

---

# CURSA VALL DE SÓLLER

---

**7 DE MAIG DE 2023**



# CURSA VALL DE SÓLLER

# 27 KM



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# EL RECORREGUT

**PLAÇA DE SÓLLER ▶ BINIARAIX ▶ BARRANC DE BINIARAIX  
▶ CAMÍ VELL DE CÚBER ▶ GORG DE CAN CATÍ ▶ BARRANC DE  
BINIARAIX ▶ SALT DELS CANS ▶ PISTA FORESTAL DE L'OFRE  
▶ COLL DE L'OFRE ▶ COLL DEN POMA ▶ PUIG DE L'OFRE  
▶ COLL DELS CARDS ▶ PISTA FORESTAL DE L'OFRE  
▶ BINIMORAT ▶ VOLTA A L'EMBASSAMENT DE CÚBER ▶  
BINIMORAT ▶ GR 221 ▶ COLL DE L'OFRE ▶ SALT DELS CANS  
▶ BARRANC DE BINIARAIX ▶ BINIARAIX ▶ PLAÇA DE SÓLLER**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# AVITUALLAMENTS

▶ <b>GORG DE CAN CATÍ</b>	<b>KM 4'7</b>	<b>LÍQUID</b>
▶ <b>COLL DE L'OFRE 1</b>	<b>KM 7'6</b>	<b>LÍQUID I SÒLID</b>
▶ <b>CÚBER</b>	<b>KM 15'2</b>	<b>LÍQUID I SÒLID</b>
▶ <b>COLL DE L'OFRE 2</b>	<b>KM 19'5</b>	<b>LÍQUID I SÒLID</b>
▶ <b>CAN SILLES</b>	<b>KM 22'7</b>	<b>LÍQUID</b>
▶ <b>ARRIBADA</b>	<b>KM 27</b>	<b>LÍQUID I SÒLID</b>



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# TEMPS LÍMIT DE PAS

▶ <b>COLL DE L'OFRE 1</b>	<b>1:45 DES DE L'INICI DE LA CURSA</b>
▶ <b>CÚBER</b>	<b>3:15 DES DE L'INICI DE LA CURSA</b>
▶ <b>COLL DE L'OFRE 2</b>	<b>4:00 DES DE L'INICI DE LA CURSA</b>
▶ <b>ARRIBADA</b>	<b>5:30 DES DE L'INICI DE LA CURSA</b>



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# CATEGORIES

▶ <b>PROMESA MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>21 A 23 ANYS</b>
▶ <b>SÈNIOR MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>24 A 39 ANYS</b>
▶ <b>VETERANS A MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>40 A 49 ANYS</b>
▶ <b>VETERANS B MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>50 A 54 ANYS</b>
▶ <b>MÀSTER 55 MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>55 A 59 ANYS</b>
▶ <b>VETERANS C MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>A PARTIR DE 60 ANYS</b>



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# PROGRAMA

▶ <b>7:00 A 8:15</b>	<b>LLIURAMENT DE DORSALS</b>
▶ <b>8:15</b>	<b>CAMBRA DE SORTIDA</b>
▶ <b>8:30</b>	<b>SORTIDA DE LA CURSA</b>
▶ <b>13:00</b>	<b>LLIURAMENT DE PREMIS</b>
▶ <b>14:00</b>	<b>HORA LÍMIT FINALITZACIÓ DE LA CURSA</b>



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# MATERIAL OBLIGATORI

- ▶ **TASSÓ O RECIPIENT PER BEURE ALS AVITUALLAMENTS (NO ES FACILITARAN TASSONS)**
- ▶ **MATERIAL SUPLEMENTARI MARCAT AMB EL NÚMERO DE DORSAL**
- ▶ **MANTA TÈRMICA**
- ▶ **XIP**
- ▶ **DORSAL, COL.LOCAT A LA PART FRONTAL I VISIBLE DURANT TOTA LA PROVA**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller





# CURSA MINI VALL DE SÓLLER

# 9 KM



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# EL RECORREGUT

**PLAÇA DE SÓLLER ▶ BINIARAIX ▶ BARRANC DE BINIARAIX  
▶ CAMÍ VELL DE CÚBER ▶ GORG DE CAN CATÍ ▶ BARRANC  
DE BINIARAIX ▶ BINIARAIX ▶ PLAÇA DE SÓLLER**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# AVITUALLAMENTS

▶ **GORG DE CAN CATÍ**

**KM 4'7**

**LÍQUID**

▶ **ARRIBADA**

**KM 9**

**LÍQUID I SÒLID**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# CATEGORIES

▶ <b>CADET MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>15 A 16 ANYS</b>
▶ <b>JUVENIL MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>17 A 18 ANYS</b>
▶ <b>JÚNIOR MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>19 A 20 ANYS</b>
▶ <b>SÈNIOR MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>21 A 39 ANYS</b>
▶ <b>VETERANS A MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>40 A 49 ANYS</b>
▶ <b>VETERANS B MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>50 A 59 ANYS</b>
▶ <b>VETERANS C MASCULÍ I FEMENÍ</b>	<b>A PARTIR DE 60 ANYS</b>



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# PROGRAMA

▶ **7:00 A 8:30**

**LLIURAMENT DE DORSALS**

▶ **8:45**

**CAMBRA DE SORTIDA**

▶ **9:00**

**SORTIDA DE LA CURSA**

▶ **12:00**

**LLIURAMENT DE PREMIS**

▶ **12:00**

**HORA LÍMIT FINALITZACIÓ DE LA CURSA**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# MATERIAL OBLIGATORI

- ▶ **TASSÓ O RECIPIENT PER BEURE ALS AVITUALLAMENTS (NO ES FACILITARAN TASSONS)**
- ▶ **MATERIAL SUPLEMENTARI MARCAT AMB EL NÚMERO DE DORSAL**
- ▶ **XIP**
- ▶ **DORSAL, COL.LOCAT A LA PART FRONTAL I VISIBLE DURANT TOTA LA PROVA**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# PER A LES DUES CURSES

- ▶ **ELS PARTICIPANTS QUE EMPRIN BASTONS ELS HAN DE PORTAR AMB ELLS DURANT TOTA LA CURSA. A MÉS, HAURAN DE DUR LES PUNTES PROTEGIDES AMB TAPS, I DUR AMB ELLS UN JOC DE TAPS DE RECANVI.**
- ▶ **NO ESTÀ PERMESA LA PARTICIPACIÓ A LA CURSA AMB CALÇAT MINIMALISTA O ALTERNATIU.**
- ▶ **NO ESTÀ PERMÈS COMPETIR AMB AURICULARS.**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# PARTICIPANTS MENORS

► **TOTS ELS MENORS D'EDAT HAURAN DE PRESENTAR UNA AUTORITZACIÓ SIGNADA PEL SEU PARE, MARE O TUTOR LEGAL EN EL MOMENT DE RECOLLIR EL DORSAL.**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller





# SENYALITZACIÓ

- ▶ **LA CURSA ESTARÀ MARCADA AMB CINTA DE COLOR VERMELL I BLANC, I CARTELLS INFORMATIUS A LES CRUÏLLES I PUNTS IMPORTANTS.**
- ▶ **NO SORTIU DEL CAMÍ EN CAP MOMENT I SEGUIU LES INDICACIONS DEL PERSONAL DE SUPORT QUE TROBAREU DURANT EL RECORREGUT.**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# GUARDA-ROBA

► DURANT EL DESENVOLUPAMENT DE LA CURSA PODREU DIPOSITAR LA VOSTRA ROBA PER CANVIAR-VOS AL GUARDA-ROBA QUE TROBAREU A LA PLAÇA DE SÓLLER.



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# ATENCIÓ TRAM URBÀ!!!

- ▶ **EL TRAM URBÀ COMPRÈS ENTRE BINIARAIX I SÓLLER ROMANDRÀ OBERT AL TRÀNSIT, QUE SERÀ REGULAT PER AGENTS DE LA POLICIA LOCAL, VOLUNTARIS DE PROTECCIÓ CIVIL I PERSONAL DE LA CURSA.**
- ▶ **ELS PARTICIPANTS HAURAN D'EXTREMAR LES PRECAUCIONS I RESPECTAR EL CODI DE CIRCULACIÓ VIAL EN AQUESTES ZONES D'ÚS COMPARTIT AMB VEHICLES A MOTOR.**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# MEDI AMBIENT

- ▶ **NO LIANCEU RESIDUS DURANT LA CURSA. GUARDAU-LOS A SOBRE I DIPOSITAU-LOS ALS PUNTS D'ABOCAMENT SITUATS ALS AVITUALLAMENTS.**
- ▶ **EN ELS AVITUALLAMENTS NO TROBAREU TASSONS. TOTS ELS PARTICIPANTS ESTAU OBLIGATS A PORTAR EL VOSTRE A SOBRE PER PODER CONSUMIR AIGUA O ISOTÒNIC.**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# MEDI AMBIENT

- ▶ **LA CURSA ES DESENVOLUPA PER UN LLOC D'ALT VALOR AMBIENTAL COM ÉS EL PARATGE NATURAL DE LA SERRA DE TRAMUNTANA. US DEMANAM QUE SIGUEU RESPECTUOSOS AMB L'ENTORN.**
- ▶ **RECORDAU QUE ESTAM EN ÈPOCA DE RISC D'INCENDI FORESTAL. NO ESTÀ PERMÈS QUE NI PARTICIPANTS NI ESPECTADORS FUMIN O EFECTUIN CAP ACTIVITAT LIGADA A L'ÚS DEL FOC O QUE PUGUI SUPOSAR UN RISC D'INCENDI.**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# MEDI AMBIENT

- ▶ **EL TRAM COMPRÈS ENTRE EL COLL DEN POMA I EL COLL DELS CARDS PRESENTA UN AVANÇAT PROCÉS EROSIU. US DEMANAM QUE NO US SORTIU DEL CAMÍ.**
- ▶ **AQUESTA ÀREA, I TAMBÉ LES PROXIMITATS DE L'EMBASSAMENT DE CÚBER, ÉS UNA ZONA DE NIDIFICACIÓ DE PASSERIFORMES. US DEMANAM QUE MINIMITZEU LA GENERACIÓ DE RENOU.**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# SERVEIS PER ALS CORREDORS

- ▶ **CADA PARTICIPANT REBRÀ UN REGAL COMMEMORATIU I DIVERSOS OBSEQUIS AMB LA BOSSA DEL CORREDOR QUE REBRÀ EN RECOLLIR EL DORSAL.**
- ▶ **L'ORGANITZACIÓ LLIURARÀ UNA MEDALLA FINISHER A TOTS ELS PARTICIPANTS QUE COMPLETIN LES CURSES.**
- ▶ **ELS TRES PRIMERS CLASSIFICATS ABSOLUTS DE CADA CURSA, AIXÍ COM ELS TRES PRIMERS DE CADA CATEGORIA REBRAN UN TROFEU.**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# REGLAMENT

► **AQUESTA PROVA ES REGEIX PEL REGLAMENT DE LA COPA BALEAR DE CURSES PER MUNTANYA 2023**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller





# ORGANITZA



**cmes**

Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



**cmes**

Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# AMB LA COL.LABORACIÓ DE:

**CAN  
RUN**  
THERUNNINGSHOP

**OLIVER**  
VENTA DE MATERIALES DE CONSTRUCCION,  
CONTENEDORES Y TRANSPORTES  
MATERIAL, AGUA, BIOMASA.

C.I.F. B57219636

Oficina y Exposición  
C/Rectoría, 16 - 07100 Sóller

TEL: 971631122  
Avda. de Sóller 42 - 07193 Palmayola  
Mòviles: 608099253 / 669373898

olivermorell@yahoo.es



**BASTIMENTS DE SÓLLER S.L.**  
636 613 009  
bastimentsdesoller@gmail.com



**tribe**  
Run. Train. Live.

**agromart**

**palmafruit**

**CONTRATAS | SÓLLER**  
CONSTRUCCIONS | PROMOCIONS



**Gelat Sóller**  
SA FABRICA DE GELATS  
19 94

**can  
TAMBORA**  
des de 1845

**1912**  
**FERROCARRIL  
DE SÓLLER**

**CITROËN**  
SÓLLER



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# AMB LA COL.LABORACIÓ DE:



GRUPO **GAMMA**  
Transarbona

**AIP**  
DRIVING EXPERIENCE

ES SABATER  
Mestre Artesà  
desde 1908

**BdB** SULAR  
TIENDAS DE MATERIALES

**OTSO**  
THINK SPORT



COOPERATIVA  
AGRÍCOLA DE SÓLLER  
Sant Bartomeu

estel nou  
A S A N I D E S O

**CAN LLUÍS**  
BAR-RESTAURANT

**Quely**

ElGuía  
HOTEL | RESTAURANTE



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# AMB LA COL.LABORACIÓ DE:



Ajuntament de Sóller  
Regidoria d'Esports



cmes  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



# A BENEFICI DE



**Associació Asperger  
de Balears**

**TEA**



**cmes**  
Club de Muntanya i  
Escalada Sóller



**MOLTES GRÀCIES I  
MOLTA SORT A TOTS  
ELS PARTICIPANTS**

