

Cupos limitados

Gran Prix Quarentour-19



MERRELL.





Fechas del evento: 31 de mayo, 14 de junio y 28 de junio

Queremos seguir incentivando el deporte, haciendo lo que más nos gusta, competir. Esta vez será un tour de tres fechas con distintas etapas, sprint, medio fondo y escalada.

La competencia será a través de Zwift, en el mundo Watopia y Londres por lo que es un requisito tener cuenta de Zwift, esta debe ser pública (al menos por el fin de semana)

El evento no tendrá costo y habrá premiación según categorías y sexo.

Requisitos para poder participar:

1. Realizar registro en welcu
 2. Tener una cuenta en Zwift , Zwift Companion (app) y Strava
 3. Enlazar estas cuentas (ZWIFT CON STRAVA)
 4. Seguir a las cuentas en INSTAGRAM @masperfomancetraining @moresportschile @merrellchile @austral-chile @intercycles @cannondale_chile
 5. Seguir a CLUB +PERFORMANCE en Strava (club)
 6. Descargar la app “ Companion” y seguir a la cuenta Mas performance en Zwift . (tutorial www.youtube.com/watch?v=5uq2FzLgG3c)
 7. Unirte a los eventos (meet up) que te enviaremos unos días antes de la competencia en COMPANION.
 8. Para preguntas envíanos Envíanos un DM vía Instagram o vía mensaje por Facebook.
 9. Por cada etapa anunciaremos que jersey se debe utilizar a través de nuestro Instagram.
- Se recomienda ser usuario de Zwiftpower.com (Verificación de potencia)



Categorías:

Categoría A (4.0-5.0 w/kg)

- Hombres

2) Categoría B (3.2-4.0 w/kg)

- Hombres

- Mujeres

3) Categoría C (2.5-3.2 w/kg)

- Hombres

- Mujeres

Comprobaciones:

Los resultados serán validados de acuerdo a los perfiles de cada competidor. Los números de potencia que sean anormales, serán revisados por la comisión organizadora.

Premiación:

Habrá premios de parte de nuestros auspiciadores para los tres primeros lugares de cada categoría.

Solo se premiará la general, no por etapa.

Tips:

1. Dejar todo listo el dia anterior.
2. Empezar los preparativos 30min antes (entrar SWIFT).
3. Calentar al menos 15 min previos a la competencia.
3. Mucha hidratación. (Agua, sales o isotónicos)
4. Alimentación suficiente.

IMPORTANTE: Sábado 30, 13 y 27 a las 19h de scl charla técnica via instagram live mas performance training

31 Mayo

SPRINT

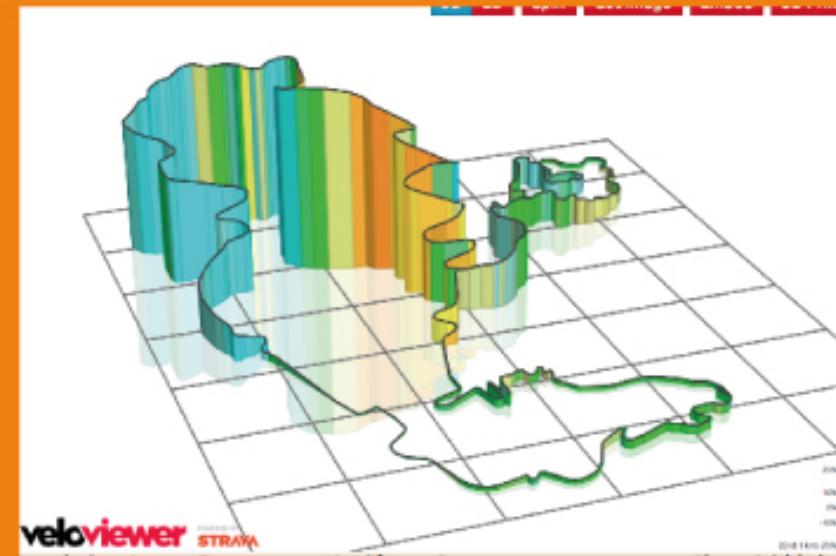
29.6km | 268m

Hora largada: 9:45am

Etapa: Road to ruin

Mundo: Watopia

Gran Prix
Quarentour-19



14 Junio

FONDO

69km | 954m

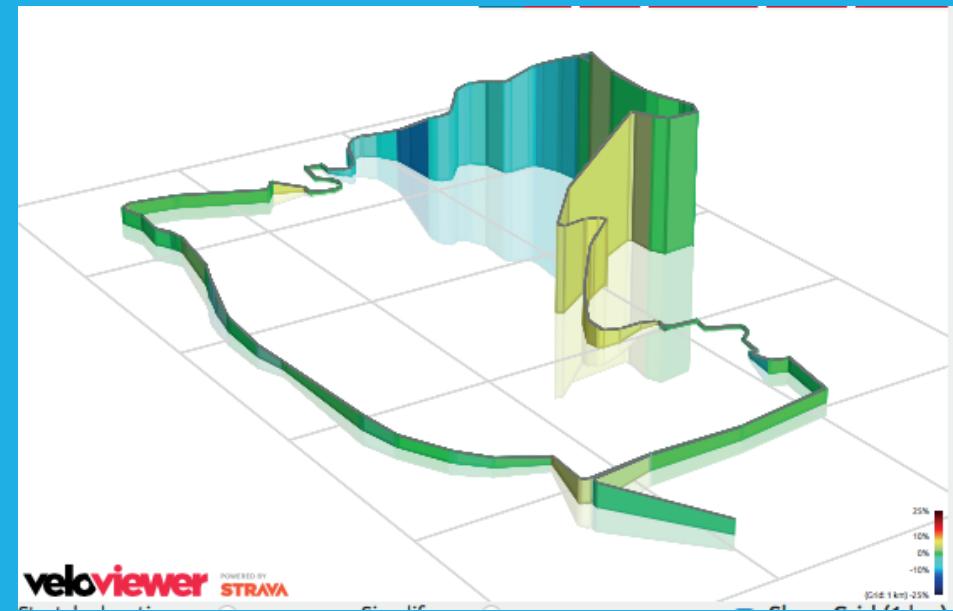
Hora largada: 9:45am

Hora largada: 9:45am

Etapa: PRL HALF LONDON

Mundo: Londres

Gran Prix
Quarentour-19



28 Junio

CLIMB

20km | 1.144m

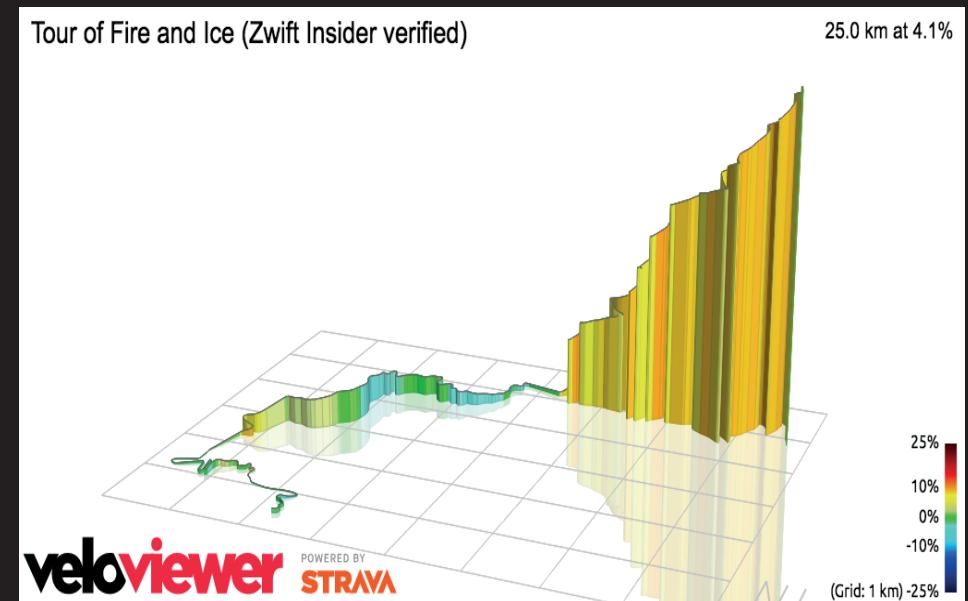
Hora largada: 9:45am

Hora largada: 9:45am

Etapa: Tour fire and ice

Mundo: Watopia

Gran Prix
Quarentour-19



Entrenamientos ZWIFT

Martes y Jueves | 6:30pm

Gran Prix
Quarentour-19



Los concursantes podrán ser parte de entrenamientos específicos previos a las carreras a través de la cuenta +Performance.

Envíanos un DM vía Instagram o Facebook.

