



Cursa CEC - Collserola

19 de desembre 2021

30a Mitja Marató

2a Cursa dels Raions

DOSSIER ESPORTIU



Índex

Presentació	0
1. El CEC	1
2. Descripció de l'activitat	2
2.1 Data i horaris.....	3
2.2 Descripció recorreguts	4
2.3 Característiques dels recorreguts.....	5
2.4 Categories	6
2.5 Municipis i trams urbans afectats.....	7
3. Mapa aparcament no permès i circulació restringida	7
4. Talls de carretera	8
5. Responsabilitat ambiental.....	Error! No s'ha definit el marcador.
6. Seguretat, controls i avituallaments.....	Error! No s'ha definit el marcador.
6.1. Seguretat	9
6.2 Assegurança	11
6.3 Avituallaments	12
7. Situació avituallaments.....	15
8. En cas d'accident.....	12
9. Protocol bàsic per a la minoració del risc de contagi de Covid-19	

Presentació

Ja hem arribat a la 30a edició de la Cursa CEC-Collserola, que té el seu inici en el any 1990, quan el Centre Excursionista de Catalunya va decidir organitzar una marxa popular per fomentar la pràctica de l'esport a la muntanya i donar a conèixer els valors naturals i culturals de la Serra de Collserola, assolin en algunes edicions una gran participació, amb mes de 2.500 inscrits de totes les edats.



30a CURSA
CEC - COLLSEROLA
19 DE DESEMBRE
21 km

+ CURSA DELS RAIONS
CIRCUIT CATALA
D' ESCOLES TRAIL
5 A 12 ANYS
4 RECORREGUTS:

- >> 800 m
- >> 1,2 km
- >> 2,7 km
- >> 4,3 km

CEC Centre Excursionista de Catalunya
DYNFIT
FEED

1. El CEC

El Centre Excursionista de Catalunya (1876), és una associació cultural i esportiva sense ànim de lucre, declarada d'utilitat pública i que compta amb més de 4.500 socis.

Curses que organitza:

- Ral·li internacional d'esquí de muntanya (61 edicions)
- Cursa de muntanya de CEC - Collserola (29 edicions)
- Nit del Falcó: Cursa d'esquí de Muntanya nocturna (1a edició)

Curses que col·labora :

- Wiar Raid Internacional (6 edicions)
- Tirraid de L'Escanyabocs (6 edicions)
- Tirraid de L'Ardenya (3 edicions)
- Trobada d'Espeleologia i Descens de Barrancs (9 edicions)



2. Descripció de l'activitat

2.1 Data i horaris

La cursa és realitzarà el dia 19 de desembre de 2021, de 09:00h a 15.00h

- **07.30h** – 08.15h Recepció de participants i entrega de dorsals
- **09.00h** – Sortida Mitja Marató
- **09:30h** – Sortida Cursa dels Raions
- **11.00h** – Entrega de premis
- **14.00h** – Finalització

2.2 Descripció recorreguts

- **Mitja Marató (21 Km)**

Sortida Escola Sant Gregori - Ctra.de les Aigües – Corriol Muntanya Pelada – Coll Portell – Sant Pere Màrtir – Pl. Mireia (1è avituallament) – Camí de la Font Beca – Camí de Vallvidrera – Can Carbonell – Can Fatjó – Coll de Can Cuiàs – Cruïlla Ctra. BV 1468 – Font de l’Espinagosa –Pantà de Vallvidrera – Mas Sauró – Pantà de Vallvidrera – Santa Maria de Vallvidrera (2º avituallament) – Revolt de les Monges – GR 92 – Coll de la Vinassa – Font de la Salamandra – Cruïlla Ctra. 1418 (de la Rabassada) – Camí de Can Borni – Corriol Bellesguard - Arribada Escola Sant Gregori (3è avituallament)

- **Cursa dels Raions**

Sortida Escola Sant Gregori – Torrent de Ca n’Almirall – Serra de Vilana – Ctra. de les Aigües – Camí Observatori Fabra – Pista de Vallvidrera a Barcelona – Ctra. de les Aigües – Corriol Bellesguard - Arribada Escola Sant Gregori.

2.3 Característiques dels recorreguts

Cursa	M.Marató	Raions SUB 6	Raions SUB 8	Raions SUB 10	Raions SUB 12
Distància	21 Km	800 m	1.200 m	2.700 m	4.200 m
Desnivell	800 m	- 44 m	47	55 m	164 m
Cota mínima	230 m	230 m	230 m	230 m	230 m
Cota màxima	463 m	279 m	279	279	
Circular	SI	NO	SI	SI	SI
% pista	80	70	80	40	50
% corriol	20	30	20	60	50



2.4 Categories

Classificació masculina i femenina per a cadascuna de les categories.

- **Mitja Marató**

- Absoluta
- Veterans, 40–54 anys
- Súper Veterans, 55 anys en endavant

- **Cursa dels Raions**

- Sub 6 (5-6 anys) - Sub 10 (9-10 anys)
- Sub 8 (7-8 anys) - Sub 12 (11-12 anys)

2.5 Municipis i trams afectats

El 80% de l'àmbit territorial de la cursa afecta al districte de Sarrià-Sant Gervasi de Barcelona, la resta es reparteix entre els municipis de Sant Just Desvern i Esplugues de Llobregat.

Municipi de Barcelona

Els carrers afectats conviuran els vehicles i els corredors vigilats per controls de seguretat de l'organització i recolzats per G.Urbana de Barcelona.

- Barri de Sant Gervasi-La Bonanova : C. Bellesguard i C. Mercè Rodoreda.
- Barri de Vallvidrera : C. del Mont d'Orsa, Pl. de les Basses d'en Barral, Camí Vell de Santa Creu d'Olorda a Vallvidrera, Pl. del Mina Grott i C. Camí del Pantà.

Municipi d'Esplugues de Llobregat

La plaça afectada conviuran els vehicles i els corredors vigilats per controls de l'organització.

- Pl. Mireia, el recorregut de la mitja maratón només la creua i segueix el Camí de la Font Beca.

Municipi de Sant Just Desvern

La pista afectada hi conviuran els vehicles i els corredors vigilats per controls de pas de l'organització.

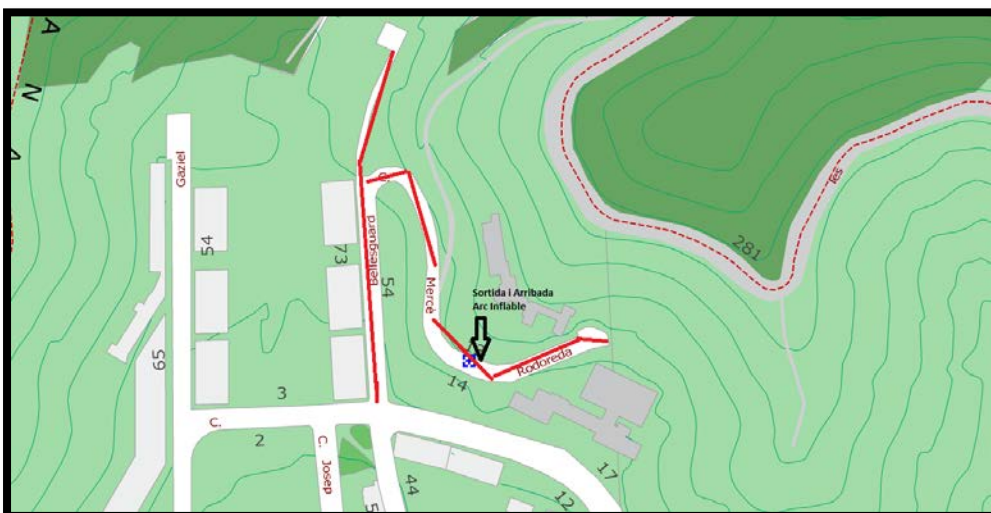
- Pista de Vallvidrera o de la Muntanya, el recorregut de la Mitja Marató segueix aquesta pista des de la cruïlla amb la pista de la Font Beca fins arribar a la cruïlla amb la pista de Can Cuiàs, tot i que no és un carrer ni una carretera, en alguns trams el trànsit de vehicles és important.

3. Mapa aparcament no permès i circulació restringida

Sortida i arribada de la cursa, C. Mercè Rodoreda, 7 (Instal·lacions esportives de l'Escola Sant Gregori). Concentració de la cursa a la cruïlla del C. Bellesguard i C. Mercè Rodoreda.

Aparcament **NO** permès en els carrers marcats amb vermell, entre el dissabte a la 13,30h i el diumenge 14.00h.

El tram del C. Bellesguard des de la cruïlla amb el C. Carles Riba fins al final i C. Mercè Rodoreda fins al final només circulació permesa als veïns i vehicles de l'organització, hi haurà un control de seguretat i dues tanques a la cruïlla esmentada.



4. Talls de carretera

A les carreteres afectades s'efectuaran talls intermitents a mesura que passen els corredors vigilats per controls de seguretat de l'organització, G.Urbana de Barcelona i agents de Trànsit.

Cruïlla Coll de Can Cuiàs Ctra. BV-1468, 10,5 Km (Santa Creu d'Olèrdola-Sarrià), talls intermitents entre les 09.30h i les 12h.



Cruïlla Ctra. Vista Rica (BV-1418), 2,8 Km, talls intermitents entre les 9.45 i les 13.30h.



5. Responsabilitat mediambiental

En el disseny i traçat de la cursa, es tenen en compte les diferents zones per on transcorre la cursa i el seu possible impacte mediambiental. Per aquets motius es prenen les següents mesures:

- L'itinerari de la cursa transcorre per pistes forestals i senders marcats, reforçant amb més controls de pas els llocs que el corredor podria no seguir la senyalització i sortir del recorregut autoritzat pels serveis tècnics del Parc.
- Es reforçarà amb més controls de pas la baixada a la Font de l'Espinagosa pel seu desnivell i humitat, el pas per sota la Ctra. BV-1462 en el revolt de les Monges per ser una zona inundable i el GR92 fins el Coll de la Vinassa per la dificultat tècnica i el fort desnivell.
- Els avituallaments es col·loquen en zones de fàcil accés amb vehicle, amples i de fàcil neteja. En tots els avituallaments s'hi instal·len contenidors de brossa selectius.
- El recorregut es senyalitza mitjanant banderoles amb cinta plàstica, pintura efímera a terra i plaques amb fletxes vermelles direccionals.
- Un cop la cursa ha finalitzat, es recullen tots els avituallaments i els elements de senyalització de tots els recorreguts.

6. Seguretat, assegurances i avituallaments

6.1 Seguretat

- Per al bon desenvolupament de la cursa, l'organització dota tot el recorregut de diferents avituallaments, controls de pas i a les cruïlles de carreteres agents de trànsit i G.U. de Barcelona donaran suport als controls de l'organització.
- Els controls de seguretat estan coberts per més del de 40 voluntaris distribuïts per tot el recorregut de la cursa proveïts d'una armilla reflectora com a mesura de protecció i telèfon mòbil carregat per comunicar 'se amb l'organització.



6.2 Assegurances

- Tots els participants obligatòriament han de disposar de l'assegurança d'accidents esportius o be la corresponent llicència federativa, en cas contrari, el Centre Excursionista de Catalunya els hi tramitarà una de temporal (1 dia) quan realitzi la seva inscripció amb la Companyia ZURICH, nº de pòlissa 00000110099827 de la que es titular el Centre Excursionista de Catalunya.
- El Centre Excursionista de Catalunya té contractada la pòlissa d'assegurança de responsabilitat civil nº 00000014801039 en les condicions i cobertures que estableix la normativa vigent amb la Companyia ZURICH.

6.3 Avituallaments

- **Mitja Marató** 3 avituallaments líquids i sòlids:
 - Pl. Mireia (Sant Just Desvern)
 - Àrea de lleure de Sta. Maria de Vallvidrera (Barcelona)
 - Instal·lacions esportives Escola Sant Gregori
- **Cursa dels Raions** 2 avituallaments, líquid i líquid i sòlid
 - Ctra. de les Aigües, punt km 2,1 del recorregut
 - Instal·lacions esportives Escola Sant Gregori



8. En cas d'accident



a. Suport sanitari

L'organització disposa de dos ambulàncies amb dos tècnics sanitaris, correctament ubicades per poder accedir amb facilitat a qualsevol punt del recorregut pels primers auxilis en cas d'accident, malaltia o crisi sobtada :

1. Escola Sant Gregori (Barcelona)
2. Coll de Can Cuiàs (Barcelona-Sarrià)

Serveis d'emergència propers

Hospital	Hospital Universitari de la Vall d'Hebron	93 274 60 00
Bombers Caserna	Parc de Bombers de Vall d'Hebron	080
Comissaria Guàrdia Urbana	Unitat Territorial de la G.U. de Sarrià-Sant Gervasi	092
Comissaria Mossos d'E.	Àrea Bàsica Policial Sarrià-Sant Gervasi	9330 23 11

Rutes d'evacuació i vies d'accés en cas d'accident

Rutes d'evacuació i de sortida en cas d'accident o incident	Ctra. BV-1468, BP-1417 i Rnda. de Dalt
Vies d'accés dels serveis en cas d'accident o	Pistes interiors del Parc de



9. Protocol bàsic per a la minoració del risc de contagi de Covid-19

Aquestes mesures s'ampliaran o bé es reduiran en funció de la situació epidemiològica quinze dies abans de la cursa. (19/12/2021).

- Els participants i assistents hauran de fer ús de la mascareta quan accedeixin al recinte esportiu.
- Els participants hauran de dur la mascareta posada fins que no es doni el tret de sortida.
- Els participants han de dur la mascareta posada per accedir als avituallaments i a l'arribada a meta. També serà obligatori dur la mascareta durant l'entrega de premis.
- Els participants no podran quedar-se a la zona d'arribada i als avituallaments després de avituallar.
- Els acompanyants no podran accedir al perímetre delimitat de sortida i arribada, però sí que podran fer el seguiment de cursa fora d'aquestes limitacions respectant sempre la distància de seguretat i garantint la seguretat dels participants.