



COM ARRIBAR ALS EROLS:

Per la carretera de la Pobla de Lillet a Castellar de n'Hug, al km 3 hi ha un desviament a l'esquerra cap al Clot del Moro i s'ha d'anar fins al Museu del Cement, on cal girar a l'esquerra i fer uns 200 m de carretera asfaltada fins a la pista forestal, a l'esquerra, que puja al refugi (3,5 km de pista).

Refugi dels Erols 14 de Juny de 2009 8:30 h



Gràcies a:



Consell Català de l'Esport



Generalitat de Catalunya



Generalitat de Catalunya
Departament d'Acció Social i Ciutadania
Secretaria de Joventut



Diputació Barcelona
xarxa de municipis



Castellar de n'Hug



Refugi d'Erols
Castellar de n'Hug



◆ 3er RAL·LI D'ORIENTACIÓ



CIRCUIT LLARG
Campionat de Catalunya 2009
de ral·lis d'alta muntanya



CIRCUIT CURT
Apte per a tothom

ORGANITZA:

FOMENT EXCURSIONISTA de BARCELONA



FOMENT EXCURSIONISTA DE BARCELONA.
Creu dels Molers 6 baixos 08004 Barcelona. Telf. 93 441 50 21
www.foment.cat foment.excursionista@gmail.com



Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya
(Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada)



Ral·li d'Orientació al Refugi dels EROLS



Des del **FOMENT EXCURSIONISTA DE BARCELONA** us convidem a tots i totes a prendre part al 3er ral·li d'orientació. Hi haurà un circuit popular apte per a tothom, i un circuit llarg que puntuarà per la Copa Catalana i pel Campionat de Catalunya 2009 de ral·lis de muntanya de la FEEC.

REGLAMENT:

- Es tracta d'una prova individual, amb inscripció i classificació individuals, però aquells que ho desitgin podran realitzar el circuit en parella o grup.
- Tots els participants han de dur: motxilla, manta tèrmica, brúixola, mapa topogràfic (Montgrony - Fonts del Llobregat), equipament i calçat de muntanya adequats, avituallament líquid i sòlid propi durant la prova (només hi haurà avituallament a l'arribada).
- La sortida i arribada seran al Refugi dels Erols, municipi de Castellar de n'Hug, el diumenge 14 de Juny.
- Circuit LLARG: 3-5 hores (distància 12Km – desnivell acumulat 1500m) Campionat de Catalunya de Ral·lis d'alta muntanya
- Circuit CURT: 2-3 hores. (distància 5km – desnivell acumulat 600m) Circuit popular apte per a tothom
- Els guanyadors de la prova seran aquells que realitzin tot el recorregut en menys temps. Els punts de control a localitzar seran balises d'orientació amb una pinça per marcar la targeta de pas.
- En el moment de la sortida es donarà als participants un mapa topogràfic amb els punts de control dibuixats.
- Els participants que vulguin optar al Campionat de Catalunya hauran de disposar de la tarja federativa de la FEEC (modalitat C o superior). Els federats de la FCOO (Federació de Curses d'Orientació de Catalunya), la resta de participants (amb llicència temporal) podran quedar campions de la prova però no del Campionat de Catalunya.

- Els participants de 14 i 15 anys hauran de formar equip amb algú més gran de 18 anys, en qualsevol cas, els menors hauran de dur un permís patern i un certificat mèdic.
- Seran desqualificats tots aquells que prenguin una actitud negativa envers la natura, les propietats privades, els altres equips o l'organització.
- El mal temps no serà un obstacle per la realització de la prova, si bé l'organització podrà modificar-la o suspendre-la per la seguretat dels participants.
- Totes les qüestions no previstes en aquest reglament, seran resoltes per l'organització i el Comitè Català de Ral·lis d'Alta Muntanya de la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC)
- La inscripció a la prova suposa la total acceptació d'aquest reglament.
- L'organització declina tota responsabilitat pel que fa als accidents o altres perjudicis que la participació en la prova pugui comportar als inscrits: abans, durant o després de l'activitat.

PROGRAMA

DISSABTE 13 de Juny

de 19:00 a 20:30 h. Obertura de taules d'inscripció al Refugi dels Erols.

DIUMENGE 14 de Juny

8:00 h: Obertura de les taules d'inscripció, lliurament de targetes de pas i informacions d'última hora.

8:30 h: Sortida.

13:00 h: Hora límit d'arribada.

13:30 h: Lliurament de premis.

INSCRIPCIONS

Preu per persona:

Sense allotjament: Federats **12 €**. No federats **17 €**.

Amb allotjament mitja pensió al Refugi dels Erols (places limitades):

Federats **32 €**. No federats **37 €**.

Fer ingrés a: La Caixa 2100-0834-56-0200488320, indicant nom, cognom i club del participant. (cal portar el justificant de pagament el dia de la cursa).

DATA LÍMIT: DIMECRES 10 de Juny.

Enviar e-mail a: foment.excursionista@gmail.com indicant: nom, cognoms, Circuit LLARG o CURT, club, núm. federat, i si s'utilitzarà GPS, **abans del dimecres 10 de Juny.**

NO ES CONSIDERARÀ FORMALITZADA CAP INSCRIPCIÓ, FINS QUE S'HAGI REALITZAT L'INGRÉS.