



ENTREGA DORSALES

- Presentaros a recoger el dorsal con:
 - DNI
 - Si queréis recoger el dorsal de algún otro corredor, deberéis llevar su DNI originales, en fotocopia o bien en foto que sea pueda leer
 - Lugar entrega dorsales:
 - **PARC PINARET FIRA CAMBRIBIKE**
 - Sábado, 28 Septiembre de 19h-20h
 - Domingo 29 Septiembre de 7.45 a 8.45h
 - Posibilidad de hacer inscripciones presenciales

ACOMPAÑANTES

- Disponéis de las actividades de la Fira Cambribike. Podéis consultar www.cambri.bike

PLANIFICACIÓN DEPORTIVA

ACTUALIZACIÓN DE RECORRIDOS DE ÚLTIMA HORA

- Este año se repiten los recorridos 2018, con alguna pequeña modificación para mejorar la seguridad del recorrido. El track se ha actualizado el 26/09/2019 y está disponible en la web de la carrera y adjuntamos aquí:
 - 42k: <https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/42km-cambribike-btt-2019-actualizado-26-9-2019-41696279>
 - 35k: <https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/36km-cambribike-btt-2019-actualizado-26-9-2019-41696300>
 - 19k: <https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/19k-btt-cambribike-2019-29425941>

MARCHA CICLISTA / CRONOESCALADA

- La Cambribike **NO ES UNA CARRERA DE BTT**. Se trata de una **MARCHA CICLISTA** con 3 distancias y hay un solo tramo CRONOMETRADO para las distancias de 42k y 35k entre los puntos km 15 y 17,5. La única clasificación del evento será de éste tramo cronometrado. **EL RESTO DEL RECORRIDO SIEMPRE ESTA ABIERTO AL TRÁFICO Y HAY QUE RESPETAR LAS NORMAS DE TRÁFICO**.
- Este año la nueva actuación de Mossos va a ser la de no asistir a las marchas ciclistas de BTT por lo que en todo momento y en todos los cruces, **LA RESPONSABILIDAD DE ACTUAR CON SEGURIDAD ES EXCLUSIVA DEL PARTICIPANTE**. En algunos cruces encontraréis voluntarios

para mejorar la seguridad, pero aun así, **SERÁ VUESTRA RESPONSABILIDAD CRUZAR CON SEGURIDAD.**

- **En especial**, os pedimos **máxima precaución** en el **cruce de la carretera T-310** a su paso por Montbrió del Camp. Es un punto conflictivo que desde la organización se ha reforzado a nivel de seguridad pero que **este año no estará gestionado por Mossos**, por lo que los coches en este punto circularan a gran velocidad.
- El tramo de la **CRONOESCALADA** (km 15 a 17,5) este año se realiza a través de aplicaciones, por lo que **SERÁ OBLIGATORIO PARAR ANTES DEL ARCO DE SALIDA** y a la señal del juez controlador iniciar vuestro parcial. Aquellos que no sigan este protocolo no tendrán tiempo de la cronoescalada. Tal vez pueda haber algo de cola de 1 o 2 minutos máximo: aprovechar para estirar o revisar la mecánica de la bici. **El juez controlador dará una salida cada 5-10 segundos, tipo contrarreloj.** Los que vayáis en grupitos, os podéis esperar al final de la Cronoescalada en el avituallamiento para continuar juntos la marcha ciclista.
- La CRONOESCALADA tiene 3 categorías dónde se juntan tanto los participantes de 42k como los de 35k en una sola modalidad. Se entrega premio a los 3 primeros de cada categoría:
 - Clas. Femenine
 - Clas. Masculina
 - Clas. E-bike
- La MARCHA CICLISTA la abre una **moto de la organización**. Ningún participante deberá adelantar a la misma, ya que esta marca el ritmo para seguir con el rutómetro autorizado.

SERVICIOS CARRERA: FISIOTERAPEUTAS / DUCHAS/AVITUALLAMIENTO META / FIRA

- Habrá un servicio de fisioterapia en Meta a la llegada.
- Tendréis duchas en el campo de Fútbol, muy cerca de la zona de Meta.
- Habrá Avituallamiento de meta, pero para acceder a él deberéis ir con la pulsera que encontraréis en la bolsa del corredor. Sin esta pulsera no tendréis acceso al avituallamiento. Os aconsejamos que ya por la mañana os la pongáis en la muñeca.
- Fira CAMBRIBIKE. En la meta podréis disfrutar de las actividades de la Fira. Tenéis más información aquí: www.cambri.bike

DESVIO 42K-35K

- Al llegar a Duesaigües, tendréis el desvío de las dos distancias. Según os encontréis, podréis hacer una o la otra. No afecta por temas logísticos. Sólo os pedimos que los que queréis cambiar de 35k a 42k estad seguros que tenéis fuerzas para afrontar el bucle extra de 7km y 350m de desnivel positivo.

CONTROL DE MATERIAL

- En la salida se comprobará el siguiente material:
 - De seguridad: casco homologado.
 - De control: dorsal de BTT colocado en la parte delantera.
 - De material: Bicicletas **E-BIKES**. **Aquellos corredores que participéis con bicicletas e-bike, debéis notificarlo al recoger el dorsal!!!**

- Aún así, será responsabilidad de participantes llevar consigo aquel material que consideren oportuno para superar con éxito el desafío planteado: mochila, impermeable, guantes, gafas protectoras, etc...

E-BIKES

- Se permite la participación de las E-BIKES en todas las distancias.
- Se crea una clasificación única para E-bike en la Cronoescalada.
- Así mismo, y con el objetivo de ser fieles al rutómetro (timing) cada punto de control CP dispondrá de una hora de apertura, antes de la cual no se dejará salir a ningún ciclista, por consiguiente, no se podrá adelantar a la moto que abre la marcha.

PUNTOS AVITUALLAMIENTO EN CARRERA

- Los puntos de avituallamiento se dividen en:
 - **Km 10_AV1** Avituallamiento LIGERO: Fruta (plátanos-naranjas), Frutos secos, Agua, Bebida energética Aquarius o Isotónico, Coca-cola, gominolas, barritas.
 - **Km18_AV12** Avituallamiento LIGERO: Fruta (plátanos-naranjas), Frutos secos, Agua, Bebida energética Aquarius o Isotónico, Coca-cola, gominolas, barritas.
 - **Km26 (35k) – km 34 (42k)_AV3** Avituallamiento LIGERO: Fruta (plátanos-naranjas), Frutos secos, Agua, Bebida energética Aquarius o Isotónico, Coca-cola, gominolas, barritas. El Avi 3 está situado en el mismo punto que el Avi 1.

ASPECTOS TÉCNICOS

- **MARCAJE:** al tener tres recorridos se ha procedido a marcar de la siguiente manera:
 - **SALIDA A AVI1 (KM10)**
 - Cinta blanca-azul marca DECATHLON
 - Los que hagan el recorrido de 19k sólo seguirán este marcaje **azul-blanco**.
 - **AVI1 a AVI3:**
 - Este tramo se cambia de color de cinta y se sigue la cinta color **AMARILLA-NEGRA** texto RACE – NO TOCAR
 - Los que hacen la distancia de 35 o 42, a partir del Avi1, cambian el color de la cinta hasta retornar al mismo avituallamiento que ya será el Avi3.
 - **AVI 1/AVI 3 A META:**
 - Marcaje con cinta azul-blanca DECATHLON.
 - A partir del Avi3 hasta meta se vuelve a usar la cinta **azul-blanca**.
- **CRUCES DE CARRETERAS:** es vital que los corredores entiendan que es su responsabilidad cruzar o circular por las carreteras y caminos de forma respetuosa cumpliendo el Reglamento de Tráfico. Aunque estéis en una marcha ciclista **no tendréis ningún tipo de prioridad**. Todos aquellos cruces en que no veáis la policía, haya o no personal de la organización, cruzad con mucha precaución ya que seréis unos usuarios más para los otros ocupantes de la vía pública. Asimismo, insistimos en llevar siempre una velocidad adecuada al nivel técnico de cada participante y con la previsión que puedan aparecer obstáculos previstos o no previstos y poder esquivarlos.
- **CAMBRIBIKE BTT NO ES COMPETICIÓN.** La normativa entiende que las pruebas de competición han de estar totalmente cerradas al tráfico, por lo que la CAMBRIBIKE BTT 19 ha sido catalogada como

prueba **NO COMPETITIVA** por el hecho que **se realiza con el tráfico abierto**. Sólo el tramo de la Cronoescalada tendrá cronometraje.

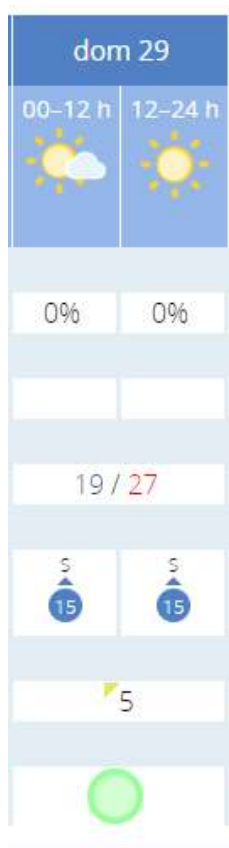
- **VELOCIDAD ADECUADA A VUESTRO NIVEL:** es vital que cada participante **SIEMPRE** lleve una velocidad que le permita superar cualquier obstáculo (previsto o imprevisto) en todo momento.
- **TRAMOS TÉCNICOS:** la pedalada, en general no presenta tramos técnicos, aun así, en aquellos puntos que hemos previsto algo de dificultad, encontraréis carteles de precaución por caída: normalmente están en las bajadas.
- **CIERRES HORARIOS:** Existe un cierre horario a las 13h en Cambrils.

MEDIO AMBIENTE – ECORESPONSABLES

- Respetad la naturaleza y os pedimos: no tirar basura ni desechos, no salir de los caminos, respetar la fauna y la flora, etc.

METEOROLOGÍA

La previsión es buena, sin lluvias ni el día de la prueba ni los anteriores, con algo de frío matinal y una temperatura máxima de 19°C a medio día.



Buena pedalada y mucha suerte a todos,

Equipo CAMBRIBIKE BTT>>

