

Entrevista a Manuel Tajada

Director Deportivo de la TITAN DESERT

Entrevista febrero de 2019 (14 edición)

Más de 10 años de experiencia como director de cursas y deportista *amateur* de Largo Recorrido en BTT y carreras de montaña, sabe de qué habla para que lo organiza, lo vive y lo disfruta. MT hace el diseño del recorrido de Titan Desert y de la Madrid-Lisboa Non-Stop, Recorridos que cada año son varios.



Titan-Desert

Abril 2019

¿Qué es la Titan Desert?

Es una carrera de mountain bike que consta de 6 etapas con un total de 640 km que deben recorrer durante 6 días con un desnivel de + 5911m (edición 2019), por montañas y dunas del desierto de Marruecos. Se trata de un recorrido, donde es muy importante la orientación y la resistencia.

Esta última edición, ha habido un récord de participantes con 645 corredores.

La primer Titan desierto se celebró en 2006 y, desde entonces, cada año durante la semana del 1 de mayo se celebra.

¿Cómo se distribuyen los puntos de avituallamiento en cada una de las etapas?

En cada una de las etapas, los participantes disponen de 3 puntos de hidratación con una distancia máxima entre ellos de 40 km. La distribución de estos depende de la orografía (asegurar la llegada de las cubas de agua). Lo más habitual es que la primera estación esté a un 25% del recorrido y se da 1,5l de agua, la segunda está al 50% de la carrera y se dan 2l de agua

y bebida isotónica y el 75% del recorrido hay agua, bebida isotónica y barritas energéticas. A la llegada se da agua con vasos a discreción y se facilitan 2 botellas de 1,5l por día.

¿Cuál es el contenido de los diferentes avituallamientos?

Todos los avituallamientos disponen de agua y bebida isotónica. No se dan productos sólidos por temas de seguridad alimentaria y en las dos últimas estaciones ofrecen las bebidas a una temperatura inferior a la temperatura ambiente.

A la salida de cada una de las etapas, es obligatorio que cada participante salga con un mínimo de 3l de agua (2 botellas de 1,5l).

¿Quién supervisa y calcula el volumen de agua y líquido de los avituallamientos?

La organización. En cada una de las etapas hay un responsable.

¿Qué aceptación de los participantes tiene respecto a los avituallamientos?

El agua y las bebidas isotónicas tienen una buena aceptación.

En ediciones anteriores, que se ofrecía alimentos sólidos (fruta deshidratada, barritas, etc.), no tenían una buena aceptación y por ello, ya no se ofrecen. Los propios participantes son los que se organizan los alimentos sólidos.

¿Cómo se organiza el buffet después de cada etapa?

En la carpa central hay un bufete que queda abierto para poder atender a todos los participantes que lleguen dentro del tiempo reglamentario. Que da cobertura suficiente a nivel calórico y de nutrientes.

¿Hacéis control antidopaje?

Sí se hace. A petición de la Federación Catalana de Ciclismo.



MADRID – LISBOA non stop

DEL 20 AL 22 DE SEPTIEMBRE DE 2019

<https://www.nonstopmadridlisboa.com/madridlisboa/>

<https://www.brujulabike.com/exito-powerade-non-stop-madrid-lisboa/>

Que es la Madrid-Lisboa Non-Stop?

Carrera por equipos, que pueden ser de 4, 3 o 2 participantes o bien se puede hacer de forma individual, haciendo todo el recorrido

Hay 10 sectores obligatorios y hay que recorrer un total de 770 km. Cada año el recorrido cambia.

Se da un máximo de 50 h para llegar a meta.

Participan 1.000 corredores.

Carrera patrocinada, antes era Gatorade y este año se THE GOODS.

Cómo se distribuye?

En 10 sectores, con puntos de paso obligatorio.

¿Cómo hacéis la distribución y puntos de avituallamiento en cada una de las etapas?

No hay avituallamiento organizado por la dirección y organización de la carrera, pero los puntos de distribución de comida se hacen los pasos obligatorios y que están dentro de pueblos, que casi cada año son los mismos, a pesar que el recorrido cambie.

¿Que ponéis en cada avituallamiento y con qué criterio?

El avituallamiento va bajo el criterio del pueblo que lo organiza, ofreciendo productos locales que se quieren dar a conocer, también otros alimentos que ellos mismos y bajo criterios diferentes decidan. Son pueblos aislados, pequeños donde que pase una carrera de 1.000 corredores le hace sentir como una fiesta y se da a conocer el pueblo.

Por ejemplo CEDILLO hace una matanza de cerdo y hace un avituallamiento con los productos derivados de la costumbre o fiesta del pueblo.

Incluso hay un premio al mejor avituallamiento, lo votan los corredores.

¿Quién supervisa y calcula el volumen de agua y comida de los avituallamientos?

No hay supervisión de avituallamiento, pero sí puntos de hidratación.

¿Hay normativa de un mínimo obligatorio de comida y agua por participante?

No hay supervisión de avituallamiento, pero sí puntos de hidratación.

¿Qué aceptación de los participantes tiene respecto a los avituallamientos?

Hacen votación del avituallamiento mejor organizado por el pueblo.

¿Cómo se ofrece la comida entre etapas?

Es permitido que el equipo de apoyo al corredor que puedan dar asistencia hídrica y comida durante las etapas.