

05^è
IVARS DE NOGUERA



lamontpedro.home.blog



DOSSIER TÈCNIC

DADES TÈCNIQUES



ON I QUAN?

Les curses i la caminada es realitzaran el dia **5 d'octubre** a la localitat d'Ivars de Noguera (La Noguera).

LA MONTPEDRÓ comença a les **9** del matí.

LA ROIA comença a les **9** del matí.

LA SERONETA comença a les **10:30** del matí.

Les diferents proves estan obertes a tothom que accepti el reglament, i sempre que la inscripció s'hagi fet correctament i dins del termini establert.



LA TRAIL MONTPEDRÓ

La Trail Montpedró consta de 3 recorreguts degudament senyalitzats, dues curses de muntanya i una caminada.

- **La Montpedró** de 24 quilòmetres amb 1200 metres positius (cursa).
- **La Roia** de 15 quilòmetres amb 650 metres positius (cursa).
- **La Seroneta**, recorregut familiar d'uns 8 quilòmetres amb 200 metres positius (caminada).



TALL HORARI

El tall horari serà a la "**CRESTA**" a les **12:30** hores.

- El tall horari es troba al punt quilomètric 17 de la Montpedró 24K.

IMPORTANT:

- El corredor ha de respectar l'hora de tall que estableixi l'organització o marqui el dia de la cursa en el punt de control de la "CRESTA".
- A partir d'aquesta hora no es podrà continuar el recorregut normal, s'haurà de realitzar pel pas alternatiu marcat.
- Qui decideixi continuar per la cresta, serà sota la seva responsabilitat i fora de competició. Es retirarà el dorsal.
- Qui no faci la cresta, sigui pel tall horari o per algun altre motiu, se li sumarà 3 hores al temps final, excepte als caminadors.



MATERIAL

Material obligatori: got o bidó pels avituallaments, calçat de muntanya i telèfon mòbil. Depèn de les condicions meteorològiques es podria demanar material complementari.

Material recomanat: bastons, manta tèrmica, paravent o impermeable, buff, gorra, gel energètic o barreta. Portar el track del recorregut descarregat al rellotge.



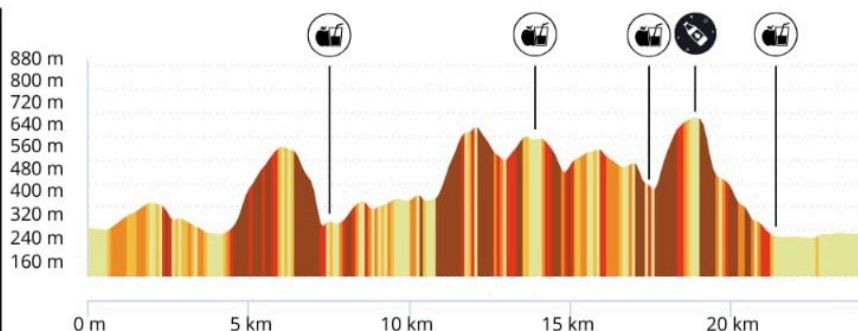


AVITUALLAMENTS

LA MONTPEDRÓ 24K

Avituallaments

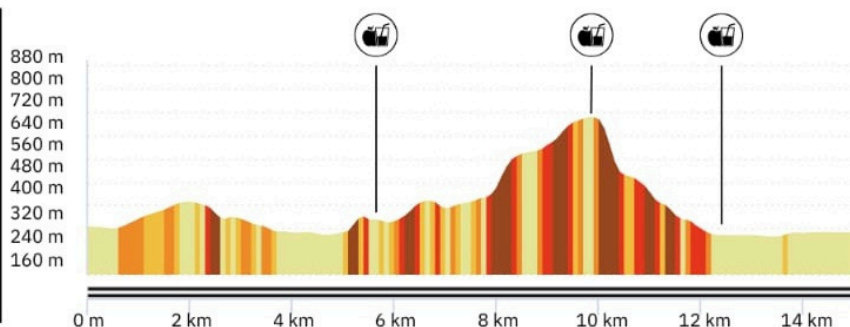
- AV -1 / KM 7.4
- AV -2 / KM 14.1
- AV -3 / KM 17.3
- AV -4 / KM 18.9
- AV -5 / KM 21.3
- AV -6 / KM 24 **Meta**



LA ROIA 15K

Avituallaments

- AV -1 / KM 5.6
- AV -2 / KM 10
- AV -3 / KM 12.4
- AV -4 / KM 15 **Meta**



LA SERONETA 8K

Avituallaments

- AV -1 / KM 4.5
- AV -2 / KM 8 **Meta**



IMPORTANT: Cal portar el teu got als avituallaments!

LA MONTPEDRÓ 24K 1200m+



La Montpedró és la ruta de 24K. Surt de la plaça d'Ivars per enfilar els turons de **la Trilla**, tornar a baixar cap al **barranc de l'Andreu** i seguidament coronar la muntanya de **Montderes**. Als pocs km travessa el Riu Noguera Ribagorçana i s'enfila escales amunt seguint un corriol, que creua la carretera que porta dalt de la pressa, fins a arribar a la zona del **Sot del Craber**, per on puja el corriol del "Coll del Buc" amb unes vistes espectaculars de l'**embassament de Santa Anna**. Continua amb un descens cap als peus de **Montpedró** per pujar per la cresta fins a l'**ermita de Sant Salvador**, al punt més alt de la ruta (736m). Els últims quilòmetres descendeixen verticalment la serra per acabar entre bancals de fruiters a tocar del **Riu Noguera Ribagorçana**.

LA ROIA 15K 650+



La Roia és la ruta de 15K. Surt de la plaça d'Ivars per enfilar els turons de **la Trilla** i tornar a baixar cap al **barranc de l'Andreu** per apropar-se a la zona de **Montderes**. Posteriorment travessa el Riu Noguera Ribagorçana i s'enfila escales amunt cap a l'antic **poble de Pinyana**. Des d'aquí passa prop del **Canal d'Aragó i Catalunya** enfilant-se cap a la cara nord de les **Roies de Pinyana**, amb unes vistes espectaculars de l'**embassament de Santa Anna**. Continua cap al **Montpedró** per pujar a l'**ermita de Sant Salvador**, per una de les rutes més típiques, la pujada dels militars. Els últims quilòmetres descendeixen verticalment la serra per acabar entre bancals de fruiters a tocar del **Riu Noguera Ribagorçana**.

LA SERONETA 8K 200+



La Seroneta és la ruta **familiar**. Surt de la Plaça d'Ivars gaudint de les vistes de l'horta des dels **sembrats de les Planes** i ascendeix al **mirador de la Tinclosa**, als turons de la **Serra Llarga**. Des d'aquí descendeix entre **presseguers** cap al camí del Fondo de la Vall. En aquest punt ascendeix pels **camins de Cantaperdius** fins arribar al **Tossalet del Pi**, amb unes impressionants **vistes de Montpedró**. Des del punt més alt serpenteja pels **campes de l'horta** per acabar vorejant el **Riu Noguera Ribagorçana** als peus d'Ivars de Noguera.





PROGRAMA

DISSABTE 04 D'OCTUBRE

- 16:30 – Inscripcions i lliurament de **dorsals infantils**.
- 17:00 – **Curses infantils**.
- 17:30 –20:00 **Lliurament de dorsals**. (Plaça Major)

IMPORTANT:

- *Per recollir el dorsal us recordem que cal portar el DNI i la targeta federativa si esteu federats.*
- *En cas de no portar la targeta federativa s'haurà d'abonar els 4€ de l'assegurança de dia.*
- *Es podrà recollir el dorsal per algú altre, presentant la documentació necessària.*

DIUMENGE 05 D'OCTUBRE

- 06:30 – Obertura **inscripcions presencials i lliurament de dorsals (plaça Major)**
- 09:00 – **Sortida de la Montpedró 24K i la Roia 15k**
- 10:30 – **Sortida de la Seroneta** (familiar)
- 13:00 – Lliurament de **premis**
- 16:00 – **Tancament cursa** de totes les modalitats.





LOCALITZACIONS

Al següent enllaç, trobareu la ubicació de:



Pàrquings.



Entrega de dorsals.



Sortida i Arribades.



Dutxes



WEB I XARXES



<https://lamontpedro.home.blog/>



[https://www.facebook.com/trailmontpedro/?locale=ca ES](https://www.facebook.com/trailmontpedro/?locale=ca_ES)



<https://www.instagram.com/montpedrotrail/>

ORGANITZADOR:



PATROCINADORS:



COL-LABORADORS:

