

Organització

Unió Excursionista de Sant Joan de les Abadesses.

Direcció: C/ Jussà, 4. 17860 Sant Joan de les Abadesses. Girona.

Web de la organització: www.uesantjoan.cat

E-mail: taga2040@uesantjoan.cat

Data: 15 de setembre de 2019

Hora: 9:00h (per tots els recorreguts i categories)

Zona de sortida/arribada: Passeig Comte Guifré de Sant Joan de les Abadesses.

Característiques dels recorreguts:

Coll d'Art

9 Km

Can Camps

15 Km

Absolut

28 Km

Distància(Km)

9.74 Km

14.7 Km

27,65 Km

Desnivell positiu acum. (m)

500 m

823 m

2.000 m

Desnivell negatiu acum. (m)

500 m

823 m

2.000 m

Desnivell total acumulat (m)

1.000 m

1.646 m

4.000 m

Altura màxima (m)

1.153 m

1.250 m

2.040 m

Punt més alt

Collet de Can Marxan

Coll de Can Camps

Taga

Altura mínima (m)

773 m

773 m

773 m

Percentatge asfalt

15%

15%

8%

Percentatge pista terra

22%

15%

10%

Percentatge corriol i camp a través

63%

70%

82%

Núm avituallaments líquids

1

2

6

Núm avituallaments sòlids

1

1

4

Temps del guanyador absolut masculí edició 2017: **2:46:13**

Temps del guanyador absolut masculí edició 2018: **2:48:28**

Temps de la guanyadora absoluta femenina edició 2017: **3:37:12**

Temps de la guanyadora absoluta femenina edició 2017: **3:26:57**

Itinerari senyalitzat amb cintes de color vermell.
Informació de la distància cada 1.000 m.

Horaris

Lliurament de dorsals: dissabte 14/09 de 17:00 a 18:30 h i diumenge 15/09 de 7:30 a 8:30 h.
Reunió informativa: dissabte 14 de setembre a les 18:30 h a l'Edifici Palmàs.
Hora de sortida dels 3 recorreguts: 9:00 homes i dones.
Càmera de sortida i brífing: 8:30 dones i homes.
Temps màxim para completar la cursa: 5:45 hores.
Tancament de pas Puig Estela: 2:15 hores de començar la cursa.
Tancament de pas Coll de Jou: 3:20 hores de començar la cursa.
Tancament de pas La Tuta: 4:20 hores de començar la cursa.
Tancament de la zona d'arribada: 5:45 hores de començar la cursa

Entrega de premis a la zona d'arribada.

Recorregut 9k i 15k: 12:00.
Recorregut absolut 28k: 13:30.

Itinerari

Absolut: Sant Joan de les Abadesses, Ruta del Ferro, Coll d'Art, Collada de Can Camps, Runes de Maús, Cabana dels Escalers, Puig Estela, Coma d'Olla, La Portella, Taga (2.040 metres), Sant Amand, Plans de Cal Pagot, Can Coll , Còdol, Collet del Vent, Sant Joan de les

Abadesses.

Can Camps: Sant Joan de les Abadesses, Ruta del Ferro, Coll d'Art, Collada de Can Camps, Can Coll , Còdol, Collet del Vent, Sant Joan de les Abadesses.

Reglament

La prova està sotmesa als reglaments del Circuit de Curses de Muntanya FEEC

[Descarregar Reglament \(PDF\)](#)

Categories

Masculines i Femenines:

Recorregut Absolut (28km):

Sub-23: Entre 21 a 23 anys

Sènior. Entre 24 a 39 anys.

Veterans. Entre 40 a 49 anys.

Màster. Entre 50 a 59 anys.

Màster 60. Més de 59 anys.

Recorregut Can Camps (15km):

Júnior: 18 a 20 anys.
Sènior. Entre 21 a 39 anys.
Veterans. Més de 39 anys.

Recorregut Coll d'Art (9km):

Cadet: 15 a 17 anys.
Júnior + Sènior. Entre 18 a 39 anys.
Veterans. Més de 39 anys.

Serveis

Servei de dutxes.
Servei de massatges.
Sorteig de premis.
Allotjament a l'alberg Ruta del Ferro de Sant Joan de les Abadesses (a càrrec dels participants, l'organització no gestiona ni garanteix places).

Seguretat

Controls a totes les zones conflictives del recorregut comunicats amb la direcció de carrera mitjançant mòbil o emissora de radio.
Dues ambulàncies, una d'elles medicalitzada.
Assistència de Protecció Civil, Policia Local i dels Bombers de la Generalitat.
Circuit de seguretat en cas de condicions meteorològiques adverses.