



4^a MITJALBA 8.11.2025 COLLBATÓ

12K | 692M+ **GUIA DE CURSA**

INSTITUTIONAL SPONSOR



Ajuntament
de Collbató



AJUNTAMENT
D'ESPARREGUERA



Ajuntament del
Bruc



Generalitat
de Catalunya



BAIX
LLOBREGAT
CONSORCI DE TURISME



Consell Comarcal
del Baix Llobregat

AFFILIATE SPONSOR

XTEERRA
TRAIL RUN WORLD SERIES

OFFICIAL SPONSOR

Talkom
telecomunicacions

OFFICIAL NUTRITION

HSN

SUPPORTED BY



Federació d'Entitats
Excursionistes de Catalunya
Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada



Generalitat de Catalunya
Patronat de la Muntanya
de Montserrat



MONTSERRAT | MONESTIR | MIL·LENARI



FGC
Ferrocarrils
de la Generalitat
de Catalunya



Cremallera
i funiculars
de Montserrat



OCISPORT
OUTDOOR EXPERIENCES

OFFICIAL MAPPING

wikiloc

ORGANIZING



CURSA DE L'ALBA - COLLBATÓ



La Cursa de l'Alba és un referent de les Curses de muntanya de Catalunya i una de les més antigues del nostre país, i se celebrarà el 7 i 8 de novembre a Montserrat, concretament a Collbató, Esparreguera i El Bruc. Corredors èlit i populars es reuniran en el massís de Montserrat per fer front a una prova emblemàtica que arribarà a la seva 37 edició amb tres distàncies: **Marató (42km)**, **Cursa de l'Alba (22km)** i **la Mitjalba (12km)**, coronant el cim més alt de la muntanya les distàncies de 42 i 22 quilòmetres.

La Cursa de l'Alba – XTERRA European Trail Run Championship, és una prova especial. Una cita fixa en el calendari català i una de les grans curses de referència pels amants del trail running. Sempre ha viscut un molt bon nivell de participants, la Cursa de l'Alba l'han guanyat referents del trail running Kiko Soler, Nuria Picas, Andreu Simon, Sheila Avilés, José Manuel Granadero, etc.

La Marató de Montserrat - XTERRA European Trail Run Championship.

Las XTERRA European Trail Run Championship convida a corredors de tots els nivells -des d'aficionats a l'elite- a reunir-se i descobrir els senders més pintorescs i desafiants, en un escenari únic dins Montserrat, considerada la roca més gran del món. La Marató de Montserrat serà possible només aquest any 2025 perquè forma part dels actes del Mil·lenari de Montserrat, i és per això que només aquest any serà possible fer aquesta distància al massís. La Marató de Montserrat té una distància de 42 km i un desnivell positiu de 2.470 metres.

La Mitjalba.

Una cursa de 12 km amb 692 metres de desnivell, ideal per testar el massís de Montserrat, una cursa ràpida que ens durà a compartir el recorregut amb la Cursa de l'Alba fins al km 6 i que baixarà per l'anomenat camí de les bateries de nou a Collbató. Una cursa molt ràpida per la seva orografia.



COM ARRIBAR

COLLBATÓ



MITJALBA - 12KM

12KM
692M+

ENTREGA DE DORSALS
El Cassinet, carrer Colon, 3
Divendres 7 - 10:00h a 20:00h
Dissabte 8 - 8:00h a 9:00h



SORTIDA
Passeig Mansuet, s/n
Dissabte 8 - 09:15h



ARRIBADA
Passeig Mansuet, s/n



ENTREGA DE PREMIS
11:00h



Què inclou

- DORSAL I XIP D'UN SOL US
- SAMARRETA COMMEMORATIVA
- SERVEI MÈDIC
- SERVEI DE GUARDA-ROBA
- SERVEI DE DUTXES
- MEDALLA FINISHER
- TROFEU ALS TRES PRIMERS CLASSIFICATS (M/F) DE CADA CATEGORIA
- BOTIFARRADA
- TUBULAR
- 2 AVITUALLAMENTS
- BOSSA WELCOME PACK

Talls horaris

APARCAMENT DE LES COVES:
9:35H. (KM 2,5)

Material obligatori

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.

Dorsal

4 MITJALBA

COL·LABORATÓ 2025

3456

ANNA

MITJALBA - 12KM



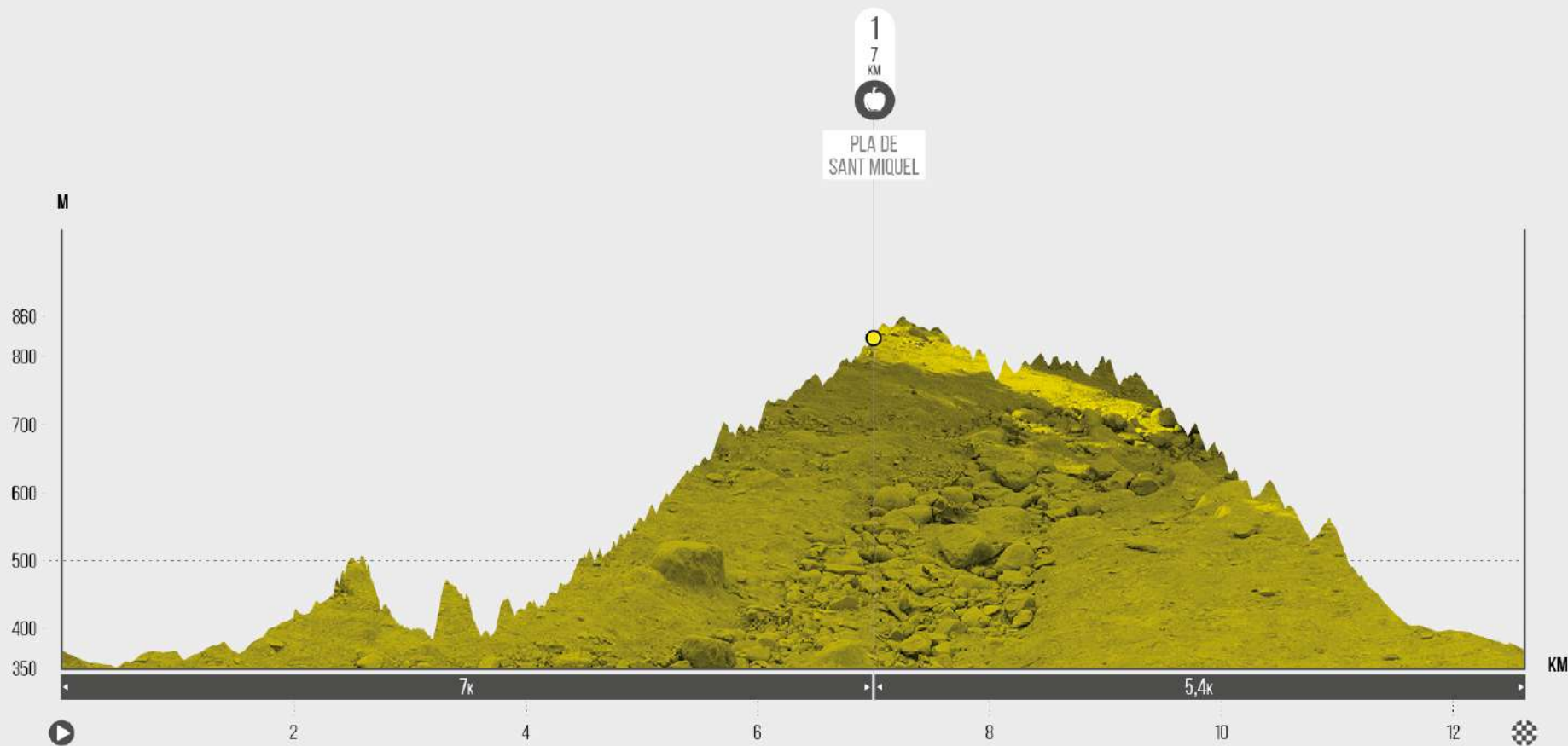
COLLBATÓ

TRAIL RUN

12,42KM

692M+

MAX 861M



QUE INCLOU L'AVITUALLAMENT:

- AIGUA
- FRUITS SECS (AMETLLES, AVELLANES, NOUS)
- ISOTONIC
- GOMINOLES
- COCA COLA
- BARRETES
- PLATANS
- TARONGES



OFFICIAL MAPPING
wikiloc

1 | 7
KM

PLA DE
SANT MIQUEL

📍 COLLBATÓ

🔄 TRAIL RUN

🏁 12,42KM

⬆️ 692M+

⚡ 861M

START | FINISH

