

Dorsals:

Recollida

Al "Centre Cívic de Prades": <https://maps.app.goo.gl/Jq8fGJfcC6GrUorp7>

Horaris

Divendres: 17:00h a 20:00h Retirada de dorsals 100k, 50k, 25k

Dissabte: 5:00h a 5:30h Retirada de dorsals 100k 5:00h a 5:45h
5:00h a 5:45h Dipòsit de boses de vida 100K
7:00h a 8:00h Entrega dorsals 50k
16:00h a 19:00h Entrega dorsals 25k, promeses i genuine

Diumenge: 8:00h a 9:30h Entrega de dorsals 25k, promeses i genuine

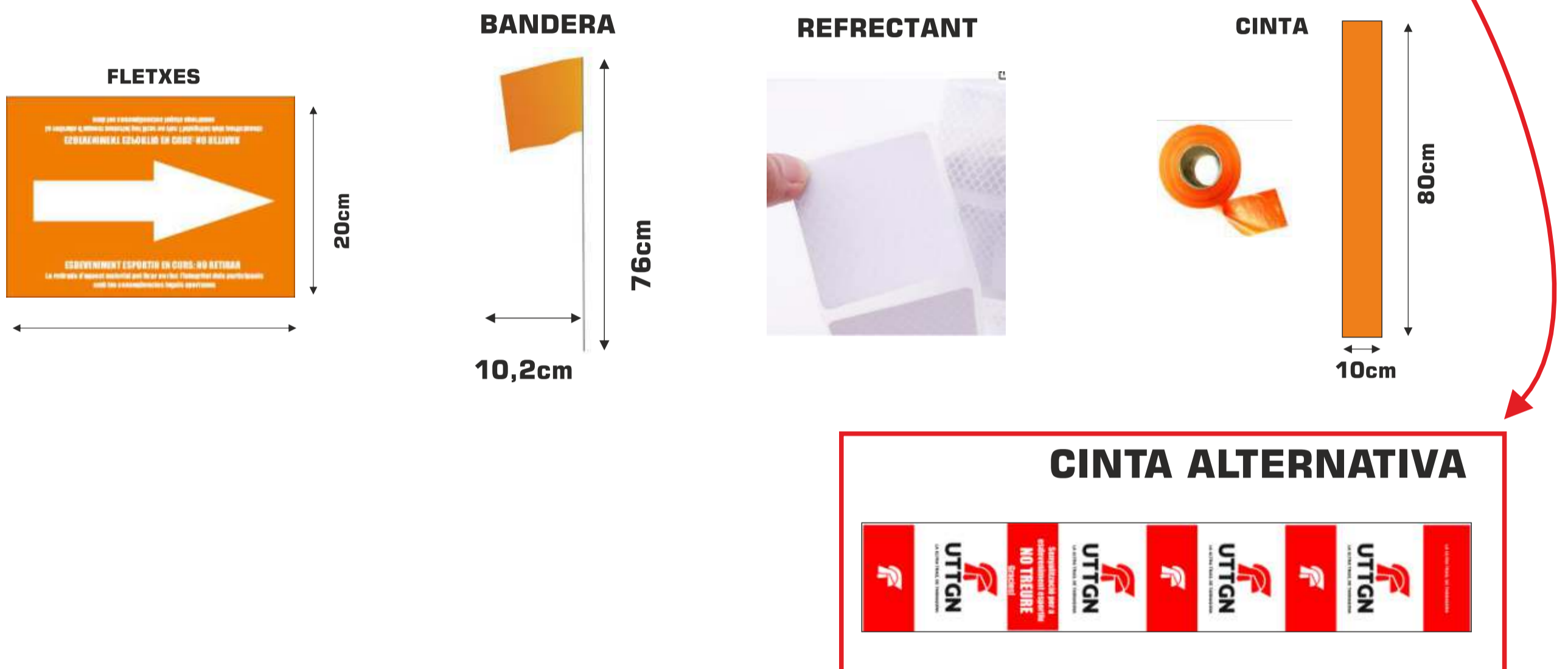


Obligatori:

- DNI o passaport + fotocòpia tarjeta federativa o assegurança privada (en cas de no tenir contractada l'assegurança de la organització)
- Retirar dorsal de otro corredor: fotocopia del DNI o passaport + fotocòpia tarjeta federativa o assegurança privada (en cas de no tenir contractada l'assegurança de la organització)

MATERIAL DE MARCATGE

El material es de color taronja majoritariament. En cas que el material fos diferent, trobareu cintes de la [@uttng](https://www.instagram.com/uttng)



Climatologia <https://www.meteoprades.net/>

No s'espera pluja durant tot el cap de setmana.

Les temperatures previstes de divendres a diumenge oscil·len entre 7 i 17 graus Celsius.

El diumenge es preveuen ratxes de vent de 30 a 100 km/h, el que pot fer disminuir la sensació tèrmica.



TRACKS DEFINITIVOS

Us adjuntem un link on podreu descarregar-vos els tracks definitius. Hem reajustat alguns punts i modificat mínimament el recorregut per la seguretat de tots. Els canvis no afecten en la distància ni el desnivell ja que són molt mínims

<https://www.muntanyesdepradesepictrail.com/tracks-definitius>

ES MOLT IMPORTANT TENIR EL TRACK CARREGAT AL RELLOTGE O TELÈFON. PER MOTIUS EXTERNS A L'ORGANITZACIÓ PODRIA HAVER TRAMS AMB FALTA DE BALIÇAMENT

PUNTS AMB RISC DURANT EL RECOOREGUT

MUNTANYES DE PRADES 100K:

KM 28,5: Abans de l'Av3 Montblanc. Pas exposat de pedra a pedra.

KM 47,5: Els Cogullons (Farena). Pas exposat.

KM 85,1: Grau de VinCabrè. Plaques de pedra rrelliscoses.

KM 97,8: Mirador de la Guàrdia. Precipici al costat esquerre.

Entre el KM 98,5 i el 99: Camí molt pronunciat en mal estat a causa del pas dels senglars.

PUIG DE GALLICANT 50K:

KM 43,2: Grau de VinCabrè. Plaques de pedra rrelliscoses.

KM 56,2: Mirador de la Guàrdia. Precipici al costat esquerre.

Entre el KM 56,7 i el 57: Camí molt pronunciat en mal estat a causa del pas dels senglars.

ERMITA DE L'ABELLERA 25K:

De KM 2,9 a 3,3: Ermita de l'Abellera. Baixada molt pronunciada.

CRONOMETRATGE I APP DE SEGUIMENT

Es obligatori passar pel punt de cronometratge a cada avituallament o punt de control.

Per al seguiment de la carrera es pot fer desde l'app RUN LIVE 13/5

https://play.google.com/store/apps/details?id=com.sportmaniac_live_app_android.run_live_13_5&pcampaignid=web_share

<https://apps.apple.com/es/app/run-live-13-5/id1544096633>

ABANDONAMENTS

Revisad bien la guia del corredor

Protocol d'abandonaments:

No està permès abandonar fora d'una zona d'avituellament, excepte si el corredor està ferit. Un cop a la zona d'avituellament, el corredor haurà d'informar al personal de l'avituellament de la seva decisió d'abandonar la cursa. El número de cursa serà invalidat i s'identificarà com a abandonat. Pel que fa a l'evacuació, si us plau, tingueu en compte el següent:

Si el corredor abandonat opta per tornar pel seu propis mitjans (per exemple, amics que el vinguin a buscar), encara haurà d'informar l'organització del seu abandonament. En cas contrari, l'organització el pot considerar com a perdut i activar l'alarma de rescat.

El corredor ha d'esperar a la zona d'avituellament fins que aquesta tanqui per tornar amb els mitjans disponibles del personal de l'avituellament.

CONSELL: Quan us trobeu a una zona d'avituellament, avalueu amb cura les vostres forces i, sobretot, estimeu la distància fins a la propera zona d'avituellament abans de continuar i no us aventureu si no teniu confiança que podreu arribar-hi.

Telèfon CECOC (CENTRE DE CONTROL DE LA CARRERA): +34 676 67 23 21. (DISPONIBLE TAMBÈ AL DORSAL)

MATERIAL OBLIGATORI

El material obligatori serà el indicat en la guia del corredor i no ha patit variació excepte:

En la distancia 25K (degut a la previsió de vent) serà obligatori: Tallavents

