



MONTSANT  
ORIENTACIÓ  
TARRAGONA

# 2 DIES DE LES MUNTANYES DE PRADES

## COPA CATALANA D'ORIENTACIÓ A PEU '24

LOS CASTILLEJOS + ELS MOTLLATS

26  
+  
27  
OCT



# PRESENTACIÓ

Benvinguts i benvingudes,

El cap de setmana del **26 i 27 d'octubre** el Club Montsant organitza el trofeu dels 2 dies de les Muntanyes de Prades que inclou dos curses dins del calendari de Copa Catalana 2024 O-PEU d'orientació (FCOC).

Les curses es disputaran a la comarca del Baix Camp, en concret en el privilegiat Espai Natural Protegit de les Muntanyes de Prades.

En concret, el primer dia oferirem una cursa de **mitja distància** en l'entorn d'**Els Castillejos**, conegut per l'antic campament militar, al municipi d'Arbolí.

El segon dia estrenarem mapa nou al paratge d'**Els Motllats**, propers al conegut poble abandonat de La Mussara i la seva Serra, al municipi de Vilaplana, amb una cursa de **llarga distància**.

Per als qui no hagueu sentit a parlar de l'orientació, aquest és un esport que combina exercici físic amb exercici mental, juntament amb el gust per la natura. És ideal per a practicar amb família ja que no hi ha un límit màxim d'edat, hi participen nens des dels 3 anys, a l'anomenada categoria "Correxic", fins a gent de més de 60 anys. Cadascuna de les categories té un circuit adaptat a les condicions físiques de la seva edat i també tècniques segons el nivell del participant. L'objectiu de les curses d'orientació és passar per uns punts marcats en un mapa que es dóna a cada corredor, en el menor temps possible.

Totes les proves comptaran amb circuits d'iniciació per a gent no experimentada.

Així doncs, us convidem a participar en aquests espais tan emblemàtics!!!

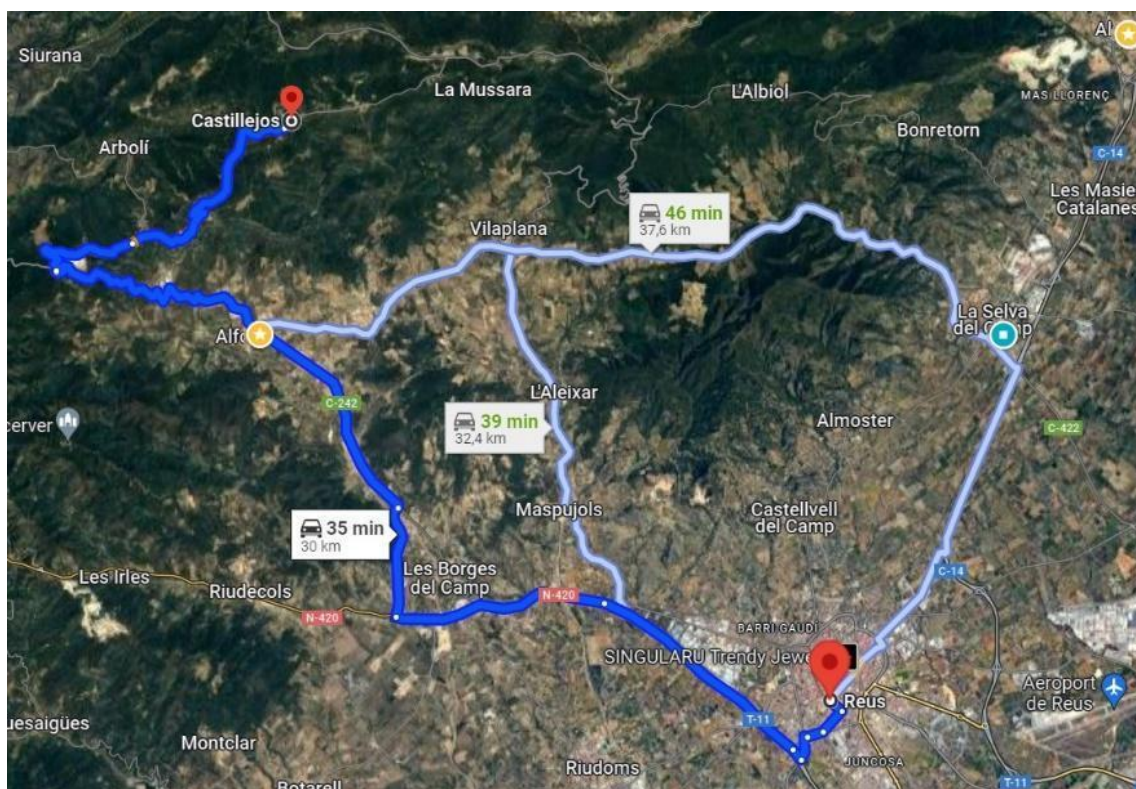
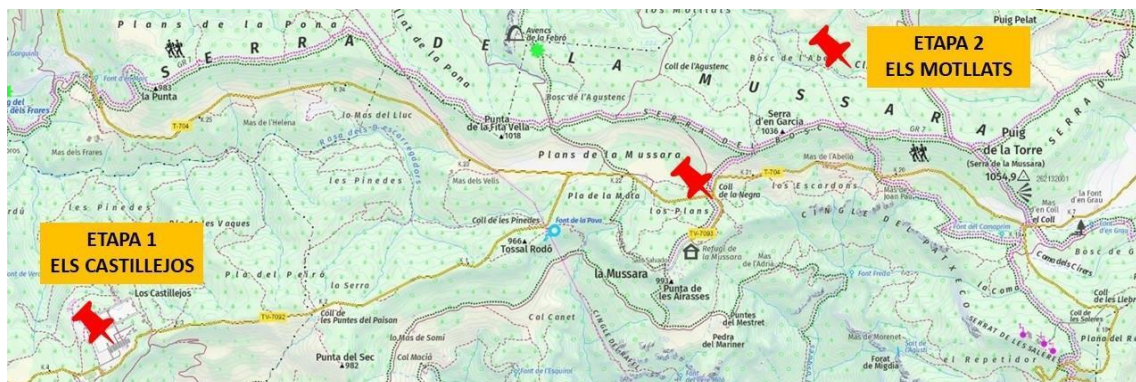
## PROGRAMA GENERAL

DATA	PROVA	MAPA	CARTÒGRAF
26/10/2024 Hora inici: 15:00	MITJA DISTÀNCIA	ELS CASTILLEJOS	EDU VIZCAYA
27/10/2024 Hora inici: 10:00	LLARGA DISTÀNCIA	ELS MOTLLATS	IVO HABÁN, LUDÉK KRITICKA, RADIM ONDRÁČEK

La classificació final del trofeu serà la suma dels punts de les dues proves disputades. Premis pels 3 millors de cada categoria.

# LOCALITZACIONS

PROVA	UBICACIÓ CURSA (Provisional)
MITJA DISTÀNCIA	<a href="https://maps.app.goo.gl/CfY4rkrXS1Rt9QQs9">https://maps.app.goo.gl/CfY4rkrXS1Rt9QQs9</a>
LLARGA DISTÀNCIA	<a href="https://maps.app.goo.gl/AokpJPKBfQjc8Yoi6">https://maps.app.goo.gl/AokpJPKBfQjc8Yoi6</a>



PROVA	APARCAMENT	CENTRE DE COMPETICIÓ
MITJA DISTÀNCIA	EN BREU	EN BREU
LLARGA DISTÀNCIA	EN BREU	EN BREU

## PROGRAMA DETALLAT

### DISSABTE, 26/10/2024

13:00	Obertura del centre de competició
15:00	Inici de sortides
16:00 a 17:00	Correixic
18:30	Tancament de meta

### DIUMENGE, 27/10/2024 !!! ATENCIÓ: CANVI A HORA D'HIVERN

09:00	Obertura del centre de competició
10:00	Inici de sortides
12:00 a 13:00	Correixic
13:30	Tancament de meta
14:00	Lliurament de premis del Trofeu (producte autòcton)

## DORSALS I SISTEMA DE CRONOMETRATGE

No hi haurà dorsals.

Sistema de cronometratge SPORTident, amb el sistema Air+ activat.

**Si un corredor es retira, sigui quin sigui el motiu, cal obligatòriament dirigir-se a meta i descarregar la targeta SPORTident.**

## JURAT TÈCNIC

### JURAT TÈCNIC (2DMP)

CONTROLADOR/A	EN BREU
CORREDOR/ CATEGORIA ELIT	EN BREU
CORREDOR/A D'ALTRA CATEGORIA OFICIAL	EN BREU
REPRESENTANT DEL CLUB	JUDIT MATA

## RESULTATS

En breu

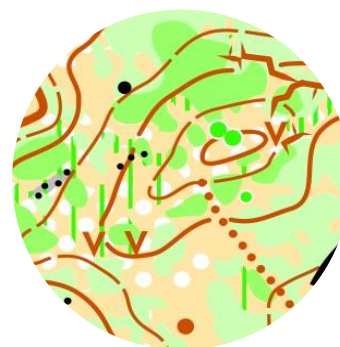
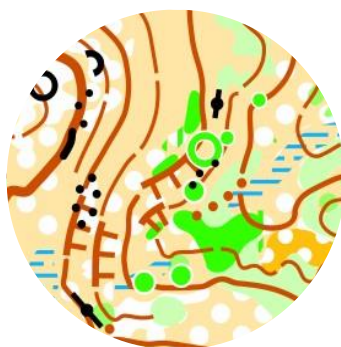
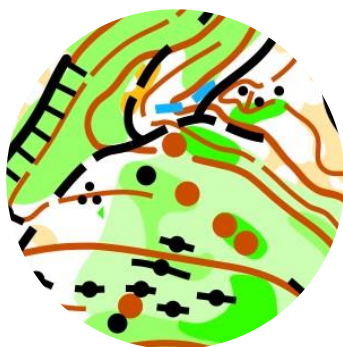
## EQUIP ORGANITZADOR

CAPS DE SECCIÓ	
DIRECCIÓ DE CURSA	GEMMA SOLÉ
SECRETARIA	ESTER BARTRA
CRONOMETRATGE	SEBAS ORDÓÑEZ / PAU COMERMA
TRAÇATS MITJA DISTÀNCIA	JUDIT MATA
TRAÇATS LLARGA DISTÀNCIA	JOAN BORRÀS
RESPONSABLE SORTIDES	JOSE LUIS ALVAREZ
RESPONSABLE ARRIBADES	LAURA ESCOLÀ
RESPONSABLES COL·LOCADORS	JUDIT MATA / JOAN BORRÀS
LOGÍSTICA GENERAL	PEP NOGUÉS
RESPONSABLE MATERIALS	TERESA BOLAÑO
GUARDERIA	ISA ALBA
APARCAMENT	FRANCESC RAVELL / MIQUEL ROVIRALTA

# INFORMACIÓ TÈCNICA

## ETAPA 1 MITJA DISTÀNCIA

MAPA /REGISTRE	LES PINEDES/CASTILLEJOS
ESCALA I EQUIDISTÀNCIA	1:10.000 / 5 m
TRAÇADOR	JUDIT MATA
DISTÀNCIA/TEMPS CC A PRESORTIDA	EN BREU
DISTÀNCIA/TEMPS CC A PRESORTIDA	EN BREU
HORA PRIMERA SORTIDA	15:00 H
SORTIDA -3' ÚNICA	SÍ
AVITUALLAMENT EN CURSA	NO
TEMPS MÀXIM EN CURSA	70 MINUTS
TANCAMENT DE META	18:00 H



**MAPA I TERRENY** (EN BREU)

**COMENTARIS DEL TRAÇADOR + FOTOS** (EN BREU)

**MAPA ANTIC** (EN BREU)

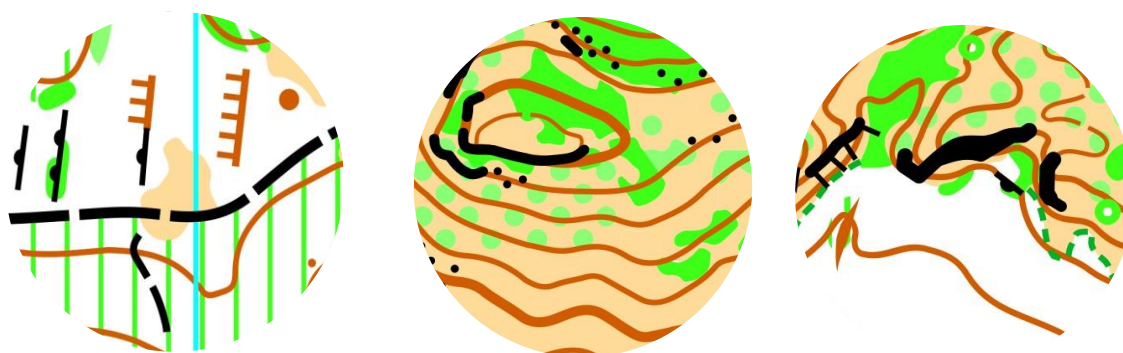
**DISTÀNCIES I DESNIVELLS** (EN BREU)

DISTÀNCIES I DESNIVELLS MITJA DISTÀNCIA					
CATEGORIA	DISTÀNCIA	DESNIVELL	CONTROLS	ESCALA	EQUIDISTÀNCIA
				1:10.000	5m
				1:10.000	5m
				1:10.000	5m
				1:10.000	5m
				1:10.000	5m
				1:10.000	5m

**CROQUIS CC A SORTIDA / ARRIBADA** (EN BREU)

## ETAPA 2 LLARGA DISTÀNCIA

MAPA /REGISTRE	ELS MOTLLATS
ESCALA I EQUIDISTÀNCIA	1:10.000 / 5 m
TRAÇADOR	JOAN BORRÀS
DISTÀNCIA/TEMPS CC A PRESORTIDA	EN BREU
DISTÀNCIA/TEMPS CC A PRESORTIDA	EN BREU
HORA PRIMERA SORTIDA	10:00 H
SORTIDA -3' ÚNICA	SÍ
AVITUALLAMENT EN CURSA	SÍ
TEMPS MÀXIM EN CURSA	210 MINUTS
TANCAMENT DE META	15:00 H



**MAPA I TERRENY** (EN BREU)

**COMENTARIS DEL TRAÇADOR + FOTOS** (EN BREU)

**DISTÀNCIES I DESNIVELLS** (EN BREU)

DISTÀNCIES I DESNIVELLS LLARGA DISTÀNCIA					
CATEGORIA	DISTÀNCIA	DESNIVELL	CONTROLS	ESCALA	EQUIDISTÀNCIA
				1:10.000	5m
				1:10.000	5m
				1:10.000	5m
				1:10.000	5m
				1:10.000	5m
				1:10.000	5m

**CROQUIS CC A SORTIDA / ARRIBADA** (EN BREU)

# INFORMACIÓ COMPLEMENTÀRIA

EN BREU

## CATEGORIES

La representació de totes les categories internacionals segons el Reglament 2024, es la següent:

Masculines: H21E, H12, H14, H16, H18, H20, H21, H35, H40, H45, H50, H55, H60, H65

Femenines: D21E, D12, D14, D16, D18, D20, D21, D35, D40, D45, D50, D55, D60, D65

CATEGORIES DE PROMOCIÓ (sense limitació d'any de naixement):

Circuit GROC senzill i per als petits,

Circuit TARONJA per als adults que comencen,

Circuit VERMELL per als adults ja iniciats.

Tant els adults com els nens trobaran un circuit a la seva mida per iniciar-se.

Per als menuts des de 3 anys hi haurà circuit CORREXIC

## NORMATIVA

[Normatives i reglaments FCOC 2024](#)

## INSCRIPCIONS

Les inscripcions i pagament es tramiten a partir de la pàgina web de la federació:

<https://orientacio.cat/participa/inscripcions/>

**DATA LÍMIT AMB DESCOMPTE: 18 d'octubre**

El mateix dia de la cursa únicament s'admetran noves inscripcions sense descompte, tant de les categories oficials com dels circuits d'iniciació, i sempre que hagin disponibilitat de mapes.

**IMPORTANT:** Totes les persones competidores hauran de tenir la llicència FCOC. Els participants FEDO han de pagar la llicència temporal perquè el sistema d'inscripcions no els reconeix. El dia de la cursa han de portar el carnet FEDO per a que se'ls retorni la llicència temporal. Els participants estrangers han de pagar obligatòriament la llicència temporal.

Incidències amb les inscripcions: [info@clubmontsant.cat](mailto:info@clubmontsant.cat)



LLICÈNCIA TEMPORAL	Asseg.	Quota federativa	TOTAL
ADULTS	1'23 €	5'77 €	7'00 €
MENORS DE 18 ANYS	1'23 €	0'27 €	1'50 €

Us animem a que us federeu a la FCOC. Preu llicència 1r any: 20€

INSCRIPCIONS PEU (Mitja i Llarga distància)	Lloguer Xip	Preu inscripció (no federat)	Descompte (federat)	Descompte (fins 18/10/24)
HD20, HD21A, HD21E, HD35, HD40, HD45, HD50, HD55, HD60, HD65	5'00€	26'00€	-7'00€	-5'00€
HD12, HD14, HD18, HD14B, HD16, HD16B, HD18	5'00€	13'50€	-1'50€	-5'00€
HD10	5'00€	12'50€	-1'50€	-5'00€
Circuit vermell (similar HD21B)	3'00€	26'00€	-7'00€	-5'00€
Circuit taronja (similar iniciació adult)	0'00€	21'00€	-7'00€	-5'00€
Circuit vermell (similar iniciació nens)	0'00€	12'50€	-1'50€	-5'00€

### SERVEIS AL CORREDOR

WC	AL CENTRE DE COMPETICIÓ
AMBULÀNCIA / SERVEI SANITARI	AL CENTRE DE COMPETICIÓ I EN CURSA
SECRETARIA	AL CENTRE DE COMPETICIÓ
AVITUALLAMENT	LÍQUID A L'ARRIBADA
TELÈFON D'EMERGÈNCIA EN CURSA	
CORREU CONTACTE CLUB	info@clubmontsant.cat
BROSSA I GUARDA ROBA A PRE-SORTIDA LLARGA DISTÀNCIA	SÍ
GUARDERIA	SÍ
CORREXIC	SÍ, ALS VOLTANTS DEL CENTRE DE COMPETICIÓ
PARADETA VENDA ARTICLES CLUB	SÍ

### ENTREGA DE PREMIS

A les 14:00 al Centre de Competició de la llarga distància

## APARCAMENT DE TURISMES, FURGONETES I AUTOCARAVANES

En breu

### COMPETICIÓ SOSTENIBLE

Gràcies a la iniciativa de la FCOC, creant aquesta comissió a l'any 2021, el Club Montsant opta per adherir-se i sumar esforços, juntament amb la resta de clubs catalans. La idea és organitzar curses i esdeveniments esportius sota el paraigua de la sostenibilitat. Ambdues curses seran un bon exemple.

#### Club Montsant Orientació i Sostenibilitat

Els àmbits d'actuació faran referència als 3 sectors de la sostenibilitat:

1. Sector ambiental
2. Sector social
3. Sector econòmic

Per la gestió ambiental sempre hem adoptat accions per tenir cura del nostre entorn. Aquestes es concreten en:

- Eliminar tots els plàstics d'un sol ús.
- Segregació dels residus.
- Eliminació i minimització de la contaminació acústica.
- Premis sostenibles.

El nostre compromís social té el punt de mira en temes com la salut, la seguretat, la igualtat i la inclusió. Aquestes es concreten en:

- Promoció de l'esport a tots els col·lectius (famílies, amics, gent amb necessitats educatives especials...)
- Utilitzar un llenguatge no sexista en les comunicacions del Club.
- Promoure una alimentació saludable: avituallament saludable.

Des de la vessant econòmica apostem per ser una entitat compromesa amb el territori i els seus agents. Donem prioritat a aquells que, com nosaltres, tenen un compromís darrere de sostenibilitat i de bones pràctiques. Ens basarem en:

- Fer aliances amb el sector turístic de l'esdeveniment esportiu: descomptes, promocions...
- Cerca de proveïdors d'equipament d'empreses de proximitat i sostenibles.

## ORGANITZADORS



## COL·LABORADORS

Ajuntaments de Vilaplana i Arbolí

Comptarem amb la presència del Celler Vilalta Pere de Vilanova de Prades que contribuirà en els premis. A més a més, la gent que vulgui podrà fer comanda dels seus vins naturals a través de la seva [pàgina web](#) i us els portaran el diumenge. Aquest dia muntaran una paradeta.



**Arbolí**  
*Baix Camp*

