

COLLBATÓ



DIUMENGE 10 DE NOVEMBRE DE 2024

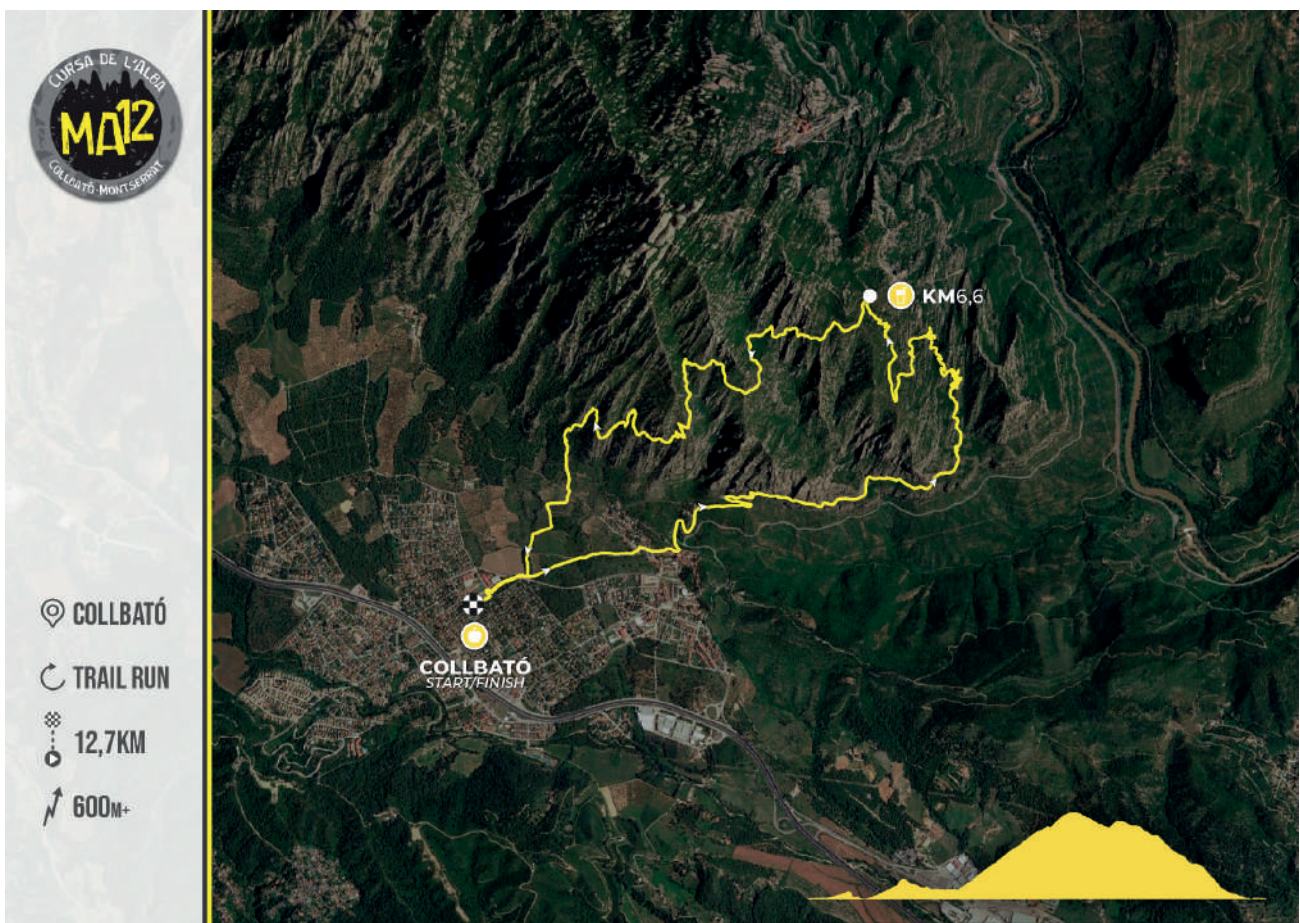


Més informació www.cursalba.cat

RECORREGUT

La MitjAlba és una cursa amb un desnivell acumulat de 1.100 metres. Els primers dos quilòmetres de cursa transcorren pel nucli històric de Collbató, per entrar en un tram de carretera i escales. A partir d'aquest moment ens endinsem per un sender al Parc Natural de Montserrat envoltant el massís per la seva part mitjana en un tram de lleugera baixada fins al quilòmetre 4 aproximadament on comença una dura pujada fins al Pla de Sant Miquel. En aquest punt hi haurà el primer tall horari. Els corredors que passin amb més d'una hora i quaranta minuts, seran desqualificats en aquest punt. Des del Pla de Sant Miquel afrontarem un descens molt tècnic que ens conduirà a la pancarta d'arribada.

Durant la major part del recorregut, pel fet que la MitjAlba transcorre pel Parc Natural de Montserrat, podrem gaudir d'immillorables vistes de les diferents formacions rocoses d'aquest massís.



HORARIS

ENTREGA DE DORSALS

- Dissabte 9 de novembre - de 16:00h a 20:00h
- Diumenge 10 de novembre - de 7:45h a 8:45h

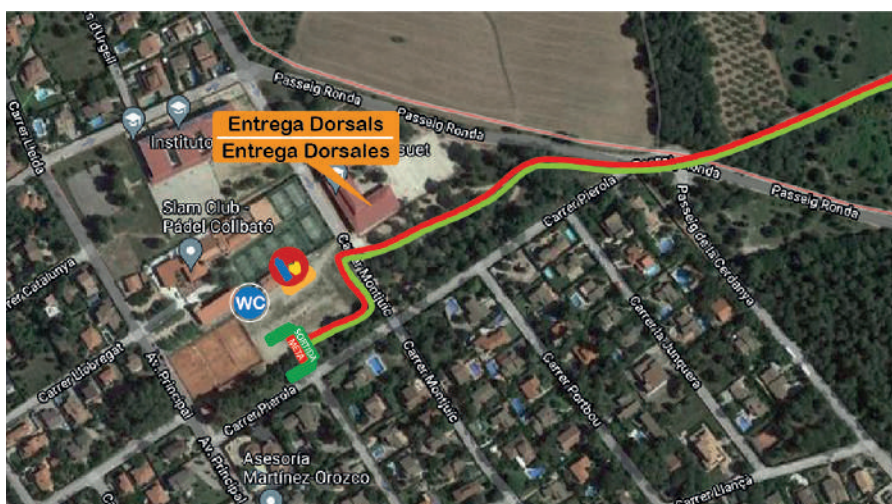
 **Escola Mansuet - Carrer Montjuic, s/n**

SORTIDA

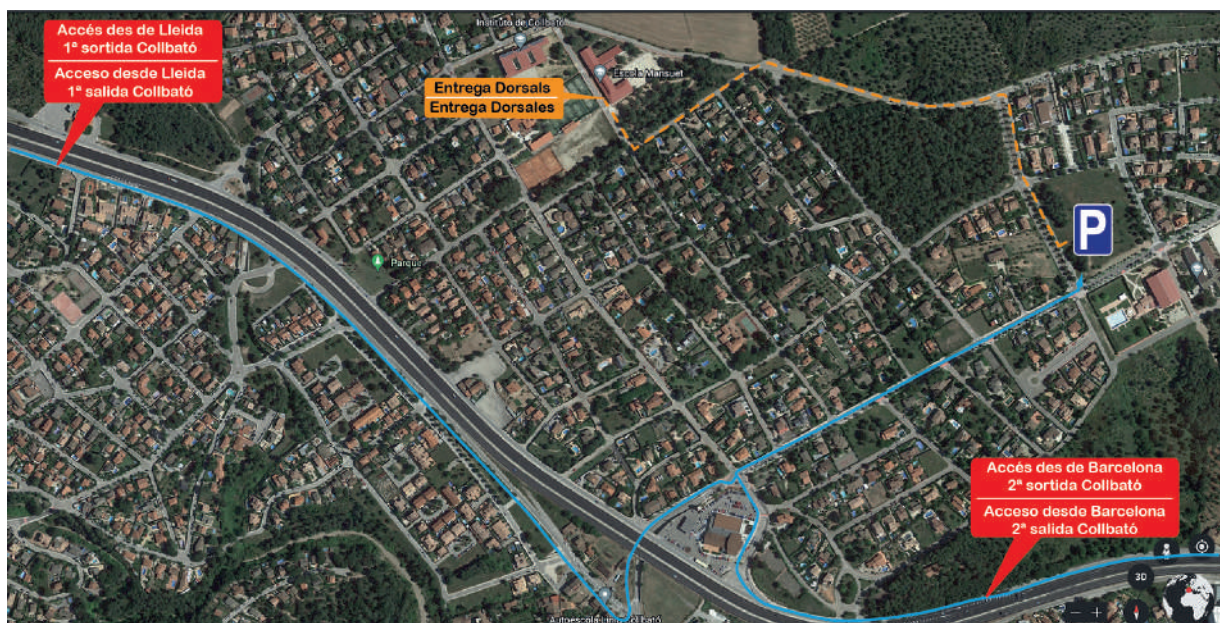
- Diumenge 10 de novembre - A les 9:00 hores

 **Camp de futbol de terra - Davant de l'escola Mansuet - Carrer Montjuic, s/n**

SORTIDA/ARRIBADA/ENTREGA DORSALS



ACCÉS COLLBATÓ



MATERIAL OBLIGATORI - AVITUALLAMENTS

No hi ha material obligatori, però s'aconsella sistema d'hidratació (mínim 500ml) donat que als avituallaments no es donarà gots ni ampolles, només es podran carregar els bidons d'hidratació que porti el participant. En cas de climatologia adversa, la utilització d'impermeable serà obligatòria.

Av.1 – Pla de Sant Miquel

Av.2 – Arribada

CATEGORIES I PREMIS

| | | |
|---|--|--|
| General · 1r/2n/3r homes · 1 ^a /2 ^a /3 ^a dones | Júnior (19 i 20 anys) · 1r home · 1 ^a dona | Master 50 (50 - 59 anys) · 1r home · 1 ^a dona |
| Promeses (15 i 16 anys) · 1r home · 1 ^a dona | Sénior (de 21 a 39 anys) · 1r home · 1 ^a dona | Master 60 (+60 anys) · 1r home · 1 ^a dona |
| Juvenil (17 i 18 anys) · 1r home · 1 ^a dona | Veterà (de 40 a 49 anys) · 1r home · 1 ^a dona | Local · 1r home · 1 ^a dona |

Els premis no seràn acumulatius.

Les edats dels esportistes es compten a 31 de desembre de l'any de finalització de la temporada.

DESQUALIFICACIONS

- No realitzar íntegrament el recorregut marcat per l'organització.
- No tenir cura i respecte per l'entorn. No es pot tirar o abandonar brossa o envasos de cap tipus fora de les àrees senyalitzades a tal efecte (avituallaments), reservant-se l'organització l'obligació de fer marcar a cada participant els envasos de sòlids i líquids que puguin fer servir durant la cursa.

Recordeu que estem corren dins del Parc Natural, espai protegit.

- No portar el dorsal al pit o a una zona frontal ben visible.
- No prestar auxili a un company, i no informar al control més proper.
- Rebre ajuda externa fora dels espais habilitats (avituallaments).
- Utilitzar qualsevol tipus de substància prohibida considerada com a dopatge per part de les federacions d'atletisme o de muntanya.
- No seguir les instruccions dels membres de l'organització en tot moment i durant la cursa. Això donarà lloc a la desqualificació immediata.

Es donarà un temps límit de 2:30 hores per fer tot el recorregut.

Els corredors desqualificats que vulguin seguir corrent ho faran sota la seva responsabilitat havent entregat el dorsal i el xip a l'organització.