



24 DE MAIG DE 2026

BRIEFING

BRIEFING

1. ENTREGA DE DORSALS I BOSSA DEL CORREDOR
2. HORARIS DE SORTIDA DE LES CURSES
3. APARCAMENT
4. CRONOMETRATGE
5. PERFIL I AVITUALLAMENTS EXPRESS 13K
6. PERFIL I AVITUALLAMENTS TRAIL 21K
7. SERVEI DE GUARDA-ROBA, DUTXES I WC
8. METEOROLOGIA
9. MATERIAL OBLIGATORI
10. RECOMANACIONS I SEGURETAT

1. ENTREGA DE DORSALS I BOSSA DEL CORREDOR

La recollida de dorsals es realitzarà al local del Club Esportiu Santvi situat al Parc Che Guevara de Sant Vicenç dels Horts els dies:

- Divendres 22/05/2026 de 17h a 21h
- Dissabte 23/05/2026 de 10 a 14h i de 17h a 21h
- Diumenge 24/05/2026 de 8:15h a 9:45h

Es prega als corredors/es fer la recollida dels dorsals preferentment els dies previs a la cursa per facilitar a l'organització la gestió de la cursa. Cal presentar el DNI i, si es té, la llicència federativa FCA/RFEA.

Si reculls el dorsal per una altra persona caldrà una autorització signada i foto del DNI i llicència FCA/RFEA si estàs federat/da.

2. HORARIS DE SORTIDA DE LES CURSES

Horaris sortida:

TRAIL 21K: 10:00h

EXPRESS 13K: 10:30h

Lloc de sortida i arribada: Parc Che Guevara de Sant Vicenç dels Horts

4. CRONOMETRATGE

El control de la cursa es farà mitjançant cronometratge xip de Championchip. **La utilització del xip serà obligatòria per a tots els participants.**

Els propietaris de xip groc l'hauran de portar degudament col·locat a la sabatilla, la resta el portaran incorporat al dorsal.



5. PERFIL I AVITUALLAMENTS EXPRESS 13K

💧 **Km 4 - Can Pi (LÍQUID)**

💧 🍌 **Km 6'5 - Rocabruna**

💧 🍌 **Km 8'5 - Rocabruna**

🏁 **Meta:** Entrepà de botifarra, donuts i l'avituellament final per recuperar-te com cal.

⚠️ Davant la previsió d'altres temperatures, serà **OBLIGATORI** prendre la sortida amb un sistema d'hidratació propi (bidó o motxilla) amb un mínim de **500ml d'aigua o isotònic**. Tot i que tenim el primer avituellament al km 4, no es podrà sortir amb les mans buides. La vostra seguretat és el primer!



6. PERFIL I AVITUALLAMENTS TRAIL 21K

💧 **Km 4 - Can Pi (LÍQUID)**

💧 🍌 **Km 6'5 - Rocabruna**

💧 🍌 **Km 11'5 - Can Riera**

💧 **Km 13'5 - Can Ràfols: NOU** Avituallament exclusivament **LÍQUID** per combatre la calor.

💧 🍌 **Km 16'5 - Rocabruna**

🏁 **Meta:** Entrepà de botifarra, donuts i l'avituallament final per recuperar-te com cal.

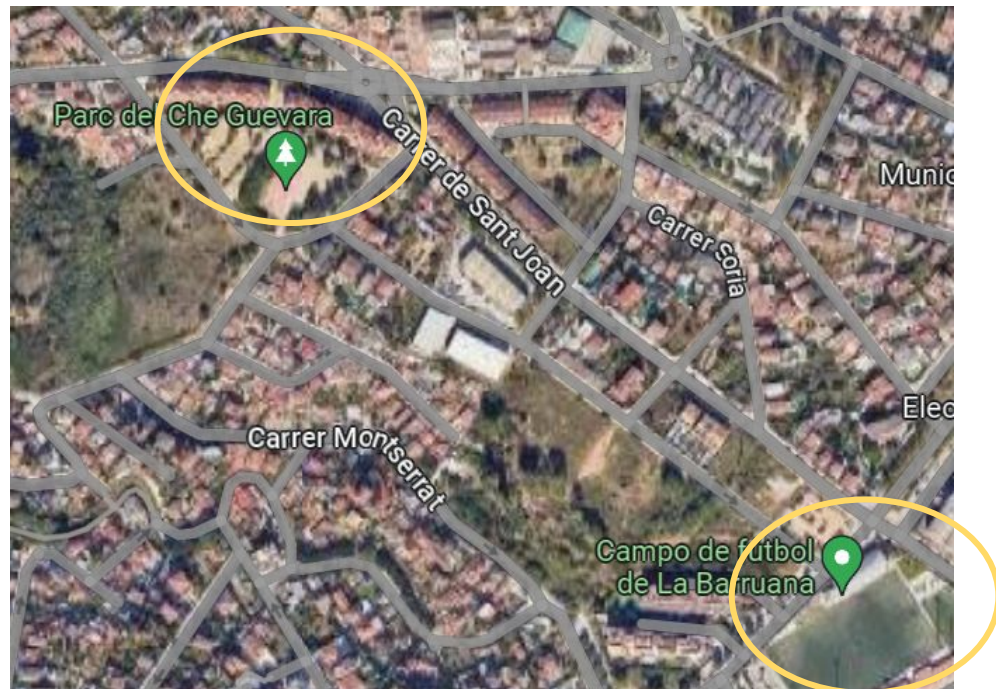
⚠️ Davant la previsió d'altres temperatures, serà **OBLIGATORI** prendre la sortida amb un sistema d'hidratació propi (bidó o motxilla) amb un mínim de **500ml d'aigua o isotònic**. Tot i que tenim el primer avituallament al km 4, no es podrà sortir amb les mans buides. La vostra seguretat és el primer!



7. SERVEI DE GUARDA-ROBA, DUTXES I WC

Hi haurà servei de:

- Guarda-roba i WC a la sortida/meta.
- Dutxes al Camp de Futbol de La Barruana, ubicat a uns 500 metres d'on es celebra la cursa.



8. METEOROLOGIA

Predicció meteorològica per diumenge:



28

°C | °F

Precipitació: 5%

Humitat: 38%

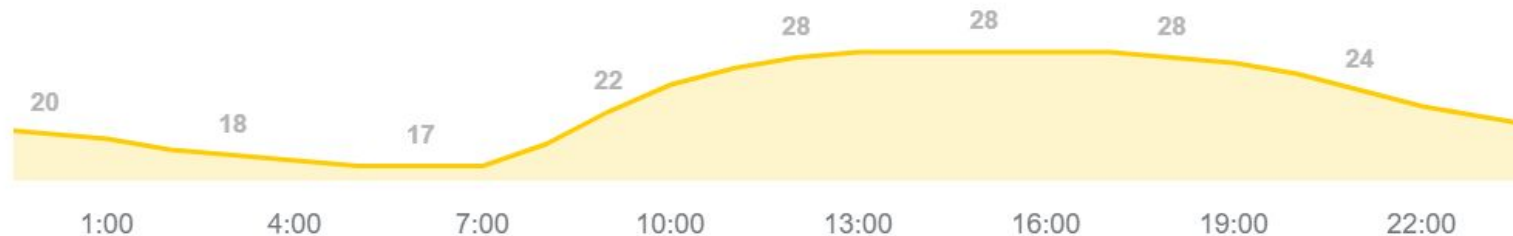
Vent: 11 km/h

Temps
diumenge
Parcialment assolellat

Temperatura

Precipitacions

Vent



9. MATERIAL OBLIGATORI

- **Sistema d'hidratació (mínim 500ml):** Davant la previsió d'altres temperatures, serà **OBLIGATORI** prendre la sortida amb un sistema d'hidratació propi (bidó o motxilla) amb un mínim de **500ml d'aigua o isotònic**. Tot i que tenim el primer avituallament al km 4, no es podrà sortir amb les mans buides. La vostra seguretat és el primer!
- **Got propi:** Recordeu que **no es donaran gots de plàstic** als avituallaments. Per poder beure, cal portar el propi got o fer servir el bidó. A la muntanya no deixem rastre!
- **Dorsal visible i xip:** Porteu el dorsal a la part davantera i ben visible. No oblideu el vostre **xip groc** si el teniu en propietat.

10. RECOMANACIONS I SEGURETAT

- **Gestió de la calor:** La previsió és de temperatures altes. Recomanem encaridament l'ús de **gorra, ulleres de sol i crema solar**. Aproveiteu el nou avituallament líquid de Can Ràfols (km 13,5) per refrescar-vos.
- **Estudi de la ruta:** Repasseu el perfil i la ubicació dels avituallaments abans de començar per gestionar bé l'aigua i les forces. **Hi ha trams de baixada tècnics on cal moderar la velocitat.**
- **Abandonaments:** Si un corredor ha d'abandonar, és obligatori comunicar-ho immediatament a l'organització en l'avituallament o punt de control més proper.
- **Telèfon d'emergència:** En cas d'accident o necessitat assistencial, trobareu el telèfon directe de l'organització imprès al mateix dorsal.
- **Civisme:** Respecteu l'entorn natural, seguiu estrictament els camins marcats i atureu-vos a ajudar qualsevol corredor que veieu en dificultats.

VISCA EL TRAIL!

