NEW YORK MARATHON

04-11-2012

Agenda de actos, traslados y recomendaciones del Club Deportivo Atlético 42195.es

Toda la información actualizada en:

www.42195.es/foro

Actualizado 30-10-2012

¡¡¡Bienvenidos corredores y animadores a los 42195 metros más emblemáticos del mundo!!!

Desde 42195.es queremos que sea una de vuestras mejores experiencias y que disfrutéis de la prueba más mítica de las maratones.

Queremos recordaros que todas las novedades y actualizaciones acerca del viaje las podéis consultar en todo momento en nuestra/vuestra página web y más concretamente en:

La sección "New York Marathon 2012"

El tema abierto principal abierto en el foro es "Viaje a Nueva York"

Donde veréis temas tan interesantes y de los que se están hablando mucho, cómo por ejemplo en la sección "Viaje a Nueva York" donde se informa de aspectos tan importantes para nuestros corredores y animadores cómo el horario definitivo de los vuelos, cómo recoger o solicitar el envió de equipaciones "42195.es", o la asignación definitiva de las plazas de vuelo entre los que habéis reservado para ir el próximo 2 de Noviembre 2012.

En estos últimos días su lectura es IMPRESCINDIBLE. El acceso es muy sencillo a través de la dirección de internet:

http://foro.42195.es/viewforum.php?f=6

Y participar es muy sencillo mediante la opción "Identificarse" (si ya te has registrado anteriormente) o "Registrarse".

Más información e instrucciones básicas en:
http://www.42195.es/images/docs/foro_42195.pdf

Actualizado 30-10-2012

Actualizado 30-10-2012

A través del mismo foro, y después de seguir un sencillo registro (o identificación), ya podréis plantear vuestras dudas.

Desde 42195.es, con los usuarios administradores ("marathon", "gui", etc.) estamos respondiendo en un breve espacio de tiempo a todas vuestras dudas y consultas. El foro fue concebido para vuestra participación activa y el planteamiento de vuestras dudas. Os recomendamos hacer uso del mismo.

Cómo se informó en su día, a partir de septiembre 2012 las comunicaciones con nuestros soci@s será a través de este medio y salvó comunicación personalizada no utilizaremos el email.

Este año, como novedad, el viaje comenzará con tres fechas de salida diferentes. A continuación detallamos los vuelos, fechas y horarios:

VUELOS

Salida miércoles 31 de octubre 2012

Nº vuelo AIR EUROPA	Trayecto	Fecha	Hora
UX091 Y **	MAD-NY (JFK)	31/10/2012	17.10-21.05
UX092 Y	NY (JFK)-MAD	07/11/2012	22.05-11.25*

* Llegada a MAD 08/11/2012 ** SALIDA EN TERMINAL 1 DE BARAJAS

Salida jueves 1 de noviembre 2012

Nº vuelo IBERIA	Trayecto	Fecha	Hora
IB6251 **	MAD- NY(JFK)	01/11/2012	14.00-17.30
IB6252	NY(JFK)-MAD	08/11/2012	20.45-10.05*

* Llegada a MAD 09/11/2012 ** SALIDA EN TERMINAL 4 DE BARAJAS

Salida viernes 2 de noviembre 2012. Saldremos en 2 vuelos:

"VUELO 1 IBERIA" – 28 PASAJEROS indicados en el tema del foro: http://foro.42195.es/viewtopic.php?f=6&t=719

Nº vuelo IBERIA	Trayecto	Fecha	Hora
IB6251 **	MAD- NY(JFK)	02/11/2012	14.00-17.30
IB6252	NY(JFK)-MAD	09/11/2012	20.45-10.05*

* Llegada a MAD 10/11/2012 ** SALIDA EN TERMINAL 4 DE BARAJAS

"VUELO 2 AIR EUROPA CON NIÑ@S" – 41 PASAJEROS indicados en el tema del foro: http://foro.42195.es/viewtopic.php?f=6&t=720

Nº vuelo AIR EUROPA	Trayecto	Fecha	Hora
UX091 Y **	MAD-NY (JFK)	02/11/2012	17.10-21.05
UX092 Y	NY (JFK)-MAD	09/11/2012	22.05-11.25*

Actualizado 30-10-2012

*** Llegada a MAD 10/11/2012 ** SALIDA EN TERMINAL 1 DE BARAJAS**

Para que no haya problemas con el check-in, se recomienda estar en el aeropuerto tres horas antes de la salida.

RECORDAR: la obligatoriedad de llevar el pasaporte en regla y de haber rellenado la autorización de entrada en los EEUU que podéis completar si no lo habéis hecho, conforme a las instrucciones publicadas en el artículo de la web 42195.es. Más concretamente en el enlace:

http://www.42195.es/formulario_esta-1_1_797_0_m3.html

MUY IMPORTANTE: no os olvidéis de llevar una copia impresa de esta autorización ACEPTADA en el momento del embarque porque os la requerirán de forma imperativa.

MUY IMPORTANTE: **antes de la emisión de los billetes de vuelo prevista para el 20-10-2012 deberéis haber realizado correctamente el suplemento por el incremento de las TASAS de aeropuerto y combustible (30 € por viajero) en el número de cuenta:**

2054/2046/44/9161015991 de BANCA CÍVICA-CAJA NAVARRA.
TITULAR: C.D.A. 42195.es)

Durante todo el viaje, dispondréis de guías (corredores populares como vosotr@s) y fotógrafos que os acompañaran e intentarán resolver vuestras dudas. Por favor, el máximo respeto hacia ellos porque tendrán que estar preparados para disfrutar al máximo el 4 de Noviembre 2012 con motivo de la Maratón de Nueva York.

Los guías y fotógrafos que os acompañarán serán:

Miércoles: Guías: JOSU (AIR EUROPA). Fotógrafo: MIKEL.
Jueves: Guía principal: VICTOR (IBERIA). Fotógrafo: FÉLIX.
Viernes: Guías: JOSE ANTONIO (VUELO 1 IBERIA). Colaboradores IÑAKI - PABLO (VUELO 2 AIR EUROPA).

Los guías son personas y corredores cómo much@s de vosotr@s, que participarán en la próxima maratón de Nueva York el 4 de Noviembre 2012, así que os rogamos les tratéis del mismo que os gustaría que os trataran a vosotr@s. ¡MUCHÍSIMAS GRACIAS!

Actualizado 30-10-2012

Os esperaremos en la terminal correspondiente de cada vuelo, en el mostrador de la compañía aerolínea con la que voléis. Con vuestro pasaporte os facilitarán vuestro billete con el que facturar las maletas.

Una persona de la agencia resolverá cualquier incidencia que pudiera surgir, más concretamente:

- **Miércoles y viernes: MARI MAR**
- **Jueves: CRISTINA**

En este momento os facilitaremos una tarjeta con los principales traslados a realizar que resumiendo serían para:

SALIDA MIÉRCOLES 31 DE OCTUBRE 2012 – VUELO AIR EUROPA

SALIDA JUEVES 1 DE NOVIEMBRE 2012 – VUELO IBERIA

Actualizado 30-10-2012

SALIDA VIERNES 2 DE NOVIEMBRE 2012 – VUELO 1 IBERIA

SALIDA VIERNES 2 DE NOVIEMBRE 2012 – VUELO 2 AIR EUROPA

Como podréis ver, además de los traslados contratados para el desplazamiento AEROPUERTO-HOTEL-AEROPUERTO, habría dos traslados más:

1.- TRASLADO CARRERA NACIONES UNIDAS "Dash to the finish line" (para tod@s, corredores y animadores)

Sábado 3 de Noviembre 2012 a las 7:45 horas en el HALL del HOTEL La Quinta Inn & Suites Secaucus Meadowlands

- ***Nos trasladamos a* "United Nations,1st Ave/42nd Street, NYC"**

2.- TRASLADO AL BUS OFICIAL MARATÓN NUEVA YORK (solo corredores)

<u>Domingo 4 de Noviembre 2012 a las 5:15 horas</u> en el HALL del HOTEL La Quinta Inn & Suites Secaucus Meadowlands

Actualizado 30-10-2012

- ***Nos trasladamos a*** **"Meadowlands, East Rutherford NJ, DROP OFF IN LOT 28**"**

Por último, os solicitamos la asistencia a dos sencillos y bonitos actos organizados por 42195.es:

A.- FOTO DORSALES Y FOTO GRUPO

Sábado 3 de Noviembre 2012 a las 13:30 horas en el HALL del CENTRO CONVENCIONES JACOB JAVITS CENTER (donde se realiza la Expo Marathon y tiene lugar la recogida dorsales)

Además del grupo 42195.es, estáis invitad@s a participar tod@s aquellos corredores y animadores que estéis en Nueva York.

Cómo muestra de apoyo a la labor desarrollada, se agradecerá mucho la asistencia con alguna prenda 42195.es

B.- FOTO MEDALLAS MARATON NUEVA YORK

Lunes 5 de Noviembre 2012 a las 9:30 horas en el HALL del HOTEL La Quinta Inn & Suites Secaucus Meadowlands

Cómo importante novedad este año, y especialmente recomendado para quienes viajáis el miércoles 31 de octubre 2012 y el jueves 1 de noviembre 2012, OS RECOMENDAMOS la asistencia al acto oficial organizado por la Maratón de Nueva York, "PARADE OF NATIONS 2012".

Se celebrará el viernes 2 de noviembre 2012 a partir de las 17:30 horas en Central Park y donde un componente de 42195.es será el abanderado de SPAIN.

El final del mismo acto, sobre las 19 horas, será con fuegos artificiales.

¡LO PASAREMOS MUY BIEN!

Actualizado 30-10-2012

RECOMENDACIONES SOBRE EL EQUIPAJE

Recomendamos a los corredores que lleven en el equipaje de mano las zapatillas y equipación con la que tengan previsto competir. A todos los demás no olvidéis llevar algo de 42195.es para poder localizarnos fácilmente.

Para que no tengáis costes adicionales los viajeros deberéis amoldaros a los siguientes consejos sobre los pesos del equipaje:

Origen España - LARGA DISTANCIA

TARIFA	EQUIPAJE FACTURADO FRANQUICIA DE EQUIPAJE (1)	EQUIPAJE DE MANO
TURISTA (Y,M)	General: 23 kg en total	1 pieza / 10 kg

Destino España - LARGA DISTANCIA

TARIFA	EQUIPAJE FACTURADO FRANQUICIA DE EQUIPAJE (1)	EQUIPAJE DE MANO	TARIFA EXCESO DE PIEZAS
TURISTA	General: 1 pieza / 23 kg c/u, excepto	1 pieza / 10 kg	150€ / $150 por pieza extra por encima de la franquicia

Viajamos en turista todos, tanto con Iberia como con Air Europa:

Las dos compañías para embarca 23 kilos máximo por persona y maleta y de equipaje de mano máximo 10 kilos.

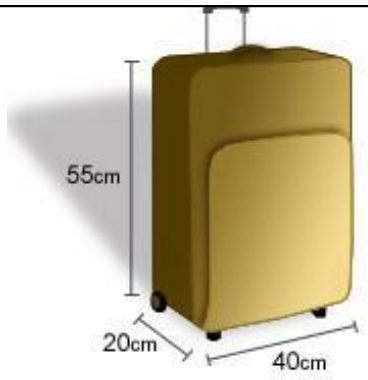
Tamaño maleta para embarcar: Tamaño (estándar): la suma de largo+ancho+alto de cada pieza a facturar no debe superar los 158cm incluyendo asa, bolsillo y ruedas (salvo excepciones de determinados equipajes especiales) Peso (estándar) : Cada pieza a facturar tendrá un peso máximo de 23Kg gratuitos.

El tamaño del equipaje de mano, máximo debe ser 55cm x 40cm x 20cm (115 cms), incluyendo el asa, bolsillos y ruedas. Adicionalmente:

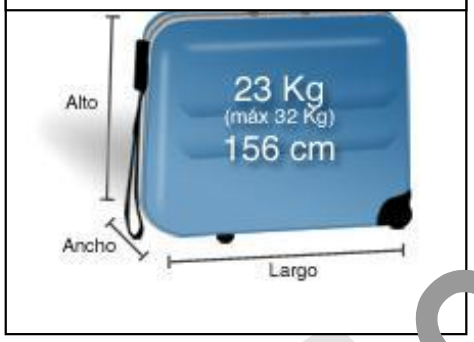
Deberá poder introducirse en los soportes de medidas disponibles en las áreas de facturación/check-in. Deberá poder ubicarse en los maleteros superiores cerrados instalados al efecto, o debajo del asiento del pasajero. Si su equipaje supera las medidas permitidas le será retirado en la Puerta de Embarque."

Actualizado 30-10-2012

Equipaje de mano



Equipaje facturado



Actualizado 30-10-2012
42195

LLEGADA A NUEVA YORK

A las diferentes horas señaladas llegaremos al aeropuerto John Fitzgerald Kennedy (JFK), donde tendremos que pasar un control rutinario. Te preguntaran el motivo de tuviaje a New York y el tiempo que vas a permanecer en esta ciudad.

Por medidas de seguridad puede que alguno de los viajeros sea separado del grupo para hacerle un par de preguntas más, pero también de carácter rutinario. Si te sucediese eso permanece tranquilo y tómatelo con serenidad y paciencia. Si alguna persona del grupo se encontrase en esta situación, deberá informar a algún compañero del grupo y que éste nos lo comunique a los guías con el fin de prestarle la ayuda necesaria.

No existe ningún problema más allá de la pérdida de tiempo. Un miembro de 42195.es esperará todo el tiempo que sea necesario, en el Hall del Aeropuerto, a la persona o personas que hayan sido retenidos para hacer el traslado al hotel.

POR FAVOR, tened a mano el teléfono de contacto 685-719191 y marcad el prefijo internacional +34 (o 0034) si hubiese cualquier incidencia.

Tras recoger las maletas nos iremos subiendo en los autobuses de la compañía GOLDEN TOUCH identificados con un cartel en la parte delantera de "SPAIN MARATHON" que nos acercarán al hotel.

Actualizado 30-10-2012

EL HOTEL

Nos alojaremos en el hotel La Quinta Inn& Suites Secaucus-Meadowlands (350 LightingWaySecaucus, NJ 07094) situado en New Jersey a 20 minutos del centro de Manhattan. El hotel se encuentra en una zona comercial cerca de Outlets y restaurantes. Todo corredor que quiera estirar las piernas los días previos, existe una zona de lagos y paseos de tierra por los alrededores.

Justo enfrente del hotel se haya la parada de autobús que facilita el transporte a la Terminal de autobuses de Port Authority (8ªavenida con la calle 41). Esta estación esta a 3 min andando de la zona de Times Square. El precio del billete del año pasado era de 3,95 $ y pasa cada 10-15 minutos.

Las habitaciones son amplias. Las cuádruples y triples (llamadas SUITTES DOUBLES) se componen de dos camas de 1,50mx2,00m y una supletoria en la salita.

Las habitaciones para 2 personas (SUITTE KING) se componen de una cama de 2,00x2,00m y una supletoria en la sala, divididas por el baño.

Ambas habitaciones sólo contienen un baño.

El hotel dispone de restaurante y bar, WiFi gratuito, piscina cubierta y gimnasio.

El desayuno está incluido y es tipo buffet. Se sirve en la planta baja, junto a la recepción. El horario de desayunos es:

6:30 AM – 9:30 AM entre semana / 7:00 AM – 10:00 AM fin de semana

Actualizado 30-10-2012

El domingo 4 de Noviembre 2012 a partir de las 5:00 AM los corredores 42195.es dispondrán de una sencilla caja de desayuno (zumo, fruta, bollo, agua,…) para poder disfrutar en el traslado (recomendamos, especialmente para este día, que cada corredor añada a este desayuno sus necesidades específicas que le aporten mucha energía para ese gran día)

El año pasado también hubo servicio de café y té las 24 horas del día. En la recepción también había dos ordenadores con acceso gratuito a internet.

El hotel dispone de un servicio de traslado en furgoneta gratuito a lugares cercanos al hotel como outlets cercanos, supermercados… etc. Hay que solicitarlo previamente en recepción (suele haber personal que habla perfectamente castellano)

Una vez que lleguemos al hotel se hará la distribución de las personas en las diferentes habitaciones siguiendo las preferencias indicadas en la reserva.

No hay ningún inconveniente que entre los diferentes corredores y animadores os realicéis cambios en las habitaciones inicialmente asignadas. El cambio deberá ser realizado entre ambas partes, sin necesidad de comunicación al personal del hotel.

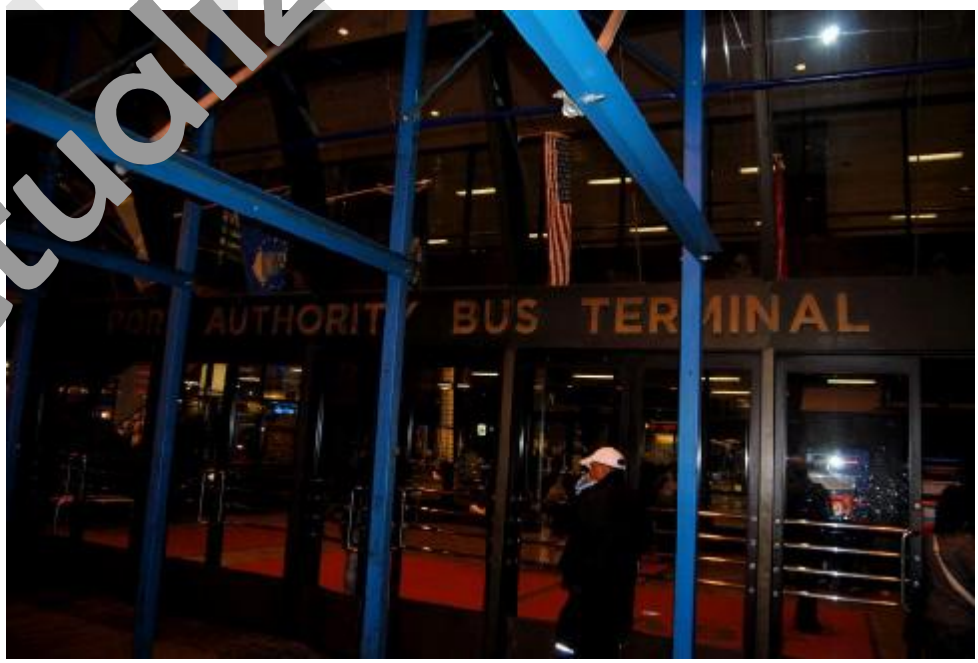
42195 Actualizado 30-10-2012

AUTOBUS HOTEL (SECAUCUS) A MANHATTAN

INSTRUCCIONES IMPORTANTES para volver del centro de Manhattan al Hotel 42195.es. POR FAVOR, imprimir y llevar encima u ¡os perderéis!

El bus de Ida, se coge en frente del hotel. Es el 320, y pasa cada 15-20 minutos aproximadamente. Os recomendamos evitar horas punta. Por ejemplo, lo mejor sería cogerlo a partir de las 9:30 de la mañana y a la vuelta a partir de las 19h (para evitar las entradas y salidas de trabajadores)

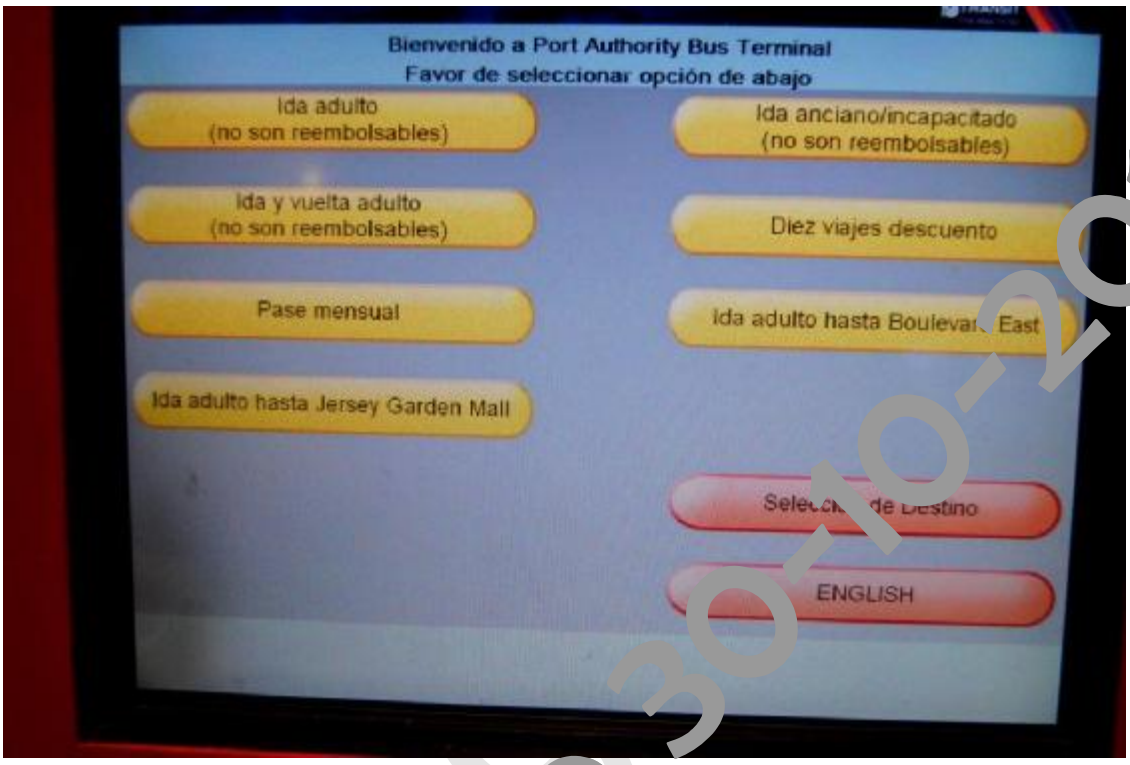
El destino final es Manhattan, en Port Authority, en la 8th Av. con la calle 42, a 5 minutos andando de Times Square.



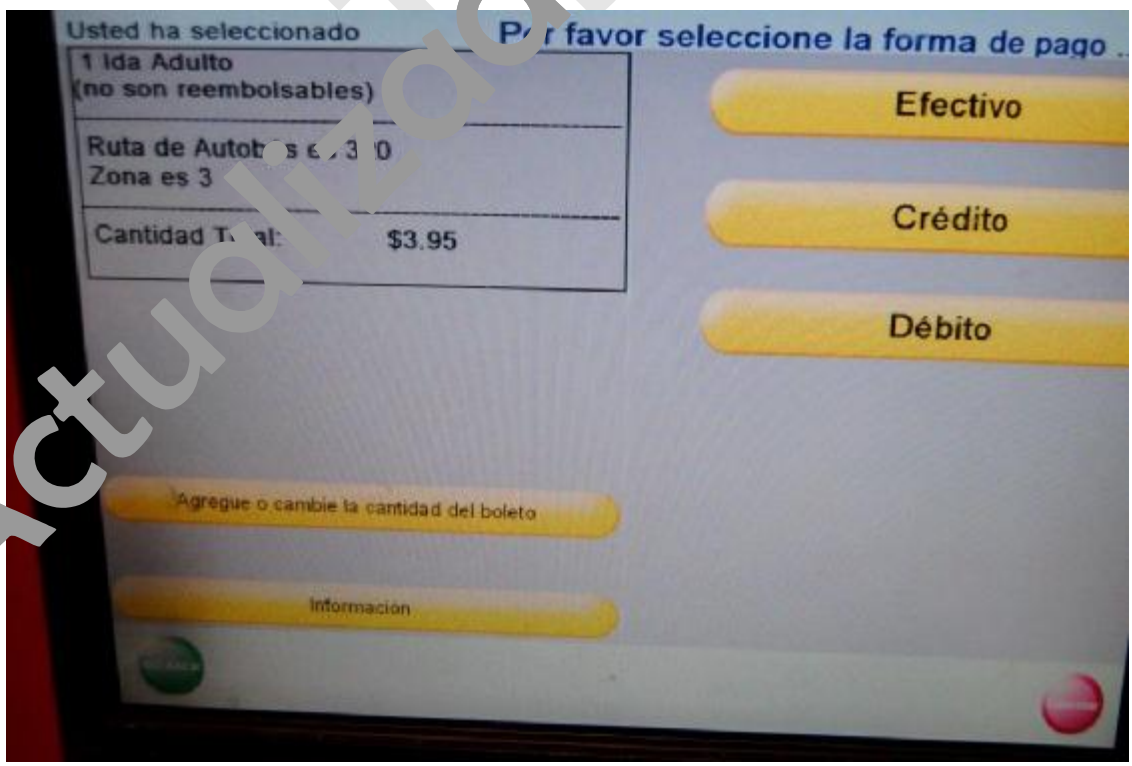
Actualizado 30-10-2012

MUY IMPORTANTE: Translado BUS Port Authority (Manhattan, St 42, con la 8th Av.) al hotel 42195.es en Secaucus

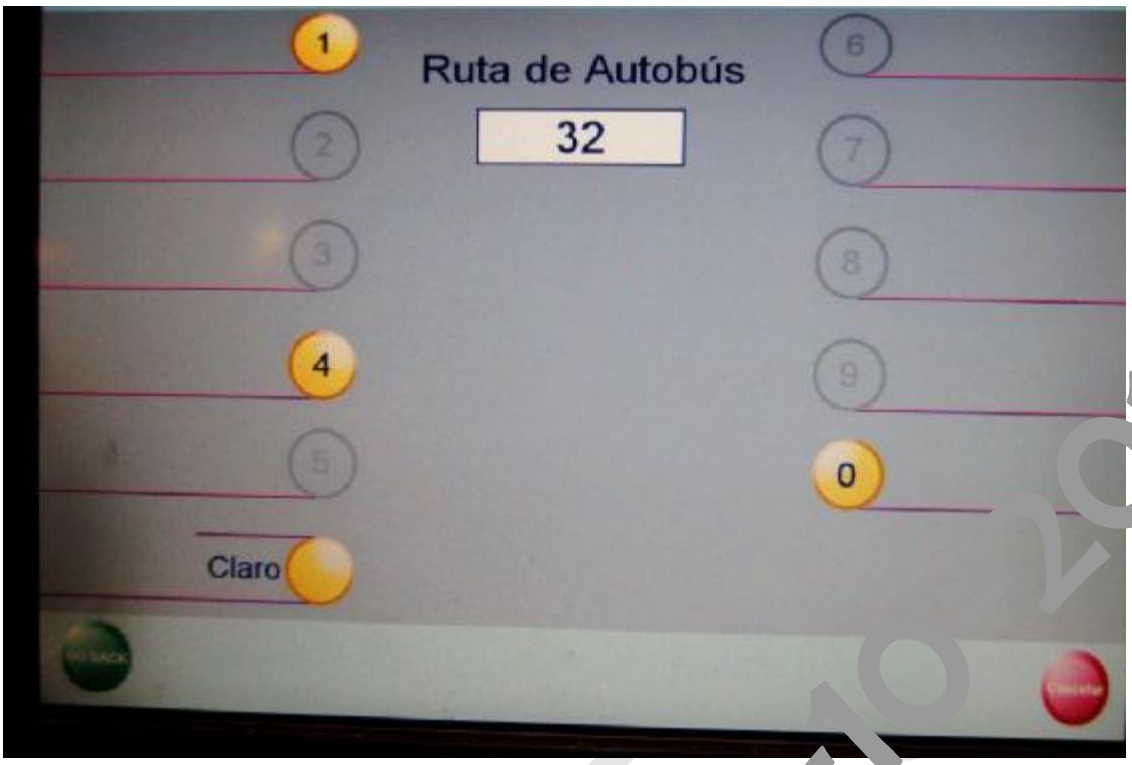
Para volver al hotel, vamos a Port Authority, y entrando por la 8th Avenida, a la derecha, hay máquinas expendedoras de billetes.



Marcamos el nº de Bus (320), destino (SECAUCUS), y nos indica el precio.



Actualizado 30-10-2012



Luego ya con el billete, continuamos recto al centro de la estación, siguiendo los carteles indicativos de la GATE 231 (hasta las 22h) o 320 (a partir de las 22h).

Actualizado 30-10-2012

Al final llegamos y esperamos a nuestro próximo bus, que nos dejará justo en frente del hotel. *MUY IMPORTANTE: Antes de las 22 horas de la noche, la GATE es la 231, y después de las 22 horas, la 320.*

Artículo relacionado:

http://www.42195.es/bus_manhattan_secaucus-1_1_880_0_m3.html

Actualizado 30-10-2012

AGENDA EN NUEVA YORK

Los componentes de 42195.es hemos preparado este viaje y esta agenda con gran ilusión para acercar esta mítica prueba a cualquier corredor popular. Agradeceríamos que hagáis todo lo posible por asistir a los siguientes traslados y actos organizados que creemos son imprescindibles para vivir esta gran fiesta atlética. Una vez finaliza la MARATÓN DE NUEVA YORK, al igual que todos los días previos dispondréis de tiempo libre para visitar la Gran Manzana.

SABADO 3 DE NOVIEMBRE 2012

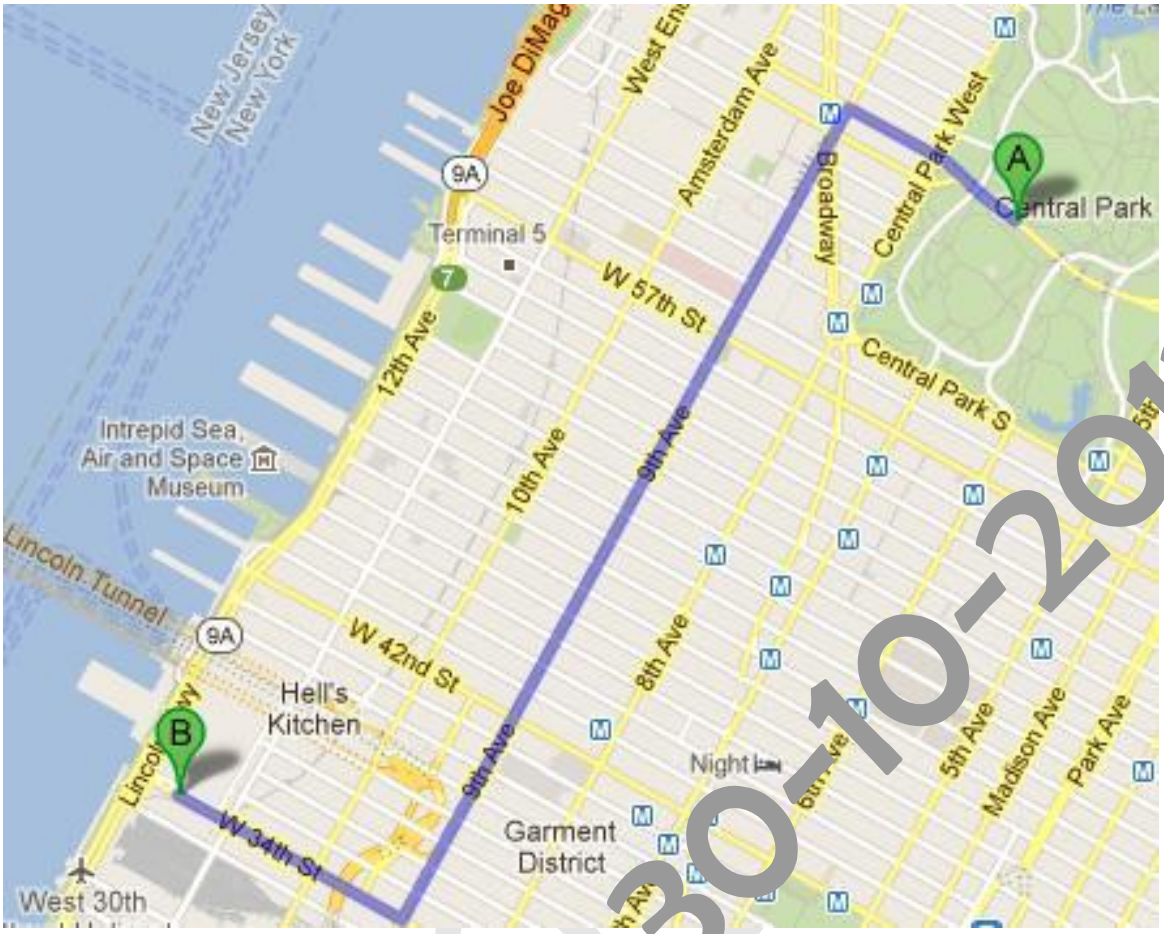
- **Salida del hotel a las 7.45 horas**
- **Carrera de la Naciones Unidas**
- **Exposición del Maratón de Nueva York**
- **Foto de Grupo 42195.es**

A las 7:45horas de la mañana nos recogerá un autobús en el hotel y nos acercara a la salida de la Carrera de las Naciones Unidas. Una pequeña carrera de aprox. 5 kilómetros que discurre por las calles de New York y que finaliza en la meta donde terminará al día siguiente la 43ª NEW YORK MARATHON, es decir, en el precioso parque de Central Park. Todos los acompañantes y atletas disfrutaremos de un ambiente excepcional: una gran fiestade hombres y mujeres de todas las nacionalidades que sin necesidad de ser atletas, se acercarán a sentir la magia de la carrera. TOD@S PODÉIS ANIMAROS A PARTICIPAR.

Tras finalizar la Carrera de las Naciones Unidas tod@s l@s atletas que no hayan recogido el dorsal y acompañantes que quieran disfrutar de una de las mayores exposiciones de atletismo del mundo, deberán dirigirse hasta la Exposición del NEW YORK MARATHON situada en Jacob Javits Convención Center, Halls 3E 11th Avenue at 35th Street, Manhattan.

Podrás utilizar la línea C del metro que va por la 8ª Avenida en la calle 72 (situada junto a la meta de la carrera de las Naciones Unidas de Central Park) bajándote en la calle 34 cuatro paradas después junto al Jacob Javits Convención Center.

Actualizado 30-10-2012



El traslado también se puede realizar paseando por las calles de Nueva York, y ambos casos no será organizado por 42195.es y cada un@ deberá realizarlo por su cuenta. Se dispone de tiempo más que suficiente entre la finalización de la Carrera de las Naciones Unidas (aprox. 10-10,30h)

MUY IMPORTANTE: L@s maratonian@s deberán recoger sus dorsales siempre que vayan en posesión del REGISTRATION CARD (o justificante de dorsal) y el pasaporte.

Actualizado 30-10-2012

El REGISTRATION CARD ya se puede imprimir. Cómo hacerlo, lo hemos explicado en el artículo:

http://42195.es/new_york_city_marathon-1_50_1385_0_m3.html

El sábado 3 de noviembre 2012, a las 13,30h estáis tod@s, corredores, animadores y simpatizantes de 42195.es de todo el mundo, invitados a realizar una gran foto familiar en el Hall o entrada del Jacob Javits Convención Center.

DOMINGO 4 NOVIEMBRE 2012 NEW YORK MARATHON

- **Salida del hotel a las 5.15 horas en autobús propio**
- **Cambio de autobús para tomar el Bus de la organización hasta la explanada del puente Verrazano.**

A las 5:15 de la mañana os esperaremos puntuales en el Hall del hotel donde un autobús pasara a recoger a los valientes maratonianos de 42195.es y los trasladara al lugar donde tomaran el autobús de la organización que les llevara a la salida de su sueño: la MARATON DE NEW YORK.

IMPORTANTE: haber rellenado en la página oficial de la maratón el lugar donde vas a coger el autobús oficial que te llevará a la salida, indicando NEW JERSEY. Si no has seleccionado el autobús, deberás hacerlo en la Exposición del MARATÓN DE NUEVA YORK. Más información en:

http://42195.es/new_york_city_marathon-1_50_1385_0_m3.html

Actualizado 30-10-2012

Una vez lleguéis a la explanada del puente Verrazano, donde se encuentra la salida, encontraréis todo lo necesario para hacer más agradable la espera: aseos, música, bebidas, comidas, carpas, etc…

Tenéis que estar atentos a las llamadas para dirigiros cuando os llamen a vuestro punto de salida, donde dispondréis de más aseos que suelen estar menos colapsados. Os recomendamos que vayáis bien abrigados pues en la espera antes de salir podéis enfriaros

No tengáis ningún miedo en salir con ropa de más. Ya tendréis tiempo de quitárosla. Os recomendamos llevar puesta ropa vieja o que no nos de pena deshacernos de ella por el camino.

La salida de la maratón de New York será escalonada dependiendo del color y número de dorsal. Hay tres colores de dorsal en función del lugar de salida: azul, verde y naranja para diferenciar la zona desalida de cada corredor (vienen perfectamente señalizadas).

LUNES 5 DE NOVIEMBRE 2012

- **Foto Medallas Maratón Nueva York**

A las 9:30h en el hall del hotel os esperamos a todos los corredores con las medallas y dorsales para la foto de grupo. ¡¡¡La mejor forma de poner el final a la maratón de New York!!! Os esperamos.

Actualizado 30-10-2012

MARATÓN EN NY

ING NEW YORK CITY MARATHON

Ficha técnica

- Edición: número 43
- Fecha: 04/11/2012 – Domingo
- Hora de salida: 9h40-10h10-10h40
- Lugar de salida: Puente Verrazano, Staten Island
- Lugar de llegada: Central Park
- WC: En salida y llegada y en varios puntos del circuito.
- Feria del corredor: Viernes 2 (10 – 20h), sábado 3 (9 – 17h) - Jacob JavitsConvention Center
- OJO Comida popular de pasta (Pasta Party): Sábado 3 de 16:30 a 21:00 h – Tavern on the Green
- PROPONER Cena en restaurante en New Jersey
- Itinerario: Una sola vuelta por los cinco distritos de NY. Subidas y bajadas en tramos de puentes.
- Avituallamiento: Cada 3 kilómetros.
- Asistencia médica. Durante todo el recorrido (cada 5 Kilómetros) y en llegada.

Actualizado 30-10-2012

Para los acompañantes, recomendarles que disfruten de la prueba y apoyen a todos los corredores, fácilmente identificables con los colores amarillo y negro.

Todos los lugares son buenos para ver la prueba pero recomendamos los siguientes:

- **Milla 24-25-26 (Central Park): el final y donde el corredor más se emociona al ver a sus familiares y amigos.**

- **Milla 19-20 (Bronx): el mejor día para estar en este barrio tan mítico y sin riesgo de nada. En esta zona es donde hay menos púbico.**

- **Milla 15-16 (puente Queensboro): Desde este punto se puede ver a los corredores en una zona preciosa y además si os dais prisa llegar a tiempo para verles cerca de la meta en Central Park.**

Debido a que los corredores salen en diferentes horarios y corren a diferentes ritmos, 42195.es no organiza ningún traslado ni punto de encuentro para los animadores.

Es habitual encontrar a animadores 42195.es en la Milla 24.

Del mismo modo, el regreso al hotel no está organizado y cada uno deberá realizar por sus medios.

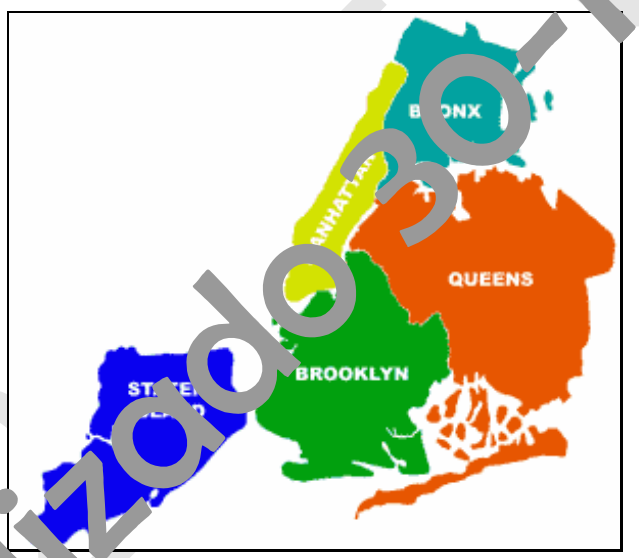
42195 Actualizado 30-10-2012

QUÉ VER Y QUÉ HACER EN NEW YORK

La ciudad de Nueva York está situada en la costa Este de Estados Unidos de Norteamérica, bañada por el Océano Atlántico en el que desemboca el río Hudson que atraviesa todo el estado.

Limita al Oeste con New Jersey, al Noroeste con Connecticut y al Sureste con Long Island. La ciudad se compone de cinco boroughs (a veces traducidos como distritos o barrios) cada uno de los cuales coincide con un condado: Bronx, Brooklyn, Manhattan, Queens y Staten Island.

La maratón de NY discurre por estos 5 distritos. Con más de 8,4 millones de neoyorquinos en un área urbana de 830 kilómetros cuadrados , Nueva York es la segunda ciudad más densa de los Estados Unidos detrás de Union City, Nueva Jersey, localizada cruzando el río Hudson.



La primera vez que se visita Nueva York surge la duda de cuáles son los lugares que son imprescindibles visitar. El número de días de estancia obliga a aprovechar el tiempo en mayor o menor medida para disfrutar de todos los recursos que ofrece la ciudad. La siguiente gráfica os orientará acerca de las atracciones y visitas más interesantes.

Qué hacer	2 días	3 días	4 días	5 días	6 - 7 días		
							,p
· Alto y Bajo Manhatan	✓	✓	✓	✓	✓		
· Misa Gospel	✓	✓	✓	✓	✓		
· Washington				✓	✓		

Actualizado 30-10-2012

· Compras en New Jersey					✓	
· EmpireStateBuilding	✓	✓	✓	✓	✓	
· MetropolitanMuseum of Art	✓	✓	✓	✓	✓	
· Staten Island Ferry	✓	✓	✓	✓	✓	
· Times Square	✓	✓	✓	✓	✓	
· Rockefeller Center	✓	✓	✓	✓	✓	
· St. Patrick'sCathedral	✓	✓	✓	✓	✓	
· Central Park		✓	✓	✓	✓	
· Grand Central Terminal		✓	✓	✓	✓	
· New York Public Library		✓	✓	✓	✓	
· MoMA			✓	✓	✓	
· American Museum of Natural History			✓	✓	✓	
· Greenwich Village			✓	✓	✓	
· Brooklyn Bridge			✓	✓		
· South Street Seaport				✓	✓	
· Liberty y Ellis Island				✓	✓	
· SoHo				✓	✓	
· TriBeCa				✓	✓	
· Chinatown				✓	✓	
· Little Italy				✓	✓	

QUE VER

Baloncesto:

Los NY Knicks son las estrellas de este deporte en Nueva York. La temporada empieza en octubre y termina en abril. Su sede es el Madison Square Garden y presenciar uno de sus partidos es todo un espectáculo.Si realmente queréis disfrutar de uno de sus partidos, recomendamos que cojáis las entradas previamente por internet. Funciona muy bien la página y os evitáis quedaros sin entradas: http://www.stubhub.com/new-york-knicks-tickets

Teatros y musicales en Broadway:

La forma más económica de comprar tickets incluso a mitad de precio, es comprarlas el mismo día en Times Square. Existen unas cabinas TKTS que al medio día ponen a la venta las entradas que no han vendido para ese día y para sesiones del próximo día.

Actualizado 30-10-2012

DATOS PRÁCTICOS

Seguro médico y medicamentos:

La asistencia médica es muy cara en los EEUU, por lo que se recomienda suscribirse un seguro médico que cubra dichos gastos. En años anteriores, las mismas compañías con las que tenemos contratado nuestro seguro de hogar o de defunción cubren la asistencia médica. Sólo necesitas ponerte en contacto con tu compañía y que te den sus prestaciones y los números de teléfono para llamar en el extranjero en caso de necesidad.

Si precisas medicarte, tus medicamentos deben ir acompañados de una nota del médico escrita en inglés que los justifique. Los medicamentos y accesorios médicos deberán ser transportados en su equipaje de mano, envasados en sus contenedores originales y etiquetados, y sólo la cantidad que precise durante su estancia.

Electricidad:

La red eléctrica funciona a 110-120 voltios a 60 Hz. El tipo de conector utilizado es de patillas planas. Si desea utilizar un aparato eléctrico europeo, que precise ser enchufado a la red eléctrica, deberá comprobar su voltaje y acoplar un adaptador en el enchufe.

Huso horario:

Nueva York se rige por la hora oficial del Este (Eastern Standard Time) que equivale a 5 horas menos que el Meridiano de Greenwich (GMT).

Teléfono:

En Nueva York encontrará teléfonos en todas las calles y lugares públicos. La ciudad tiene 5 prefijos y deberá marcar siempre el 1 si llama a un área con distinto prefijo. Los teléfonos con número precedido de 800, 866, 877 y 888 son de llamada gratuita. El número de emergencias es el 911.

El WiFi gratuito del hotel es de gran utilidad si tienes un ordenador y quieres hablar con gente que se encuentra en España sin tener que pagar un precio desorbitado por la llamada, le recomendamos que usen el programa Skype que tiene un coste de 3 céntimos el minuto aproximadamente a fijos y 20 céntimos a móviles.

Actualizado 30-10-2012

Para descargar el programa Skype y más información en: http://www.skype.com/intl/es/home

Transporte:

Con 468 estaciones, el Metro de Nueva York es el más grande del mundo. El servicio funciona durante todo el año las 24 horas del día. Todas las líneas están identificadas por letras o números y señalan si van hacia el norte de la ciudad: uptown o hacia el sur: downtown.

Utilizar este transporte no es nada difícil. Para acceder a él debe adquirir una tarjeta magnética llamada MetroCard. Existen dos tipos de trenes, los locales que paran en todas las estaciones, y express de parada en las principales estaciones. El tipo de tren viene señalizado tanto en el andén como en los vagones. En todas las estaciones de metro cuenta con un panel informativo con mapas y horarios. El metro es muy seguro durante el día y peligroso y desaconsejable por la noche.

La MTA (MetropolitanTransitAuthority) es la entidad que, desde 1965, dirige los servicios de transporte público de la Ciudad de Nueva York.

La MetroCard es una tarjeta magnética para el uso del metro y autobús. Existen dos tipos:

> **Pay-Per-Ride en la que debe cargar con el número de viajes que va a realizar, teniendo en cuenta que el viaje tiene un precio de $2.25 y que el mínimo de carga es de $4.50.**
>
> **UnlimitedRideMetroCard, esta modalidad no tiene límite de viajes y se paga por el número de días de uso, 7 días $29.**

La tarjeta se activa la primera vez que la utilice y se puede adquirir en estaciones de metro, en los autobuses públicos o en la oficina de turismo de la 7ª Avenida.

Actualizado 30-10-2012

Clima

El clima en Nueva York es muy extremo. El invierno es muy frío y el verano muy cálido. La mejor época del año es el otoño con temperaturas entre los 6º C y los 16º C. En años anteriores, la temperatura ha sido muy agradable y el día de la maratón la media fue de 12ºC pero a primera hora de la mañana suele hacer frio y es conveniente ir abrigados.

Actualizado 30-10-2012

Bibliografía recomendada

NEW YORK MARATHON 2012

http://www.42195.es/new_york_marathon_2012-1_50_0_m2.html

GUIA NEW YORK CASTELLANO
http://www.nuevayork.net/?gclid=CM2Z1duG4aQCFYFH4wodWxotng

GUIA OFICIAL NUEVA YORK
http://www.nycgo.com/

IMPRESIONANTE TIENDA DE FOTO-VIDEO EN LA QUINTA AVENIDA (B&H PHOTO)
http://www.bhphotovideo.com

COSAS INTERESANTES COMPRAS, EXCURSIONES, COMIDA… … :
http://www.easynewyorkcity.com/

CAMARA WEB TIMES SQUARE:
http://www.earthcam.com/usa/newyork/timessquare/

EL TIEMPO EN NEW YORK:
http://www.woespana.es/weather/maps/city?WMO=72503&LANG=es

METRO Y AUTOBUS DE NEW YORK:
http://www.mta.info/

Agenda oficial de la maratón:
http://www.nycmarathon.org/entrantinfo/handbook.htm

Toda la información actualizada en:

www.42195.es/foro

Actualizado 30-10-2012

REGRESO
(indicado en las tarjetas de traslados)

Miércoles 07/11/2012

Salida en autobús desde el hotel al aeropuerto JFK a las 17.00
VUELO AIR EUROPA

Jueves 08/11/2012

Salida en autobús desde el hotel al aeropuerto JFK a las 15.30
VUELO IBERIA

Viernes 09/11/2012

PRIMERA Salida – "VUELO 1" IBERIA en autobús desde el hotel al aeropuerto JFK a las 15.30

SEGUNDA Salida – "VUELO 2 CON NIÑ@S" AIR EUROPA en autobús desde el hotel al aeropuerto JFK a las 17.00

SE RUEGA EXTREMADA PUNTUALIDAD EN ESTOS TRAYECTOS.

Actualizado 30-10-2012
42195

INFORMACIÓN IMPORTANTE EN CASO DE EMERGENCIA

Certificado de Seguro de Asistencia en Viaje (contratado por 42195.es). Nº Poliza: 7J0

Asegurado o nombre del grupo:MARATON NUEVA YORK

Localidad de Residencia:ESPAÑA Destino: Mundo

Periodo: 31/10/2012 - 09/11/2012 Certificado nº: 2933331

Periodo: 1/11/2012 - 10/11/2012 Certificado nº: 2933338

Periodo: 2/11/2012 - 11/11/2012 Certificado nº: 2933358

Ref. Agencia: 0340107630

Número de contrato, lugar donde se encuentra, teléfono de contacto.

Desde el Estado Español 902 197 736

Desde el resto del mundo + 34 91 514 37 69 Fax nº 91 514 99 50

Toda la información con la relación de garantías cubiertas, exclusiones, etc en la póliza 7JO en:

http://www.42195.es/images/docs/ny2012_seguro_de_asistencia_en_viaje.pdf

HOTEL LA QUINTA INN.

350 Lighting Way - Secaucus, NJ

Teléfono: (201) 863-8700

URGENCIAS (llamada gratuita): 911

CRUZ ROJA: 1-800-442-5980

TELÉFONO DEL SEGURO MÉDICO CONTRATADO: (Cada uno que ponga el suyo)

VISA USA: 1-800-847-2911, llamadas a cobro revertido aceptadas solo desde teléfonos fijos.

VISA ESPAÑA: 900-99-1124

MASTERCARD USA: 1-800-MasterCard (1-800-627-8372)

Actualizado 30-10-2012
42195

MASTERCARD ESPAÑA: 900-97-1231

CONSULADO ESPAÑOL EN NUEVA YORK

Cónsul General, D. Juan Ramón Martínez Salazar.

150 East 58th St., 30th floor.- New York, N.Y.10155

Teléfonos: 355 40 80/ 40 81/ 40 82/ 40 85/ 40 86/ 40 90/ 40 91

Tel. desde España: 1 212 355 40 80/ 40 81/ 40 82/ 40 85/ 40 86/ 40 90/ 40 91 Fax: (1 212) 644 37 51

E-mail: cog.nuevayork@maec.es

El Consulado PUEDE:

- **expedir pasaportes o salvoconductos en caso de caducidad, pérdida o sustracción de la documentación personal;**
- **dar información sobre los servicios médicos, educativos y legales del país;**
- **prestar asistencia a detenidos;**
- **adelantarle en circunstancias excepcionales la cantidad necesaria para su repatriación, que deberá reintegrar al Tesoro Público dentro de los plazos establecidos por la ley;**
- **prestarle servicios de Registro Civil, notariales, de legalización de documentos, o de remisión de comunicaciones e instancias a organismos españoles.**

RECOMENDACIONES (en caso de robo, ayudan muchísimo):

Recomendación de VISA: El número de 16 dígitos que figura en su tarjeta – es muy importante que usted lleve apuntado este número en alguna parte separado de su tarjeta.

Recomendación para pasaporte: Hacer copia del pasaporte y llevarla en otro sitio. La fotocopia si es en color y está plastificada, mejor.

Actualizado 30-10-2012

POR ÚLTIMO RECORDAMOS DONDE PODEÍS CONSULTAR LA INFORMACIÓN ESENCIAL RESPECTO AL MARATÓN DE NUEVA YORK QUE HA PUBLICADO LA ORGANIZACIÓN OFICIAL EN CASTELLANO:

http://www.ingnycmarathon.org/documents/2012_essinfo_web_SPANISH.pdf

SEGUIMIENTO, ACTUALIZACIONES, NOVEDADES,etc...

42195.es hará actualizaciones diarias con vuestras fotos e información para que desde casa nos puedan seguir todos.

Desde 42195.es esperamos y deseamos que disfrutéis de esta grata experiencia y no dudéis en consultarnos vuestras dudas.

Toda la información actualizada en:

www.42195.es/foro

Actualizado 30-10-2012