

COMUNICAT TÈCNIC FESTA DEL TRAIL I CURSES DE RAIONS

ENTREGA DE DORSALS I BOSSA CORREDOR

On?

A la **seu social del CEC** (Carrer Paradís, 10, 08001 - Barcelona):

Dijous 12 de desembre:

10.30h – 13.00h Entrega de dorsals amb xip (a la seu social del CEC)

17.00h – 20.00h Entrega de dorsals amb xip (a la seu social del CEC)

Divendres 13 de desembre:

10.30h – 13.00h Entrega de dorsals amb xip (a la seu social del CEC)

Al **pati de l'Escola Galí Bellesguard**, entrar per dalt (Carrer Mercé Rodoreda),
clicueu enllaç en cas de dubte: <https://maps.app.goo.gl/cbzuD61W1pKmNSqj8>

Dissabte 14 de desembre:

8:30 - 9:30h. Previ a la Festa del trail / Cursa Raions

Que portar?

- DNI
- En cas de ser membre del CEC o de la FEEC C+, cal mostrar el carnet o la llicència federativa

(Si la persona que recull el dorsal no és el mateix corredor/a cal que porti els documents anteriors en format fotocòpia).

ACTIVITATS FESTA DEL TRAIL

1) Cursa de Raions de trail running per a joves i infants nascuts entre el **2008** i el **2020**. 6 curses repartides durant tot el matí amb 5 recorreguts diferents adaptats a cadascuna de les edats. 6 categories de premis i trofeus pels 3 primers classificats/des de cada categoria i obsequis per a tots/es els/les participants.

2) Circuit d'orientació familiar amb diferents balises a cercar pels voltants de l'escola. Activitat pensada per a realitzar en família.

3) Taller d'educació ambiental dinamitzat pel Grup Muntanya Quatre Columnes del CEC.

4) Taller artístic pinta cares a l'Escola **Galí Bellesguard** dinamitzat pel Grup Muntanya Quatre Columnes del CEC.

5) Taller esportiu de tècnica de descens de Trail Running dinamitzat pel entrenadors de l'Escola de Trail del CEC (recorregut de descens d'uns 100m amb diferents obstacles).

6) Esmorzar i xocolatada popular a l'Escola **Galí Bellesguard**. Cuidem el planeta i portem el nostre propi got des de casa!

CRONOGRAMA DISSABTE 14 DESEMBRE

8:30h - 9:30h. Entrega de dorsals a l'escola **Galí Bellesguard** al pati

9:00h. Obertura guarda-ropia a l'escola **Galí Bellesguard** al pati

10:00h. Inici activitats paral·leles Festa del Trail: circuit d'orientació, taller educació ambiental, taller de tècnica de descens de baixada i taller artístic pinta cares.

10:00h. Sortida Categoria **SUB 6**

10:15h. Sortida Categoria **SUB 8**

10:45h. Sortida Categoria **SUB 10**

11:30h. Inici esmorzar i xocolata popular a l'Escola **Galí Bellesguard**. Cuidem el planeta i portem el nostre propi got des de casa!

11:30h. Sortides Categories **SUB 12**, **SUB 14** i **SUB17**

12:45h. Hora prevista Entrega de premis i trofeus

12:45h. Tancament arribada Cursa de Raions **SUB17** (1h15 per completar 5,5k)

13:00h. Tancament Festa del trail i finalització activitats paral·leles (orientació, educació ambiental, tècnica en descens i pinta cares)

COM ARRIBAR?

Direcció

Escola Galí Bellesguard (Carrer Mercé Rodoreda, 4-13 - 08035 Barcelona)

Bicing

En el cas d'utilitzar el Bicing, les estacions més properes a l'Escola **Galí Bellesguard**, son les que situades al C. Esteve Terrades, 42 i Ptge. Maluquer, 16.

Transport públic

Ferrocarrils



Estació d'Av. Tibidabo

Autobús



Bus 196: Parada Carles Riba-Josep Maria Lledó (Festius 7.30h – 22.00h) Enllaç amb FGC Estació d'avinguda Tibidabo.

Bus H2 Parada Ronda de Dalt – Bellesguard (Festius de 08.20h – 22.30h).

Bus 123 Parada Av Tibidabo – Ronda de Dalt (Festius de 09.00h – 21.00h)

Altres estacions més properes

Estació ferrocarrils Sarrià. Caminar 25 min fins Escola **Galí Bellesguard** (en aquella hora no hi ha línia de bus en funcionament)

Estació Metro L3: Penitents. Caminar 25 min fins Escola **Galí Bellesguard** (en aquella hora no hi ha línia de bus en funcionament)

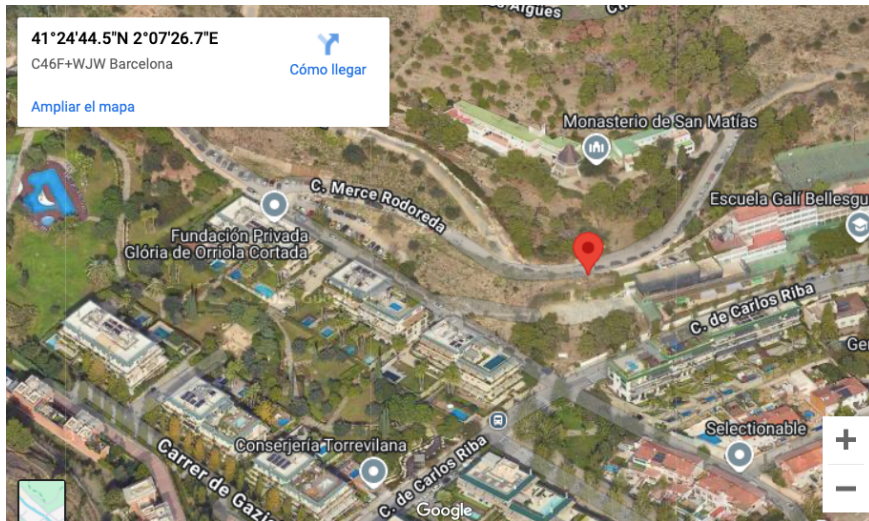
Vehicle privat

La zona no disposa de pàrquing públics per vehicles privats propers. Si decidiu

venir amb cotxe, sigueu previsors perquè es possible que hagueu de caminar des del punt d'estacionament fins al lloc de sortida (Escola **Galí Bellesguard**)

On és exactament la sortida? Aquí:

<https://maps.app.goo.gl/f8ijzFo4Wcj5wDfX8>



RECORREGUTS

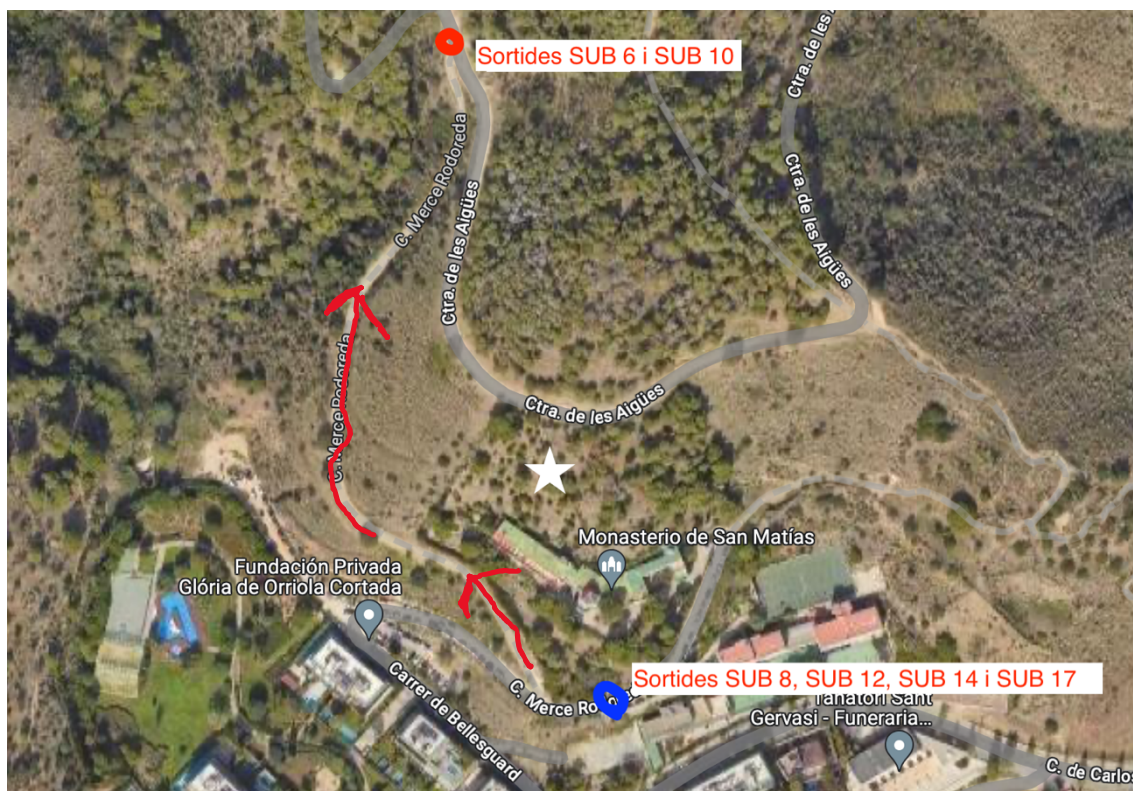
Es pot consultar els diferents recorreguts de cada categoria al següent enllaç:

<https://collserola.cec.cat/festa-raions/>

Les distàncies a recórrer en les diferents categories seran:

- SUB 6 (2020 i 2019): 800m
- SUB 8 (2018 i 2017): 1200m
- SUB 10 (2016 i 2015): 2000m
- SUB 12 (2014 i 2013): 4311m
- SUB 14 (2012 i 2011): 4311m
- SUB 17 (2010, 2009 i 2008): 5518m

Les sortides SUB 6 i SUB 10 es realitzen des de la Carretera de les Aigües, cercle vermell (a 5 min a peu de l'Escola), mentre les sortides SUB 8, SUB 12, SUB 14 i SUB 17 es realitzen des de la pròpia escola, cercle blau. L'organització cridarà a infants i joves 10 minuts previs a les sortides des de la Carretera de les Aigües per tal de poder anar-hi tots junts (mares i pares, poden venir a la sortida o quedar-se a l'arribada). Totes les arribades seran a l'escola **Galí Bellesguard**



TROFEUS I PREMIS

- S'estableixen 6 categories de premis i trofeus: SUB 6, SUB 8, SUB 10, SUB12, SUB 14 i SUB17. Les categories SUB 6, SUB 8, SUB 10, SUB 12 i SUB 14 formen part del Circuit Català d'Escoles de Trail de la FEEC.
- Totes les categories estaran dotades de trofeus o obsequis pels 3 primers classificats/des.
- La categoria es determina amb l'edat del o la corredora al 31 de desembre de l'any de la **finalització del circuit català d'escoles de trail**.
- L'entrega de premis es donarà el mateix dia de la cursa. En cas de no poder assistir a l'entrega es podrà passar a recollir per la seu del CEC fins el dia 27/12/24.

Les categories son:

- A. SUB 6 (2020 i 2019)
 - Femenina
 - Masculina
- B. SUB 8 (2018 i 2017)
 - Femenina
 - Masculina
- C. SUB 10 (2016 i 2015)
 - Femenina
 - Masculina
- D. SUB 12 (2014 i 2013)

- Femenina
- Masculina
- E. SUB 14 (2012 i 2011)
- Femenina
- Masculina
- F. SUB 17 (2010, 2009 i 2008)
- Femenina
- Masculina

CRONOMETRATGE NOVOTIMING / SPORTMANIACS

Els resultats es podran consultar l'endemà de la cursa al següent enllaç:

<https://sportmaniacs.com/ca/results>

MATERIAL OBLIGATORI

- En cas de meteorologia FAVORABLE no hi haurà material obligatori
- Porta el teu got de casa per la xocolatada final

EL TEMPS

- Consultar dia abans el temps al municipi de Barcelona. <http://www.meteo.cat>
- Adequar indumentària en base a la climatologia.
- En previsió de meteorologia **FAVORABLE** no hi haurà material obligatori
- L'organització es reserva el dret de modificar el punt anterior i activar el material extra de seguretat en cas de meteorologia **DESFAVORABLE**

PREGUNTES FREQUENTS

On puc trobar el tracks definitius?

<https://collserola.cec.cat/festa-raions/>

Hi ha servei de guarda-ropia?

Si, puc deixar la bossa a l'espai habilitat de l'Escola **Galí Bellesguard**.

Es realitzaran activitats paral·leles a les Curses de Raions?

Si, hi haurà recorregut d'orientació, inflables i diferents jocs a l'Escola per a joves i infants durant tot el matí. Joves i infants seran els protagonistes.

Hi haurà llebres i escombres?

Si, en especial a les categories inferiors per garantir la seguretat durant la totalitat del recorregut. Tot i així, els recorreguts estaran senyalitzats amb voluntaris i membres de l'organització a les cruïlles i llocs conflictius

Hi ha menjar i pica pica a l'arribada?

Si, hi haurà esmorzar per tots els participants a la Festa del Trail. Porta el teu

got, pensa en el medi ambient, hi haurà xocolatada amb coca.

Pot recollir el dorsal i la bossa del corredor una altra persona?

Si, però caldrà acreditació en forma d'autorització i còpia del DNI

Hi ha places de pàrquing gratuïtes a la zona?

No. Accedeix a l'apartat com arribar per a més informació.

Si no puc venir a l'esdeveniment, es retornen els diners?

No. El reglament marca un dia límit pel canvi de nom. No es retornen els diners.

És la Cursa CEC Collserola un esdeveniment solidari?

Si, l'esdeveniment és solidari amb LA MARATÓ DE TV3, que coincideix el mateix dia. Podeu efectuar donacions a l'hora de formalitzar la inscripció