



GFNY

WORLD CHAMPIONSHIP

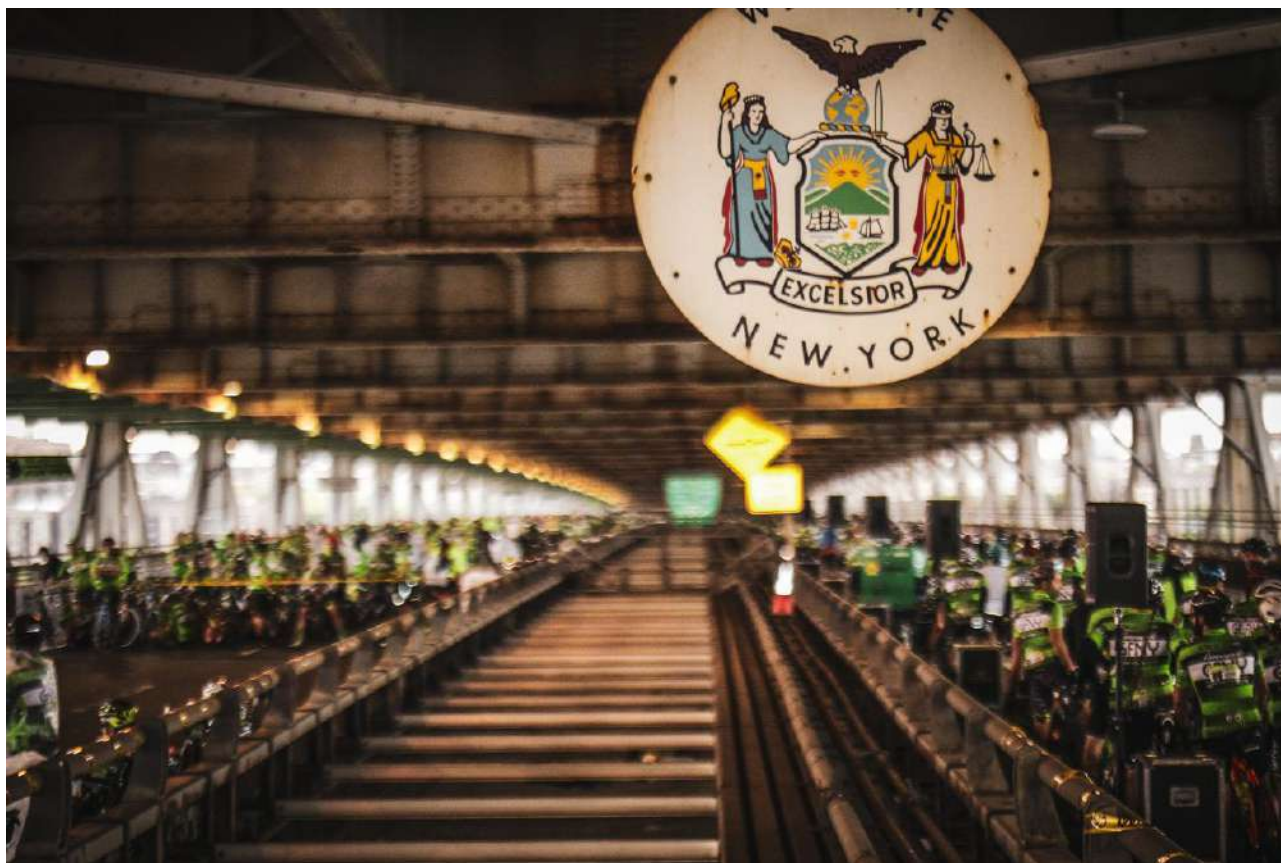
NEW YORK CITY

MAY 21st

2023



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA



Índice de Contenidos

Fechas Importantes y Programa de Eventos	4
Información General	6
GFNY Café	7
NYC Bike Expo & Registro GFNY	8
Seguro	14
Checklist antes de la Carrera	15
GWB y Zonas de Largada	17
Recorrido de la Carrera	27
Durante la Carrera	31
Guía para el Espectador	37
GFNY Finish Village en Fort Lee	44
Transporte Vía Terrestre	47



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Cómo Usar Esta Guía

Consulta el índice para encontrar aquella sección sobre la que tengas preguntas o presiona command+F / ctrl+F en tu teclado para buscar la palabra clave.

Esta guía te ayudará a preparar la logística para antes, durante y después de la carrera.

Si tienes preguntas que no estén respondidas en esta Guía, por favor, consulta nuestra página web en [GFNY website](https://nyc.gfny.com). Si no encuentras la respuesta, envía un correo electrónico a support@gfny.com.

The Race Guide in English is here: nyc.gfny.com/race-guide

Información de viaje

Para ayudar a preparar tu viaje, visita nyc.gfny.com y explora nuestras páginas con toda la información de viaje.

Cómo llegar	nyc.gfny.com/como-llegar/?lang=es	Aeropuerto y transporte de aeropuertos
Operadores turísticos oficiales	nyc.gfny.com/como-llegar/?lang=es	
Hoteles oficiales	nyc.gfny.com/hoteles/?lang=es	
Transporte terrestre	nyc.gfny.com/como-llegar/?lang=es	
Renta de bicicletas y otros servicios	nyc.gfny.com/bikes	Renta, envío, transporte y otros servicios de bicicletas
Actividades	nyc.gfny.com/actividades/?lang=es	
Seguro de viaje	gfny.com/insurance/?lang=es	

¡Apreciamos tu interés en participar del GFNY Championship 2023! ¡Esperamos verte en NYC en mayo!





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Fechas Importantes

MAYO 2023						
SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12 NEW TIRE DAY	13
14	15	16	17 FECHA RECOMENDADA PARA LLEGAR A NYC	18	19 EXPO ÚLTIMO DÍA DE LLEGADA RECOMENDADO	20 EXPO
21 RACE DAY	22 FECHA DE SALIDA MÁS ANTICIPADA RECOMENDADA	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Si vuela a Nueva York, **le recomendamos que reserve un vuelo que aterrice a más tardar a la 1:00pm del sábado 20 de mayo**. Esto le dará tiempo suficiente para recoger su equipaje y viajar desde el aeropuerto y llegar a la expo antes de que cierre. Si ya reservó su vuelo, llame a la aerolínea para cambiar su boleto.

IMPORTANTE!

La recogida del kit de carrera en persona es obligatoria. Cada participante deberá acudir personalmente a realizar el check-in y recoger su material de carrera.

Debe venir al registro de GFNY ÚNICAMENTE el viernes o el sábado. Debe estar en la expo antes de las 6:00 p. m. del sábado 14 de mayo para poder recoger su paquete de carrera.

Si no llega a la expo durante el horario de la expo, perderá su registro y su capacidad para participar en el evento.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Programa de Eventos

Haga click aquí para registrarse en los eventos de la semana de carrera: nyc.gfny.com/schedule-of-events/

MIÉRCOLES, 17 DE MAYO

8AM-2PM GFNY Café @ [PIP Park](#)

9AM GFNY rodada en grupo con Gruppo Sportivo GFNY @ GFNY Café

JUEVES, 18 DE MAYO

8AM-2PM GFNY Café @ [PIP Park](#)

9AM GFNY rodada en grupo con Gruppo Sportivo GFNY e invitado especial Nelson Vails, Medallista Olímpico y Leyenda de Ciclismo en NYC @ GFNY Café

VIERNES, 19 DE MAYO

8AM-3PM GFNY Café @ [PIP Park](#)

9AM GFNY rodada en grupo con Gruppo Sportivo GFNY e invitado especial Raúl Alcalá @ GFNY Café

10AM-6:00PM GFNY World Championship entrega kit de la competencia @ [PIP Park](#) (última entrada 6pm)

10AM-6:00PM NYC Bike Expo @ [PIP Park](#)

10AM-6:00PM Bike Zone by Unlimited Biking @ [PIP Park](#)

11AM-6:00PM GFNY BBQ & Beer Garden @ [PIP Park](#)

4PM-6PM Business on Bikes Networking @ Beer Garden, [Business on Bikes - more info & register](#)

SÁBADO, 20 DE MAYO

8AM-3PM GFNY Café [PIP Park](#)

9AM GFNY rodada en grupo con Gruppo Sportivo GFNY & Invitados Especiales Nelson Vails and Raúl Alcalá @ GFNY Café

10AM-6:00PM GFNY World Championship entrega kit de la competencia @ [PIP Park](#) (última entrada 6pm)

10AM-5:00PM NYC Bike Expo @ [PIP Park](#)

10AM-5:00PM Bike Zone by Unlimited Biking @ [PIP Park](#)

11AM-5:00PM GFNY BBQ & Beer Garden @ [PIP Park](#)

12PM Charla sobre estrategia de carrera con Jill Patterson, Raúl Alcalá, Luis Lemus @ Letras gigantes de GFNY

DOMINGO, 21 DE MAYO

5AM Apertura área de salida en nivel inferior del puente George Washington (crepúsculo civil 5:02am, amanecer 5:34am)

6:15AM Cierre del área de salida en nivel inferior del puente George Washington

7AM Salida de GFNY World Championship NYC

7AM Apertura de GFNY Café & Fan Zone @ [PIP Park](#)

10AM Llegada prevista del Ganador de GFNY World Championship @ [PIP Park](#)

1PM Ceremonia de Premiación en la GFNY Finish Village @ [PIP Park](#)

3PM Cierre del recorrido

4PM Finalización de los festejos



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Información General



Recorrido	nyc.gfny.com/course
GFNY Café	PIP Park in Fort Lee, NJ
Registro & Expo	PIP Park in Fort Lee, NJ
Taxi Stand	3000 Lemoine Avenue, Fort Lee
Largada desde NYC	165th Street & Riverside Drive //
Largada desde NJ	220 Bruce Reynolds Blvd
Finish Village	PIP Park in Fort Lee, NJ
Parada de Taxi y	
Punto de recogida	3000 Lemoine Avenue, Fort Lee

Revisar la sección **Direcciones Importantes GFNY Para Automóviles** al final de esta guía para información sobre los puntos de drop off, recogida y estacionamiento.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

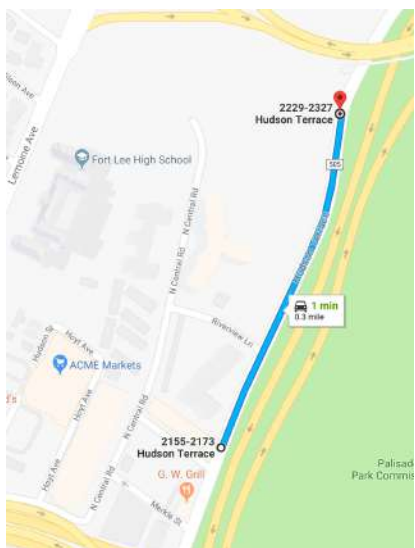
GFNY Café

La semana de GFNY comienza con cinco días de GFNY Café en PIP Park en Fort Lee, NJ. Abierto del 17 al 21 de mayo, el GFNY Café ofrece a nuestros ciclistas otra forma de conectarse con GFNY, otros ciclistas de GFNY, sus familias y amigos.

GFNY Café ofrece: agua, café, té, bagels, muffins, bananas, bebidas, música, racks para bicicletas, baños, pantalla gigante y un horario de rodadas grupales diarias que parten a las 9 am.

Unlimited Biking estará en el GFNY Bike Zone el viernes y sábado para ayudarle con cualquiera de sus necesidades de mantenimiento de bicicletas antes de la carrera. **VIERNES Y SÁBADO @ 10am-6pm**

El domingo, la pantalla gigante proyectará una transmisión en vivo de la carrera GFNY que se desarrolla desde nuestras cámaras de carrera y locutores. Los espectadores y fanáticos pueden unirse a nosotros y seguir la carrera en vivo, en PIP Park en Fort Lee. Café, bagels, muffins, bananas y bebidas estarán disponibles para su compra.



ESTACIONAMIENTO PARA AUTOMÓVILES @ GFNY CAFÉ

Si planea llegar al GFNY Café en automóvil, el bufete de abogados Kim & Bae ha ofrecido generosamente su estacionamiento a los ciclistas de GFNY. [El estacionamiento está ubicado a una caminata corta de 400 m \(0.3 millas\) del GFNY Café.](#)

De Kim & Bae: Sabemos lo difícil que es encontrar estacionamiento cerca del parque y a lo largo de Hudson Terrace, especialmente en un evento de fin de semana tan grande como GFNY. Nuestro edificio está a una poca distancia a pie de los eventos del día sábado y estamos ubicados en el lugar perfecto a lo largo de Hudson Terrace. Nos gustaría ofrecer el estacionamiento porque Kim & Bae apoya a GFNY y a sus participantes.

¡Gracias, [Kim y Bae](#)!



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

NYC Bike Expo & Registro GFNY

UBICACIÓN

NYC Bike Expo está ubicada en [PIP Park in Fort Lee, NJ](#). La Expo es el lugar para recoger los materiales de GFNY necesarios para la carrera: el número, el chip, la pulsera, el jersey y la bolsa con presentes. Además, puedes visitar los patrocinadores, los exhibidores y la tienda GFNY.

HORARIOS

Horarios Expo **VIE 5/19** 10am-6pm // **SÁB 5/20** 10am-5pm

Horario de Registro **VIE 5/19** 10am-6pm // **SÁB 5/20** 10am-6pm

Última posibilidad de ingreso, 30 minutos previos a la hora de cierre.

QUE TRAER

Su documento de identidad con foto y su pase de carrera GFNY.

Puede obtener su pase de carrera visitando [gfny.cc](#) e iniciando sesión o creando una nueva cuenta con su dirección de correo electrónico. Una vez en su cuenta, haga clic en el botón "Registrarse" en el cuadro de su boleto de carrera y complete las preguntas.

Una vez que se asignan los números de carrera, los cargamos en su cuenta [gfny.cc](#) y se le enviará su Race Pass por correo electrónico. Si su servidor de correo electrónico está bloqueando los correos electrónicos de [gfny.cc](#), puede crear una cuenta con un correo electrónico alternativo o puede descargar su Race Pass desde su cuenta de [gfny.cc](#).

Si no tiene su Race Pass, complete su check-in en línea o visite el stand de Athlete Solutions para que podamos ayudarlo a completar su check-in y generar un Race Pass para usted.

IMPORTANTE!

La recogida del kit de carrera en persona es obligatoria, este es un requisito de la policía. Cada participante deberá acudir personalmente a realizar el check-in y recoger su material de carrera.

La pulsera de GFNY debe usarse durante toda la duración del evento (desde la recogida del paquete hasta la salida de GFNY Village después de la carrera) con fines de identificación.

Debe asistir al registro de GFNY ÚNICAMENTE el viernes o el sábado. Debe estar en la expo antes de las 6:00 p. m. del sábado 14 de mayo para poder recoger su paquete de carrera. No hay registro ni recogida de paquetes el día de la carrera el domingo.

Si no viene a la exposición durante el horario de la exposición, perderá su registro y su capacidad para participar en el evento.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

CÓMO LLEGAR

En bicicleta

[vía Hudson Terrace](#), debes dejar tu bicicleta en lugares de estacionamiento obligatorio.

En auto particular el viernes

Estacionar en [Fort Lee Municipal Lots: Main Street and 95 Main St](#) que son los más cercanos. [Camina o monta tu bicicleta hacia PIP Park.](#) (Debes dejar tu bicicleta en lugares de estacionamiento obligatorio.)

En auto particular el sábado

[Kim & Bae](#) nos ha prestado su [estacionamiento para la expo](#) on Saturday.

En servicio de auto

Pídele a tu conductor que te deje en [3000 Lemoine Avenue, Fort Lee](#) y camina desde la parada a la carpa de registro usando la parte superior del PIP Park.

En autobús gratuito

Tome el metro [A hacia 175th St.](#), [camine hasta la terminal de autobuses GWB](#), tome cualquier autobús de NJ Transit hasta Fort Lee. Simplemente pague en efectivo cuando aborde el autobús. También puede tomar un minibús para una parada a Fort Lee. Un minibús sale cuando está lleno y el autobús de NJ Transit sale cuando está programado. [Camine desde la parada del bus a PIP Park.](#)

O, [se tarda 20 minutos aproximadamente en caminar las 1.5 millas](#) desde la parada del metro A en la 175st St. hacia PIP Park..





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

GFNY VILLAGE - EXPO



IMPORTANTE: El estacionamiento de bicicletas es obligatorio en todo momento si planea ingresar a cualquiera de las áreas dentro de GFNY Village. Las bicicletas causan peligros de tropiezos y se suman a la congestión. No se permiten bicicletas dentro de las carpas de Registro / Expo y Recogida de Jersey / Tienda. Si se dirige a recoger su paquete de carrera y llega en bicicleta, diríjase al estacionamiento de bicicletas a su llegada.

Si solo está caminando o visitando GFNY Café, no necesita estacionar su bicicleta en Bike Parking.

PROCESO DE REGISTRO

(1) RECOGIDA DE KIT DE CARRERA Traiga su documento de identidad con foto y su ase de carrera GFNY (en su teléfono o impreso). Dirígete a la carpa de Registro, y dirígete al stand con tu dorsal. Muestre su identificación con foto y Race Pass y recibirá su paquete de carrera.

El paquete de la carrera incluye:

1. **Pulsera**, la cual será sujeta a tu muñeca cuando te sea entregado el paquete y debe ser usada hasta el final de la carrera.
2. **Número para la Bicicleta** con chip que debe estar colocado en el frente de la bicicleta amarrado con las dos bandas de sujeciones provistas en el kit.
3. **Número de Dorsal** debe ser sujeta a los bolsillos traseros de tu jersey, y 4 alfileres de seguridad.
4. **Etiqueta adhesiva con número para la bicicleta**
5. **Etiqueta adhesiva de control de bolsa para objetos personales**
6. **Etiqueta adhesiva de altimetría de la carrera** la cual puedes pegar al tubo superior de la bicicleta para controlar la altimetría durante la carrera.
7. **Etiqueta autoadhesiva del corredor**
8. **Bolsa transparente tamaño standard** la cual puedes registrar la mañana de la carrera. Te será devuelta al final.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Después de recibir su kit, verifique dos veces que toda su información personal esté correcta en la etiqueta al frente del sobre de su kit de carrera. Si tiene algún cambio de información, como actualizar la información de contacto de emergencia o cambiar el nombre de su equipo, vaya al stand de CAMBIO DE DATOS / REGISTRO / SOLUCIONES PARA ATLETAS (3).

(2) RECOGIDA DEL GOODIE BAG Mantenga su kit de carreras a mano, vaya al stand de GOODIE BAG para recoger su bolsa de regalos. Presente el sobre de su kit de carrera para obtener su bolsa de regalos.

(3) CAMBIO DE DATOS / NUEVOS REGISTROS / SOLUCIONES PARA ATLETAS Si necesita realizar algún cambio en sus datos, pase por el stand y complete un formulario de cambio de datos. Si no recibió su GFNY Race Pass porque realizó un registro en línea durante la semana de la carrera o no completó su registro en línea en gfny.cc, lo ayudaremos con el registro, la asignación de su número de carrera y la entrega de su kit de carrera.

(4) PUESTO DE INFORMACIÓN ¡Tu tienes preguntas, nosotros tenemos respuestas! El INFO BOOTH está a cargo del Equipo de Embajadores del Gruppo Sportivo de GFNY, y son expertos locales y de GFNY. ¡Están deseando conocerte y responder a tus preguntas! Ayude a que la recolección de paquetes fluya sin problemas para usted y otros atletas, dirige tus preguntas sobre la carrera al puesto de información y no pregunte a su voluntario de entrega de kits.

(5) NYC BIKE EXPO ¡Echa un vistazo a los expositores de productos y servicios de ciclismo, y conoce otras carreras de GFNY World!

(6) SIGN IN BOARD Después de recoger su kit de carrera y su bolsa de obsequios en la carpa de registro, diríjase al escenario y firme en nuestro sign in board. ¡Gran lugar para unas fotos!

(7) RECOGIDA DEL JERSEY Dirígete a la entrega de jersey en la tienda. Mantenga su kit de carrera a mano, vaya al stand de JERSEY HANDOUT para recoger su jersey de carrera. Recuerda: El jersey que recibes es vestimenta obligatoria para la carrera. Presenta el sobre de su paquete de carrera con la talla de su jersey para recoger la talla de jersey seleccionado. Para que el proceso de recogida de jerseys avance sin problemas, no se pruebe las camisetas ni pida cambiarlas en la cabina de recogida de camisetas.

(8) CAMBIO DE JERSEY Si crees que necesitas cambiar el tamaño de tu jersey, no puedes hacerlo en el stand donde lo recogiste, deberás dirigirte al stand que dice JERSEY EXCHANGE. Luego de cambiar tu jersey, tienes la posibilidad de probártelo en probadores con espejos para asegurarte que el tamaño sea el adecuado.

(9) TIENDA GFNY Elige un culotte, una camiseta, una gorra, un casco o la equipación completa de GFNY. Echa un vistazo a las gafas de sol GFNY y echa un vistazo al artículo más nuevo de GFNY: los relojes mecánicos GFNY Passista en titanio y acero. gfny.com/watch

(10) BIKE ZONE BY UNLIMITED BIKING

Reserva y recoge tu bicicleta de alquiler: unlimitedbiking.com/events/gran-fondo-new-york-bike-rentals
Unlimited Biking también ofrece servicio de Bike Concierge. El equipo de expertos de UB armarán y pondrán a punto tu bicicleta. Reserve la puesta a punto de su bicicleta con anticipación, luego lleve su bicicleta al área de recolección de paquetes donde se encontrará con los mecánicos expertos de UB. Reserve aquí: unlimitedbiking.com/new-york/concierge

(11) LETRAS DE GFNY ¡Otra oportunidad de fotos, para ti y toda la familia, club, grupo!





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

PREGUNTAS FRECUENTES

P: ¿Puedo llevar a mi familia y amigos?

¡Sí, trae a tu familia y amigos! La expo es gratis y está abierta al público.

P: No me gusta esperar ¿Cuál es el horario recomendable para concurrir a la Expo?

Los horarios de recogida de kits se seleccionan cuando se completa el proceso de registro en gfny.cc. Los cupos se distribuyen por capacidad para reducir la congestión. Por lo general, después de la 1:00 p. m., la recolección de paquetes está menos ocupada que por la mañana.



P: ¿Cómo entallan los jerseys?

Los jerseys de la GFNY son de medidas estándar de corte europeo, por lo tanto se ajustan más al torso que los típicos jerseys de medidas americanas. Sugerimos pedir una o hasta dos medidas más grande de la talla que usas usualmente en tu jersey de corte Americano. Tabla de tallas: gfny.com/jersey-size

P: ¿Qué ocurre si el jersey pedido no me queda? ¿Puedo cambiarlo?

Tenemos una cantidad limitada de jerseys disponibles para intercambio. Si encuentras que el jersey que pediste no tiene la talla adecuada, acércate al stand de JERSEY EXCHANGE y solicita la talla que buscas. Es posible que no tengamos el tamaño exacto que necesita para cambiar, pero haremos todo lo posible para obtener un tamaño de camiseta lo más cercano posible a su tamaño de intercambio.

El stand de Jersey Exchange tiene un flujo constante de camisetas, si su talla de camiseta preferida no está disponible, le recomendamos que vuelva a consultar antes de salir de GFNY Village. Además, liberamos las camisetas retenidas para los atletas registrados que no asistieron a la carrera el sábado hacia el final de la recolección de paquetes. Si el cambio de talla de tu camiseta no estuvo disponible antes, es posible que sea el sábado hacia el final del día.

P: ¿Debo usar la pulsera?

Sí, el uso de la pulsera es obligatorio. La misma será colocada en tu muñeca en la expo cuando recojas el kit de la carrera y deberás usarla hasta el momento que dejes la GFNY Village cuando termine el evento.

P: ¿Puedo comprar los maillots y otra indumentaria de la GFNY en la expo?

Sí, contamos con una cantidad limitada de indumentaria y accesorios de la GFNY disponibles para la compra en la expo previa a la carrera. Las cantidades son limitadas y vendidas de acuerdo al orden de llegada. Si te preocupa la disponibilidad de un producto, te recomendamos la compra online en nuestra tienda online gfny.com/shop o acercarte temprano a la expo el día viernes para tener acceso a la mayor variedad de talles disponibles.

P: Mi horario se modificó y no puedo ir a NYC ¿Puede un amigo recoger mi bolsa de obsequios por mí?

Sí. Envía un email a tu amigo autorizándolo a recoger tu bolsa de obsequios además de una copia de tu identificación con tu fotografía. En la expo, tu amigo deberá mostrar el email junto con la copia de tu identificación para poder retirar tu bolsa de obsequios y tu jersey en tu lugar.

P: Mi vuelo es el sábado por la noche. ¿Puede mi amigo recoger el kit de la carrera por mí?

No. Por razones de seguridad, cada participante debe estar presente para recoger su kit el día viernes o el sábado. Si no logras llegar a la expo a buscar tu kit de la competencia, se te revocará la inscripción para participar de la carrera. Te recomendamos cambiar tu vuelo para llegar a NYC a tiempo para concurrir a la expo.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

P: ¿Necesito proporcionar un certificado médico?

No, no es necesario que presente un certificado médico, pero le recomendamos que se haga un chequeo anual periódico por un médico.

P: Parece que la forma en que se nos pide montar la placa es muy poco aerodinámica. ¿Puedo adjuntarlo de otra manera?

No, debe montar la placa de la bicicleta en la parte delantera de su bicicleta. La colocación de la placa con su número centrada en el manillar es obligatoria porque debe ser visible para la policía y el personal de seguridad.

Si bien no ayuda a la aerodinámica, tenga en cuenta que está frente al núcleo del ciclista y GFNY no es un TT de pista, así que no lo piense demasiado. Afecta a todos por igual.

No doble ni altere el número de la bicicleta. Si lo dobla o lo envuelve alrededor del cuadro, es posible que no se lea el chip de sincronización y que nuestras cámaras no detecten la placa de su bicicleta y, debido a un manejo o fijación incorrectos, es posible que no lo incluyamos en los resultados y no podamos verificar que participó en la carrera.



P: ¿Puedo usar mi propio jersey durante la carrera?

No, el jersey oficial de carrera de GFNY es un atuendo obligatorio para la carrera. Es un requisito de la policía que todos los participantes usen la camiseta oficial de la carrera para que los oficiales los puedan identificar fácilmente mientras están en el recorrido.

P: ¿Están permitidas las bicicletas de triatlón o las barras aerodinámicas?

Las bicicletas de triatlón NO están permitidas. Las barras aerodinámicas NO están permitidas. Si tiene una bicicleta de carretera con barras aerodinámicas instaladas, debe quitar las barras aerodinámicas. Si solo posee una bicicleta de triatlón, deberá realizar el GFNY en otra bicicleta (bicicleta de carretera prestada o alquilada, bicicleta híbrida, bicicleta de montaña). Comprobamos si tu bicicleta está lista para salir a la entrada de la salida.





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Qué no está incluido en mi registro

Su registro de inscripción a GFNY no incluye seguro médico, ni servicios o productos mecánicos.

Los costos del seguro son altos, y agregar el costo del seguro a cada boleto haría que la tarifa de registro sea más alta. Los ciclistas que ya tienen seguro médico terminarían pagando una cuota de inscripción más alta por un beneficio que no necesitan. Si no tiene un seguro médico que lo cubra durante GFNY, consulte la sección de Seguros para conocer las opciones disponibles.

El servicio mecánico previo a la carrera no es gratuito. Los servicios mecánicos son proporcionados por mecánicos experimentados y profesionales. Brindar servicio mecánico gratuito aumentaría la tarifa de inscripción, aumentaría drásticamente la logística y los atletas que no necesitan servicio mecánico pagarían una tarifa de inscripción más alta por un beneficio que no utilizan. Consulte el enlace de reserva del servicio Unlimited Biking para ver la hoja de precios de los servicios. nyc.gfny.com/bikes

Los productos de bicicleta antes de la carrera, al inicio y en el recorrido de la carrera no se proporcionan de forma gratuita. Asegúrese de traer efectivo, tarjeta de crédito y una identificación con foto para cubrir los costos de los productos de reparación de bicicletas que necesita.

GFNY brinda asistencia mecánica estacionaria y rodante durante la carrera, y estos servicios de apoyo son gratuitos para todos los ciclistas si tienen una emergencia mecánica durante la carrera. Pero si necesitas neumáticos nuevos o una cadena nueva en la carrera, tendrás que pagar por ellos.

GFNY mantiene la tarifa de inscripción lo más baja posible para cada atleta. No es justo aumentar la tarifa de inscripción a todos los ciclistas cuando un beneficio se aplica a un pequeño porcentaje de la base total de participantes. Asegúrese de comprar un seguro médico si no lo tiene. Reserve una puesta a punto completa de la bicicleta en su tienda de bicicletas local y obtenga neumáticos nuevos un mes antes de la carrera para tener el día de carrera más tranquilo posible.

Seguro

Recomendamos encarecidamente a cualquier ciclista que no tenga seguro médico que compre una opción de seguro que se ajuste a sus necesidades, por ejemplo, un seguro de viaje, una licencia de ciclismo de EE. UU. y/o un seguro SPOT.

SEGURO DE VIAJERO

GFNY se ha asociado con Pacific Prime para ofrecer a los ciclistas y sus acompañantes de GFNY un seguro de viaje en todo el mundo. Pacific Prime es un corredor de seguros de salud galardonado con más de dos décadas de experiencia en el sector de seguros. Pacific Prime seleccionó el seguro VUMI Travel VIP, que brinda la cobertura más completa a nivel mundial. Solo es válido si tomaste un vuelo comercial y saliste de tu país de origen.

Contrata un seguro de viaje aquí:

<https://www.pacificprime.com/health-insurance-plans/short-term/gfny-travel-insurance/>



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

LICENCIA POR UN DÍA

GFNY es un evento autorizado por USA Cycling, la federación nacional de ciclismo. USA Cycling ofrece opciones de seguro médico de un día y de 12 meses. La compra de este seguro adicional es opcional, pero le recomendamos encarecidamente que lo compre todos los ciclistas sin seguro médico en los EE. UU. o para los ciclistas que busquen cobertura médica adicional para el evento. Use este enlace <https://membership.usacycling.org/one-day/7052> o el siguiente código QR para obtener su licencia de 1 día.



USA Cycling estará en la Carpa de Registro. Puede visitar el stand de USA Cycling en la carrera y hablar con ellos y obtener la licencia de 1 día también en su stand.

Si tiene alguna pregunta sobre el seguro médico de accidentes opcional de 1 día y 12 meses, envíe un correo electrónico a USA Cycling's Member Services membership@usacycling.org.

SPOT

Tenga en cuenta que la licencia de 1 día de USA Cycling tiene un deducible alto. Para ayudar a cubrir algunos costos médicos adicionales, le recomendamos que compre Spot Insurance. Spot cubre los gastos médicos incurridos en los EE. UU. únicamente. No relacionado con el país de residencia del ciclista. Visite su sitio web para obtener más información sobre sus términos y costos: <https://product.getspot.com/consumers>

RESERVA REEMBOLSABLE

Si compró la reserva reembolsable en el momento en que se registró para la carrera y no puede asistir a la carrera, puede ser elegible para recuperar su dinero. Los reembolsos son pagaderos bajo razones cubiertas. Aquí están los términos y condiciones de la reserva reembolsable: <https://www.refundable.me>

Aquí está el enlace al formulario de reclamo: <https://form.refundable.me/forms/refund>

Al llenar el formulario, el número de identificación de su póliza es la identificación de Bluesnap de su registro. El servicio brinda respuestas generalmente dentro de las 24 horas, si no recibe una respuesta, revise su casilla de correo no deseado o vuelva al formulario y haga clic en Hacer una pregunta en el Paso 4.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Tu Checklist antes de la carrera

1. Realiza un chequeo completo a tu bicicleta. La mejor manera de minimizar las posibilidades de tener complicaciones mecánicas durante la carrera es realizando un control exhaustivo de tu bicicleta. Los mecánicos de la GFNY han visto cadenas rotas, problemas con los cambios, rayos rotos, además de muchas otras complicaciones mecánicas durante la competencia. Resolver un problema mecánico que no puedas resolver tú solo, uno que requiera apoyo mecánico, puede significar una espera de entre 5 y 30 minutos. Es una sensación terrible ver pasar a los demás competidores mientras esperas ayuda al costado del camino

2. Pon llantas nuevas. Si tus llantas muestran signos de uso excesivo, te recomendamos poner unas nuevas para la carrera. No quisieras haber pasado tanto tiempo entrenando, tal vez haber viajado a NYC, para luego sufrir una pinchadura el día de la carrera.

También, utiliza **nuevos portabotellas** como los de [Elite](#), auspiciante de GFNY, para evitar que tu botella se caiga durante aquellas partes más duras del recorrido, como las KM 3-17 y 145-160.

3. Coloca el número de tu bicicleta centrado en el manubrio. Asegúrate que el número esté correctamente amarrado en el lugar correcto. Pruébalo que esté colocado y asegurado al manubrio de tu bicicleta.

4. Coloca tu número de carrera en los bolsillos traseros de tu jersey. Sujeta el número del lado que menos uses. Por ejemplo, si eres derecho, sujétalos al lado izquierdo y a los bolsillos centrales.

5. Lleva contigo tu alimento nutricional. En la zona de largada de la GFNY no se provee de bebidas ni comidas, asegúrate que llevas lo necesario para tu camino hacia la largada, y para la espera hasta llegar por lo menos a la primera estación de asistencia en Piermont, en la milla 17. Si tienes alguna necesidad deportiva dietaria o nutritiva, trae los alimentos contigo el día de la carrera.

6. Planifica la mañana de la carrera. Te recomendamos llegar a la línea de largada entre las 4:30 - 5am. Lo cual te dará tiempo suficiente para usar el sanitario, dejar tu bolsa, pasar por los controles de seguridad y ubicarte en tu corral de largada. Los corrales se cierran a las 6:15 am. Si pasas los controles de seguridad después de esa hora, serás conducido al último corral.

Si usas transporte público para llegar a la línea de largada, averigua cuanto tiempo demorarás en llegar. Y si te alojas en un hotel, busca un lugar donde comprar tu desayuno el domingo temprano por la mañana.

7. Chequea el pronóstico del tiempo. Asegúrate de usar el equipo correcto durante la carrera. Siempre lleva una colcha mylar en la bolsa de herramientas de la bicicleta en caso de que hubiese un cambio inesperado del clima.

8. Empaca tu bolsa plástica. Como la GFNY Finish Village ofrece servicio de duchas en la escuela Fort Lee High School, haz uso de la opción de llevar y registrar una bolsa plástica el día de la carrera. El día que recojas el kit de la competencia, te será entregada una bolsa plástica estándar que podrás registrar antes de llegar al George Washington Bridge.

Puedes empacar elementos como ropa, gel para ducha, toalla y calzado. No dejes elementos de valor en tu bolsa. GFNY no asumirá ninguna responsabilidad por el hurto o la pérdida de elementos de valor

9. Trae tu billetera: ID y dinero – los necesitarás a ambos para comprar cerveza en la llegada o abonar cualquier gasto que tengas.

10. Usa tu pulsera GFNY – es su principal ticket de acceso a la largada, al recorrido, y su boleto de comida posterior a la carrera para el asado de GFNY.

FORMA CORRECTA DE COLOCAR EL NUMERO DEL CORREDOR Y LA PLACA DE LA BICICLETA



COLOCA LA PLACA DE LA BICICLETA EN LA PARTE DELANTERA DE TU VOLANTE.

Asegúrate que el número sea completamente visible y no se obstruya por los cables o por el ciclocomputador. No dobles ni modifiques el número de la placa. El chip de cronometraje de tiempo solo funcionará si la placa es colocada de la forma que se muestra. Si tienes un ciclocomputador, utiliza solo el orificio superior de cada lado de la placa de la bicicleta para colgar la placa hacia abajo, debajo de tu ciclocomputador.

EL JERSEY DE GFNY QUE RECIBISTE EN TU PAQUETE ES EL UNIFORME DE USO OBLIGATORIO PARA LA CARRERA.



COLOCA EL NÚMERO DEL CORREDOR SOBRE LOS BOLSILLOS TRASEROS DEL JERSEY OBLIGATORIO DE GFNY.

Coloca el número de corredor en tu lado no dominante. Si eres diestro, colócala en tu bolsillo izquierdo y central.



COLOCA TU CALCOMANÍA DEL PERFIL DE LA CARRERA EN EL TUBO SUPERIOR PEGADO HACIA EL VOLANTE.

La calcomanía del perfil de la carrera te da referencia sobre los puntos más importantes a lo largo de carrera.

GFNY.COM

COLOCACIÓN INCORRECTA DEL NÚMERO DE CORREDOR Y DEL NÚMERO DE BICICLETA.



GWB y Zonas de Acceso



El puente George Washington tiene la mayor capacidad vehicular de cualquier puente en el mundo. Transporta aproximadamente 106 millones de vehículos al año, lo que lo convierte en el puente más transitado del mundo.

GFNY cierra todo el nivel inferior del puente más transitado del mundo a los automóviles y le ofrece una experiencia única en la vida de cruzar de Manhattan a Nueva Jersey en una carretera sin automóviles.

Las áreas de inicio de NYC y NJ abren a las 4:30 am. Los Start Corrals abren a las 5 am. Recomendamos llegar al área de inicio entre las 4:30 am y las 5:15 am. Esto le dará suficiente tiempo para usar el baño, registrar su bolso, pasar por seguridad y entrar a su corral antes de que cierre el acceso al puente y los corrales a las 6:15 am.

IMPORTANTE

Asegúrate de llevar el jersey de carrera obligatorio, tu número de la bicicleta, el número de dorsal y la pulsera. No se le permitirá subir al puente sin ellos. La seguridad es estricta en el GWB.

IMPORTANT!

Por razones de seguridad, no se permiten bolsas en el puente George Washington. Esto incluye, pero no se limita a, mochilas, bolsas de camello, bolsas de manillar, alforjas muy grandes que van más allá de sostener un tubo y herramientas de emergencia, bolsas de marco grande, alforjas, etc. GFNY ofrece 5 estaciones de ayuda en el campo y dos adicionales. bolsillos de jersey para que no necesites almacenamiento adicional.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Yendo desde NYC al punto de largada

El acceso a la línea de largada desde NYC tiene lugar desde la calle 165th St & Riverside Drive. Dirígete hacia Northbound por Riverside Drive. Mantente a tu derecha todo el tiempo para tener acceso al círculo de largada y a los corrales.

TRANSPORTE PRIVADO

La manera más rápida y cómoda de llegar a la línea de largada es usando transporte privado, ya sea taxi o servicio de auto. Para grupos de 5 o más, recomendamos reservar un Mercedes Sprinter or Mini Bus.

LUGARES PARA DROP-OFF

IMPORTANTE: No pueden dejarlo en 165th Street y Riverside Drive. Esta es la vía de acceso para que los ciclistas suban al puente y hay mucha congestión aquí. Si su vehículo se detiene cerca de 165th St y Riverside, la policía lo multará.

Desde el sur: en Riverside Drive, a approx. 160th St - 162nd St
Desde el este y norte: 165th St & Aubudon Avenue

EN BICICLETA

Si vienes desde upper Manhattan, puedes utilizar la biciesenda en West Side Highway y seguir el mapa que está a continuación. Nos no recomendamos ir en tu bicicleta a la largada desde el centro de la ciudad porque son alrededor de 10km/6 millas.

Dirígete en tu bicicleta hacia el norte por la biciesenda de West Side Highway Bike Path, gira a la derecha en 158th St (hay allí una puerta metálica giratoria). Pasarás debajo de un puente, y verás un semáforo, gira a la izquierda y sube una leve cuesta. Encontrarás una señal de alto (la señal dice 158th St), gira a la derecha allí. Luego gira 120 grados a la izquierda hacia Riverside Drive. Sigue en línea recta sobre Riverside Drive hasta 165th St, continúa hasta acceder a los corrales de largada. Mantente siempre a tu derecha.

TRANSPORTE PÚBLICO

La parada de metro más cercana es 181st Street en el tren A. Los trenes C y 1 también tienen paradas cercanas a GWB.

No necesitas un permiso especial para llevar tu bicicleta contigo en el metro de NYC. Puedes intentar pasar tu bicicleta a través del molinete, pero lo más común es recurrir a un agente para que te observe mientras pasas tu tarjeta de Metro y que gire el molinete, ellos abrirán la puerta de emergencia y de esta manera podrás pasar caminando con tu bicicleta. Preguntale al agente del metro antes de pasar tu tarjeta. Chequea en [mta.info](https://www.mta.info) por los consejos sobre el servicio de fin de semana para los trenes A, C y 1.

Bájate del tren y ve hasta 165th St & Riverside para llegar a los corrales de largada. Mantente siempre a tu derecha.



DESDE LOS HOTELES DE NUEVA YORK

Los hoteles GFNY no ofrecen servicio de transporte a la largada. Puede ir en bicicleta, tomar el transporte público o pedir que lo lleve un familiar o un servicio de automóvil. Para llegar al inicio en transporte público, te recomendamos tomar los trenes A y C hasta la calle 168 o el tren 1 hasta la calle 157 y andar en bicicleta desde el metro hasta el inicio. Alternativamente, puede reservar un servicio de automóvil para que lo lleve al punto de drop-off de Riverside Drive.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Si bien contamos con una amplia señalización a lo largo del recorrido de la carrera, no estamos autorizados a colocar señalización en la mañana de la carrera. Pero hay voluntarios con camisetas de GFNY y banderas de GFNY.

Te recomendamos que mires los mapas que te proporcionamos en esta guía y te familiarices con tu ruta hasta el inicio. Prepárate porque habrá miles de otros ciclistas con sus camisetas de GFNY corriendo hacia la salida y probablemente usando las mismas carreteras que tú.

ESTACIONAR EN NYC

Hay estacionamiento limitado en las aceras del área. Chequea las señales para informarte sobre los detalles sobre el estacionamiento, máximo período de estadía y si hubiesen algunos costos en el lugar específico que estés buscando.

Hay varios garajes de estacionamiento con abundantes espacios para estacionar. A continuación algunos sitios web con la lista de garajes de estacionamiento. Asegúrate de los horarios de apertura de los mismos, algunos no están abiertos las 24 horas.

- parkwhiz.com/destination/3959-Broadway-New%20York-NY/?lat=40.8399604&lng=-73.9409478
- spothero.com/search?latitude=40.8409822&longitude=-73.94479939999997&search_string=New%20York%2C%20NY%2010032%2C%20USA

Ve en tu bicicleta desde tu garage de estacionamiento por Fort Washington Avenue o Haven Avenue to 165th Street. Gira a la derecha hacia Riverside Drive y dirígete hacia el norte por Riverside Drive para acceder a los corrales de largada. Mantente siempre a tu derecha.





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Yendo a la largada desde NJ

El acceso a la línea de largada de GFNY desde NJ tiene lugar desde el estacionamiento del edificio central GWB Headquarters Building, 220 Bruce Reynolds Blvd, Fort Lee, NJ.

ESTACIONAMIENTO EN FORT LEE

Las autoridades de Fort Lee Parking tienen varias opciones de aparcamiento para los competidores de GFNY. Por favor revisa la lista de las ubicaciones de los estacionamientos aquí:

fortleenj.org/393/Parking-Lot-Locations

El más extenso y conveniente estacionamiento es Guntzer Parking. Estará abierto para GFNY. Cualquier aparcamiento en el lugar nuevo y en el garaje deberá ser abonado. El precio fijo será \$5 por todo el día. Cualquier persona que estacione afuera del sitio deberá pagar en las estaciones de pago.

ZONA DE DROP-OFF

Para familiares o amigos que te lleven, usar [Central Avenue & Hudson Street](#), Fort Lee bien tu GPS. La zona de descenso está en Central Ave, between Lemoine Ave & Park Ave. Desde allí gira a la derecha hacia Lemoine Ave, A la izquierda hacia Bruce Reynolds Blvd, pasa la central del edificio de GWB y gira a la izquierda antes de pasar el edificio South Pole, hacia el camino del estacionamiento municipal de Fort Lee (Municipal Parking Road). Verás la entrada a la línea de largada 100 pies bajo la colina, a la izquierda.

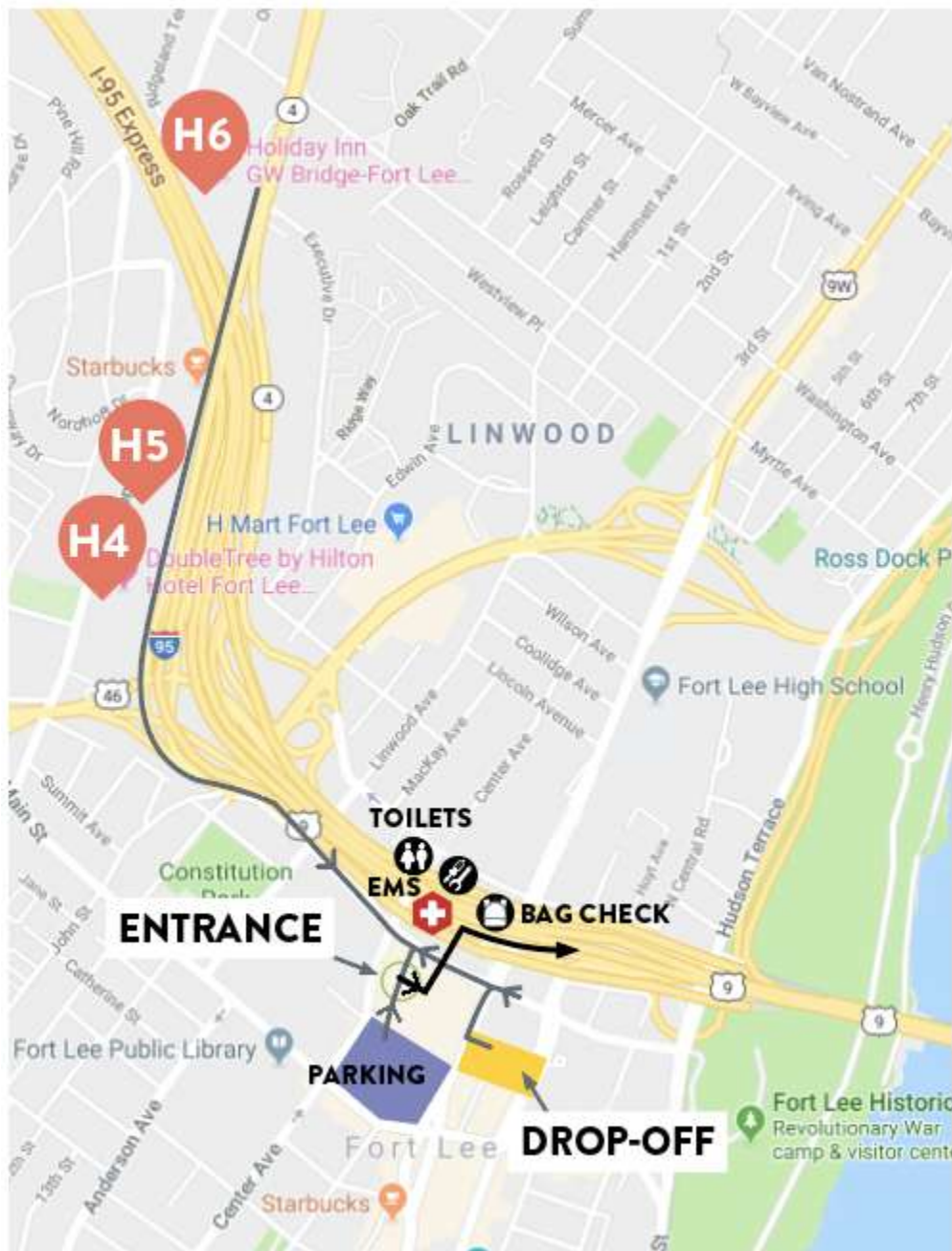
DESDE LOS HOTELES EN FORT LEE

Para aquellos ciclistas alojados en los hoteles oficiales de GFNY, Double Tree Fort Lee (H4), Hyatt Fort Lee (H5) y Mitchell Executive Hotel Fort Lee (H6): el Departamento de Policía de Fort Lee ofrecerá una escolta policiaca hacia el área de largada de NJ. Pide información en tu hotel sobre el horario de la escolta policiaca. Por favor, sé puntual. Habrá únicamente un horario para ser escoltado. Si lo pierdes, tendrás que conducir hasta el estacionamiento más cercano a Fort Lee, no es posible ir en bicicleta por la ruta 4, es una carretera muy transitada.

Un mensaje del Departamento de Policía de Fort Lee:

Proveeremos de escolta policiaca desde Holiday Inn Fort Lee, nos detendremos brevemente en Double Tree Fort Lee para buscar a otros ciclistas, continuaremos subiendo por la colina finalizando en el punto de acceso a la largada en GWB NJ.

Para aquellos ciclistas que deseen ser parte de la escolta, la puntualidad es muy importante, debido a que la Autoridad Policial Portuaria no será tolerantes con la tardanza.





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

PUNTO DE ACCESO A LA LARGADA DESDE NYC & NJ

Tanto la zona de salida de NYC como la de NJ cuentan con: consigna de equipaje, sanitarios, servicio mecánico y servicio médico.

BAG CHECK: Hay un registro de bolsas para que puedan registrarlas en los dos puntos de acceso, tanto en lado New York como el de New Jersey. Traiga la bolsa de plástico transparente que se le entregó en la recogida del paquete y adjunte la etiqueta de verificación de la bolsa que estaba en su paquete de carrera, que coincide con el número en su pulsera.

ASEOS: El área de inicio de NJ/NYC es su última oportunidad de usar un baño hasta la milla 10. Hay amplios baños en las áreas de inicio de NYC y NJ, la espera es corta. Los portabicietas están cerca para que tus amigos no tengan que sostener tu bicicleta.

SERVICIO MECÁNICO: Te recomendamos viajar con tu bomba de piso, realizar una puesta a punto completa de la bicicleta y poner llantas nuevas para evitar problemas mecánicos el día de la carrera.

Hay equipos mecánicos disponibles en los círculos para ayudar con problemas mecánicos. Tenga en cuenta que si llega al área de inicio con barras aerodinámicas, las quitaremos por usted. Podrás recoger tus barras aerodinámicas en el Bag Check en Fort Lee después de la carrera.

SERVICIO MÉDICO: EMS está estacionado en las áreas de inicio de NYC y NJ.

ENCUENTRO DE GRUPOS

El área de inicio de NYC tiene baños dispuestos dentro del círculo del área de inicio. Si está esperando a los miembros de su grupo mientras usan el baño, entre en el círculo mientras espera. Es tentador permanecer en el camino, pero si se sale del camino, ayuda a reducir la congestión y ayuda a mantener en movimiento el acceso al área de inicio. Por favor dé espacio para que la gente pase y se mueva. Después de pasar los baños, el servicio mecánico se encuentra más adelante.

El área de inicio de NJ tiene baños portátiles, control de equipaje y mecánicos cerca de la plaza de peaje. Después de entrar por el estacionamiento, continúe hasta el tramo del puente, hasta el final de los carriles. Después de pasar el control de equipaje y los baños, el servicio mecánico se encuentra más adelante.

ACCESO AL PUENTE: Después de salir de las áreas de salida, se dirigirá a la seguridad y entrará en los corrales de salida. Una vez que pase el control de seguridad, seguirá adelante hasta que vea la entrada al corral que tiene su número de dorsal correspondiente.

EL PUENTE

Ayúdenos a mantener limpia el área de salida depositando la basura en las bolsas atadas a las barricadas que recubren los corrales de salida.

La línea de salida está un poco más allá del punto medio del puente. Su chip de cronometraje no comenzará a contar su tiempo de carrera hasta que su chip cruce la alfombra de cronometraje de la línea de salida.





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

IMPORTANTE

Los corrales de inicio están ubicados en los carriles de nivel inferior en dirección oeste/salida de GWB.

Si viene de NYC Start, ya está en el tramo de salida.

Si viene de NJ Start, está accediendo a los corrales de inicio desde el tramo de entrada. Debe permanecer dentro del carril de acceso cónico exclusivo. **No hay acceso al otro lado (hacia el este/entrante) del puente fuera del carril con conos.**

Los carriles exteriores del tramo de entrada tienen juntas que no están cubiertas y la rueda de su bicicleta se puede atascar y causar un accidente, no viaje allí. Además, los vehículos de emergencia que viajan a alta velocidad utilizan estos carriles exteriores y no esperan que haya pasajeros en los dos carriles fuera del carril de cono.

Las redes entre las dos carreteras están destinadas a recolectar escombros livianos, hay rasgaduras en las redes y las redes no están certificadas para humanos. NO CAMINE SOBRE LAS REDES.

Los pasillos entre las dos calzadas son de metal y no son seguros para su uso, nunca. No hay dispositivos de seguridad en las pasarelas. NO Camine por las pasarelas.

No se suba a ninguna barandilla en el borde del puente. No hay dispositivos de seguridad para atrapar a cualquiera que pase por encima de la barandilla. NO SUBA SOBRE LAS BARANDAS.

Manténgase siempre en la calzada pavimentada del puente. Usa el sentido común.

No hay baños en el puente. Su última oportunidad para los baños fue en las áreas de inicio de NYC y NJ, que tiene más de 50 baños y tiempos de espera cortos. **No se suba a barandillas, pasarelas o redes para intentar hacer sus necesidades en el borde del puente.** Limite su consumo de líquidos en la mañana de la carrera. Traiga botellas de agua llenas, beba hasta que tenga sed una vez que comience la carrera. **Después del inicio, su primera oportunidad para ir al baño es en la milla 10, en la cima de Alpine Hill.**

No existe una forma segura de utilizar el otro tramo (hacia el este/hacia adentro) del puente, NO LO INTENTE. Cualquier intento resultará en una multa o detención por parte de la policía, por su propia seguridad.

Debe cumplir con las órdenes de la policía; son para su seguridad.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Corales de salida

A cada participante se le asigna un dorsal por categoría y grupo de edad. Puedes leer más sobre las categorías de carreras aquí: gfny.com/cycling-categories. Tu número de dorsal te indicará tu corral de salida.

Los números de carrera solo se asignan a los atletas que completaron el check-in para la carrera. Vaya a gfny.cc e inicie sesión o cree una cuenta con su correo electrónico y complete su registro.

1er corral: Ganadores de cualquier carrera de GFNY World celebrada desde la última carrera de GFNY World Championship

1er corral: Ciclistas que compraron una entrada VIP nyc.gfny.com/vip

2do corral: Corral de clasificados: Ciclistas que, en los últimos 380 días, hayan terminaron en el top 10% de su Grupo de edad en cualquier GFNY o 20% para Campeonatos Continentales (América del Norte, América del Sur, Europa, Asia, Medio Oriente-África), y estén inscritos antes del corte de 21 días previos a la carrera.

Puede consultar el estado de su calificación y la fecha de validez/caducidad en su cuenta gfny.cc.

3er corral: GFNY Club Corral: Miembros de GFNY Club gfny.com/club

4to corral: Equipos Él & Ella

Corrales 4° – 11°: Salida de dorsales por grupos de edad, de menor a mayor.

Corral trasero: Todos los corredores que se registraron después del 1 de mayo de 2023.





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Preguntas frecuentes - largada

P: Hay juntas en el Puente, temo accidentarme.

Las juntas son recubiertas por el equipo de instalación de GWB horas antes que lleguen los ciclistas.

De hecho, el George Washington Bridge atraviesa una significativa transformación de ser el puente más usado en el mundo para poder ser el lugar donde comienza el GFNY World Championship. Docenas de personas trabajan al unísono por 4 horas para cerrar rampas y colocar desvíos para re direccionar el tráfico vehicular. El equipo de GFNY comienza a preparar el GWB a las 10 pm y trabajan durante la noche para estar listos para abrir los corrales a las 5 am.



P: ¿Tienes alguna recomendación para el día de la carrera?

Consejos de Lidia:

1. Modera la ingesta de líquidos la mañana de la carrera. Si bebes en demasía deberás orinar mucho.
2. Modera la ingesta de café por la mañana; te sentirás nervioso debido a la ansiedad y la adrenalina. El café también te hará orinar más.
3. Mi objetivo es no detener mi marcha para utilizar el sanitario. No bebo casi nada antes de la carrera, y durante la misma sólo lo hago para calmar mi sed.
4. Te tomará aproximadamente 2 horas llegar al puente, buscar tu corral y esperar el momento de la largada. Ingieres un desayuno nutritivo para poder pasar el día. Lleva tu alimentación energética debido a que el primer puesto de asistencia está a 17 millas en Piermont.
5. Es muy probable que necesites un rompevientos mientras estés esperando el momento de largar en el GWB. Te recomendamos llevar tu rompevientos en los bolsillos del jersey. El valle fluvial sobre el puente en el que estarás esperando actúa como embudo para el viento. Para los días que se pronostica calor, tu chaleco de ciclista será suficiente protección. Verifica el pronóstico del clima y sé precavido.
6. Mientras te preparas para la largada, 5 minutos antes, puedes comenzar a guardar tu ropa extra en los bolsillos porque entrarás en calor en el momento en que empieces a rodar.
7. NO te detengas por ninguna razón las primeras 4 millas de la carrera. Estos caminos estarán cortados por un breve período de tiempo para permitir a los ciclistas circular y salir del puente: Inmediatamente después que los ciclistas hayan salido del puente y del camino, las calles se reabren. Si te detienes y quedas rezagado del pelotón, el camino se reabrirá y podrías quedar circulando en contra del tráfico. Si tienes un problema mecánico en las primeras 4 millas, serás levantado y llevado por una camioneta de la GFNY hasta la milla 4 donde puedes solucionar tu problema mecánico con mejores condiciones de seguridad.

P: ¿A qué hora debería llegar a la zona de largada?

Recomendamos llegar a la zona de largada en NYC o en NJ entre las 4:30am y 5:15am. No llegues más tarde de las 5:30am.

Planifica con anticipación cuánto tiempo te llevará entre dejar tu casa/hotel y llegar a la zona de largada. Planifica cómo llegarás. Ten un plan alternativo.

Una vez que llegues a la zona de largada, recuerda utilizar los sanitarios, dejar tu bolsa, ir a las áreas de servicio mecánico, pasar por seguridad y acceder a los corrales, lo cual te llevará 45 minutos.

Los corrales cierran a las 6:25am, y si no llegaste a los puntos de control de seguridad a las 6:25am, largarás desde el último corral.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

P: ¿Qué hago en caso de no llegar antes del cierre del área de largada a las 6:15am?

Desafortunadamente, si llegas después de las 6:15am a la zona de cierre de largada, no te será permitido acceder al puente y te perderás la largada oficial de la carrera. No se cronometrará tu tiempo y no serás considerado finalista de la carrera.

Sin embargo, aún puedes formar parte del evento - asegúrate tener tu jersey GFNY de la carrera, matrícula de la bicicleta y la pulsera puesta (tu identificación como participante de GFNY). Aunque no serás cronometrado o ranqueado, tendrás acceso a realizar el recorrido y a utilizar las estaciones de asistencia y al BBQ con tu identificación GFNY como participante en la carrera.



Viniendo desde NYC: Ve en tu bicicleta sobre la ciclovía de GWB en el nivel superior. Dirígete hacia 220 Bruce Reynolds Blvd (GWB Headquarters), al estacionamiento nivel superior. El recorrido de la carrera pasa por allí. Esperarás allí en el corral de llegada tardía y podrás continuar la carrera a partir de ahí.

Viniendo desde NJ: Ve en tu bicicleta hasta 220 Bruce Reynolds Blvd (GWB Headquarters), al estacionamiento nivel superior. El recorrido de la carrera pasa por allí. Esperarás allí en el corral de llegada tardía y podrás continuar la carrera a partir de ahí.

P: Somos parte de un grupo, ¿podemos empezar juntos?

Siempre puede retroceder más si desea comenzar con un amigo, pero no más adelante. Si hay varios miembros en su grupo, la persona con el número de dorsal más bajo puede pasar a un corral más atrás. Todos tienen que hacer fila en el corral del miembro del grupo con el número más alto.

También tienes la opción de actualizar tu boleto (hasta 21 días antes de la carrera) iniciando sesión en gfnyc.com y seleccionando comenzar en el Corral de Grupo (números de carrera 3000-4000) y comenzar juntos.

Te recomendamos que el día de la carrera aproveches para rodar en el pelotón más internacional del mundo. Ponte a prueba y trabaja con quien esté montando a tu nivel, y tal vez hagas nuevos amigos ciclistas en el camino. Luego, en el GFNY BBQ en Finish Village, puede reagruparse con sus compañeros de equipo para revivir su día y compartir historias de guerra.



Recorrido de la carrera





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Recorrido

Chequea el recorrido de la carrera aquí: <https://nyc.gfny.com/course>

Video del recorrido: <https://www.youtube.com/watch?v=JiHT1hN9EKM>

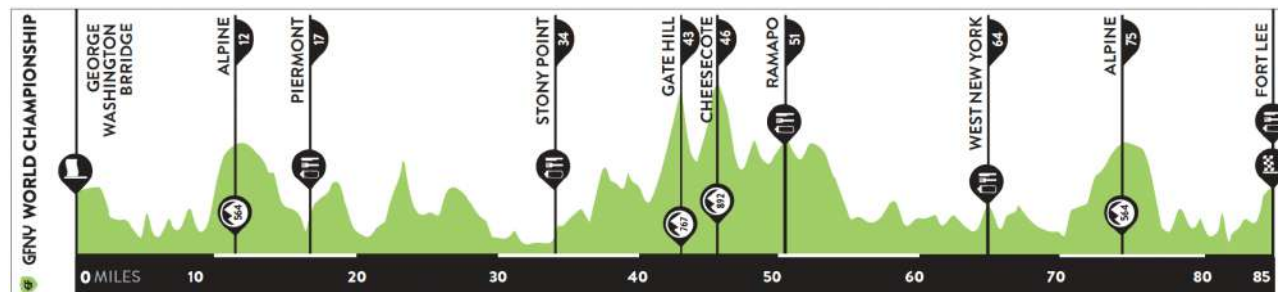
Hoja de ruta y mapa detallado del recorrido:
<https://ridewithgps.com/routes/10596674>

Estaciones de abastecimiento localizados en las millas: 17, 34, 51 y 64.

GFNY WORLD CHAMPIONSHIP									
	START	1	2	3	4				FINISH
MILE #	0	10	17	34	51	64	77	85	
ECO ZONE			GFNY ECO ZONE	GFNY ECO ZONE	GFNY ECO ZONE	GFNY ECO ZONE			
WATER, SODA, ICE									
ELECTROLYTE & SPORTS NUTRITION									
SNACKS									
MECHANICAL									
MEDICAL									
RESTROOMS									
BUS									
BIKE RACKS									
MEDALS & AWARDS									

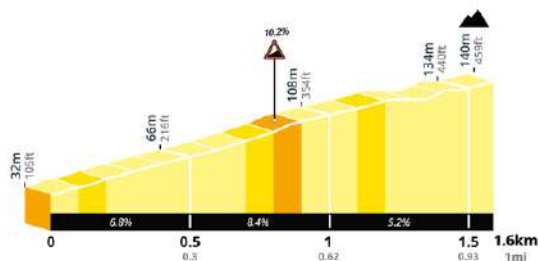
ALTIMETRÍA

El curso tiene 85 millas de largo con 6370 pies de desnivel. /// 137km con 1950m de desnivel.



Escaladas Importantes

ALPINE



GATE HILL ANDREA PINARELLO



CHEESECOTE





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

TIME SHEET						
LANDMARKS	KM	MILE	25MPH	20MPH	15MPH	11MPH
START GEORGE WASHINGTON BRIDGE	0	0	7:00	7:00	7:00	7:00
HENRY HUDSON DRIVE	4	2.5	7:06	7:07	7:10	7:15
START CLIMB ALPINE	16	10	7:24	7:30	7:40	7:55
NJ-NY STATELINE	23	14	7:35	7:42	7:56	8:20
PIERMONT - AID STATION 1	27	17	7:40	7:51	8:08	8:30
NYACK	32	20	7:45	8:00	8:20	8:50
ROCKLAND LAKE	38	24	7:57	8:12	8:40	9:10
HAVERSTRAW	48	30	8:12	8:30	9:00	9:45
STONY POINT - AID STATION 2	54	33	8:16	8:39	9:12	10:00
MOTT FARM ROAD	59	37	8:30	8:51	9:24	10:24
START CLIMB GATE HILL	65	41	8:36	9:03	9:44	10:45
FINISH CLIMB	69	43	8:43	9:09	9:52	10:50
START CLIMB CHEESECOTE	72	45	8:48	9:15	10:00	11:05
FINISH CLIMB	74	46	8:50	9:18	10:04	11:10
RAMAPO - AID STATION 3	83	51	9:02	9:33	10:24	11:40
SOUTH MOUNTAIN ROAD	89	55	9:12	9:45	10:40	12:00
STRAWTOWN ROAD	93	58	9:21	9:54	10:54	12:15
WEST NYACK - AID STATION 4	103	64	9:33	10:12	11:16	12:45
SPARKILL	112	69	9:45	10:27	11:36	1:15
HENRY HUDSON DRIVE	122	76	10:02	10:48	12:04	1:55
EDGEWATER	136	84	10:22	11:12	12:36	2:35
FINISH FORT LEE	137	85	10:24	11:15	12:40	2:40



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Durante la Carrera

PUNTO IMPORTANTES DE SEGURIDAD

En la milla 84, [cuando se sale del carril de bici de Main Street en Fort Lee](#), hay una rampa de salida en ángulo desde el carril bici hacia la calle; de lo contrario, prepárese para saltar de la acera a la calle, una caída de 6 pulgadas / 15 cm. También hay un poste de luz en el medio de esta esquina.

Gracias a nuestros Official Bike Shop partners por apoyar a los atletas de GFNY el día de su carrera:

- Expo/Ingreso NJ: [Unlimited Biking](#)
- Ingreso NYC: NRS Neutral Rolling Services
- Estación 1: [Piermont Bicycle Connection](#), Piermont, NY, 845-365-0900
- Estación 2: [CrankWorks Cycles](#), Nyack, NY, 845-358-0101
- Estación 3: [NYC Velo](#), NYC, 212-582-7949
- Estación 4: [Hilltop Bicycles NYC](#), NYC, 332-249-6278

MECÁNICA

Traiga herramientas y tubos de repuesto para poder solucionar rápidamente el problema de su bicicleta y continuar con el evento. Ponga neumáticos nuevos para minimizar el riesgo de un pinchazo; Los neumáticos viejos tienen muchas más probabilidades de pincharse que los neumáticos nuevos.

SOPORTE RODANTE

GFNY cuenta con una gran flota de vehículos que circulan por el recorrido para ofrecer apoyo y asistencia a los atletas de GFNY.

- Coches de policía y motos
- Motos de seguimiento y seguridad
- Seguimiento y coches de seguridad
- Furgonetas de pasajeros rodantes
- Asistencia mecánica rodante
- Ambulancias
- Autobuses



CORTES

Debe mantener una velocidad promedio de al menos 11 mph / 16 kph para ser reconocido como finalista oficial. Esto incluye las paradas que haga a lo largo del recorrido o en los puntos de abasto.

Si vas más lento que 11mph / 16kph, puedes seguir andando por tu cuenta pero el apoyo en el recorrido habrá terminado, o puedes subirte a uno de los vehículos SAG.

El punto de abasto en Ramapo cierra a las 12:00 h.

El punto de abasto en West Nyack cierra a la 1:00 p. m.

LÍNEA DIRECTA DE CARRERA

Todos los participantes de GFNY NYC recibirán la pulsera oficial de la carrera en su muñeca al momento de recoger su kit. En la pulsera, encontrarás el número de la línea directa de la carrera. En caso de que tengas un problema mecánico o necesites abandonar tu carrera, puedes llamar al número y te pasaremos a buscar con una de nuestras camionetas. Necesitaremos saber su nombre, número de participante y número de distancia u otra forma de encontrar su ubicación.

En caso de emergencia, llame al 911. El número de la línea directa es para llamadas que no sean una emergencia inminente, pero para la recogida por una de nuestras vans.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE LA CARRERA

P: Si no pudiese continuar pedaleando, ¿puede recogerme una camioneta y llevarme a la llegada en Fort Lee?

Sí. Hay dos opciones, una te llevará a Fort Lee más rápido, la otra te tomará más tiempo.

Si no te sientes lo bastante fuerte para terminar, te recomendamos ir hasta el puesto de asistencia más cercano y abandonar la carrera. Cada estación de auxilio cuenta con autobuses habilitados para transportarte a Fort Lee. Además en cada uno de estos sitios se te proveerá de beneficios como alimentos, hidratación y sanitarios que puedes utilizar mientras esperas por la salida del autobús. Terminar la carrera en las estaciones de apoyo es la opción más rápida y efectiva.

Si estás rodando entre puestos de asistencia y no puedes continuar, contamos con servicio de autobuses de enlace que pueden recogerte. Llama a la GFNY HQ hotline escrita en tu pulsera y enviaremos un vehículo oficial para buscarte. Facilitale al transportista la milla o intersección donde te encuentras para permitirles a los conductores de las camionetas encontrarte fácilmente. Las camionetas de la GFNY estarán a lo largo del recorrido y pueden recogerte, pero solamente te conducirán hasta el puesto de auxilio más cercano. A partir de allí, un autobús te llevará hasta Fort Lee.

P: ¿Qué debería hacer en caso de emergencia?

Si estás involucrado o eres testigo de un accidente entre bicicletas o cualquier otra emergencia, **LLAMA AL 911**. De acuerdo a la torre de telefonía móvil más cercana, serás dirigido al centro EMS más cercano. El Centro de comunicación de emergencias te preguntará sobre el tipo de emergencia y tu ubicación y dirigirá tu llamada en consecuencia. Todas las ambulancias locales EMS estarán a lo largo del recorrido y actuarán de inmediato.

P: ¿Qué debería hacer si tengo un pequeño accidente en el camino que no es una lesión de vida o muerte?

En cada puesto de abasto y en el GFNY Finish Village en Fort Lee, tenemos suministros básicos de primeros auxilios y, a veces, ambulancias estacionadas que podrán ayudarlo.

- Si tienes un accidente y puedes continuar, la opción más rápida será ir en tu bicicleta al puesto de asistencia más cercano para ser ayudado por una ambulancia ubicada en el puesto de auxilio.
- Si tienes un accidente que no es serio y no requiere que una ambulancia te lleve al hospital pero, sin embargo te impide continuar en tu bicicleta, llama al número de teléfono GFNY HQ que está en tu pulsera. GFNY HQ enviará una van a donde estés localizado y te llevará a la estación de auxilio más cercana para ser asistido por una ambulancia. Cada centro de auxilio cuenta con asistencia mecánica, si tu bicicleta tiene algún problema, habrá un mecánico a tu disposición para ayudarte. Recuerda que probablemente debas esperar para que la van te busque debido a que en ocasiones nuestras vans no pueden asistir a todos los corredores inmediatamente.

P: ¿Qué debería hacer si tuviese un desperfecto mecánico?

Lleva contigo 2 tubos de recambio, palanca para cubiertas y un inflador para solucionar un caso de pinchadura. Además lleva dinero en efectivo y una tarjeta de crédito para poder comprar elementos que necesites (tubos, cartuchos de aire, cubiertas, cadena, etc.) en caso de que tengas una falla mecánica más importante el día de la carrera.

LARGADA: Los puntos de asistencia mecánica estarán en la zona de partida en caso tengas algún desperfecto con tu bicicleta el día de la carrera.

RECORRIDO: GFNY ofrece auxilio mecánico móvil a lo largo del recorrido.

PUNTOS DE ASISTENCIA: Un taller de bicicletas asociada a GFNY ofrece servicio mecánico en cada punto.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Si puedes visualizar el punto de asistencia, puedes acercarte caminando y así conseguir el apoyo mecánico que necesitas.

En caso el punto de asistencia mecánica se encuentre lejos, puedes llamar al número GFNY HQ que figura en tu pulsera, infórmale de tu problema y ubicación y se te enviará un mecánico motorizado para asistirte. Recuerda que los mecánicos no pueden atender inmediatamente a cada competidor, por lo tanto deberás tener paciencia y esperar, porque igual llegarán para asistirte. Habrán vehículos y motocicletas especiales con mecánicos.

P: ¿Cómo funciona la competencia en equipos?

Los cuatro mejores tiempos de un equipo serán computados para determinar el equipo más rápido. Si tu equipo tiene 8 integrantes o más, en los resultados finales tu equipo será dividido de la siguiente manera: los cuatro miembros más veloces serán "el nombre de tu equipo A", los 4 restantes serán "el nombre de tu equipo B", etc.

P: Escuché que USAC otorga puntos de actualización para Gran Fondos. ¿Cómo funciona?

La participación en Gran Fondos sancionados por USA Cycling, incluido GFNY, cuenta para ciertas actualizaciones de USA Cycling. Los ciclistas de categoría 5 pueden incluir hasta tres Gran Fondos sancionados por USAC al enviar una solicitud de actualización a través de su cuenta de USA Cycling. Los números de licencia de USAC no son recopilados ni rastreados por el evento, deberá incluir una copia de sus resultados del evento para su verificación.

P: Habían fotógrafos a lo largo del recorrido tomando fotos, ¿Cómo obtengo mi foto de la carrera?

Sportograf, la mundialmente reconocida empresa de fotografía te acompaña a lo largo del recorrido tomando fotos de la carrera. Visita este link e ingresa tu número de dorsal para poder encontrar tus fotos de la carrera: sportograf.com/en/event/9426





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

P: Quiero evitar ser descalificado. ¿Cuáles son las reglas que debo cumplir?

Las reglas de la GFNY puedes encontrarlas aquí: nyc.gfny.com/rules/

Recuerda estas reglas para evitar **ser descalificado**. Código de Conducta de la GFNY:

CÓDIGO DE CONDUCTA

MANTÉN ESTAS REGLAS EN MENTE PARA EVITAR CUALQUIER
PENALIZACIÓN EN TIEMPO O DESCALIFICACIÓN.



DESHECHOS – Por favor, no contamines el medio ambiente. Tu jersey de la GFNY tiene un bolsillo en cada lado para poner los desechos. Hay cinco ECO ZONES a lo largo del camino con grandes recipientes de basura para deshacerte de la basura rápidamente.

ORINAR EN PÚBLICO – Por favor haz uso de los sanitarios asignados. No contamines espacios públicos o privados. No contamines espacios privados o públicos. No sólo es ofensivo para los propietarios, pero además es contra la ley en USA, además de descortés para los otros corredores.

AURICULARES – No utilices auriculares. Sin excepción. Queremos que estés atento a lo que ocurre a tu alrededor.

RESPETA – Sé cortés y respetuoso con tus compañeros, voluntarios, espectadores y staff- ¡Gracias!

OBEDECE A LAS INSTRUCCIONES DE LA POLICÍA– Peor que ser descalificado, es que al desobedecer las instrucciones de la policía puedes recibir multas o ser llevado a la estación de policía. La policía está trabajando por tu seguridad durante el evento. Si un oficial de policía te da una instrucción, que convenga tu seguridad, debes obedecerlo.

RESPETA EL RECORRIDO – Sigue la ruta marcada por GFNY. Tenemos suficientes puestos de control a lo largo del camino que verifican que estás siguiendo el recorrido asignado.

ASISTENCIA EXTERNA – No aceptes ayuda externa en ningún otro lugar que no sean las zonas oficiales ni de apoyo mecánico neutral. Es injusto para los otros competidores.

PRIMEROS AUXILIOS – Si un ciclista está tendido en el suelo y está visiblemente en dificultades, détente y ayúdalo a menos que haya al menos otras tres personas asistiéndolo. Puedes continuar si : a). la víctima se encuentra bien o b). si el personal médico ha llegado. Ayuda a otros porque tú puedes necesitar ayuda algún día.

EL JERSEY OFICIAL, LA PULSERA Y LA PLACA CON NÚMERO EN LA BICICLETA – Debes usarlos todo el tiempo el día de la carrera.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Guía para el Espectador



Actividades sugeridas para los Espectadores

- Visita la expo GFNY previa a la carrera, New York City Bike Expo. Tiene lugar en [PIP Park in Fort Lee, NJ](#), 13 y 14 de Mayo de 10am a 5pm.
- Presencia la largada desde la pasarela en Fort Lee [Lemoine overpass](#) el 15 de Mayo de 7 - 7:30am.
- Mantente informado sobre la carrera con la cobertura en vivo en pantallas gigantes a partir de las 8am en [GFNY Café](#) en Fort Lee.
- Recibe a los competidores en la línea de llegada en GFNY Finish Line [on Hudson Terrace](#).
- Únete a las celebraciones en la GFNY Finish Village: la ceremonia de premiación será a las 3pm, podrás comprar hamburguesas en el GFNY BBQ y apoyar a los ciclistas de entre las 11am - 6pm.

Lugares recomendados para alentar a los ciclistas para aquellos fans que no tengan familiares participando

- Lugares cercanos a tu residencia a lo largo del recorrido: <https://ridewithgps.com/routes/10596674>

P: Nos gustaría seguir a nuestro competidor a lo largo del recorrido en automóvil, ¿está permitido?

No. La GFNY tiene 5000 participantes y si cada participante tuviese un auto particular siguiéndolo, generaría un atascamiento en el tránsito haciendo imposible para los ciclistas tener el camino despejado para circular. Además más de la mitad del camino estará cerrado al tráfico. La asistencia externa no está permitida porque la consideramos injusta.

P: Nos gustaría conducir a lugares diferentes del recorrido para alentar a nuestro competidor, ¿a dónde deberíamos dirigirnos?

Hay pocas zonas para alentar a los corredores:

Largada, Fort Lee	7:00am – 7:20am	watch in Fort Lee
Bear Mountain	8:30am – 11:30am	drive to Bear Mountain Inn (\$10 parking) , y cheer at the road
Finish Village, Fort Lee	10:45am – 5:30pm	Hudson Terrace at the GFNY Finish Line

P: Nos gustaría seguir la carrera desde la GFNY Finish Village mientras esperamos a que nuestro competidor termine, ¿es posible?

Sí. GFNY Café abrirá el día de la carrera a las 8 am. Se venderán café, bagels y magdalenas. Sillas y sillones estarán a disposición de los espectadores mientras esperan la llegada de los competidores. A un costado de GFNY Café habrá una gran pantalla que mostrará en vivo la transmisión y comentarios desde el lugar de la carrera.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

P: Veo que hay una GFNY BBQ en la GFNY Finish Village. ¿Puede la familia comer con los competidores de GFNY?

Sí, todos los seguidores de GFNY pueden disfrutar de una hamburguesa (opción vegetariana disponible) en la GFNY BBQ. Cada participante de GFNY mostrará su pulsera y recibirá su comida gratuitamente, los espectadores pueden comprar un ticket para recibir su comida directamente en la Finish Village.

P: ¿Pueden la familia y seguidores concurrir a la GFNY Finish Village en Fort Lee? ¿Es necesario comprar boletos?

Los espectadores, seguidores, familia de GFNY son bienvenidos a acompañar GFNY en la Finish Village en Fort Lee, NJ. La GFNY Finish Village está abierta al público, no es necesario comprar boletos.

P: ¿Dónde pueden los espectadores estacionar en Fort Lee?

Chequea en fortleenj.org/393/Parking-Lot-Locations para informarte de los lugares de estacionamiento específicos en el Fort Lee Municipal Parking Lots.



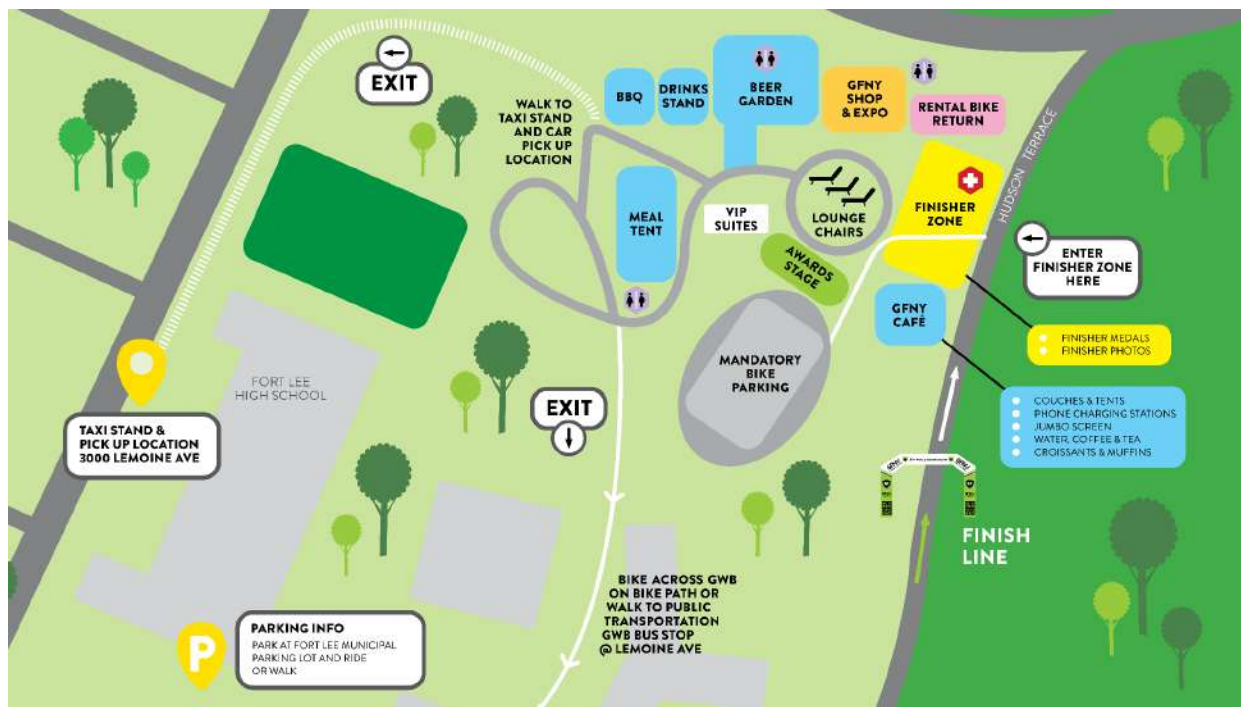
P: ¿Cómo podrían los espectadores llegar a la GFNY Finish Village en Fort Lee si no tenemos automóvil?

SERVICIO DE AUTO / TAXI / UBER: (opción más rápida) Tus seguidores pueden tomar un servicio de auto hacia 3000 Lemoine Avenue in Fort Lee. Sigue la señalización a través del parque para llegar a PIP Park / GFNY Village

METRO & BUS: Tome el autobús de transporte público desde la terminal de autobuses GWB.

CAMINAR Si tus seguidores quisieran ir caminando desde el subway a la GFNY Finish Village: [caminata de 1.7-mile / 2.7km](#).

GFNY Finish Village en Fort Lee



HORARIO DE EVENTOS EN EL GFNY FINISH LINE

8 am	GFNY Finish Village & GFNY Café abre al público, transmisión en vivo de la carrera en pantalla gigante
11 am	Se espera la llegada de los primeros competidores a la GFNY Finish Line
11 am	Abre GFNY BBQ
1 pm	Comienza la ceremonia de premiación
3 pm	Cierran el recorrido
6 pm	Fin de las celebraciones

P: ¿Qué habrá en GFNY Finish Village?

- GFNY Café
- GFNY BBQ
- Estacionamiento obligatorio para bicicletas
- Medallas para los que completan el recorrido
- Retiro de bolsas que habían sido chequeadas
- Agua & gaseosas
- Cerveza & Wine Garden
- Pantalla gigante
- Tienda GFNY
- Exposiciones de auspiciantes
- Duchas
- Sillas de salón
- Médicos
- Premios
- Resultados
- Objetos perdidos
- Estaciones de carga de celulares
- Retorno de alquiler de bicicletas





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

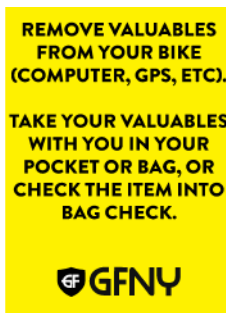
DESPUÉS DE CRUZAR LA LÍNEA DE META

Sportograf es el servicio de fotografía oficial de GFNY, su equipo capturará tu foto de la línea de meta.

Luego obtendrá su medalla de finalista y su foto de finalista. El agua y el médico también se encuentran en la zona de finalización.

Siga el camino hacia el estacionamiento obligatorio para bicicletas. Debe dejar su bicicleta en el estacionamiento seguro obligatorio para bicicletas.

Las bicicletas que se dejan desatendidas no son seguras, y las bicicletas tiradas en el suelo representan un peligro de tropiezo. El estacionamiento de bicicletas es obligatorio. Retire sus objetos de valor de su bicicleta.



RESULTADOS

El día de la carrera, todos los resultados se publicarán en GFNY Finish Village en Fort Lee. Usted y su familia también podrán rastrearlo y ver su resultado en línea. El enlace de seguimiento en vivo se publicará en Facebook antes de la carrera. Después del evento, los resultados también estarán en gfny.cc/results.

BBQ & BEER GARDEN

Todos los pasajeros de GFNY reciben una comida gratis con su pulsera. Se pueden comprar comidas adicionales para la familia y los espectadores directamente en la barbacoa.

Cerveza y vino estarán disponibles para su compra. El Beer & Wine Garden está abierto a cualquier persona mayor de 21 años, recuerde traer una identificación con foto que demuestre su edad. Se aceptan tarjetas de crédito, ApplePay y efectivo.



P: No me quedé a la entrega de premios, aunque finalicé entre los tres primeros en mi categoría. ¿Pueden enviarme mi premio?

No, nosotros no enviamos los premios. Debes estar presente en la ceremonia de entrega de premios para poder reclamar tu premio.



GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Salir del GFNY Finish Village

Hay 2 salidas de GFNY Finish Village: (a) a través de North Central Road o (b) a través del sendero que conduce a la parada de taxis/parada de autobús de enlace en 3000 Lemoine Avenue. Hudson Terrace está completamente cerrado para el corredor de llegada de la carrera.

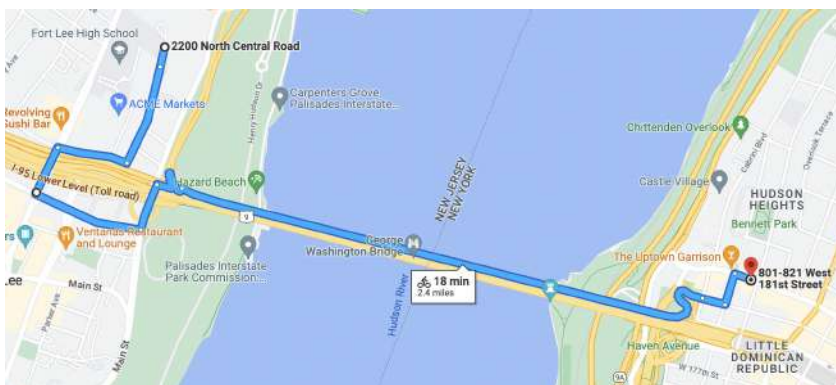
RECOGIDA EN AUTO Dígame a su automóvil que lo recoja en 3000 Lemoine Avenue.

CÓMO LLEGAR A LOS HOTELES DE FORT LEE

Consulte con la recepción de su hotel si ofrecen un servicio de traslado en autobús para traerlo de regreso. Hyatt Fort Lee no tiene servicio de transporte, deberá conducir desde el estacionamiento municipal de Hyatt a Fort Lee para poder regresar a ese hotel después del final de la carrera. La parada del autobús de enlace está en 3000 Lemoine Ave.

LLEGAR A MANHATTAN

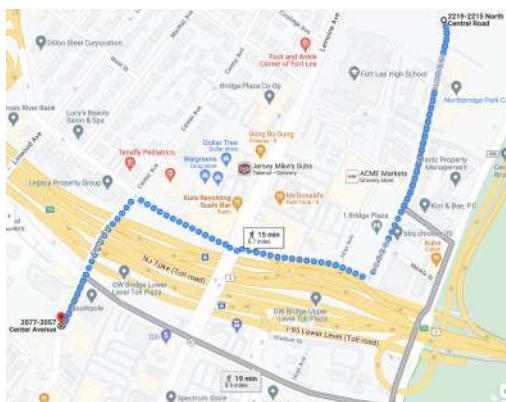
En bicicleta: **¡IMPORTANTE!** Revise esta ruta para bicicletas designada hacia el carril para bicicletas GWB. Siga esta ruta para minimizar el impacto al cruzarse con los finalistas de la carrera: [cruce el puente en bicicleta hacia Manhattan y tomé el metro.](#)



Si no deseas volver en bicicleta, te recomendamos reservar un taxi o servicio de auto para que te recoja. Haz la reserva directamente con la compañía que elijas. Pídeles que te pasen a buscar por 3000 Lemoine Avenue en Fort Lee, NJ. Luego sigue los carteles de PARADAS DE TAXI.

CÓMO LLEGAR AL ESTACIONAMIENTO DE LA CALLE PRINCIPAL DE FORT LEE

Si estacionó en el lote de Fort Lee Main Street, o si su familia está esperando por usted, pídeles que esperen en el estacionamiento de Fort Lee. [Vuelva en bicicleta al estacionamiento municipal de Fort Lee.](#)





GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

Transporte por Tierra

CARS / SUVs / MINIVANS (para personas sin bicicletas o 1-2 personas con una caja de bicicleta)

Carmel: 212-666-6666 (have App) – carmellimo.com & carmellimo.com/Coupons.shtml

Dial 7: 212-777-7777 (have App) – dial7.com & dial7.com/coupons.html

Uber / Lyft: (sin reserva previa, reservas en el momento de acuerdo a disponibilidad, sólo por App)

CARS / SUVs / MERCEDES SPRINTERS / MINI BUSES (ideal para 5-10 pasajeros con cajas de bicie)

NYC Limo: 212-366-6600 – nyclimousine.com

Luxor Limo: 866-998-4111 – luxorlimo.com

Elite NY: 718-472-2000 - eliteny.com

Golden Touch: 718-888-6300 – goldentouchtransportation.com

TAXI COMPANIES APOSTADOS EN ROCKLAND COUNTY, NY

Ideal para llevarte a lo largo del recorrido GFNY en Rockland County

AAA Taxi: 845-553-9090 - 3aaataxi.com

COMPAÑÍAS DE TAXI APOSTADAS EN FORT LEE (ideal para espectadores & ciclista desde y hacia Fort Lee)

Babes Taxi: 201-944-6899

A1 Taxi: 201-944-3737

PARA GRUPOS MÁS NUMEROSOS (ideal para grupos de 15-40 personas c/cajas de bicicletas)

Academy Bus: 201-420-7000 ext 2247 – academybus.com

Empire CLS: 800-451-5466 – empirecls.com

Golden Touch: 718-888-6300 – goldentouchtransportation.com



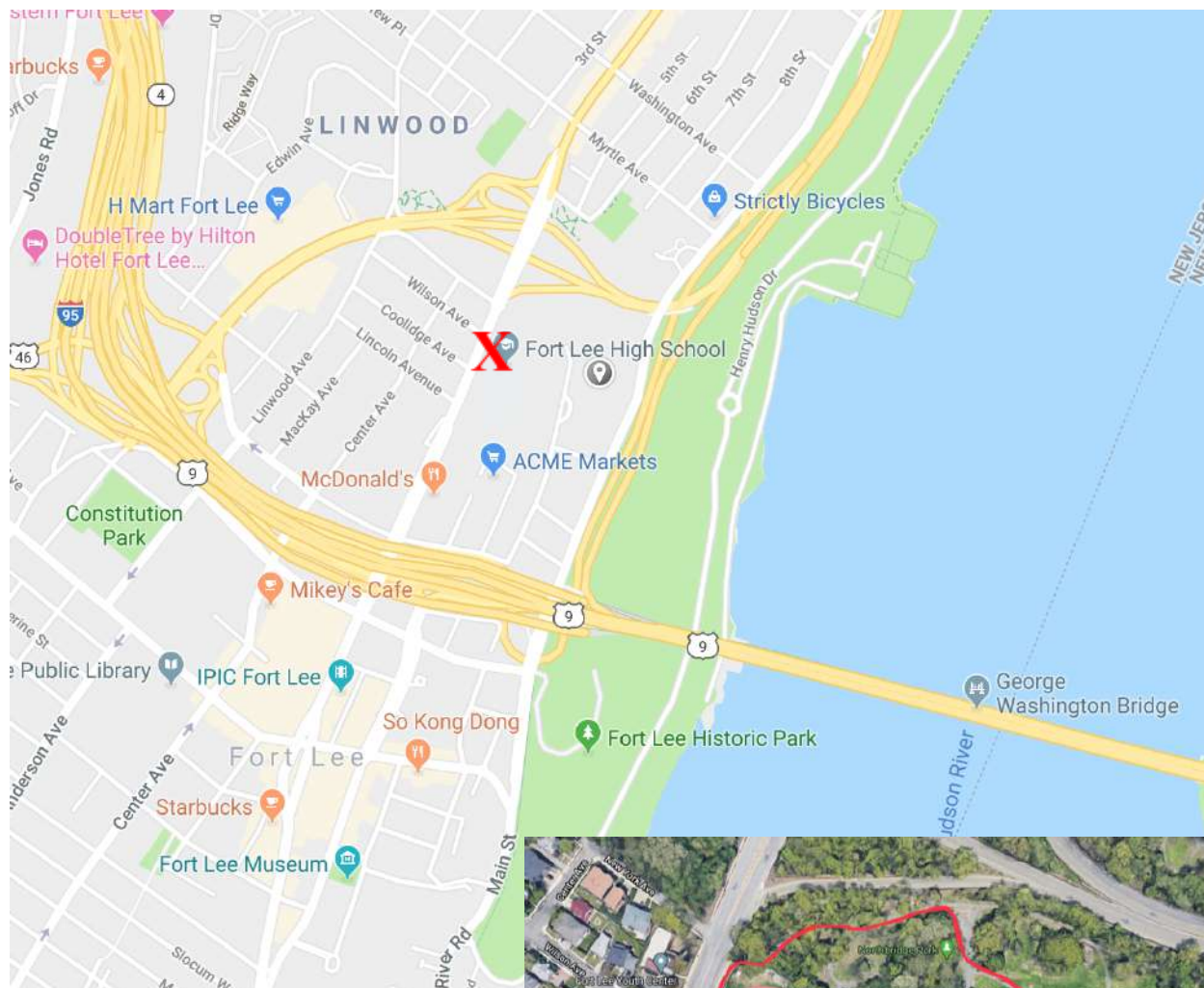
GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

DIRECCIONES IMPORTANTES DE GFNY PARA AUTOMÓVILES

REGISTRATION & NYC BIKE EXPO: PIP Park in Fort Lee, NJ

Dirección: 3000 Lemoine Ave, Fort Lee, NJ

Punto de Referencia: Lemoine Ave & Coolidge Ave, Fort Lee, NJ – OR – Fort Lee High School



Consulte el diagrama de la derecha sobre cómo caminar desde la Parada de Taxis hasta la Carpa de Registro.

Verás señales que te indicarán REGISTRATION desde la Parada de Taxis a través del parque arbolado.





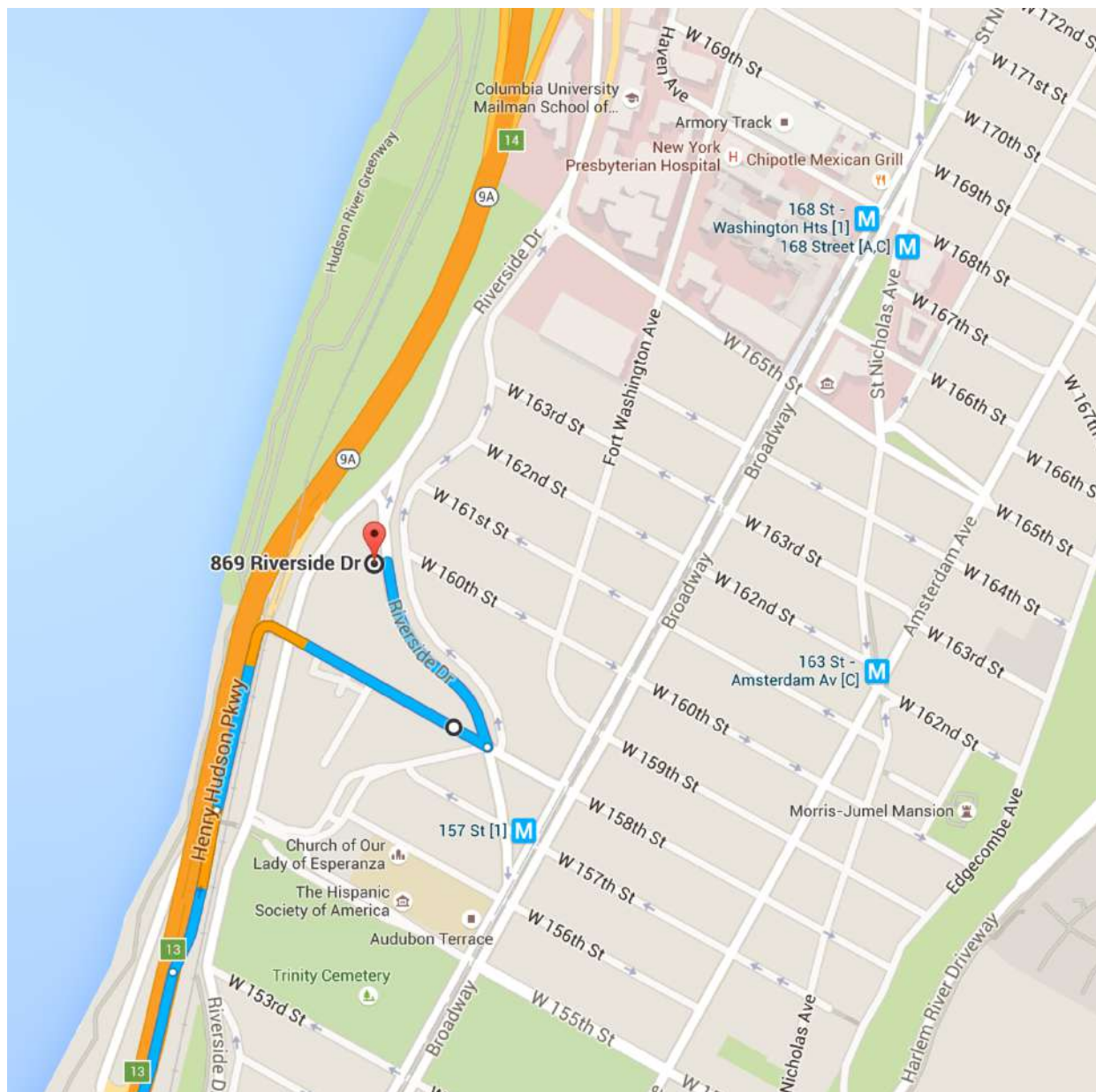
GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

DIRECCIONES IMPORTANTES DE GFNY PARA AUTOMÓVILES

Línea de Largada NYC: La parada es en Riverside Drive, cerca de 161st – 163rd Streets.
Indíquele a su conductor que lo lleve a: Riverside Drive & Riverside Drive West

La dirección para GPS de auto es: 869 Riverside Drive

Indicaciones desde autopista West Side Highway: bájate en 158th St, sigue 1 cuadra hasta Riverside Drive, haz el primer giro abrupto a la izquierda (giro muy agudo a la izquierda), luego sigue una cuadra más antes de bajarte. (Ver el mapa)



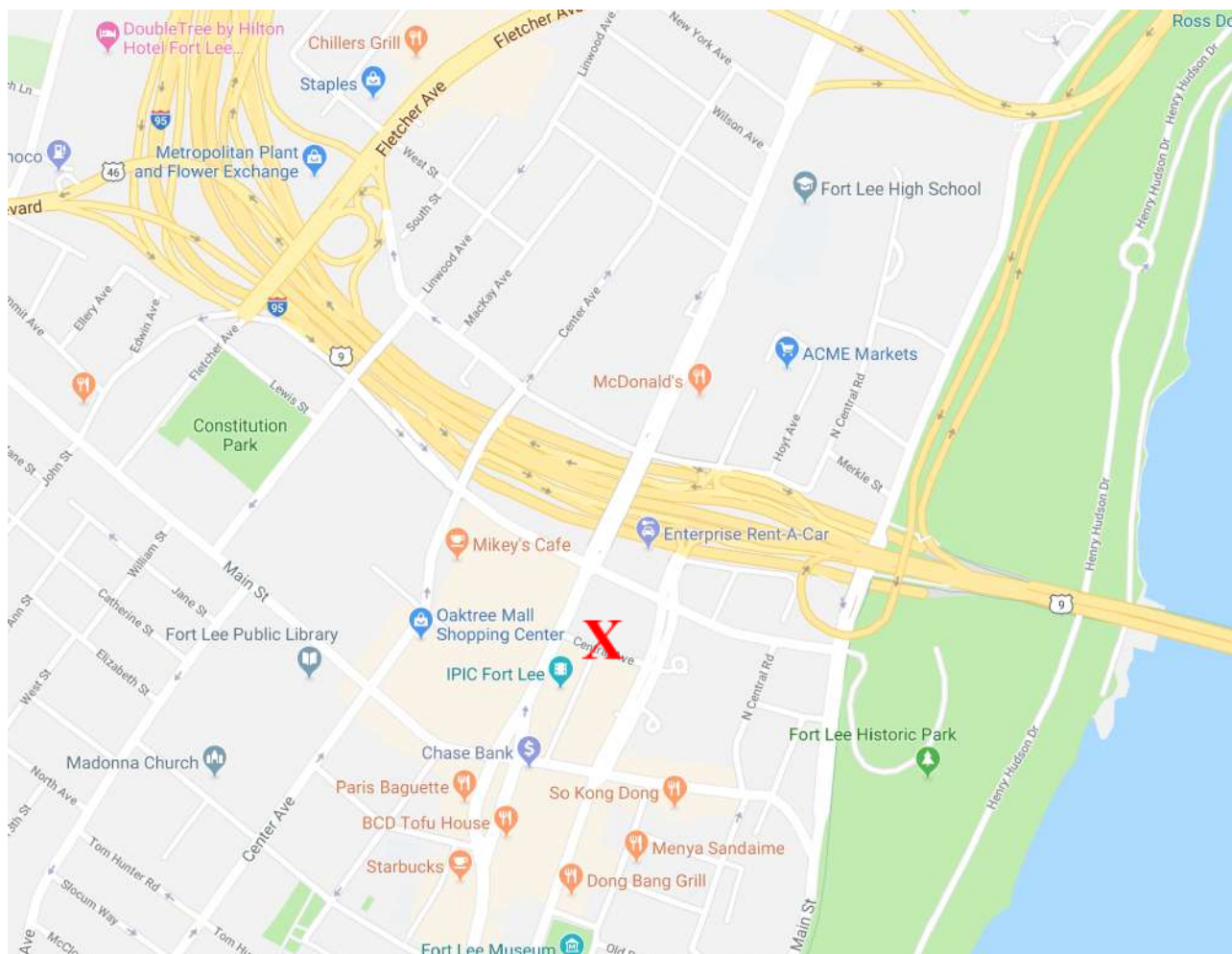


GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

DIRECCIONES IMPORTANTES DE GFNY PARA AUTOMÓVILES

Línea de Salida NJ: La parada es en Central Ave & Hudson Street, Fort Lee, NJ

La dirección para GPS de auto es: 2023 Hudson St, Fort Lee, NJ





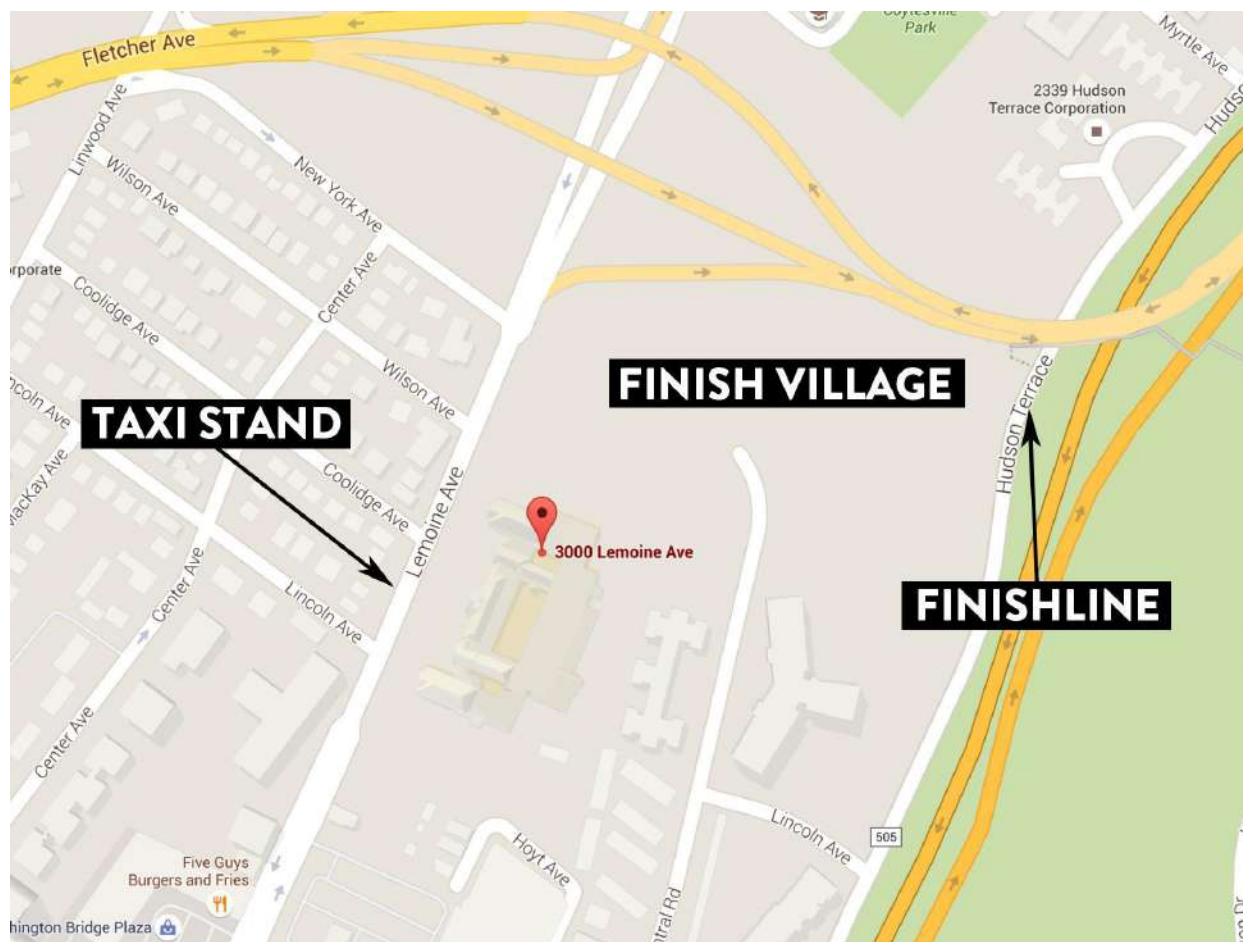
GFNY WORLD CHAMPIONSHIP 2023 RACE GUIDE - GUÍA DE LA CARRERA

DIRECCIONES IMPORTANTES GFNY PARA AUTOMÓVILES

PARADA DE TAXI GFNY FINISH VILLAGE:

La Dirección es: 3000 Lemoine Avenue, Fort Lee, NJ

Punto de Referencia: Lemoine Ave & Coolidge Ave, Fort Lee, NJ – OR – Fort Lee High School





GP GFNY NEW YORK CITY

MAY 19, 2024