

Aspectes importants

La "Caminada de Resistència Mollet Montserrat" és de llarga distància. Aquesta activitat esportiva de 50 km es recomana únicament a aquelles persones que tinguin una preparació física prèvia adient.

El camí estarà marcat amb senyals:

De Mollet a Casa Nova de l'Obac:
cintes de colors groc i negre.



De Casa Nova de l'Obac a Montserrat:
marques verdes i vermelles
(Marxa Matagalls-Montserrat)



Abandonaments:

Els únics punts d'abandonament a càrrec de l'organització seran als controls de:

Casa Nova de l'Obac Monistrol de Montserrat

Des d'aquests dos punts i, en el moment que sigui possible, es facilitarà l'accés al transport de tornada.

L'abandonament a qualsevol altre punt serà a càrrec del participant.

Per assegurar un bon funcionament dels serveis de suport cal que, en cas d'abandonament, ho comuniquem en el control immediat més proper.

Adreces i telèfons

Contactar amb l'organització:

Durant la caminada Tel: 640 13 13 14

E-mail:.....cmm.molletmontserrat@gmail.com

Més inf.:.....www.cmmollet.cat/molletmontserrat

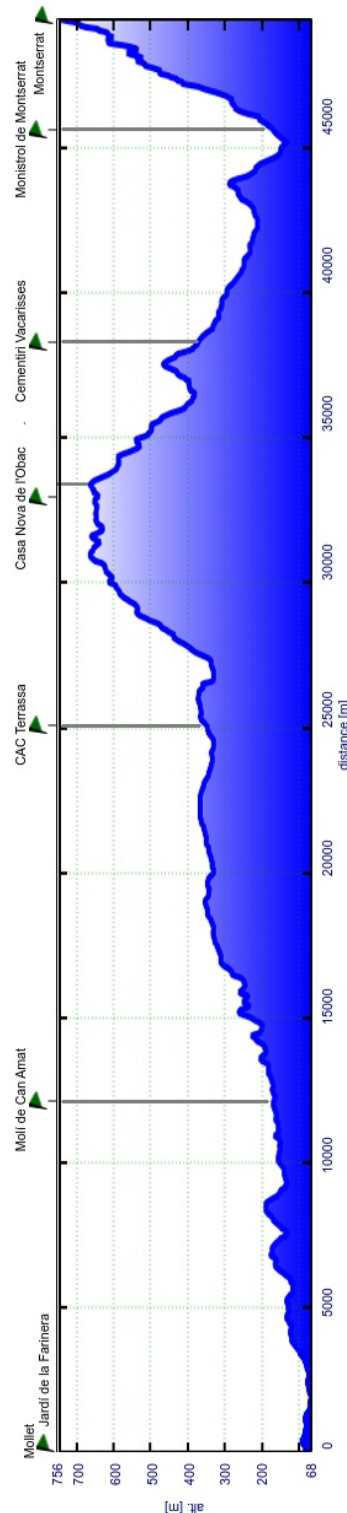
Oficines del club:

C/ Pineda Fosca, 6 (Casal La República)

08100 Mollet del Vallès

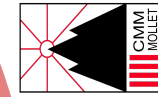
(Barcelona)

Tel: 935791285



Horaris d'obertura i tancament dels punts de control i avituallament

- De 4.15 h a 4.50 h
Control sortida caminants
- De 7.15 h a 7.50 h
Control sortida corredors
Parc de la Farinera Moretó
(Mollet del Vallès)
- De 6.30 h a 9.30 h
Molí de Can Amat
(Sabadell)
Avituallament esmorzar
Km 12,728
- De 8.30 h a 12.00 h
Plaça d'Antoni Escudé
(Terrassa)
Km 25,820
- De 10.00 h a 14.00 h
Casa Nova de l'Obac
Km 35,810
- D'11.00 h a 15.30 h
Cementiri de Vacarisses
Avituallament dinar
Km 40,980
- De 11.30 a 17.00 h
Plaça de Carles Amat
(Monistrol de Montserrat)
Km 47,710
- De 12.00 a 19.00 h
Monestir de Montserrat
Control d'arribada
Km 51,880

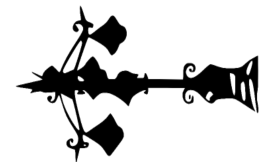


Club Muntanyenc Mollet

www.cmmollet.cat

3a Caminada de Resistència

Oberta a corredors



Mollet - Montserrat

1 d'abril 2017

Introducció

El Club Muntanyenc Mollet organitza la 3a Caminada de Resistència Mollet-Montserrat, prova no competitiva, oberta a corredors i caminadors, que ens farà gaudir de la natura fent esport juntament amb altres persones. Es tracta d'un recorregut que ens permetrà conèixer millor el nostre entorn natural. Respecteu-lo en tot moment i eviteu la seva degradació.

Inscripcions

Per Internet - Del 13 de març al 28 de març.

Procediment per inscriure's per Internet:

- Llegir i acceptar les normes de la prova que trobareu a: www.cmmollet.cat/molletmontserrat

- Emplenar i enviar el formulari d'inscripció.

- Fer un ingrés al nº de compte Caixa Banc

ES40 2100 0102 9302 0088 6318

- Enviar a:

cmm.molletmontserrat@gmail.com

un justificant de pagament i una còpia del carnet FEEC, (en el cas d'acollir-se al descompte de l'assegurança obligatòria), abans de les 22.00 h. del dia 29 de març del 2017.

Presencial - Oficines del club - Els dies 16, 17, 23, 24 i 30 de març, de 20.00 a 22.00 h.

C/ Pineda Fosca, 6 (Casal La República)

08100 Mollet del Vallès

(Barcelona)

Tel. 93 579 12 85

El nombre màxim de participants serà de 150.

Preus

FEDERATS FEEC *	NO FEDERATS	RETORN AUTOCAR
18 €	22 €	9 €

* Cal presentar el carnet de la FEEC.

Entrega i recollida documentació

El mateix dia de la caminada fins a 30 minuts abans de la sortida, els participants han d'aportar i/o recollir la documentació necessària:

-Tarja de control de pas i avituallaments.

-Llicència Federativa (FEEC)

Material que cal dur

Obligatori

Roba i calçat adequats.

Llum frontal, lot o similar.

½ litre d'aigua o beguda.

Telèfon mòbil carregat i encès.

Aconsellable

Barretes energètiques o similars.

Roba d'abrigar (en funció de les condicions meteorològiques l'organització pot determinar que sigui obligatori).

Transport

El retorn a Mollet en autocar serà exclusiu pels participants que ho demanin en fer la inscripció. Els participants hauran d'estar atents i concertar amb la taula de control situada en el lloc d'arribada a Montserrat, l'horari i condicions en què s'efectuarà el viatge.

Lloc i hores d'inici

1 d'abril 2017

Caminants 5.00 del matí

Corredors 8.00 del matí

Parc de la Farinera Moretó

(Mollet del Vallès).



41°32'16.0"N 2°12'19.9"E
41.537767, 2.205517



Zona d'aparcament

Carrer Sant Agustí

41°32'22.4"N 2°12'20.2"E

41.539550, 2.205600

Arribada

El control d'arribada de la Caminada estarà situat a Montserrat.

Hi haurà un grup de l'organització que tancarà la ruta i els controls de pas.

Recordem que hi haurà un horari d'obertura i tancament per a cadascun dels punts de control de pas i avituallament.

Els caminants que arribin fora de l'horari no podran ser atesos per l'organització.

