

GFNY

ZAPOPAN

2023

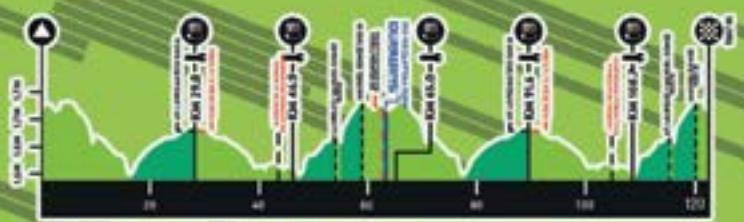
MÉXICO



COURSE MAP



62 km
DISTANCIA MEDIA



124 km
DISTANCIA LARGA

BIENVENIDAS Y BIENVENIDOS A ZAPOPAN, CIUDAD DE LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS

Nos da muchísimo gusto recibir, en la Ciudad de las Niñas y los Niños, a toda la comunidad ciclista que participará en este emocionante evento, GFNY Zapopan.

Zapopan les espera con los brazos abiertos para enfrentar juntas y juntos el reto del GFNY. El evento que se avecina representa mucho más que una carrera, es el reflejo de la determinación, pasión y el espíritu de superación de cada uno de ustedes. Prepárense para recorrer nuestras calles y avenidas con una ruta que pondrá a prueba sus habilidades y resistencia. Tengan la certeza de que la belleza de nuestro entorno y el calor de nuestra gente les impulsarán en cada pedaleada.

Durante su estadía en nuestra ciudad podrán disfrutar de una serie de experiencias culturales y gastronómicas que los cautivarán. No pierdan la oportunidad de sumergirse en nuestras tradiciones y sabores únicos.

Las y los invito a disfrutar cada momento de este increíble evento deportivo. Deseo que puedan regresar con un pedacito de nuestra ciudad.

En Zapopan estamos listas y listos para ser testigos de su esfuerzo y dedicación. Gocen la emoción y la satisfacción de cruzar la línea de meta.

¡Les deseamos un evento exitoso y emocionante! Que su paso por Zapopan sea enriquecedor y memorable.

Juan José Frangie Saade
Presidente Municipal de Zapopan





BIENVENIDOS A LA SEGUNDA EDICIÓN DE **GFNY** ZAPOPAN

Como ciclista de GFNY, no solo participas en una carrera, sino que te estás convirtiendo en parte de una comunidad global que comparte la pasión por el ciclismo y acepta el desafío de ir más allá de sus límites.

Reconocemos el trayecto que has realizado para llegar a este punto; los paseos temprano en la mañana, las duras sesiones de entrenamiento, los contratiempos y la perseverancia. A través de este viaje, has desarrollado las habilidades y la mentalidad para abordar esta carrera y superar los obstáculos. ¡Admiramos tu coraje y determinación, y esperamos que esta carrera sea sobresaliente en tu experiencia en bicicleta!

Los participantes de GFNY Zapopan tendrán la oportunidad única de convertirse en profesionales por un día, experimentando la emoción de un evento de nivel internacional. Como organizadores, estamos comprometidos a brindarte la mejor experiencia posible, con una logística impecable, increíbles estaciones de ayuda, camisetas de alta calidad, medallas de finalista y una fiesta inolvidable en el área de llegada. Siempre nos esforzamos por ofrecer la carrera de la más alta calidad posible, ¡haciendo de GFNY Zapopan un evento de ciclismo de primera clase!

Nos gustaría expresar nuestra sincera gratitud al gobierno de Zapopan por su apoyo y asociación para traer esta emocionante carrera a esta hermosa ciudad. Agradecemos su dedicación a promover el ciclismo y hacer posible este evento. Su asociación es fundamental para el éxito de esta carrera, ¡y esperamos continuar esta asociación y traer un evento memorable para los entusiastas del ciclismo en los próximos años!

¡Prepárate para rodar con pasión y corazón, conquistar nuevas alturas y formar parte de la familia GFNY!

Sinceramente

La familia GFNY México

Shaun Gad
Daniela Gad
Miguel González



¡Bienvenidas y bienvenidos a Guadalajara!

Además de darles una cálida bienvenida a la ciudad que, como dice la canción del gran Pepe Guízar, tiene el alma más mexicana, quiero transmitirles que estamos sumamente emocionados de recibir a la comunidad ciclista nacional e internacional que participará en esta edición del GFNY.

La Perla Tapatía tiene una estrecha relación con el mundo del deporte, aquí se han formado y consolidado grandes campeonas y campeones. Nombres como el de Sergio "Checo" Pérez, Saúl "Canelo" Álvarez, Lorena Ochoa o la medallista olímpica, Alejandra Orozco, campeona de la UFC, Alexa Grasso, patinador artístico Donovan Carrillo y ganador al Óscar, Guillermo Del Toro, por solo mencionar algunos, dieron aquí sus primeros pasos hacia la grandeza, posicionando a esta tierra como semillero por excelencia de grandes atletas.

Estoy plenamente convencido del poder transformador del deporte, el cual, además de mantenernos sanos y en forma, nos brinda una alternativa para el sano entretenimiento, nos permite construir una mentalidad competitiva y disciplinada y de enorme utilidad para cualquier ámbito de la vida profesional.

Por eso, le hemos apostado en serio a traer grandes eventos como el GFNY a Guadalajara, una competencia de alta exigencia que ofrecerá a sus participantes la oportunidad de pedalear por los lugares más emblemáticos y coloridos de la capital de Jalisco.

Disfruten de esta competencia, siéntanse como en casa y disfruten de todo lo que Guadalajara tiene para ofrecerles. Estoy seguro de que muy pronto querrán volver para seguir disfrutando de sus inigualables atractivos.

¡Mucho éxito, para todas y todos!

Pablo Lemus Navarro

Presidente Municipal de Guadalajara



ROPA DE CARRERA

GFNY

GFNY®:
ROPA DE CARRERA DE CALIDAD

La ropa de GFNY se produce al 100% en Italia, en la fábrica líder mundial en ropa de ciclismo. Con décadas de experiencia en cortar y coser ropa de ciclismo, la fábrica produce ropa para la mayoría de las marcas de ciclismo de alto nivel y más de la mitad del pelotón del World Tour, por lo que puedes estar seguro de que tu ropa de GFNY la producen expertos en ropa de ciclismo.

Pasamos meses en investigación y desarrollo de cada artículo de ropa de GFNY, utilizando los últimos tejidos de alta tecnología que reaccionan a tu cuerpo y eliminan la humedad. Nos enfocamos en cortes que proporcionan el ajuste ideal para tu máxima comodidad y rendimiento.



NUEVO TEJIDO DE ALTA TECNOLOGÍA PARA MANTENER TU CUERPO MÁS FRESCO

LA ROPA ESTÁ DISPONIBLE EN LA EXPO DE BICICLETAS DE GFNY ZAPOPAN Y EN LÍNEA EN GFNYMEXICO.COM





NUEVOS BIB SHORTS CON CORTE EN BRUTO CON INSERCIÓN DE SILICONA Y TECNOLOGÍA DE COMPRESIÓN CORRECTA



GFNY CREÓ LAS CAMISETAS DE 5 BOLSILLOS EN 2012. CADA CAMISETA DE GFNY TIENE LOS 5 BOLSILLOS DE FIRMA QUE HAS LLEGADO A CONOCER Y AMAR DE GFNY



PROGRAMA DE EVENTOS

EXPO PREVIA A LA CARRERA @ ESTADIO AKRON

GFNY ZAPOPAN PRE-RACE EXPO:
ESTACIONAMIENTO DEL ESTADIO AKRON, PARTE TRASERA.

Dirección
C. Cto. JVC 2800, El Bajío, 45019 Zapopan, Jal.
Enlace de Google Earth: <https://goo.gl/maps/8erAYEYWfai5W1s69>

ZONA DE INICIO

La zona de salida donde todos los corredores entrarán en sus corrales por la mañana y donde comenzará la salida oficial de la carrera en la sección trasera del Estadio Akron.

Enlace de Google Earth:
<https://goo.gl/maps/26bKFA4HwMuaNWpw6>

ZONA PRINCIPAL DE LLEGADA

El área de llegada principal donde se encuentran todos los resultados de la carrera, el entretenimiento, la ceremonia del podio, el área VIP, la zona de fiesta y el área de recuperación de pasta se ubicará en la sección trasera del estadio Akron, junto a donde estaba el área de salida.

Enlace de Google Earth:
<https://goo.gl/maps/26bKFA4HwMuaNWpw6>

HORA LÍMITE OFICIAL

Habrá un tiempo límite oficial para los corredores de larga distancia anunciado en nuestras páginas de redes sociales una vez confirmado por la policía local. Por favor, manténgase atento y esté atento. Si los corredores de larga distancia no hacen el tiempo de corte a una cierta distancia, se le redirigirá a la ruta de media distancia. Normalmente damos alrededor de 3:30 horas para la distancia media, que es tiempo más que suficiente para todos.

VIERNES 29 DE SEPTIEMBRE

1pm - 6pm
GFNY Zapopan Bike Expo @ Parte trasera del estadio Akron.

1pm - 6pm Recogida obligatoria del paquete de carrera @ Parte trasera del estadio Akron.

1pm - 6pm Recogida obligatoria del paquete de carrera GFNY Kids Zapopan @ Parte trasera del Estadio Akron.

SÁBADO 30 DE SEPTIEMBRE

7am - 10am GFNY Rodada de calentamiento GFNY Zapopan (los detalles completos se publicarán en Facebook).

8:00am - Inicio de GFNY Kids Zapopan @ Parte trasera del Estadio Akron, (todos los grupos de edad deben estar en el área de inicio 30 minutos antes).

12pm - 6pm GFNY Zapopan Bike Expo @ Parte trasera del estadio Akron.

12pm - 6pm Recogida obligatoria del paquete de carrera @ Estadio Akron.

DÍA DE LA CARRERA

DOMINGO 1 DE OCTUBRE

5:00AM

Apertura del área de salida corrales @ Estadio Akron (sección trasera) Google Earth link arriba.

6:00AM

Cierre de la zona de salidas corrales por el Estadio Akron.

6:30AM

Inicio de GFNY Zapopan distancia larga y media.

9:00AM- 4:00PM

Festividades y exposición de la línea final en la parte trasera del estadio Akron por área de meta principal.

9:45AM

Se espera la llegada del Ganador de GFNY Zapopan 2023.

12:00PM

Ceremonia del podio @ Área de Llegada principal del estadio Akron para los ganadores generales masculinos / femeninos.

2:00PM

Ceremonia de entrega de premios de Podio @ Estadio Akron, área de llegada principal para los ganadores de grupos de edad y categorías masculinos / femeninos. (la hora puede ser cambiada basada en los tiempos de los finalistas. Por favor, compruebe sus resultados en la carpa de resultados para ver si será llamado al podio).



3:00PM

Sorteo del Premio de la Rifa que incluye bicicletas BMC, componentes Shimano, productos GFNY y mucho más. Les pedimos estén atentos a nuestras páginas de Facebook e Instagram).

4:00PM

Fin de las festividades de la línea de meta y exposición en el área de meta principal.

LÍNEA DE TIEMPO DE PREPARACIÓN PARA LA CARRERA



3 MESES ANTES:

1. Cuando reserves tu vuelo, consulta la política de la aerolínea para que puedas volar con tu bicicleta. Siempre recomendamos volar de esta manera porque es la única forma en que tienes la garantía de tener exactamente el modelo y el tamaño de la bicicleta que deseas, con los componentes, el asiento y los pedales deseados.

2. Manténte al día con cualquier noticia relacionada con la carrera visitando nuestro sitio web, página de Facebook y leyendo las noticias por correo electrónico. Muchos detalles relacionados con la preparación de la carrera GFNY están cubiertos en el podcast GFNY Daily Coffee, disponible en Apple Podcast, Spotify, Player FM, Libsyn, Stitcher, Amazon Music o cualquier otro servicio de transmisión de podcasts.

3. ¡Sal y monta tu bici! Entra en el kilometraje y la escalada necesaria para prepararte para la carrera.

1 MES ANTES:

1. Entra a tu cuenta de gfny.cc y revisa tu boleto para el tamaño del jersey, la distancia, el nombre del equipo, la información de contacto de emergencia: puede realizar cambios en estos datos hasta 21 días antes de la carrera.

2. Checa tu bicicleta y ponle neumáticos nuevos si es necesario. El principal problema de la mecánica el día de la carrera es conducir con neumáticos viejos y desgastados y bicicletas sin mantenimiento. Si estás entrenando tu cuerpo para participar en GFNY, también prepara tu bicicleta para estar lista para la carrera. La disponibilidad de última hora de piezas de bicicleta no está garantizada en el sitio.

3. Tu última oportunidad de actualizar tu corral a Club Corral es antes del límite de 21 días.

4. 21 días antes de la carrera, comenzamos el proceso de asignación de números y no es posible realizar más cambios en los datos de los atletas en línea. Si necesitas un cambio, visítanos en el área de Soluciones y Aclaraciones en la exposición.

2 SEMANAS ANTES:

1. Recibirás un correo electrónico una vez que el check-in en línea esté abierto, aproximadamente 2 semanas antes del día de la carrera. Puedes acceder al Check-in siguiendo el enlace en el correo electrónico o iniciando sesión en tu cuenta de GFNY.cc y haciendo clic en el botón Check-in junto al boleto de la carrera.

2. Al completar el check-in en línea, recibirás tu pase GFNY para la carrera, que contendrá tu número de dorsal, código QR y hora de recogida del paquete seleccionado.

3. Lee la revista de la carrera para familiarizarte con todos los detalles importantes de la carrera y la información de seguridad.

EMPACANDO:

- Revisa la lista de empaque de GFNY para asegurarte de que no olvidarás nada: gfny.com/pdfs/checklist.pdf

- Siempre trata de estar listo para todo tipo de clima y prepara opciones de ropa tanto para usar en la bici como cuando no estás rodando también.

- Asegúrate de traer tu bomba de aire, tubos de repuesto, y herramientas.



SHIMANO

GF ZAPOPAN

1 DE OCTUBRE 2023

- Para calentarte, en caso de clima frío extremo, trae una manta térmica de emergencia, un pin casco extra, guantes y calcetines extra.

- No olvides tu nutrición deportiva preferida.

- Si está lloviendo cuando estás en casa, probablemente no saldrás a dar un paseo. Pero si viajas a una carrera, probablemente comenzarás a hacerlo, incluso si el clima es malo. Por lo tanto, haz que un día difícil sea un poco más fácil al tener el equipo adecuado.

- Para estar seguro, empaca un conjunto de ropa, zapatos de ciclismo, pedales y casco en tu equipaje de mano, en caso de que tu equipaje se pierda o se retrase. Si eres muy especial con tu asiento, no olvides llevarlo también en tu carry-on.

HORA DE SALIDA:

1. Consulta en la página el Programa de Eventos para todas las actividades de la semana de la carrera, tales como paseos en grupo, hora feliz, horas de exposición y más.

2. Verifica tu itinerario de viaje; horarios de vuelo, información del hotel, traslados al aeropuerto, cómo llegar a la expo y la línea de salida.

SEMANA DE LA CARRERA:

1. Disfruta de todas las cosas divertidas que el lugar de destino tiene para ofrecer.

2. Sal en tu bici en las partes del recorrido para sentirte cómodo con tu nuevo entorno.

3. No olvides el descanso y la relajación. Dormir bien será la clave para sentirse bien en la carrera.

RECOGIDA DE PAQUETES DE LA CARRERA:

La recogida de paquetes de carrera en persona es obligatoria. Cada participante debe venir en persona para registrarse y recoger sus paquetes de carrera.

LLEGADA A LA EXPO

La exposición y la recogida de paquetes se llevan a cabo en la parte trasera del estadio Akron, donde se encontraba el área de meta el año pasado. Ofrecen un gran espacio de estacionamiento para todos.

C. Cto. JVC 2800, El Bajío, 45019 Zapopan, Jal.

Enlace de Google Earth: <https://goo.gl/maps/KyarUMynx5RvSkor5>

COSAS PARA LLEVAR CONTIGO PARA PODER RECOGER TU PAQUETE:

1. Documento de identificación con foto emitido por el gobierno (por ejemplo, pasaporte, licencia de conducir).
2. Tu pase de carrera, impreso o en tu teléfono.
3. Tu boleto, impreso o en tu teléfono.

Si recibiste un pase de carrera verde y tienes un número de carrera, debes dirigirte al área de recogida de paquetes. Si recibiste un pase de carrera amarillo y no recibiste un número de carrera, ve al mostrador de Aclaraciones y Soluciones.

PROCESO:

1. Muestra tu identificación con foto.
2. Revisa tu información personal en el sobre, verifica que todos tus datos sean correctos y que el paquete de carrera te pertenezca. Revisa el contenido del sobre para verificar que los números correctos estén en el sobre. Tu paquete debe incluir:

- Número de bicicleta con chip de cronometraje. No dobles el número de bicicleta. Doblar el número de la bicicleta puede hacer que el chip de sincronización se rompa y no registre tu tiempo. ¡Ten cuidado!

- 2 lazos giratorios para adjuntar el número de tu bicicleta a la parte delantera de la bicicleta.

- Número de jersey, que adjuntas a los bolsillos traseros de tu jersey (en tu lado no dominante).

- 4 pasadores de seguridad.

- Calcomanía de perfil, que se adjunta al tubo superior de la bicicleta.

3. Obtendrás la pulsera de participante que te colocarán en tu muñeca.

4. Si necesitas realizar algún cambio en los datos, visita el mostrador de Soluciones para atletas antes de salir de la exposición para corregir los datos.

5. Mantén tu paquete de carrera fácilmente accesible y proceda a

DESOBEDECE



Por segundo año consecutivo **Minerva** se une como patrocinador oficial de **GFNY-Zapopan** en el after party y ceremonia de premiación donde podrás refrescarte con una cerveza y disfrutar del ambiente.

Cerveza Minerva cumple 19 años siendo la Cerveza Artesanal de México; tenemos 6 cervezas de **línea** (Colonial, Viena, Stout, Pale Ale e IPA) y **Línea Maestra** la cual son nuestras cervezas de especialidad (ITA, Diosa Blanca, Playacar y San Cristóbal).

Desafíate a ti mismo y celebra tu logro el próximo **1 de Octubre** con **Cerveza Minerva**.

¡Salud!



CERVEZAMINERVA.MX

Cerveza Minerva



recoger la bolsa de regalos y el jersey de la carrera. Cuando recibas cada artículo, los amables voluntarios de GFNY marcarán en tu sobre los artículos que recibas.

6. Si necesitas probarte o cambiar tu jersey, pasa al área de cambio de jerseys, en donde habrá un probador y espejo para tu comodidad.

ANTES DE SALIR DE LA EXPO:

1. Pasa por la tienda para prepararte bien para la carrera.
2. Firma el muro GFNY.

RECOGIDA DE PAQUETES + EXPO



¡ IMPORTANTE !

LOS HORARIOS DE RECOGIDA DE PAQUETES DE CARRERA Y EXPOSICIÓN DE BICICLETAS SON:

29 de septiembre @ 1PM-6PM
30 de septiembre @ 12PM-6PM

- Cada participante debe venir en persona para recoger su paquete de carrera.
- Cada participante debe venir a la exposición el viernes o el sábado ÚNICAMENTE. Debe estar en la exposición antes de las 5:30 pm del sábado 30 de septiembre para recoger su paquete de carrera y participar en la carrera.
- Si no viene a la exposición durante las horas de exposición, perderá su registro y la capacidad de participar en el evento.

UBICACIÓN Estacionamiento del estadio Akron parte trasera Sección C. Cto. JVC 2800, El Bajío, 45019 Zapopan, Jal.

ENLACE AL MAPA DE GOOGLE: <https://goo.gl/maps/8erAYEYWfai5W1s69>

HORA:

Viernes 29 DE SEPT:
1pm-6pm
Sábado 30 DE SEPT:
12pm-6pm

GFNY Zapopan EXPO es el lugar para recoger el número de carrera, el chip de cronometraje, la pulsera, el jersey y la bolsa de regalos. La recogida anticipada del material de la carrera es obligatoria. Para realizar el check-in, traiga su identificación con foto emitida por el gobierno y el pase de carrera GFNY que recibirá después de completar el proceso de check-in en línea en gfny.cc. Podrá realizar el check-in dos semanas antes del día de la carrera y después de completar el proceso de check-in recibirá su número de dorsal, código QR y hora de recogida del paquete seleccionado.

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

Sus amigos y familiares pueden acompañarlo en la exposición. La exposición es gratuita y abierta al público.

- Los paquetes de carrera están organizados por su dorsal. En la entrada de la exposición, verifique el tablero para localizar su número asignado si no realizó el check-in en línea. Luego, lea y firme la exención de GFNY Zapopan. Lleve su identificación con foto al stand con su número. A cambio de la exención firmada, obtendrá su paquete de carrera y la pulsera que le permitirá 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 carreras, estaciones de asistencia y el área de recuperación de pasta.
- Matrícula de bicicleta con chip de cronometraje y bridas que debe fijar a la parte delantera de su bicicleta.
- Número de dorsal con 4 seguros para sujetar al bolsillo trasero de su jersey. El número de dorsal también identificará su bicicleta y equipaje facturados.
- Botella de agua Elite de 800ml.
- Jersey GFNY Zapopan 2023.
- Bolsa de carrera.
- Revista de Carrera GFNY Zapopan 2023.
- Calcomanía para el tubo superior con el perfil de elevación del recorrido.
- Regalos de los patrocinadores.

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

El jersey es vestimenta obligatoria para la carrera. Recibirá la talla de camiseta marcada en su sobre, que es la talla que seleccionó durante el registro. Si su camiseta no le queda bien, puede ir al área de Intercambio de Jersey de la boutique GFNY Zapopan para ver si tienen otra talla disponible. Se supone que la camiseta debe ajustarse bien.

A continuación, ingresará al área de boutique y exposición GFNY Zapopan donde verá más de 30 vendedores.

P: ¿Qué pasa si la talla de camiseta que seleccioné no me queda bien? ¿Puedo cambiar mi camiseta?

Tenemos una cantidad limitada de camisetas disponibles para el intercambio. Si encuentra que la talla de camiseta que ordenó es la talla incorrecta, vaya al stand de INTERCAMBIO DE JERSEY y solicite la talla que está buscando. Es posible que no tengamos la talla exacta a la que necesita cambiar, pero haremos todo lo posible para obtener una talla de camiseta lo más cercana posible a su talla de cambio.



**EL EXPERTO EN
HIDRATACIÓN DEPORTIVA®**



HIDRATA
REPONE
ACTIVA*

MANTENTE BIEN HIDRATADO

® MARCA REGISTRADA
LAS IMÁGENES MOSTRADAS SON DE REFERENCIA.



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 recibirá un correo electrónico 2 semanas antes del día de la carrera y donde deberá completar el proceso para recibir su pase de carrera, que incluye su número de dorsal y código de confirmación QR para que lo muestre en la recogida del paquete.

P: ¿Tengo que usar la pulsera?

Sí, el uso de la pulsera es obligatorio. Se colocará en su muñeca cuando venga a recoger su paquete de carrera en la expo y debe mantenerlo puesto hasta que salga del área de llegada al final del evento.

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

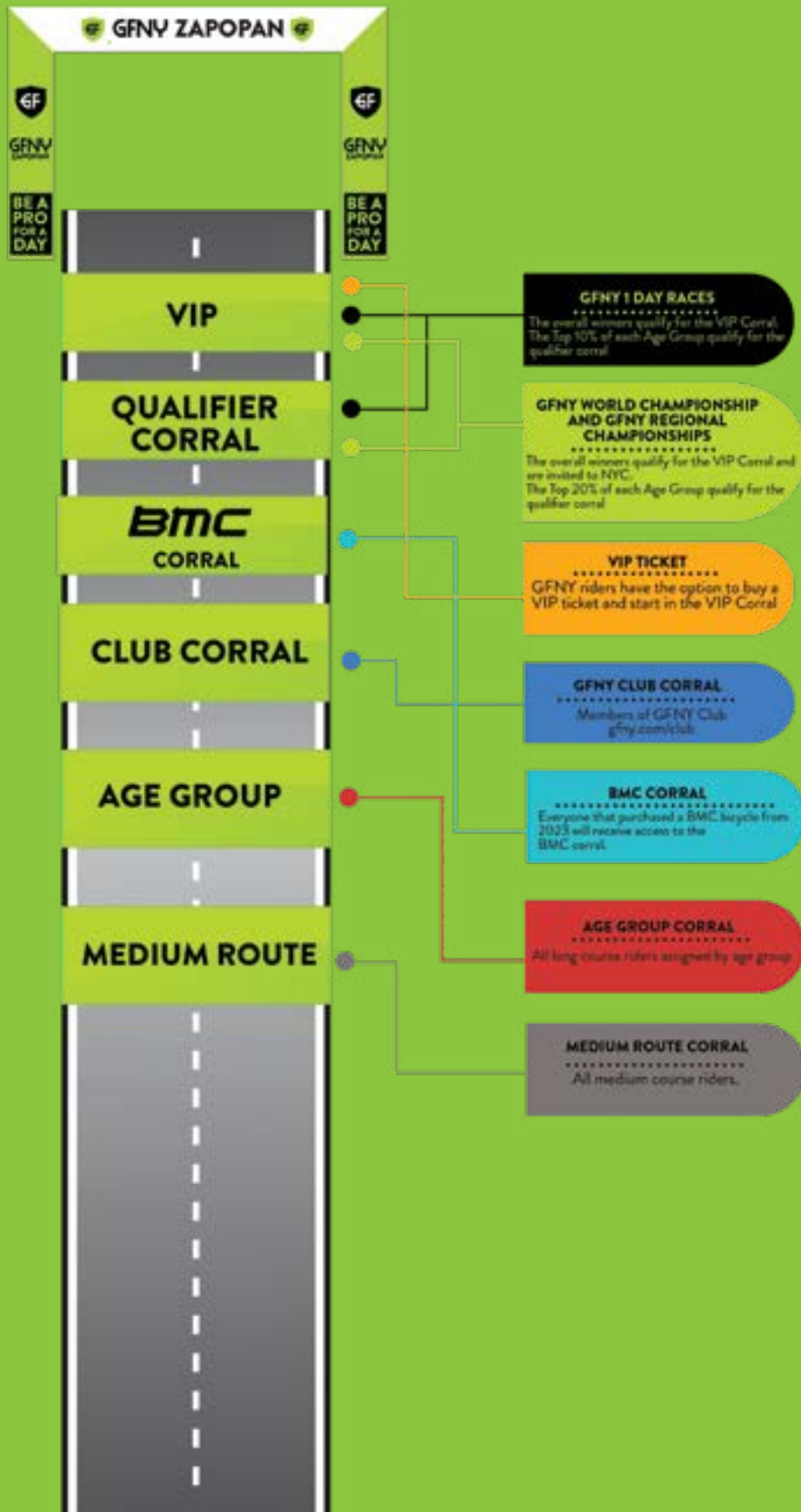
Sí, tenemos una cantidad limitada de ropa y accesorios GFNY Zapopan disponibles para comprar en la exposición previa a la carrera. Las cantidades son limitadas y se venden por orden de llegada. Si le preocupa la disponibilidad de artículos, le recomendamos que venga a la exposición temprano el viernes 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 viernes o sábado. Si no puede asistir a la exposición para recoger su paquete de carrera, perderá participar en el evento. Recomendamos cambiar su vuelo para llegar a Zapopan para llegar a la exposición a tiempo.

BMC





CORRALES DE SALIDA

A cada participante se le asigna un dorsal por categoría y grupo de edad. Puedes leer más sobre las categorías de carrera aquí: gfny.com/cycling-categories El color de tu pulsera indicará tu corral de inicio.

Los números de carrera y los colores del brazalete solo se asignan a los atletas que completaron el check-in para la carrera. Sólo entra a gfny.cc e inicia sesión o crea una cuenta con tu correo electrónico y completa su check-in.

1er corral: Ganadores de cualquier carrera GFNY World celebrada desde la última carrera del GFNY World Championship.

1er corral: Atletas que compraron una entrada VIP.

2do corral: Corral clasificatorio: Atletas que, en los últimos 380 días, terminaron en el 10% superior de su grupo de edad en cualquier GFNY o en el 20% para los Campeonatos Continentales: América del Norte, América del Sur, Europa, Asia, Medio Oriente-África, y están inscritos en el evento, 21 días antes de que se lleve a cabo. Puedes verificar tu estado de calificación y la fecha de validez / vencimiento en tu cuenta, etc. En gfny.cc.

2do corral: Atletas que compraron una bicicleta BMC durante 2023 y han enviado un correo electrónico a mexico@gfny.com validando la compra.

3er corral: GFNY Club Corral: Miembros del Club GFNY gfny.com/club

3er corral: Él y Ella equipos.

4to + corrales: Inicio por números de carrera por grupos de edad, de menor a mayor.

Corral trasero: Todos los atletas que se registraron después del 15 de septiembre de 2023.

DÍA DE LA CARRERA



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

LUGAR DESIGNADO DE SALIDA:
SECCIÓN TRASERA DEL ESTADIO AKRON

ZONA DE INICIO

El área de inicio abre a las 5:30 a.m., no llegues más tarde de las 6 a.m. Tomará tiempo para que todos se registren y lleguen a los corrales. El acceso a los Corrales cierra a las 6:30am. Si llegas después de las 6:30 am te arriesgarás a no tener acceso a los corrales y no estar en los resultados.

El área de salida se encuentra en la sección trasera del estadio Akron. Si vienes en coche, puedes estacionarlo en cualquiera de las zonas de aparcamiento dentro del estadio y luego montar tu bicicleta hasta la zona de salida.

La camiseta verde GFNY Zapopan 2023 que recibiste en la exposición es un atuendo obligatorio para los participantes de GFNY Zapopan. Cualquier otra camiseta GFNY o cualquier otra camiseta, no está permitida y resultará en una penalización de 10 minutos.

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

¡Sin pulsera, no hay inicio!

Coloca la placa con tu número de carrera para la bicicleta en la parte delantera de tu manubrio y sujétala con las ataduras provistas. La placa de tu bicicleta te identifica como participante oficial ante la policía y el personal de GFNY Zapopan. También tiene tus chips de cronometraje adheridos a ella, y los chips de cronometraje sólo funcionarán si la placa de la bicicleta no está alterada y está unida según las instrucciones.

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

P: ¿Cómo se organizan los corrales de carreras?

Los dorsales se asignan por tipo de boleto, estado de calificación, grupo de edad y distancia. Puedes comenzar con tus amigos si están asignados al mismo corral de inicio que tú. Si están en un corral de inicio diferente, puede retroceder para comenzar con ellos, pero no pueden avanzar para unirse a ti. "Saltar" hacia adelante un corral (comenzando en un corral no asignado a su número) resultará en una penalización de 10 minutos agregada a tu tiempo de finalización.

P: ¿A qué hora comienza la carrera?

La carrera comenzará a las 7:00 a.m., 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 estaci3n de aperitivos / café solo para participantes VIP en la línea de salida.

P:  Qu  servicios est n disponibles en el área de inicio en el estadio Akron?

La zona de salida cuenta con: registro de equipaje, aseos, servicio mecánico, servicio médico y la carpa y zona VIP de 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 distancia media pueden dejar sus maletas all  y recogerlas en el mismo lugar después de la carrera. No dejes ningún objeto de valor en la bolsa porque GFNY Zapopan no es responsable de ningún artículo mojado, perdido o robado.

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

P:  C3mo entro en los corrales de salida?

Para entrar en los corrales de salida tendrás que pasar por seguridad. Una vez que pases la seguridad, continuar s hacia adelante hasta que veas la entrada del corral correspondiente, que es del mismo color que tu pulsera GFNY Zapopan.

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

 D3nde est n los avituallamientos y qué puedo encontrar allí?

El recorrido largo contará con 5 avituallamientos en los kil3metros 29.8, 46.9, 65, 91.6 and 108.7, y el recorrido medio contará con 2 avituallamientos en los kil3metros 29.8 y 46.9. Las ubicaciones exactas de los puestos de ayuda se pueden encontrar en el mapa del curso en esta revista.

Los avituallamientos tendrán una combinaci3n de todos o algunos de los siguientes productos.

- Geles deportivos
- Frijoles deportivos
- Bebidas deportivas Gatorade
- Agua
- Pepsi
- Varias frutas de temporada
- Variedad de alimentos frescos en pequeñas proporciones.

No est  permitido el abastecimiento "sobre vuelo". Usa tu botella GFNY Zapopan para rellenar. GFNY Zapopan es un evento ecol3gico. No proporcionamos tazas ni botellas.

 LAS CARRETERAS ESTARÁN COMPLETAMENTE CERRADAS?

GFNY Zapopan trabaja con agencias policiales locales, estatales y federales para asegurarse de que los caminos de la carretera sean seguros 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 descalificaci3n de la carrera.

 HAY ALGUNA SECCI3N ESPECIAL DE LA CARRERA QUE DEBA TENER EN CUENTA?

GFNY siempre se asegura de que su ruta sea segura para viajar. Hay momentos en los que agregaremos se alizaci3n adicionales en áreas en las que deberás tener cuidado y tal vez reducir tu velocidad. En GFNY Zapopan hay una secci3n en el km 43.9 donde el camino se vuelve estrecho y si estás en un grupo grande necesitarás formar una línea de ritmo. Si bien esto se suma a la diversi3n, aún debes tener cuidado.

 SI TENGO UN PROBLEMA MECÁNICO EN EL CURSO?

Recomendamos encarecidamente a todos los participantes que tengan habilidades básicas de seguridad y reparaci3n, y en particular que arreglen una llanta pinchada. Todos tienen que traer al menos una bomba, palancas y una cámara de repuesto. Sin embargo, si aún no puedes realizar la reparaci3n, nuestro patrocinador Shimano tendrá un curso de servicio de vehículos mecánicos con un equipo de mecánicos que conducirán a lo largo de la ruta durante todo el día. Si tienes algún problema mecánico que no se pueda 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

corres el riesgo de pasar el 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 estarán en las estaciones de ayuda, en el curso, listos para movilizarse. También habrá ambulancias rodantes dando vueltas alrededor de la ruta durante todo el día. Oficiales de policía 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 sobre el curso y te brindarán ayuda lo más rápido posible y se quedarán contigo hasta que llegue la ayuda. No importa en qué punto, la ayuda siempre estará cerca.

SI TIENES UN MAL DÍA Y TE DAS CUENTA DE QUE NO PODRÁS TERMINAR, ¿QUÉ PUEDES HACER?

Ford GFNY Zapopan tendrá vehículos de Equipo y Soporte a lo largo de la ruta para cualquier ciclista que no pueda terminar el evento. Trata de llegar al puesto de abastecimiento más cercano, ahí encontrarás comida, agua, servicio médico, y voluntarios que te harán compañía. Si te es imposible llegar a un puesto de abastecimiento, sal de la ruta y espera por los vehículos de soporte, ellos estarán en busca de ciclistas detenidos. Si estás rodando y ves a un ciclista a la orilla de la ruta que necesita ayuda, repórtalo a un oficial o voluntario en cuanto veas uno y dales la ubicación aproximada, ellos llamarán a la 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 tomándome fotos , ¿cómo compro mis fotos de carrera?

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

CRONOMETRAJE

GFNY Zapopan está cronometrado de principio a fin. Los resultados estarán disponibles en tu cuenta [gfny.cc](https://gfny.com) inmediatamente después de la carrera. También podrás ver los resultados de tu carrera en [gfny.cc/results](https://gfny.com/results). Si tienes alguna pregunta sobre tu resultado, consulta con los cronometradores directamente en la línea de meta o por correo electrónico a mexico@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 bicicleta y no doblar tu número de carrera para que el chip

de cronometraje se lea correctamente en los puntos de control a lo largo del recorrido.

REGLAS

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

COMPETICIÓN

Solo los finalistas del recorrido largo son elegibles para las clasificaciones de categoría y los premios generales y de podio.

A los corredores del curso medio se les proporcionará su tiempo de principio a fin, pero no se clasificarán por tiempo de llegada. Todos los tiempos de finalización se enumerarán en orden alfabético.

MEDIO AMBIENTE

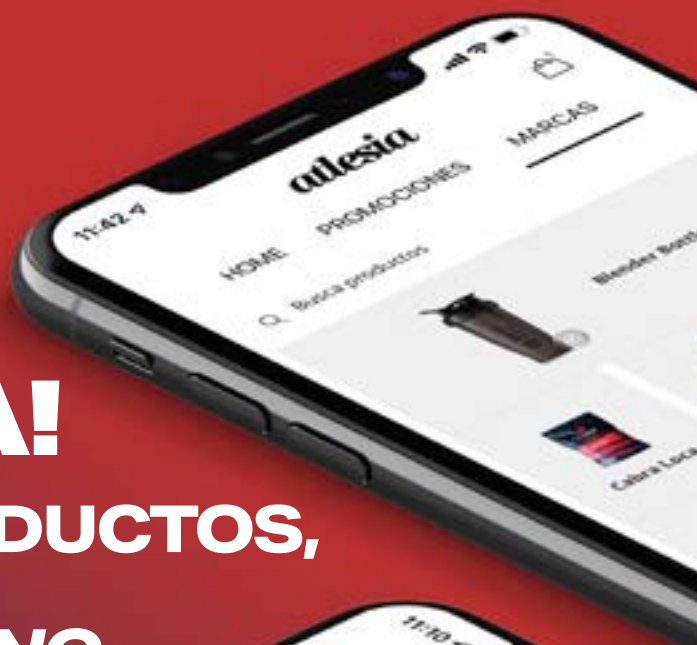
GFNY se compromete a proteger el medio ambiente. Cualquier desecho de basura o alimentos fuera de los recipientes de basura designados en las estaciones de ayuda o “zonas ecológicas” está prohibido y puede llevar a una penalización de tiempo o descalificación y una prohibición de por vida en GFNY.

Consulte el punto 8 de las reglas GFNY (<https://gfny.com/cycling-rules/>).

Puede leer más sobre las iniciativas ecológicas que GFNY ha emprendido en gfny.com/environment.

¡DESCARGA YA!

**TODOS NUESTROS PRODUCTOS,
TODO EL TIEMPO
EN LA PALMA DE TU MANO.**



#ELEVAELNIVEL

CÓDIGO DE CONDUCTA



MANTENGA ESTAS REGLAS EN MENTE PARA EVITAR PENALIZACIONES DE TIEMPO O DESCALIFICACIONES:

REGLA DEL CARRIL DERECHO:

Debe rodar en el lado derecho de la carretera en todo momento.

AURICULARES:

No utilice auriculares. No hay excepciones. Queremos que esté consciente de su entorno.

PRIMEROS AUXILIOS:

Si un ciclista está tirado en el suelo y visiblemente en dificultad, deténgase y ayude a menos que ya haya al menos tres personas ayudando. Si está solo, puede llamar al 911 y esperar a que llegue la ambulancia. Puede continuar si a) la víctima está bien o b) el personal médico ha llegado. Ayuda a los demás, quizás algún día necesite ayuda.

USO DE BAÑO:

Utilice los baños designados. No contamine terrenos privados o públicos.

BASURA:

Por favor, no contamine el medio ambiente. Su jersey de GFNY Zapopan tiene un bolsillo en cada lado para su basura. Hay cuatro ZONAS ECO junto a cada puesto de ayuda a lo largo del recorrido con grandes botes de basura para depositar sobre la marcha.



JERSEY OFICIAL Y PULSERA:

Debe usar el jersey oficial de la carrera, los números del dorsal y la pulsera.

ASISTENCIA EXTERNA:

No acepte ayuda externa en ningún lugar que no sean las zonas de alimentación oficiales.

REALIZAR EL RECORRIDO:

Rodar en el recorrido marcado por GFNY Zapopan. Tenemos varios puntos de control en el recorrido para verificar que está completando el recorrido designado.

RESPECTO:

Sea cortés y respetuoso con sus compañeros ciclistas, voluntarios, espectadores y el personal. ¡Gracias!

CATEGORÍAS

Todos los corredores que participan en la carrera de larga distancia están automáticamente registrados en su categoría de edad correspondiente y tienen la oportunidad de ganar premios en el podio en su categoría respectiva. Además, los corredores pueden inscribirse en la categoría equipo o en la categoría Él y Ella y disfrutar del recorrido con amigos, trabajando juntos para alcanzar su objetivo.

Cada corredor que complete el recorrido largo o medio recibirá una medalla de finalista de GFNY Zapopan. Cada ganador del podio debe usar la camiseta de ganador mientras está en el podio, la cual se le entregará antes de subir al podio.

COMPETENCIA DE EQUIPOS

Las personas pueden registrarse como miembros de un equipo para participar en la competencia de equipos de GFNY Zapopan.

Los cuatro tiempos más rápidos de un equipo serán sumados y clasificados para determinar el equipo más rápido. Los equipos de cuatro personas en el podio recibirán premios.

Todos los miembros de un equipo de ciclismo que compitan en la Competencia de Equipos son elegibles para recibir premios individuales en la categoría de edad.

CATEGORÍA ÉL Y ELLA

Un ciclista masculino y una ciclista femenina del mismo equipo Él y Ella deben cruzar la línea de meta dentro de treinta segundos uno del otro.

Debido a que es difícil encontrar a dos ciclistas con la misma habilidad y condición física, se permite empujar, jalar, animar, gritar y utilizar cualquier otro medio para trabajar juntos.

La competencia de equipos Él y Ella consta de dos categorías de edad: inferior a 90 años y 90 años o más combinados.

Los miembros de equipos Él y Ella no son elegibles para recibir premios individuales en la categoría de edad, ya que se permite y se fomenta la asistencia entre los miembros del equipo en esta categoría.



COMPETENCIA INDIVIDUAL

Las categorías de edad son:

- En general masculino/femenino
- **18-34** masculino/femenino
- **35-39** masculino/femenino
- **40-44** masculino/femenino
- **45-49** masculino/femenino
- **50-54** masculino/femenino
- **55-59** masculino/femenino
- **60-64** masculino/femenino
- **65-69** masculino/femenino
- **70-74** masculino/femenino
- **75-79** masculino/femenino
- **80 +** masculino/femenino

GFNY KIDS



GRUPOS DE EDAD	DISTANCIAS
3-4	270m
5-6	540m
7-8	1.7km
9-10	3.5km
11-12	5km
13	5km

GFNY KIDS Zapopan es la oportunidad para niños y niñas de 13 años, o menos, para que puedan experimentar las verdaderas carreras de estilo GFNY con las mismas reglas y formato que todas las carreras de GFNY. Todos los corredores serán cronometrados de principio a fin con los 3 mejores ganadores celebrando en el podio para que todos sus familiares y amigos los vean.

QUÉ INCLUYE:

- De principio a fin, cronometraje de los resultados.
- Camiseta GFNY Zapopan Kids dry fit (Vestimenta obligatoria)
- Ruta de carrera totalmente cerrada
- Medallas de finalista
- Puesto de ayuda completamente abastecido y área de recuperación.
- Soporte mecánico
- Ceremonia del podio

CATEGORÍAS

Los participantes masculinos y femeninos de cada grupo de edad se alinearán y comenzarán juntos.

BICICLETAS PERMITIDAS

Los grupos de edad menores de 6 años pueden usar todo tipo de bicicletas, incluidas las bicicletas con ruedas de entrenamiento. Los grupos de edad de 7 años o más pueden usar de ruta, montaña o cualquier bicicleta con dos frenos.

RECOGIDA DE PAQUETES DE CARRERA

Todos los participantes deben recoger los paquetes de la carrera en la exposición GFNY Zapopan el viernes 29 de septiembre de 2023. Si no recoges tu paquete de carrera, no podrás comenzar.

Dónde: Parte trasera del estadio Akron.

Cuándo: Viernes 29 de sept. 1:00pm-6 pm.

CALENDARIO DE CARRERAS

GFNY Kids Zapopan comenzará el 30 de septiembre a las 8:00 am. Todos los grupos de edad deben estar en el área de inicio 30 minutos antes para comenzar la instrucción. Cada grupo de edad competirá por separado una vez que el grupo de edad anterior haya terminado la carrera.

GFNY KIDS ZAPOPAN RACE COURSE



GRUPOS POR EDAD

DISTANCIAS

3-4 años

270m

5-6 años

540m

7-8 años

1.7 km

9-10 años

3.5 km

11-12 años

5 km

13 años

5 km

ESTRATEGIAS PARA TU MEJOR CARRERA

Cada atleta quiere dar su mejor rendimiento. Ya seas un profesional experimentado o un participante por primera vez, tener una estrategia de carrera sólida puede mejorar enormemente tus posibilidades de éxito. Sigue leyendo para obtener consejos y sugerencias sobre cómo lograr tu mejor carrera en GFNY Zapopan.



1. Empieza fuerte, pero mantén el ritmo

La adrenalina en la línea de salida puede ser tentadora, pero resiste el impulso de salir corriendo en la salida. En su lugar, apunta a un comienzo controlado y fuerte que te permita establecerte en un ritmo sostenible. Recuerda, es una carrera larga, y marcar el ritmo es clave para mantener los niveles de energía durante toda la distancia.

2. Estudia el curso y planifica con anticipación

Tómate el tiempo para estudiar el mapa de la ruta y el perfil de elevación de antemano. Familiarízate con las secciones desafiantes y planifica tu enfoque. Identifica las áreas donde puedes conservar energía y utilízalas estratégicamente. Conocer bien el recorrido te ayudará a tomar decisiones certeras durante la carrera.

3. Aliméntate e hidrátate adecuadamente

La nutrición y la hidratación son fundamentales para un rendimiento óptimo. Desarrolla un plan de nutrición y asegúrate de consumir calorías y líquidos adecuados durante toda la carrera. Experimenta con diferentes geles energéticos, barras o bebidas deportivas durante el entrenamiento

GANA TUS MEDALLAS DE FINALISTA



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

Por cada 10GFNY que termines (contando desde el primer GFNY en 2011), obtendrás medallas especiales, 10x / 20x30x / 40x.

OFFICIAL GFNY 10x 20x 30x 40x MEDALS

MEDALLA DE FINALISTA GFNY ZAPOPAN 2023.

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



MEDALLA DE CAMPEONES GFNY ZAPOPAN

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 ZAPOPAN que recibirás en la meta de GFNY ZAPOPAN 2023, esta te contará para poder obtener la medalla 3X, si terminas tres GFNY en 2023. Por ejemplo: Zapopan, Cozumel, Monterrey 2023, podrás obtener esta digna y preciosa Medalla.



PARA RECOGER LAS MEDALLAS MULTIFINISHER

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

¡dale, dale !

para encontrar lo que funciona mejor para ti. No espere hasta que tengas sed o hambre: mantén una ingesta constante para mantener tus niveles de energía estables.

4. Viaja en grupos y resiste eficientemente

Rodar en grupo puede proporcionar valiosas oportunidades de resistencia, reduciendo la resistencia al viento y conservando energía. Sin embargo, asegúrate de mantener una distancia segura y comunicarte eficazmente con otros ciclistas para evitar accidentes.

5. Controla tu esfuerzo y ajuste en consecuencia

Escucha a tu cuerpo durante toda la carrera. Ten en cuenta tu ritmo cardíaco, respiración y nivel de esfuerzo percibido. Si te sientes fatigado, considera disminuir ligeramente la intensidad para evitar el agotamiento. Por el contrario, si te sientes fuerte y seguro, esfuérate por mantener un ritmo constante y obtener una ventaja sobre tus competidores.

6. Mantén una mentalidad positiva

Las carreras pueden ser un desafío mental, especialmente durante los momentos difíciles. Mantente enfocado en tus objetivos y manten una mentalidad positiva. Visualiza el éxito y recuerda tu entrenamiento y preparación. Rodéate de amigos o compañeros de equipo que te apoyen y que puedan brindarte aliento en el camino.

7. Disfruta de la experiencia y diviértete

Con estas estrategias y consejos en tu kit de herramientas, estás bien equipado para tener tu mejor carrera en GFNY Zapopan. Recuerda, el éxito no se define únicamente por tu tiempo de finalización, sino por cómo te desempeñas con determinación, disciplina y pasión. Por lo tanto, entrena duro, mantente enfocado y disfruta de la emoción de la carrera. ¡Buena suerte y disfruta del paseo!



mÁS PREMIOS QUE NUNCA



Este año, estamos entregando más premios que nunca, lo que hace que la competencia sea aún más emocionante. Los ganadores absolutos masculino y femenino, se llevarán a casa una bicicleta BMC Road Machine equipada con componentes Shimano DI2, perfecta para asumir cualquier desafío. El segundo lugar es igual de impresionante, con un conjunto de componentes Shimano DI2 105 recién lanzados en juego. Además, ¡los premios en efectivo están en juego! Los ganadores del primer lugar en cada grupo de edad recibirán 10,000 pesos, mientras que el mejor equipo se llevará a casa 50,000 pesos en efectivo. Y eso no es todo: los ganadores del podio también se vestirán con la elegante moda GFNY Champion, incluida la codiciada camiseta de campeón y una medalla dorada de campeones. Y no te olvides del sorteo: ¡un afortunado participante ganará su propia bicicleta BMC! Con tantos premios increíbles en juego, la competencia seguramente será feroz. GFNY Zapopan es tu oportunidad de ganar a lo grande.





1er LUGAR
MASCULINO / FEMENINO
BMC ROAD MACHINE

2do LUGAR
MASCULINO/FEMENINO
SHIMANO DI2 105

3er LUGAR
MASCULINO / FEMENINO
GFNY RACE APPAREL

PREMIO EN EFECTIVO
CATEGORÍA EQUIPO
\$50,000.00 MXN

GRUPO DE EDAD
MASCULINO/FEMENINO
\$10,000.00 MXN

CAMISETA DE CAMPEONES

MEDALLA DE CAMPEONES

PREMIO DE LA RIFA
BMC ROAD MACHINE



ÁREA DE META

Después de cruzar la línea de meta en GFNY Zapopan, te encontrarás en el área de llegada ubicada en la sección trasera del Estadio Akron, que ofrece un escenario perfecto para la línea de meta y la ceremonia del podio. Con el famoso Estadio Akron, donde juega el equipo de fútbol Chivas, y como fondo, hermosas vistas a las montañas, esta es una zona verdaderamente refrescante para relajarse y divertirse al estilo de GFNY. Una vez que cruces la línea de meta, recibirás tu medalla de finalista de GFNY Zapopan. También habrá una selección de frutas, una amplia variedad de Gatorade frío, Pepsi y varios snacks para ayudar a recuperar tus músculos. A partir de ahí, tendrás la opción de estacionar tu bicicleta en nuestra zona segura de estacionamiento para bicicletas.

¿Habrá un festival después de la carrera?

Sí, una vez que cruces la línea de meta, prepárate para un increíble festival de ciclismo/cerveza con una selección de las mejores bandas de rock, DJ's y, por supuesto, mariachis de Guadalajara. Esta será una gran fiesta a la que todos están invitados a disfrutar con nosotros. La primera cerveza estará patrocinada por Minerva y estará disponible para que todos la disfruten. Es momento de divertirse y disfrutar los logros del día con amigos y familiares.



¿Puedo recibir un masaje en el área de meta?

Habrá un equipo de masajistas en el área de meta listos para ayudarte a relajar tus músculos después de tu larga jornada en el sillín.

¿Dónde puedo encontrar mis resultados?

Los resultados preliminares de la carrera estarán disponibles en nuestra aplicación de resultados en vivo, que se puede descargar en la App Store de Apple y en la tienda de aplicaciones de Google. Los resultados oficiales estarán disponibles en el sitio web de GFNY Zapopan y en tu cuenta personal de GFNY en gfny.cc.

¿La Pasta Party es gratuita para todos?

Sí. Todos los ciclistas de GFNY Zapopan reciben una comida gratuita con su pulsera. Comidas adicionales están disponibles para la compra de familiares y amigos en el área de llegada. Siéntate, relájate, toma una bebida fría y disfruta del entretenimiento en vivo mientras disfrutas de las vistas a las montañas y al famoso estadio. Este es tu momento para compartir todas las historias y experiencias de tu carrera con tu familia y amigos.

¿A qué hora comienza la ceremonia de premiación?

Habrá dos ceremonias de premiación. La primera comenzará a las 12:00 p.m. para los ganadores en general masculino/femenino. La segunda ceremonia de premiación comenzará aproximadamente a las 2:00 p.m.



para los ganadores de las categorías y grupos de edad. La ceremonia de premiación se llevará a cabo en el área de meta, cerca del podio.

Todos los participantes deben consultar sus resultados para ver si obtuvieron un lugar en el podio, y si es así, deben ingresar a la carpa de los ganadores ubicada en la parte trasera del podio. En la carpa de los ganadores se llamará a todos los ganadores al escenario para que reciban sus premios y trofeos.

Solo los corredores de larga distancia califican para obtener resultados y premios en el podio según las reglas y regulaciones mundiales de GFNY.

¿Habrá una rifa?

Este año estaremos sorteando muchos premios en el área de llegada justo después de que termine la ceremonia del podio. Para participar, debes recoger tu boleto de la rifa en la exposición de GFNY Zapopan. Solo los participantes pueden participar. Este año los premios incluyen una bicicleta BMC, un increíble juego de componentes Shimano, prendas de vestir de la carrera GFNY y mucho más. Invitamos a todos a venir y celebrar con nosotros. Todos los participantes deben estar presentes en la rifa para poder ganar.

¿Cómo puedo regresar desde la línea de meta?

Dependiendo de dónde te hospedes, puedes regresar en bicicleta,

tomar un taxi o un Uber hasta tu hotel. Si alquilaste un automóvil y lo estacionaste cerca de la línea de meta, la mayoría de las carreteras laterales estarán abiertas para que puedas conducir de regreso a tu hotel.

¿Qué hay disponible en el área de llegada?

- ZONA VIP
- ÁREA DE RECUPERACIÓN DE GATORADE
- ESTACIONAMIENTO DE BICICLETAS
- GUARDARROPAS
- PASTA PARTY
- AGUA Y BEBIDAS
- FESTIVAL DE MÚSICA
- FESTIVAL DE CERVEZA
- MINERVA
- MEDALLAS DE FINALISTA
- CEREMONIA DE PREMIACIÓN
- BOUTIQUE DE GFNY
- MEXICO
- ZONA DE EXPOSICIÓN DE PATROCINADORES
- SILLAS DE LOUNGE
- ASISTENCIA MÉDICA
- CARPA DE RESULTADOS
- OBJETOS PERDIDOS Y ENCONTRADOS

F first endurance PLAN DE NUTRICIÓN

ADQUIERELOS
EN:



GFNF ZAPOPAN 124 KM

SPORTENERGY.MX

PARA CARRERAS DE MÁS DE 2 HORAS, ES ACONSEJABLE TENER UNA INGESTA DE CARBOHIDRATOS DE APROXIMADAMENTE 60G POR CADA HORA O OLVIDES MANTENERTE HIDRATADO (500ML/HORA) Y CUANDO SEA POSIBLE CAMBIAR ENTRE SUPLEMENTOS Y ALIMENTOS TRADICIONALES.





12 NOV 2023



GFNY COZUMEL

ISLA
COZUMEL

COZUMEL.GFNY.COM

NOS VEMOS
EL SIGUIENTE AÑO



INSCRIPCIONES
ABIERTAS

ZAPOPAN.GFNY.COM

