de regreso al área de meta. Ten en cuenta que la espera para la asistencia y / o el carro escoba puede ser larga y al esperar corre el riesgo de pasar del tiempo límite y no poder terminar el evento. Visita tu tienda local de bicicletas para aprender las habilidades básicas de reparación, mira videos en línea o pregúntale a un amigo ciclista experimentado.

### SI NECESITO ASISTENCIA MÉDICA, ¿QUÉ DEBO HACER?

El servicio médico de emergencia estará en las estaciones de ayuda, y en el curso. También habrá ambulancias rodantes dando vueltas alrededor de la ruta durante todo el día. Oficiales de policía, alguaciles y mecánicos de bicicletas viajarán en el curso en motocicletas y automóviles. Los oficiales de policía estarán estacionados en las intersecciones controlando el tráfico y los voluntarios guiarán a los ciclistas por turnos en varios lugares.

Cada una de estas personas podrá ayudar en caso de una emergencia. Si necesitas ayuda, informa a alguien en la ruta y te brindarán ayuda lo más rápido posible, permaneciendo contigo hasta que llegue la ayuda. No importa en qué punto, la ayuda siempre estará cerca.

### SI TENGO UN MAL DÍA Y ME DOY CUENTA DE QUE NO PODRÉ TERMINAR, ¿QUÉ HAGO?

GFNY Bogotá tendrá vehículos de Equipo y Soporte, SAG (Support and Gear) a lo largo del recorrido para cualquier ciclista que no pueda completar el evento. Trata de llegar al puesto de abastecimiento más cercano, y ahí encontrarás comida, agua, servicios médicos de emergencia, así como voluntarios para hacerte compañía. Si no puedes ir a una estación de ayuda, sal de la carretera y espera hasta que pase un mecánico o SAG, quienes estarán atentos a los ciclistas detenidos. Si está montando y ves a un ciclista al costado de la carretera que necesita ayuda, cuando llegues al siguiente oficial de policía o voluntario, informa que viste a un ciclista detenido y su ubicación aproximada, ellos llamarán a una ambulancia.

### ¿SE PERMITEN BICICLETAS DE TRIATLÓN O BARRAS AERODINÁMICAS?

Por razones de seguridad, no se permiten bicicletas de triatlón o bicicletas con barras aerodinámicas.

### P: HABÍA FOTÓGRAFOS EN EL CAMPO TOMANDO MI FOTO, ¿CÓMO COMPRO MIS FOTOS DE CARRERA?

La mejor compañía de fotografía de participantes del mundo, Sportograf, está en el curso tomando sus fotos de carrera. Poco después de la carrera, tus fotos personales estarán listas para su compra con tu número de dorsal.



## CRONOMETRAJE

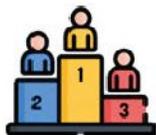
GFNY Bogotá estará cronometrado de principio a fin. Los resultados estarán disponibles en tu cuenta GFNY en [gfny.cc](https://gfny.cc) inmediatamente después de la carrera. También podrás ver los resultados en [gfny.cc//results](https://gfny.cc/results). Si tienes alguna duda sobre tu resultado, consulta con los cronometradores directamente en la línea de meta o vía correo electrónico a [colombia@gfny.com](mailto:colombia@gfny.com)

Los chips de sincronización desechables están unidos a la parte posterior de la placa de tu bicicleta. Asegúrate de colocar la placa de la bicicleta en la parte delantera de tu bici y no dobles el número de carrera para que el chip se lea correctamente en los puntos de control a lo largo del recorrido.



## REGLAMENTO

Asegúrate de leer el reglamento de la carrera que se encuentra en <https://gfny.com/cycling-rules/> para familiarizarte con las reglas.



## COMPETENCIA

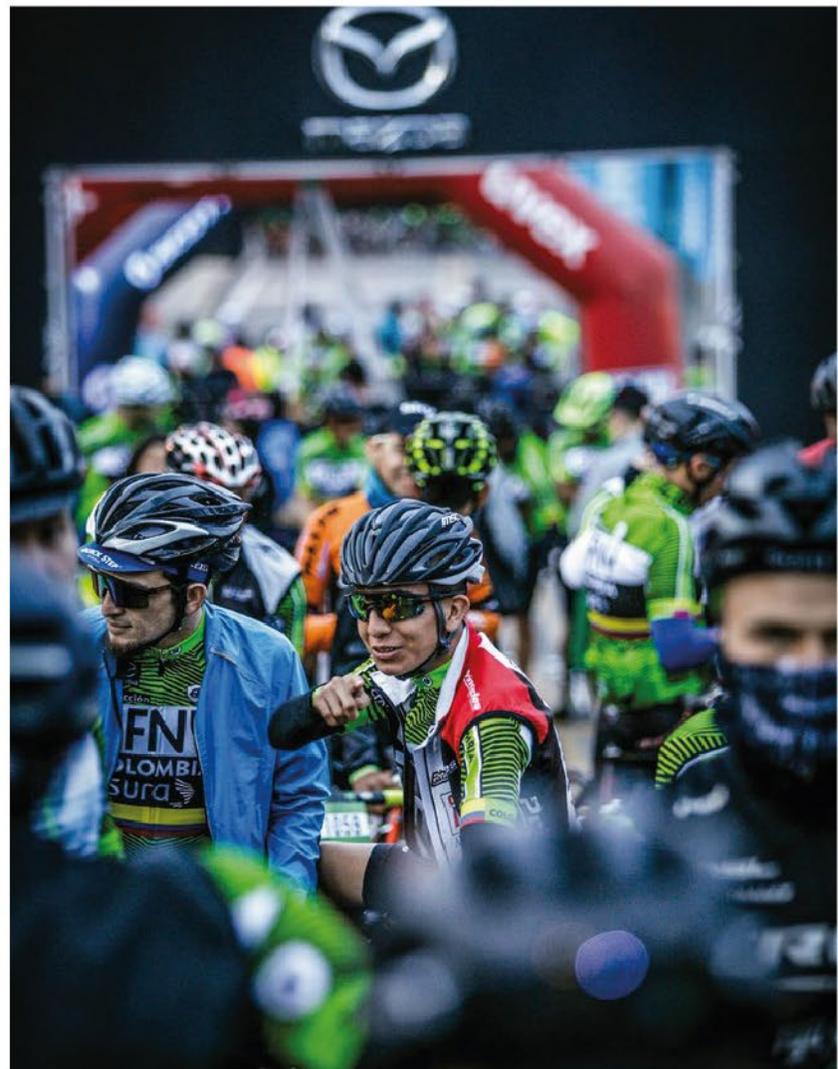
Sólo los finalistas del recorrido largo son elegibles para las clasificaciones de categoría y los premios General y Podio. A los corredores de recorrido medio se les facilitará su tiempo de salida pero no se clasificarán por tiempo de llegada. Todos los tiempos de finalización se enumerarán en orden alfabético.



## MEDIO AMBIENTE

GFNY está comprometido con la protección del medio ambiente. Está prohibido tirar basura o comida fuera de los recipientes de basura designados en las estaciones de ayuda o “zonas ecológicas”, y puede dar lugar a una penalización de tiempo o descalificación y una prohibición de por vida en GFNY. Consulta el punto 8 del reglamento GFNY (<https://gfny.com/cycling-rules/>).

Puedes leer más sobre las iniciativas ecológicas que ha emprendido GFNY en: [gfny.com/environment](https://gfny.com/environment).





## META

### ¿Dónde termina el cronometraje oficial de la ruta de larga distancia?

El cronometraje oficial de todos los participantes de larga distancia terminará en la cima de El Águila. Desde allí, podrás regresar tranquilamente a la zona de meta principal, que está cerca de donde comenzó la carrera. Una vez que cruces la línea de meta, recibirás bocadillos y bebidas para refrescarte. La zona de meta principal donde recibirás tu medalla de finalista, disfrutarás de la ceremonia del podio, los resultados y todas las festividades se encuentra en la Plaza de la Independencia a 500 metros de la Catedral de Sal, donde comenzó la carrera.

### ¿Dónde termina la ruta de media distancia?

Todos los que recorran la ruta media terminarán también donde el inicio de la carrera fue en la Plaza de la Independencia, donde recibirán sus medallas de finalista, y disfrutarán del área de recuperación de Gatorade y de todas las festividades.

### ¿Qué sucede después de cruzar la línea de meta?

El área de meta de GFNY Bogotá en la Plaza de la Independencia es un escenario perfecto para una línea de meta y una ceremonia de podio. Rodeada por increíbles restaurantes, cafés y hermosas vistas a la montaña.

Esta área es realmente refrescante para relajarse y divertirse al estilo GFNY. Una vez que cruces la línea de meta, recibirás tu medalla de finalista GFNY Bogotá para celebrar tu arduo trabajo y bebidas frescas de Gatorade para enfriar tu motor. Aquí también habrá una buena selección de frutas, y una amplia selección de varios bocadillos para ayudar a reparar tus músculos. Desde allí tendrás la opción de aparcar tu bicicleta en nuestra zona de aparcamiento seguro para bicicletas.

### ¿Puedo recibir un masaje en la zona de meta?

Sí. Habrá un equipo de terapeutas de masaje en el área de meta listos para ayudar a relajar tus músculos después de tu largo día en el sillín.

### ¿Dónde puedo encontrar mis resultados?

Los resultados preliminares de la carrera se ubicarán en la carpa de resultados al lado de la boutique GFNY Bogotá. También podrás encontrar tus resultados preliminares en nuestra aplicación de resultados en vivo que estará disponible poco antes de la carrera. Los resultados oficiales estarán disponibles en el sitio web de GFNY Bogotá y en tu cuenta personal de GFNY en [gfny.cc](http://gfny.cc)



**¿La Pasta Party es gratis para todos?**

Sí. Todos los ciclistas de GFNY Bogotá reciben una comida gratis con su pulsera. Comidas adicionales están disponibles para familiares y amigos para comprar en el área de meta. Siéntate, relájate, toma una bebida fría y escucha entretenimiento en vivo mientras disfrutas de las montañas y las famosas vistas del parque de fondo. Este es tu momento para compartir todas tus historias y experiencias de carreras de días con tu familia y amigos.

**¿A qué hora comienza la entrega de premios?**

Habrán dos ceremonias de premios. La primera comenzará a las 12:00pm para los ganadores generales femenino/masculino. La segunda ceremonia de premiación comenzará a las 2:00 pm (tentativamente) para los ganadores de grupos por edad y categorías, (femenino/masculino). La ceremonia de entrega de premios comenzará en la zona de meta junto a la zona del podio. Todos los participantes deben verificar sus resultados para ver si obtuvieron una posición en el podio y, de ser así, deben ingresar a la carpa de ganadores que se encuentra en la parte trasera del podio. La carpa de los ganadores es donde todos los ganadores serán llamados al escenario para recibir sus premios y trofeos. Solo los corredores de distancia larga califican para los resultados del podio y los premios de acuerdo con las reglas y regulaciones de GFNY World.

**¿Cómo vuelvo de la meta?**

Te recomendamos que traigas un vehículo para estacionar en el área de salida / llegada o que contrates un vehículo para que te recoja si te hospedas en un hotel.

**¿Qué hay disponible en la zona de meta?**

- Área vip mazda
- Área de recuperación de gatorade
- Aparcamiento de bicicletas
- Área de equipaje
- Fiesta de pasta
- Agua y bebidas
- Música
- Medallas de finalista
- Entrega de premios
- Boutique gfny bogotá
- Expo zona de patrocinadores
- Sillas de salón
- Médico
- Carpa de resultados
- Objetos perdidos



# RACE IN PARADISE

NOV 12, 2023



**BE A  
PRO  
FOR A  
DAY**

**LONG  
DISTANCE  
160KM**

**SHORT  
DISTANCE  
80KM**

**REGISTER NOW**



[COZUMEL.GFNY.COM](http://COZUMEL.GFNY.COM)





# GFNY BOGOTÁ



# NOS VEMOS EL PRÓXIMO AÑO

[BOGOTA.GFNY.COM](http://BOGOTA.GFNY.COM)