

ESPAÑOL — INSTRUCCIONES DEL RECORRIDO 5K Y 10K

 5K = 1 VUELTA | 10K = 2 VUELTAS

La salida y la meta están ubicadas en el mismo lugar. Antes de comenzar, asegúrate de saber cuántas vueltas te corresponden.

 Corre 1.55 millas hasta el punto de retorno. Lo reconocerás por:

Una bandera rosa

Un letrero de “5K/10K Turn”

Da la vuelta en ese punto y regresa hacia el área de salida/meta.

 Pasarás por la estación de agua de Belmont Pier dos veces durante cada vuelta: una vez al salir y otra al regresar.

 CORREDORES DE 5K — 1 VUELTA

Completa una vuelta de ida y vuelta.

Cuando regreses al área de salida/meta, continúa derecho, pasa por debajo del arco y cruza los tapetes de cronometraje.

Ahí termina tu 5K.

 CORREDORES DE 10K — 2 VUELTAS

Después de completar tu primera vuelta, NO cruces el arco ni los tapetes de cronometraje.

Busca el letrero de U-Turn, ubicado junto a la carpa y estación de agua de CaliFlow Runs. Da la vuelta ahí y comienza tu segundo recorrido.

 Después de completar la segunda vuelta, continúa derecho, pasa por debajo del arco y cruza los tapetes de cronometraje.

Ahí termina tu 10K.

Recuerda:

5K → Una vuelta y después la meta

Primera vuelta del 10K → U-Turn

Segunda vuelta del 10K → Meta

No te compliques: conoce tu distancia, cuenta tus vueltas y sigue los letreros.

ESPAÑOL — INSTRUCCIONES DEL MEDIO MARATÓN

Medio Maratón – 3 Vueltas

Los corredores del Medio Maratón completarán **3 vueltas de ida y vuelta**.

➡ Corre aproximadamente **2.19 millas** hasta el punto de retorno del Medio Maratón. El retorno estará claramente marcado con una **bandera amarilla, un letrero de “Half Marathon Turn” y una carpa azul claro de CaliFlow Runs**.

💧 Habrá una **estación de agua de CaliFlow Runs** en el punto de retorno del Medio Maratón. También habrá otra estación de agua en **Belmont Pier**.

↩ **Vueltas 1 y 2:** Al regresar hacia el área de salida/meta, **NO cruces la línea de meta**. Da la vuelta en el **letrero de U-Turn ubicado junto a la carpa y estación de agua de CaliFlow Runs** y comienza tu siguiente vuelta.

🏁 **Vuelta 3:** Al regresar de tu tercera y última vuelta, **NO des la vuelta en el U-Turn**. Continúa derecho, pasa por debajo del arco de meta y **cruza el tapete de cronometraje para finalizar tu Medio Maratón**.