



Ajuntament de Cercs



VERTICAL TRAIL BERGUEDÀ 2024

DOCUMENT TÈCNIC

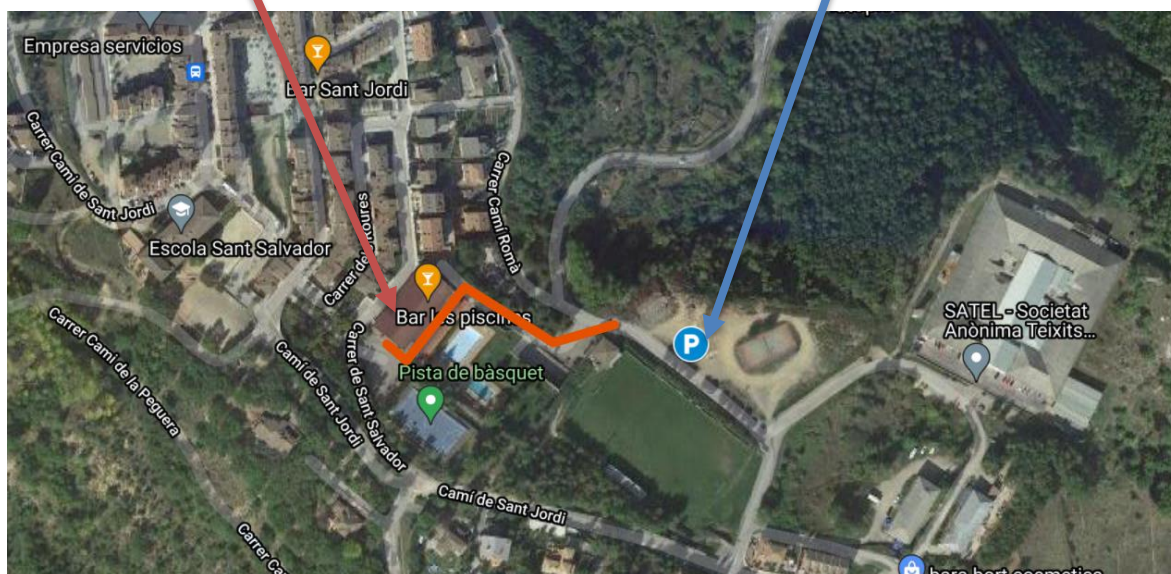
1- ZONA D'APARCAMENT

S'ha habilitat una zona d'aparcament al costat del camp de futbol de Sant Jordi de Cercs.

(Amb taronja l'accés al pavelló)

Pavelló municipal de
Sant Jordi de Cercs

Pàrquing



2- ENTREGA DELS DORSALS

L'entrega dels dorsals es farà al Pavelló municipal de Sant Jordi de Cercs.

Dissabte 18 maig (14:00-15:30)





Ajuntament de Cercs



3- MATERIAL OBLIGATORI

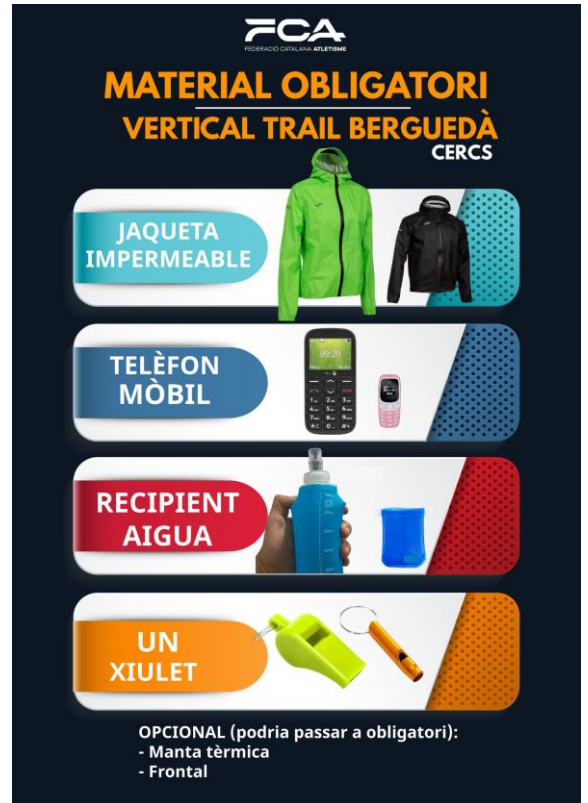
Segons el reglament de la Vertical-Trail Berguedà 2024 és obligatori:

- **Telèfon mòbil**
- **Jaqueta Impermeable**
- **Xiulet**
- **Recipient per albergar aigua**
- (no hi haurà gots als avituallaments)

RECOMENABLE

En funció de la meteorologia la organització pot fer-ho obligatori:

- **Manta tèrmica**
- **Frontal**



HI HAURÀ CONTROL DE MATERIAL A LA SORTIDA I A L'ARRIBADA

Aigua o líquid hidratant és opcional i **molt recomanable** (250—500ml)

Els bastons estan permesos (s'han de sortir i arribar amb ells)



Els atletes que no acreditin el material obligatori a la sortida els jutges decidiran que no poden prendre part de la prova motiu pel qual quedaran **desqualificats**.

4- SORTIDA VERTICAL-TRAIL BERGUEDÀ

ZONA SANT JORDI – és la zona on el corredor trobarà l'aparcament, la recollida de dorsals i a on, al finalitzar, recollirà la bossa del corredor i l'avituallament final. També hi haurà l'entrega de premis.

ZONA RODONELLA



TRAM CONNEXIÓ SANT JORDI DE CERCS – LA RODONELLA
 Recomanem als corredors realitzar a peu al tram asfaltat de 1,5km, senyalitzat amb cintes. Aproximadament de 15 a 20 minuts
 (dibuixat en verd al mapa adjunt)

SORTIDA VERTICAL RODONELLA – El corredor trobarà el control de material i la sortida del KM VERTICAL.
 Els calaixos de cada corredor/a serà comunicat prèviament per correu electrònic.
 Serà una **única sortida** amb un únic tret per tots els participants.

CALAIXOS	SORTIDA VERTICAL LA RODONELLA	
	Control material	Sortida Tret únic
Els participants d'hauràn d'ordenar per calaixos en funció del temps estimat en que calculin fer la prova per evitar embuts		
CALAIX 1 (25 persones) prova fins a 50min	15:30 a 15:50	16:00
CALAIX 2 (25 persones) entre 50min i 75min	15:30 a 15:50	16:00
CALAIX 3 (35 persones) entre 75min i 90min	15:30 a 15:50	16:00
CALAIX 4 (35 persones) més de 90min	15:30 a 15:50	16:00

El temps real serà quan passis per l'arc oficial de sortida (catifa xip) fins l'arribada als Pals de fusta (xip)

5- VERTICAL-TRAIL BERGUEDÀ

Resum recorregut

Tram:	Distància	Desnivell
Aproximació Sant Jordi a la Rodonella	1,5 Km	+5m / -15m
VERTICAL-TRAIL BERGUEDÀ	4,6 Km	+1.050m / -10m
Retorn a Sant Jordi de Cercs	6,7 Km	+5m / -1.030m

Aconsellem aparcar el vehicle a Sant Jordi i fer tots els desplaçaments a peu des d'allí.



Ajuntament de Cercs



Aproximació de Sant Jordi a la Rodonella: Del Pavelló de Sant Jordi seguir direcció nord per el C/Sant Salvador. Prendre el camí asfaltat que connecta Sant Jordi amb la Rodonella i seguir-lo fins a un pont que hi ha a l'entrada del nucli de la Rodonella.

El dia de la prova marcat amb cinta balissadora



La Vertical-Trail Berguedà: La prova té l'inici al Passeig de l'Onze de Setembre, costat del parc infantil de la Rodonella. Segueix el carrer en direcció sud fins trobar la pista que porta al camp de futbol. Continua vorejant el camp per la part de dalt. En aquest punt, cal prendre una pista que surt a la dreta i que puja amb una forta inclinació fins a la pilona elèctrica d'alta tensió (880m-0,8Km). Continua pel camí del Catarro, entre alzines i carrasques fins entrar a la fageda. Creua el Torrent de Carbonís i afronta de nou una pujada per arribar al dipòsit de ciment del Catarro (1.200m-2,1Km). Prendre el camí Oest que passa per la **Font de Carbonís** (1.202m-2,15Km) i continua per una fageda fins arribar a la pista (1.340m-2,6Km) **[AVIT 1]**. Creuar la pista (fita de pedres) i pujar per el bosc fins arribar a una corba molt pronunciada (1.366m-2,7Km). Pugem per el marge de la pista per arribar a un caminet pla que agafem a la dreta, en direcció Oest.(1.380m-2,8Km). El recorrem uns 100m i ens fiquem a l'esquerra dins el bosc tot pujant fins a trobar el PR (Coll de la canal de la Bena 1.428m-3Km).



A partir d'aquí afrontem una forta pujada **[EL MUR]** per la cinglera de Vall-llobrega que, mica en mica, perd inclinació. Deixem una pista a la dreta (1.640 – 4Km) i seguim recorrent els cingles ja per fajos, pi roig i pi negre per afrontar la darrera pujada que ens porta als planells d'herba de la meta (1.780m – 4,6Km).

El dia de la prova i dies previs marcat amb cinta **vermella i blanca**.



Retorn a Sant Jordi de Cercs: Dels planells de la meta (1.780m) agafem un camí pel mig del bosc de pi negre en direcció Nord que ens baixa fins a les basses del Coll de la Veça (1.597m). **[AVIT 2]**. Agafem la pista a la dreta, direcció Est, i la recorrem fins la Collada de Sant Ramón (1.436m). Continuem per la pista en direcció Sud-Est que ens baixa, amb alguns trams molt inclinats. Agafem pista a l'esquerra que ens porta fins al dipòsit de ciment de la font de carbonis. En aquí prenem camí pla a la dreta fins de nou a la pista. Recorrem uns 300m i prenem caminet a l'esquerra que ens portarà de nou a la pista de ciment que ens baixa fins a l'Ermita de Sant Jordi (720m). Prenem el corriol que passa davant l'Ermita, direcció Sud que baixa, passant per el costat del dipòsit municipal d'aigua fins a sota l'escola. Creuant la



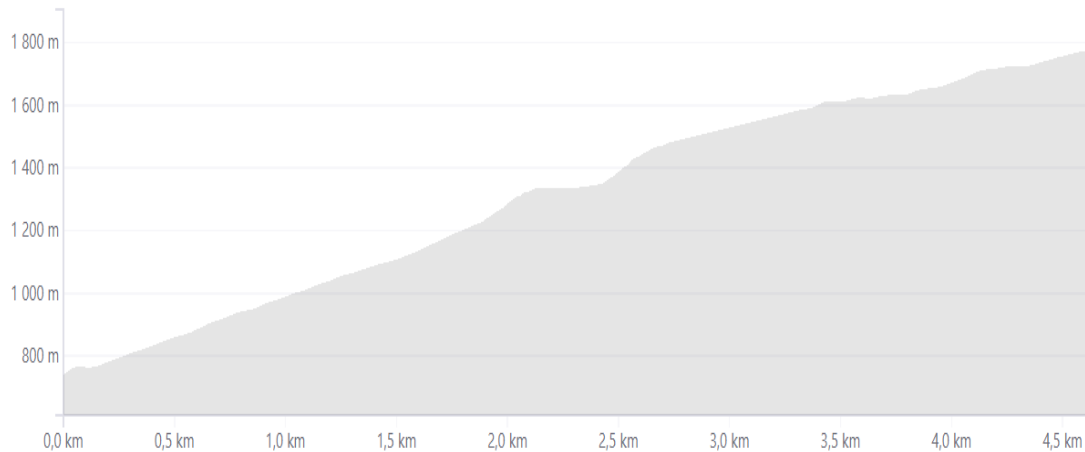
Ajuntament de Cercs



carretera del Camí de Sant Jordi, baixant les escales ens porta al Pavelló de Sant Jordi de Cercs. **[AVIT 3]**

El dia de la prova marcat amb cinta groga i negre.

6- PERFIL



7- AVITUALLAMENTS

AVIT. 1 – Al KM 2,5 de la VERTICAL:

- Líquid, fruita i pluncake i altres productes

AVIT. 2- Després de l'arribada de la VERTICAL, caldrà baixar tornar a trobar l'avituallament anterior que serà de camí de tornada. Els dos (2) avituallaments coincideixen

- Líquid, fruita i pluncake i altres productes

AVIT. 3- Al Pavelló de Sant Jordi de Cercs

- Aigua (ampolla de 250ml) o Isotònic (Illauna) o Beguda
- Productes CBD
- Entrepà de botifarra
- Altres productes de pica-pica
- **BOSSA DEL CORREDOR + SAMARRETA**
- **(revisió de dorsal arribada)** Els atletes hauran de tornar a passar per la zona dorsals per fer el control de tornada dels participants i recollir els regals.





Ajuntament de Cercs



8- ALTRES SERVEIS A LA ZONA PAVELLÓ

- Botiga presentació productes CBD - FLOR D'OR
- Fisioterapeuta per els corredors que vulguin provar els productes CBD a càrrec de David d' ANATOMIC

9- ENTREGA DE TROFEUS

- 19:30 hores Campionat Catalunya general
- 19:45 hores Cursa Open
- 20:00 hores Categories Campionat Catalunya



10- L'ORGANITZACIÓ

Al dorsal tindreu un número d'emergències per si teniu algun imprevist durant la cursa, on estarà tota l'estona atenent tant trucades com WhatsApp

Telèfons principals: tel. 634561588 tel. 6612796 87 tel. 630513205

Informació o incidències a : jab.berga@hotmail.com

