



BRIEFING CxM GR221/222

9K-27K



DADES TÈCNIQUES 27K

- Distància: 27 km
- Desnivell: 940md+/815md-
- Hora de sortida: 18:00h
- Lloc de sortida: Pollença (Plaça de Ca les Monnares)
- Lloc d'arribada: Caimari, Plaça Major
- Temps màxim: 5 hores 30 minuts
- Avituallament: 4 + meta, líquid i sòlid

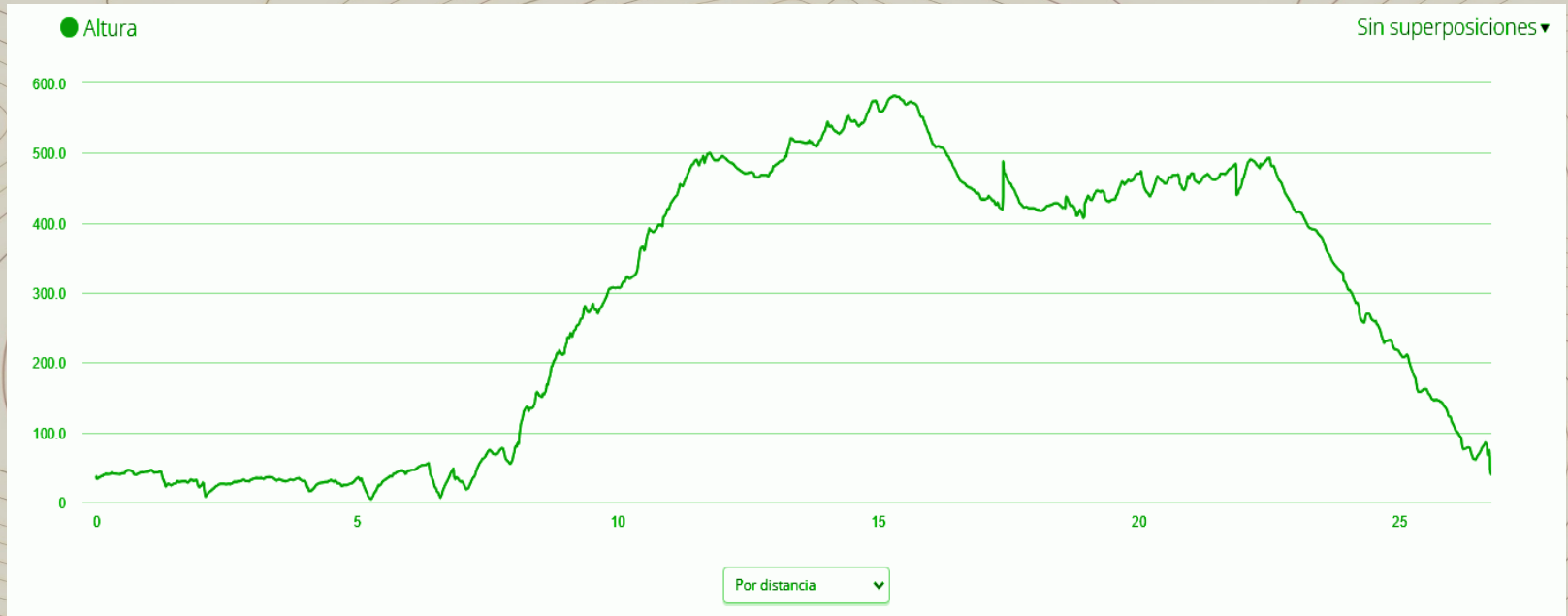


RECORREGUT 27K

- **Primer tram:** Pollença Plaça de Monnares - Refugi Pont Romà (0.7 km)- Pont romput (1.9 km)- Pi de Son Grua (5.7 km)- Font de Muntanya (11.0 km)- Font Negra (12.3 km)- Refugi de Binifaldó (13.1 km)- Coll des Pedregaret (13.9 km)- Porxo (14.6 km)- Coll Pelat (15.7 km)- Refugi Son Amer (17.6 km)-
- **Segon tram:** Escorca -Lluc- Font Coberta (18.7 km)- Coll de sa Batalla (20.3 km)- Es guix-Mirador des Salt de la bella Dona (21.7 km)Sa llangonissa - Avenc des Cans (23.0 km)- Mirador de ses Rotes (26.0 km)-Plaça Major de Caimari (26.9 km).



PERFIL 27K





DADES TÈCNIQUES 9K

- Distància: 9 km
- Desnivell: 218 md+/526md-
- Hora de sortida: 20:15h
- Lloc de sortida: Escorca (Lluc)
- Lloc d'arribada: Caimari, Plaça Major
- Temps màxim: 2 hores 30 minuts
- Avituallament: 1+Meta (líquid i sòlid)

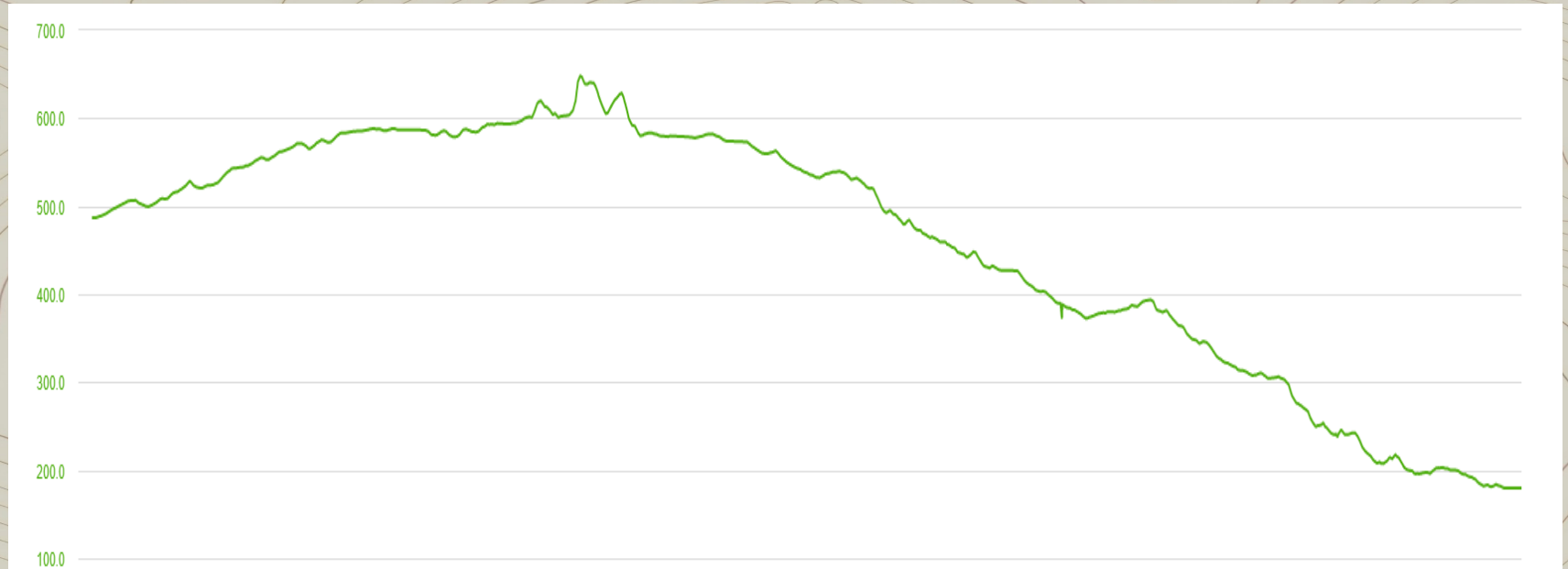


RECORREGUT 9K

Escorca - Parking de Lluc - Coll de sa Batalla (1.7 km) - Font des Guix (2.0 km) - es guix - Mirador des Salt de la Bella Dona (3.1 km) - Sa llangonissa - Avenc des Cans (4.3 km) - Mirador de ses Rotes (7.3 km) - Plaça Major de Caimari (8.2 km)



PERFIL 9K





AVITUALLAMENTS

- Avituallaments senyalitzats dins la cursa: a 4 llocs + Meta.
- Líquid: aigua, beguda isotònica,
- Sòlid: fruita variada, fruits secs...
- Ubicats al quilòmetre: 7.5km, 12.8km, 18.5km, 25km i 27.6km (Meta).



AVITUALLAMENTS

UBICACIÓ	DISTÀNCIA (KM)	PARCIAL	TIPUS	COORDENADES
Abans de la Finca de Ca n'Herevet	7,5	0	Líquid	N 39°51'25" E 2° 56' 41"
Refugi Binifaldó	12,80	0	Líquid	N 39° 50' 19" E 2° 54' 34"
Lluc	18,5	0	Líquid i sòlid	N 39° 49' 13" E 2° 53' 02"
Àrea Recreativa Sa Coveta Negra	25	0	Líquid	N 39° 47' 24" E 2° 53' 27"
Caimari (Meta)	27,6	0	Líquid i sòlid	N 39° 46' 16" E 2° 54' 12"



MATERIAL OBLIGATORI 27K

- Tassó o recipient equivalent.
- Xip
- Dorsal visible a la part davantera de la camiseta (no està permès l'ús de porta-dorsal).
- Manta d'emergència.
- Xiulet.
- Calçat adequat (no es permet participar amb calçat minimalista).
- Reserva de líquid de mínim 1 litre.
- Frontal
- Telèfon mòbil amb bateria



MATERIAL OBLIGATORI 9K

- Tassó o recipient equivalent.
- Xip
- Dorsal visible a la part davantera de la camiseta (no està permès l'ús de porta-dorsal).
- Manta d'emergència.
- Xiulet.
- Calçat adequat (no es permet participar amb calçat minimalista).
- Reserva de líquid de mínim 0,5 litres.
- Frontal
- Telèfon mòbil amb bateria



Lloc sortida 27k

Pollença, Plaça de Ca les Monnares

<https://www.google.com/maps/place/Pla%C3%A7a+de+Ca+les+Monnares,+07460+Pollen%C3%A7a,+Illes+Balears/@39.8771541,3.0163277,17z/data=!3m1!4b1!4m6!3m5!1s0x1297d41e37d9c55d:0x7e8be6963d2f9431!8m2!3d39.8771541!4d3.018908!16s%2Fg%2F1tflvlgf?entry=ttu>



Lloc sortida 9k

Escorca (Lluc) Restaurant Ca s'Amitger

<https://www.google.com/maps/place/Restaurant+Ca+s'Amitger/@39.8208862,2.8819283,17z/data=!4m7!3m6!1s0x1297dba766a02a2b:0x13b756084662692d!4b1!8m2!3d39.8208862!4d2.8845086!16s%2Fg%2F1tdsslrn?entry=ttu>



PODI I PREMIS 27K

Podi a les categories i subcategories que otorgam premis:

- Categoria absoluta masculina i femenina a partir de 21 anys.
- Subcategoria promesa masculina i femenina entre 21 i 23 anys.
- Subcategoria sènior masculina i femenina entre 24 a 39.
- Subcategoria *Veterans/es A* masculina i femenina entre 40 i 49 anys.
- Subcategoria *Veterans/es B* masculina i femenina entre 50 i 54 anys.
- Subcategoria *Master 55* masculina i femenina entre 55 i 59 anys.
- Subcategoria *Veterans/es C* masculina i femenina a partir de 60 anys



PODI I PREMIS 9K

- Categoria absoluta masculina i femenina a partir de 21 anys.
- Subcategoria Veterans/es C masculina i femenina a partir de 60 anys.



RECOLLIDA DE DORSALS

-Galería 19 Mallorca Norte

https://www.google.com/maps/place/Galer%C3%ADa+19+Mallorca+Norte+S.L./@39.8044101,3.1147524,973m/data=!3m2!1e3!4b1!4m6!3m5!1s0x12962d9f76a995df:0xd8fbc68a069f76c!8m2!3d39.8044101!4d3.1173327!16s%2Fg%2F11nn187qv_?entry=ttu

- **Horari de recollida:**

-Dimecres 5 de 16.00h a 19.00h

-Dijous 6 i divendres 7, de 9.00h a 12.00h i de 15.00h a 20.00h

- El dia de la cursa, una hora abans de la sortida.

-Pollença: a les 17.00h

-Lluc: a les 19.00h

La recollida presencial a Galeria 19:

-Es realitzarà un sorteig per a tots aquells participants que acudeixin a recollir el seu dorsal a Galeria 19 (*equipament complet de la marca NNormal: gorra, samarreta tècnica, guardapits trail, calçons trail, calcetins compressius i un joc de sabates*).

-La recollida de dorsals a tercers es podrà realitzar amb una autorització signada i fotocòpia del DNI.

*En casos excepcionals i justificats el corredor podrà recollir el seu dorsal el mateix dia de la cursa a la zona de sortida (K9/27k) (Impossibilitat per horari laboral o motiu personal de força major, malaltia).



SERVEI DE TRANSFER

- Les sortides seran des de Caimari a Pollença per la cursa de 27k o des de Caimari a Lluc per la cursa de 9k.
- El transfer tan sols serà per anar a les sortides de les curses.
- Lloc sortida del transfer de Caimari: parada de bus, “Sa Creu”.
- Transfer de Caimari a la sortida de Pollença, partirà a les 16:45h.
- Transfer de Caimari a la sortida de Lluc, partirà a les 19:00 h.
- La venda del transfer es realitzarà en efectiu a Galeria 19 el dia de l’entrega de dorsals.



SERVEI BOSSA DEL CORREDOR

- El corredor, obtindrà el detall d'una “bossa Corredor.”
- Hi haurà servei de guarda-roba a la Meta –Caimari-.
- La recollida de “bossa corredor” serà a les sortides de Pollença i de Lluc.
- No hi haurà servei de “bossa de vida”.
- Serà OBLIGATORI utilitzar la “Bossa de Corredor” que es suministrarà a l'entrega del dorsal.



PROTOCOL D'ACTUACIÓ EN CAS D'ACCIDENT

- PROTEGIR L'ACCIDENTAT
- AVISAR DEL PERILL A LA RESTA DE CORREDORS
- SI ÉS POSSIBLE, NO DEIXAR L'ACCIDENTAT TOT SOL
- AVISAR DIRECTAMENT A L'ORGANITZACIÓ (El dorsal de la cursa durà un número de telèfon d'emergència de l'organització) Contacte: **621237406**



NORMATIVA

IMPORTANT:

- **Avis als corredors: Es passarà per trams urbans i carretera (els vehicles tenen preferència). Hi haurà membres de protecció civil/polícia local/guàrdia civil gestionant el pas.**
- **El darrer tram de la cursa hi haurà uns metres que es realitzaran per carretera, obligatori circular amb el frontal encès i pel carril de l'esquerra en sentit contrari als vehicles.**
- **El track estarà senyalitzat, anirà pel camí GR, obligatori no sortir del traçat.**



NORMATIVA

- Aquesta cursa estarà regida pel reglament de Lliga Balear de CxM de la FBME.
- La formalització de la inscripció implica l'acceptació de les condicions esmentades a la pàgina d'inscripcions.
- Podran participar federats amb llicència AU-2, CxM-AUT, B o superior.
- Obligatori mostrar DNI en recollir els dorsals.
- Podran participar No Federats pagant l'assegurança d'un dia.
- Està permès l'ús de bastons amb puntes de goma i s'haurà de dur recanvi.
- Tots els suplementos (gels, barretes...) aniran marcats amb el número de dorsal.
- Es respectaran les indicacions dels àrbitres de CxM i del personal de l'organització.
- Està totalment prohibit rebre ajuda externa durant tot el recorregut.
- Hi haurà servei de guarda-roba per ambdues curses.
- En cas d'alerta vermella meteorològica es suspendrà la cursa.



MEDI AMBIENT I NATURA

- Es respectarà la normativa de l'espai natural protegit
- No es deixaran residus en el medi
- No s'emetran senyals lluminosos, a excepció dels participants
- No es faran renous innecessaris durant el recorregut
- Es respectarà l'itinerari del camí marcat per l'organització



SOPAR I FESTA POST-CURSA

- Sopar a la fresca, post- cursa organitzat pel club **Es Carboners i els Quintos** (inclou: pa amb oli + beguda + postres)
- També podràs adquirir el tiquet els tres dies de l'entrega de dorsals a **Galeria 19 Galeria 19** (pagament en efectiu).

Tiquet corredor - 6€

Tiquet acompanyant - 8€

- Festa a càrrec de Dj's locals
- Hi haurà **servei de dutxes** al poliesportiu de Caimari



ÀNIMS A TOTS

“ EL DESIG BEN GESTIONAT, MOU MUNTANYES ”