



**XXXIX Carrera por Montaña Cross de Las Dehesas,  
VIII Trail Las Dehesas de la Fuenfría  
27 de septiembre de 2026**

## **RECORDATORIO PARA EL CORREDOR**

Importante leer el Reglamento que está colgado en la web para que no haya sustos.

Para recoger dorsal, mira tu correo electrónico (carpetas spam y publicidad incluidas), te mandaremos el número. O si no lo ves, estará en la web o en los tablones de entrada antes de ir a la mesa de entrega.

Tener a mano el Documento de Identificación y Tarjeta Federativa en su caso. Si vas a recoger dorsal de otra persona, llevar autorización y recogerlo en la fila de entrega correspondiente

Los menores de 18 años, llevar la autorización de vuestros padres, impresa

Para entrar en zona salida, el Dorsal proporcionado por la organización, que deberá ser visible y en la parte delantera del cuerpo.

### **IMPRESINDIBLE**

- Chip de cronometraje.
- Vaso o recipiente para líquidos
- Zapatillas específicas para carreras por montaña con suela superior a 1 cm de espesor, y que cubra totalmente el pie.
- Chubasquero o chaqueta impermeable/corta vientos, manga larga, SOLO PARA EL CROSS 30K.
- Teléfono móvil con batería y con el número de emergencia de la prueba grabado en la memoria con la denominación AAAEMERGENCIASDEHESAS (654459706)
- Manta térmica imprescindible para ambos recorridos
- Recuerda, si vas a llevar geles o productos de alimentación, es obligatorio que marques tu número de dorsal con rotulador indeleble.