

16+17 MAIG



**COPA CATALANA
D'ORIENTACIÓ A PEU '26
2 DIES DE LA
SERRA DE
MONTSANT
ULLDEMOLINS**

BUTLLETÍ-0

**MONTSANT
ORIENTACIÓ**
TARRAGONA

PRESENTACIÓ

Benvinguts i benvingudes,

El cap de setmana del **16 i 17 de maig** el Club Montsant organitza els 2 dies de la Serra de Montsant, que inclou dues curses dins del calendari de Copa Catalana 2026 (FCOC).

Les curses es disputaran a la comarca del Priorat. Dissabte una cursa d'**Esprint** al poble d'**Ulldemolins** i, el diumenge una cursa de **Llarga distància a la Serra del Montsant**, terme d'Ulldemolins.

Per als qui no hagueu sentit a parlar de l'orientació, aquest és un esport que combina exercici físic amb el mental, juntament amb el gust i respecte per la natura. És ideal per a practicar en família ja que no hi ha un límit d'edat establert per als participants, hi poden córrer des d'infants a esportistes d'edat avançada, amb circuits que s'adapten a tot tipus de forma física i nivell tècnic, a través de diferents categories i circuits.

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 animem a participar en les curses i a gaudir d'aquests espais tan emblemàtics!!!

PROGRAMA GENERAL

DATA	PROVA	MAPA	CARTÒGRAF
16/05/2026 Hora inici: 17:00	ESPRINT	ULLDEMOLINS (mapa NOU)	RAMON GARCIA-CATALÁN
17/05/2026 Hora inici: 10:00	LLARGA DISTÀNCIA	ERMITES D'ULLDEMOLINS (part mapa NOU)	RAMON GARCIA-CATALÁN

LOCALITZACIONS

PROVA	APARCAMENT	CENTRE DE COMPETICIÓ*
ESPRINT	Tot tipus de vehicles*	Ulldemolins
LLARGA DISTÀNCIA	Ulldemolins	Ulldemolins

*Dissabte no es podrà accedir a l'aparcament de la mitja distància fins les 12h del matí. Per entrar hi ha un camí de terra d'un sol sentit d'uns 200m, apte per a tots els vehicles (creiem que també per tot tipus d'AC) però qui no vulgui passar pot deixar el seu vehicle a la urbanització del poble (500-1.000m del CC del diumenge).

PROGRAMA DETALLAT

DISSABTE	(16/05/2026)
15:00	Obertura del centre de competició
17:00	Inici de sortides
18:30	Tancament de meta
DIUMENGE	(17/05/2026)
09:00	Obertura del centre de competició
10:00	Inici de sortides
12:00 a 13:00	Correxic
14:00	Tancament de meta
14:30	Lliurament de premis del Trofeu (producte autòcton)

CATEGORIES

Es defineixen 12 circuits a oferir a les proves individuals amb les característiques físiques, tècniques, distància i escala segons el següent quadre:

Circuit	Dificult at tècnica	Dificult at Física	Categories		Temps de victòria		Escala			
					Esprint	Llarga	Esprint	Llarga		
Negre	***	100%	H21E, H20		14'	75'	1:4000	1:15000		
Gris Fosc	***	85%		D21E, D20	Els únics temps de victòria són els de la categoria màxima, tota la resta depèn de l'estat de forma dels participants		14'	75'	1:4000	1:15000
			H35, H40						1:4000	1:10000
Gris Clar	***	78%	H18, H45, H21A	D35					1:4000	1:10000
Vermell	***	70%	H16, H50	D18, D40					1:4000	1:10000
Marró	***	60%	H55	D45, D16, D21A					1:4000	1:10000
Blau	***	50%	H60	D50					1:3000	1:7500
Taronja	***	35%	H65	D55, D60					1:3000	1:7500
Lila	***	20%	H70	D65, D70					1:3000	1:7500
Verd Fosc	**	60%	H14						1:3000	1:7500
Verd	**	40%	H12	D14					1:3000	1:7500
Groc	**	30%		D12					1:3000	1:7500
Blanc	*	20%	H10	D10					1:3000	1:7500

A més a més haurà CATEGORIES DE **PROMOCIÓ** (sense limitació d'any de naixement):

- Llarg i difícil: participaran al circuit Vermell.
- Curt i difícil: participaran al circuit Taronja.
- Llarg i fàcil: participaran a un circuit fet específicament
- Curt i fàcil: participaran al circuit Blanc.

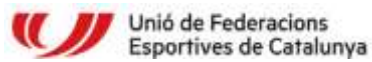
* La participació es farà de forma individual.

* Per als menuts des de 3 anys hi haurà **circuit CORREXIC** el diumenge.

ORGANITZADORS



COL·LABORADORS



BLANXART