DESAFIO

PUNTA NEGRA

TRAIL RUNNING

ULTRAMARATHON

saucony

DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

MANUAL DEL CORREDOR

TRAIL RUNNING

25 K

EDICIÓN 2025

ADVENTURE PRO

Dº PUNTA NEGRA

SAN JUAN

ARG

DESAFIO PUNTA NEGRA TRAIL RUNNING ULTRAMARATHON saucony DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

MANUAL DEL CORREDOR

¡BIENVENIDO!

Estás a punto de vivir una experiencia que trasciende la competencia. Este no es solo un evento deportivo; es una travesía que celebra la pasión, la naturaleza y la superación personal.

Imaginá el sol asomando detrás de las montañas, el aire puro llenando tus pulmones y el sonido de tus pasos marcando el ritmo en los senderos. Cada kilómetro recorrido será testimonio de tu esfuerzo, determinación y amor por el trail running.

En esta aventura, no estarás solo. A tu lado, cientos de corredores compartirán la misma pasión, enfrentando desafíos y celebrando logros. La camaradería y el espíritu de equipo serán tan importantes como tu preparación física.

Este manual es tu guía para aprovechar al máximo esta experiencia. Aquí encontrarás toda la información necesaria: desde detalles logísticos hasta recomendaciones para el día de la carrera. Te invitamos a leerlo detenidamente y a prepararte para vivir una jornada inolvidable.

Confía en tu entrenamiento, en tu fortaleza y en tu espíritu aventurero. Estás listo para enfrentar el Desafío Punta Negra.

¡Nos vemos en la línea de largada!

EDICIÓN 2025

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

MANUAL DEL CORREDOR

DISTANCIA 25K

Este desafío, con sus 25 km de recorrido, es la opción perfecta para quienes desean superar una superior a una Media Maratón en la montaña. Cada kilómetro del trayecto ofrece una mezcla única de esfuerzo físico y recompensa visual, llevándote por paisajes impresionantes y diferentes accidentes geográficos.

No solo pondrás a prueba tu resistencia y fortaleza, sino que también disfrutarás de la conexión con la naturaleza en su estado más puro.

Su variado relieve, los afilados picos y el terreno pedregoso típico de las montañas cercanas a la precordillera, te mantendrá concentrado y apasionado durante todo el recorrido.

El circuito fue diseñado para llevarlos hasta la cumbre del Filo Punta Negra, que a pesar de su dificultad y desnivel, te regala una vista majestuosa al dique y los pico de los cerros cercanos.

Prepárate para disfrutar esta recompensa!!

Así que, queridos traileros, es momento de presentar el MANUAL DEL CORREDOR que resume los detalles más relevantes para prepararse a vivir el desafío de sus vidas.

¡Nos vemos en la línea de salida, listos para conquistar cada kilómetro de esta increíble carrera!

EDICIÓN 2025

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

SAN JUAN CARACTERISTICAS

La Provincia de San Juan se encuentra a 650 msnm, custodiada por tres grandes estructuras montañosas: al Oeste la Cordillera de los Andes, luego la Precordillera y al Este Las Sierras Pampeanas, hacen que sea una provincia diferente, atractiva y única, ideal para la práctica de deporte aventura. Su particular geografía, nos deja fotos mentales que no se van a borrar nunca más.

Predomina un clima templado y seco, con importantes amplitudes térmicas entre la noche y la mañana. En el mes de MAYO la temperatura oscila entre los 2° y los 20°.

En estos últimos días del mes, amanece pasada las 8 am y el sol comienza a esconderse alrededor de las 19h.

ACREDITACIONES Y EXPO TRAIL RUN FERIA

- LUGAR: Camping Cerro Blanco.
- DIRECCION: RP 12, a 32 km de la ciudad de San Juan.
- HORARIO: 10 a 19h.
- DIAS: Jueves 22 y Viernes 23 de Mayo.

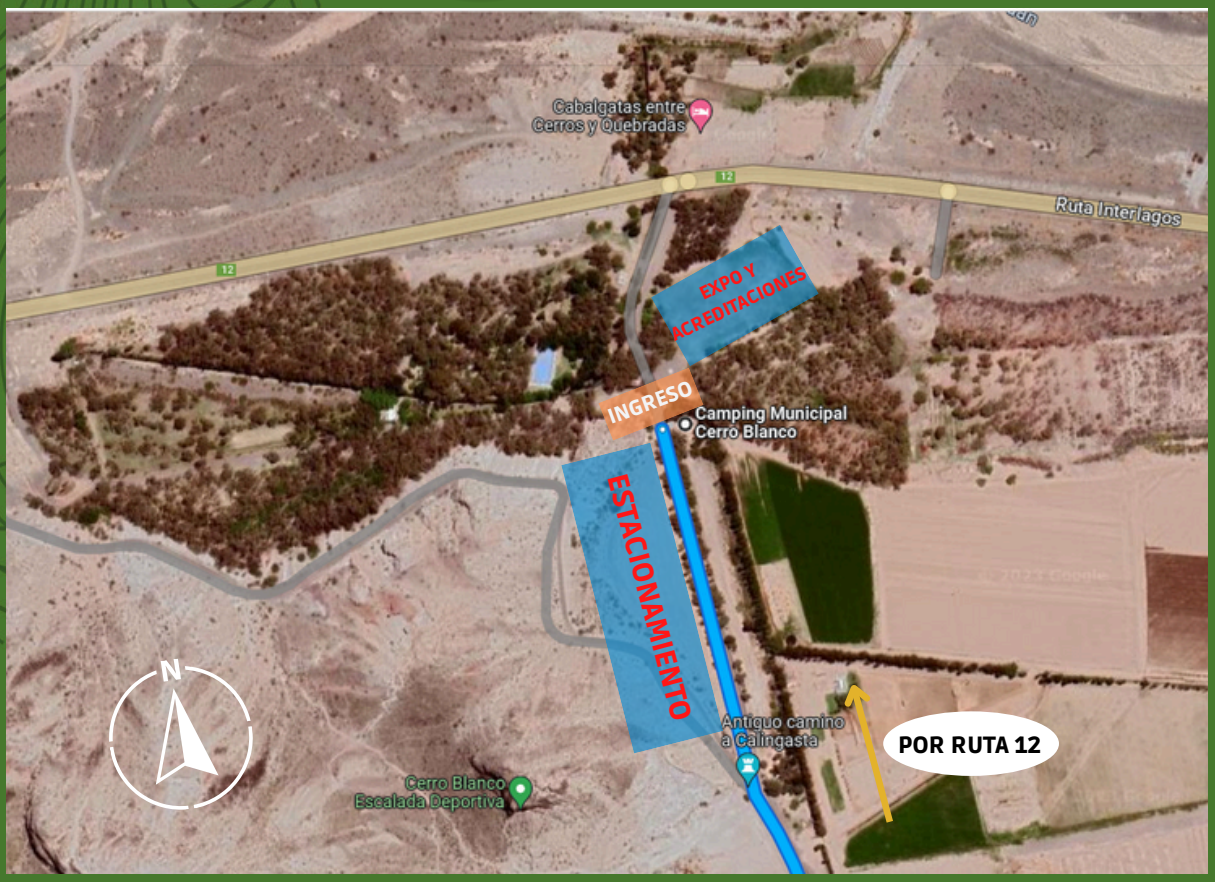
Sábado 24, de 10 a 18hs., podrán retirar kit solo los corredores de 25, 12 y 5k provenientes de otras provincias y países.

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

GOOGLE MAPS

Estacionamiento e ingreso al camping por RUTA 12.



DOCUMENTACIÓN OBLIGATORIA A PRESENTAR

- DNI
- APTO MÉDICO
- CONSENTIMIENTO (Firma el Corredor (Menores de edad presentarse con Padre, Madre Y/O Tutor))

Kit retirados por terceros deben, además, traer fotocopia del DNI del titular y quien retira.

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

MANUAL DEL CORREDOR

PASOS PARA ACREDITARTE

1. Pagar (*)
2. Buscar la mesa correspondiente a tu distancia
3. Retirar el Kit
4. Control de Chip y Datos

(*) Este paso solo lo realizan los competidores que tengan saldo a pagar de su inscripción. Solo se recibe EFECTIVO

CARRERA Y ENTREGA DE PREMIOS

✓ LARGADA 25K

DIA: Domingo 25 de Mayo.
HORA: 08:30 HS.

LUGAR DE LARGADA:
Embarcadero PUNTA NEGRA.

LUGAR DE LLEGADA:
Camping CERRO BLANCO.

✓ ENTREGA DE PREMIOS

DIA: Domingo 25 de Mayo.
HORA: 15 HS.

EDICIÓN 2025

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

CRONOGRAMA GENERAL

DIA	HORA	EVENTO
JUEVES 22	10 A 19HS.	ACREDITACIONES Y RETIRO DE KIT
JUEVES 22	10 A 19HS.	EXPO, PATIO DE COMIDAS Y ANIMACION
JUEVES 22	15 A 18HS	ENCUENTROS EN VIVO: CONVERSACIONES DE TRAIL PARA RUNNERS
JUEVES 22	19 HS.	CIERRE CAMPING CERRO BLANCO
VIERNES 23	10 A 19HS.	ACREDITACIONES Y RETIRO DE KIT
VIERNES 23	10 A 19HS.	EXPO, PATIO DE COMIDAS Y ANIMACION
VIERNES 23	15 A 18HS	ENCUENTROS EN VIVO: CONVERSACIONES DE TRAIL PARA RUNNERS
VIERNES 23	22 HS.	LARGADA ULTRA 100K
SÁBADO 24	10 A 18HS.	EXPO, PATIO DE COMIDAS Y ANIMACION
SABADO 24	3 HS.	LARGADA ULTRA 75K
SABADO 24	7 HS.	LARGADA MARATON 42K
SABADO 24	18 HS.	CIERRE DE CARRERA DISTANCIAS ULTRA Y MARATON
SABADO 24	19 HS.	CIERRE CAMPING CERRO BLANCO
DOMINGO 25	7:00 HS.	APERTURA CAMPING CERRO BLANCO
DOMINGO 25	8:30 HS.	LARGADA 25K
DOMINGO 25	8:45 HS.	LARGADA 12K
DOMINGO 25	09:00 HS.	LARGADA 5K
DOMINGO 25	12.30 HS.	CARRERA KIDS
DOMINGO 25	14 HS.	PREMIACION 100K, 75K Y 42K
DOMINGO 25	15 HS.	PREMIACION 25K, 12K Y 5K

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

CRONOGRAMA ENCUENTROS EN VIVO

JUEVES 22		
15 HS	Prevención y seguridad en carreras de montaña. Desafío Punta Negra	Gonzalo Martinez - Director Botiquines San Juan
15.30 HS	Estabilización y Evacuación de accidentado en competencias de trail.	Fabricio Oieni - Grupo de rescate Andino Mercedario.
16 HS	Programar las zonas de frecuencia cardiaca en los entrenamientos, particularidades.	Adán Avendaño Prof. Educación Física
16:30 HS	Herramientas para la fortaleza mental	Ignacio Gómez Cornejo Licenciado en Psicología

VIERNES 23		
15 HS	Prevención y seguridad en carreras de montaña. Desafio Punta Negra	Gonzalo Martinez - Director Botiquines San Juan
15.30 HS	Importancia en el aporte de minerales - Enfoque nutricional y kinésico	Lic. Valeria Andreoni - Nutricionista Lic. Germán Salinas - Kinesiología y Fisioterapia
16 HS	Como reducir la muerte súbita en la practica deportiva	Natacha Gonzalez - Medica Deportologa

Los horarios pueden estar sujetos a modificaciones por parte de la organización.

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

MANUAL DEL CORREDOR

KIT OFICIAL

REMERA OFICIAL

CUELLITO
MULTIFUNCION

MEDALLA
FINISHER

MEDIA DE
RUNNING

DULCE DE
MEMBRILLO PONS

GEL MERVICK

DORSAL CON CHIP

EDICIÓN 2025

ADVENTURE PRO

DESAFIO

PUNTA NEGRA

TRAIL RUNNING

ULTRAMARATHON

saucony

DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

MANUAL DEL CORREDOR

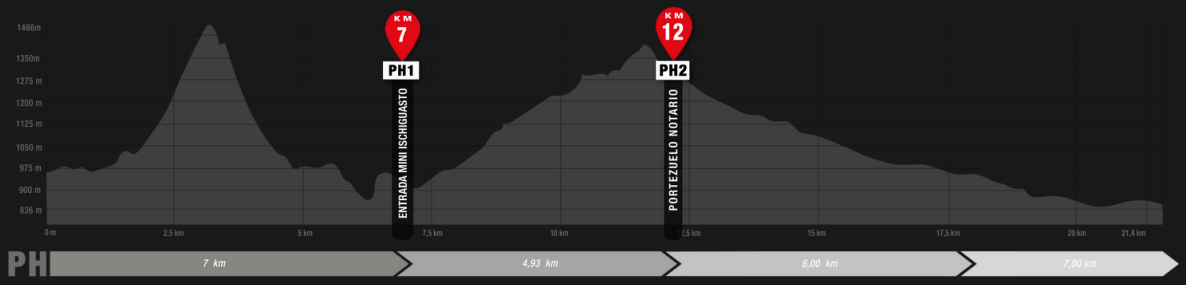
TRAIL RUNNING

25 K

ALTIMETRÍA

TRAIL RUNNING 25 K

Positivo: + 1250
Negativo: - 1350
Desnivel acumulado: 2600
Altura Máxima: 1466 msnm



EDICIÓN 2025

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

RECORRIDO

El Desafío Punta Negra es una carrera de semi-autosuficiencia, donde la planificación de la hidratación, alimentación, abrigo y seguridad personal es fundamental. Cada PH (Puesto de Hidratación) será clave, pero tu estrategia marcará la diferencia.

Por ese motivo, en las próximas líneas te contaremos en detalle el recorrido final que deberán transitar los 25K por un circuito totalmente renovado a través de paisajes increíbles.

Desde un primer momento, el terreno desafía. La carrera larga a las 08:30 AM del día domingo desde el Embarcadero Punta Negra, rumbo al norte, por la Ruta 60 hasta el Parador Interlagos.

Luego, doblaran a la izquierda, comenzando un duro acenso al Cerro Negro, siempre por el Filo (1.550 msnm).

Desde los 970 msnm, el ascenso es corto pero brutal: 3 km y casi 600 metros de desnivel. Una vez en la cumbre tendrán una vista inmejorable del Valle de Zonda y Ullúm, además de todo el paisaje precordillerano y del imponente Dique.

Luego bajaran por el acarreo, donde hay que tener mucha precaución en la mitad, ya que hay piedras sueltas y recién comienza la carrera. Una vez que llegan nuevamente a la ruta, doblan a la izquierda, hacia el paredón del Dique, bajando por los caracoles y entrando al mini Ischigualasto.

Allí encontrarán el primer PH1 km 7, siguen por senderos, entrando a una quebrada muy marcada que los llevará a la segunda cumbre del Cerro Punta Negra. Llegando al filo, doblan a la derecha, unos 3km, y se encuentran con una bajada empinada que los dejara en el Portezuelo Notario, donde se encuentra el PH2 - 12km.

Importante cargar allí agua y comer bien, ya que es el ultimo PH.

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

RECORRIDO

Luego, bajan hacia el toque Bocina todo por la calle 4x4, cruzando un río seco, y entrando a un sendero de caballo, que los desemboca en un río ancho, unos 500mts, donde doblan a la derecha por un circuito de moto. Al poco andar, se encuentran con el circuito de 12km, que este mismo los lleva a un mini filo, desembocando en una picada de las antenas.

Luego doblan a la izquierda, después a la derecha, cruzando primero la ruta 60 Ullúm y luego la ruta 12 Zonda, entranado por el Camping del Cerro Blanco por detrás, y en unos 700mts de cemento, que les permitirán culminar la gran gesta con todo y ser recibido por sus familiares, grupos de entrenamientos, amigos y contar la experiencia vivida.

Es importante destacar que el corredor deberá contar con la capacidad de organizar su propia supervivencia entre dos Puestos de Abastecimiento (P.A), tanto desde el punto de vista alimentario como de vestuario o de seguridad.

Y también es de vital importancia que tenga una estrategia de hidratación y alimentación, ya que el tiempo de recorrido superará seguramente su tiempo habitual de carrera por las características técnicas del recorrido.

Además, deberá contar con todos los elementos obligatorios que impone la organización con el fin de obtener una primera auto-asistencia en caso de urgencia, ya que la organización indefectiblemente tardará en llegar, debido a que la mayor parte del recorrido solo se accede a pie.

- 264 4573797
- 264 4396994

Agendar los números de emergencia en sus celulares.

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

MANUAL DEL CORREDOR

RECOMENDACIONES GENERALES

- Llegar bien hidratado, descansado y alimentado a la carrera
- Tener los accesorios e indumentaria adecuada para la distancia
- Recomendamos el uso de polainas y bastones.
- No olvidar llevar la hidratación OBLIGATORIA por reglamento.
- Mirar donde pisan, cuidar los tobillos, transitan la mayor parte del tiempo en terreno pedregoso y arenoso.
- Y por favor, no tirar ningún tipo de residuo en el circuito!! Cuidemos de la naturaleza que nos regala la oportunidad de vivenciarla. “LA BASURA QUE TIRAS NO HABLA PERO DICE MUCHO DE TI”

ELEMENTOS OBLIGATORIOS

✓ CELULAR

✓ MOCHILA HIDRATANTE (1.5LTS)

✓ BOTIQUIN

✓ SILBATO

✓ DORSAL

La organizacion tiene la facultad de solicitar al corredor que muestre los elementos obligatorios en cualquier momento de la carrera. Si no lleva alguno de ellos sera penalizado.

EDICIÓN 2025

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

ADQUIRÍ TU BOTIQUÍN OFICIAL

La Organización recomienda los "botiquines oficiales" del DESAFIO PUNTA NEGRA 2023, el cual está presentado en un practico estuche de tela impermeable y cinta refractiva, conteniendo todo lo necesario para una carrera de aventura o salida de trekking.

info@botiquinessanjuan.com / +542645521190

SERVICIOS DE TRASLADOS Y ALQUILER

TRANSFER OFICIAL
trasladosyalojamiento@adventurepro.com.ar

TAXI
Celular: +54 9 264 4360050

ALQUILER DE AUTO - Pelucars
Celular: +54 9 264 4116078

TRANSPORTE PUBLICO - RED TULUM

Recorrido linea 162 Recorrido linea 142 Descargar APP

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

INFORMACIÓN TURÍSTICA

ALOJAMIENTO

GUIA VALLE DE ZONDA

FOTOGRAFÍA

Desafío Punta Negra y ÚBICE te regalan DOS FOTOS de la carrera 😍

📸Para descargar las tuyas de manera gratuita después del evento, tenés que seguir los siguientes pasos:

1- Registrarte en ubice.ar con el MISMO MAIL que te inscribiste en la carrera.
2- Iniciar sesión con ese usuario.
3- Buscar el evento DESAFÍO PUNTA NEGRA.
4- Ingresa tu número de competidor.
5- Elegí las fotos * y agregalas al carrito.
6- Descargá tus fotos.

*Atención: solo se pueden descargar de forma gratuita una foto de las acreditaciones y otra de una zona del recorrido a determinar.

ÚBICE

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE

Como organización no cabe duda la obligación de limpiar, cuidar y preservar los circuitos que la montaña nos ofrece para realizar este evento y ustedes puedan disfrutar del TRAIL en su estado mas puro.

Los circuitos comienzan a ser marcados 10 días antes y a desmarcarse inmediatamente después de la competencia. Adventure Pro quita toda la cinta de marcación y todo residuo que se encuentre sobre las huellas y sendas transitadas durante la competencia, pero entre el tiempo que la persona arrojo un residuo al piso y la organización releva todo el circuito pueden pasar muchas contingencias, principalmente climáticas (viento, luvia), que lo haga mover de lugar y no podamos encontrarlo quedando a la deriva.

Es por todo ello que el acto mas importante para poder conservar la naturaleza y las montañas es el CUIDADO INDIVIDUAL de cada persona que transita en el. Seamos RESPONSABLES y llevemos cada envoltorio con nosotros hasta el PA mas cercano o hasta la meta.

Que nuestra presencia en la montaña se vea reflejada solo con la huella de nuestra pisada.
NO DEJEMOS LOS RESIDUOS.

IMPORTANTE: Deberan llevar sus propios envases para la recarga de liquido. NO SE ENTREGA BOTELLA NI VASOS EN NINGUN PUESTO DE ABASTECIMIENTO.

ADVENTURE PRO

DESAFIO PUNTA NEGRA
TRAIL RUNNING
ULTRAMARATHON
saucony
DIQUE PUNTA NEGRA · SAN JUAN · ARGENTINA

MANUAL DEL CORREDOR

NOS APOYAN Y ACOMPAÑAN

ORO

San Juan Gobierno | Ministerio de Turismo Cultura y Deporte

saucony

POWERADE

MERVICK LAB®

PELU.CARS

bon aqua

metales concepción

SCHNELL

SOX

RUSTIK AVENTURA

AMERICA MAYORISTA

PLATINUM

interredes +Cerca

Becher LOGISTICA

GRUPO bilay

BRONCE

907 WINES

Del Parque

TANKITO

PONS Productos Sanjuaninos

AISLANTES SAN JUAN

fisiko Recuperá tu mejor versión.

DE COLORES Fuegos artificiales · Efectos especiales · Cotillón

RADIO COM

MODO ALQUILER DE AUTOS

ADVENTURE PRO

EDICIÓN 2025