

LA EXTREMA 2020 : 8ª Ruta cicloturista norte de Extremadura

8ª edición de esta ruta cicloturista **por etapas y NO competitiva** a través de los espectaculares valles del norte de Extremadura.

Fecha: **Del 4 al 8 de septiembre** en el balneario Valle del Jerte (Cáceres).

Consta de 4 etapas circulares recorriendo cada día una comarca diferente: **Sierra de Béjar, La Vera, el Ambroz y el Valle del Jerte.**

Incluye seguimiento etapa reina Vuelta a España 2020 en La Covatilla.

Ascendemos los puertos míticos de la zona: **La Covatilla, puerto de Honduras, Piornal, Tornavacas, La Garganta, Cabezabellosa, etc.,...**





En este documento podrás encontrar información detallada del viaje:

Consta de 5 días, 4 noches, 4 etapas: 500kms / 15 puertos / 10000 metros desnivel acumulado.

FECHA DE INICIO: 4 de septiembre (A partir de 14h. en balneario valle del Jerte).

Presentación del evento a 20h. y cena primera noche a 21h.

Fecha de inicio de la ruta: 5 de septiembre – Etapa 1.

Fecha fin de la ruta: 8 de septiembre – Etapa 4.

FECHA FINALIZACIÓN: 8 de septiembre a 14h aprox, ducha en balneario y comida de despedida.

TARIFAS:

- **495€** - ciclistas: 5% descuento para repetidores de LaExtrema y grupos desde 4 personas.
- **350€** - acompañantes: Incluye rutas senderistas paralelas a los ciclistas.

NÚMERO MÁXIMO DE PARTICIPANTES: 50.

Toda la información en: <https://www.laextrema.es>

QUE INCLUYE LA TARIFA

- 4 etapas cicloturistas: Del 5 al 8 de septiembre.
- 4 noches (Noches del 4,5,6 7 de septiembre) en Hotel Balneario valle del Jerte 4**** estrellas en habitación compartida y media pensión: Cena + Desayuno.
- Media hora diaria de sesión termal.
- Píscolabis y posibilidad de ducha tras última etapa.
- Avituallamiento en ruta cada día: Consta de refrescos, hidratos, frutas, embutidos, frutos secos, dulces, productos y bebidas energéticas y alguna sorpresa local.
- Furgonetas de apoyo y guías en bicicleta con seguimiento logístico y mecánico.
- Tracks de la ruta (Es obligatorio llevar algún dispositivo GPS para las etapas)
- Servicio fotográfico profesional.
- Maillot del evento.

SERVICIOS OPCIONALES NO INCLUIDOS EN LA TARIFA

- Habitación de uso individual: **120€**
- Masaje al final de cada etapa (tarifa a consultar).
- Alquiler bicicletas Bianchi 11 velocidades Ultegra Carbono: **150€** para toda la ruta.

QUE NO ESTA INCLUIDO EN LA TARIFA

- Actividades y productos del baneario fuera de lo contratado (Incluido servicio minibar).
- Los recambios o material ciclista que nos solicites (cámaras, cubiertas, cables). Si alquilas tu bicicleta con nosotros, nos encargamos de que esté a punto todos los días.
- Seguro de viaje y accidentes (obligatorio). Si no dispones de este tipo de seguro, podrás contratarlo con nosotros por un coste de **25€**.

ETAPAS

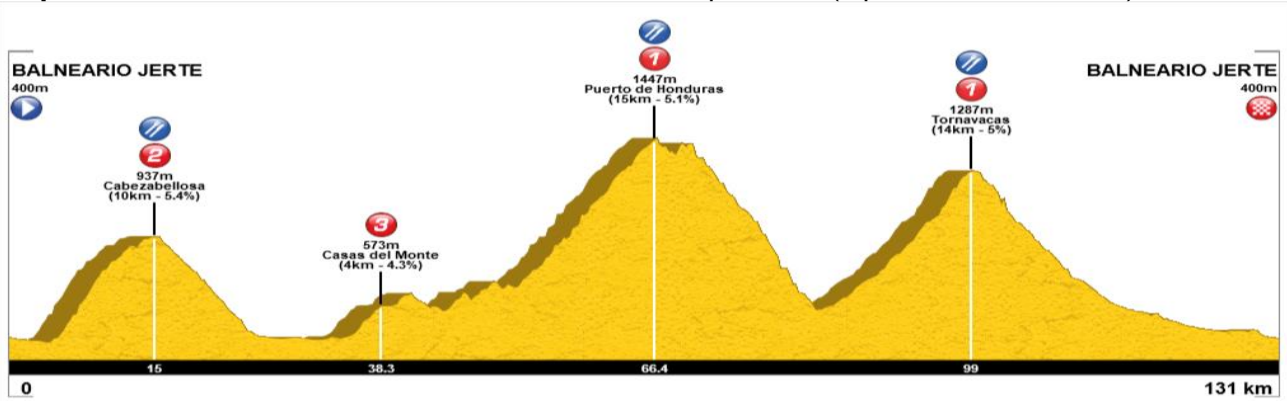
Etapa 1: Sierra de Béjar → 143 + 20 = 163Kms / 3500m. pos. (Opcional: La Covatilla, Tremedal).



Etapa 2: La Vera → 92 + 25 = 117Kms / 2400m. positivos (Opcional: Guijo Sta. Bárbara).



Etapa 3: El Ambroz → 100 + 30 = 130Kms / 2700m. positivos (Opcional: Tornavacas).



Etapa 4: Valle del Jerte → 75 + 13 = 88Kms / 1700m. positivos (Opcional: Cabrero).



PREGUNTAS FRECUENTES

¿Es LAEXTREMA una carrera?

NO, es una ruta cicloturista por etapas sin tiempos ni clasificación, cada ciclista podrá ir a su ritmo.

¿Qué nivel hay que tener para hacer LaExtrema?

LaExtrema es una ruta exigente con bastante desnivel, pero en cada etapa ofrecemos puertos opcionales y siempre existe la opción de subirse a nuestros vehículos de apoyo. Si estás mínimamente en forma, seguro que no tendrás problemas. Haremos **grupos de nivel** para que puedas adaptarte al que más te convenga y no tengas que rodar solo.

¿Es posible perderse?

La organización aportará por cada etapa un mapa, track de la ruta y teléfonos de contacto en caso de emergencia. A su vez, habrá guías y furgoneta de apoyo cerrando al último grupo. A su vez, es recomendable que todos los participantes dispongan de dispositivo GPS para seguir la ruta.

¿Tengo que llevar comida?

No, todo está incluido en la tarifa de LaExtrema. Los desayunos y las cenas están incluidos en el hotel, y en los avituallamientos llevaremos todo lo necesario en cada etapa: agua, coca cola, bebida isotónica, geles energéticos, barritas, café, fruta fresca, frutos secos, dulce, pasta cocinada en el día, bocadillos, dulces, etc.

¿Qué ocurre si tengo una avería?

Llevamos mecánico de apoyo, en todo caso, si hubiese una avería más grave, tenemos taller colaborador en Plasencia, y bicicletas de sustitución para dejarte. Nadie se quedará sin LaExtrema por una avería.

¿Cómo se realiza el pago?

Cuando realices la inscripción te ofreceremos la posibilidad de pagar mediante transferencia bancaria o con tarjeta de crédito.

¿Como es un día en LaExtrema?

El desayuno es generalmente a 7h-7h30'.

La salida de las etapas es a partir de 9h.

Dispondremos de 2/3 zonas de avituallamiento durante cada etapa.

Las etapas suelen acabar a 15h-16h.

A partir de 20h30' podrá disfrutar de la cena y estar preparado para la próxima etapa.

