



ENTREGA DORSALS

- Presenteu-vos a recollir el dorsal a *La Renaixença* (teatre de Cornudella de Montsant) amb:
 - DNI
 - LLICÈNCIA (qui en tingui)
 - ARMILLA REFLECTANT
 - **IMPORTANT**, qui no presenti la llicència, tot i que en tingui, haurà d'abonar l'import d'una llicència temporal.
 - **TOTS** els dorsals s'entregaran a Cornudella de Montsant, també els del HALF TRAIL.
 - *La Renaixença* està situada a la carretera, 100 m al nord de l'Oficina de Turisme (lloc de sortida).
 - Si voleu recollir el dorsal d'un altre corredor haureu de portar els seus documents (DNI + LLICÈNCIA), originals, en fotocòpia o bé en foto que sigui llegible

CRONOMETRATGE **LIVE TRAIL** I SEGUIMENT EN TEMPS REAL

- El sistema de cronometratge de les curses és amb xip LIVE TRAIL.
- El xip de cronometratge LIVE TRAIL ja està integrat al dorsal. És d'un sol ús i no cal retornar-lo a l'arribada.
- Cada cop que passeu per un control amb LIVE TRAIL haureu de fer cua per ordre d'arribada i esperar a que el lector us detecti. Acte seguit les vostres dades ja estan al web en temps real.
- **SEGUIMENT LIVE TRAIL:** al següent enllaç <http://utmontsant.livetrail.net> Només cal que poseu el dorsal o el cognom de la persona a seguir. Dóna informació del darrer control passat, la posició al mapa i al relleu, i la previsió de pas pel següent control. No dubteu en passar l'enllaç als vostres familiars i amics.
- **FACEBOOK:** Amb l'enllaç que teniu a continuació, de forma automàtica, els vostre pas pels controls també apareixerà al vostre mur.
 - <https://apps.facebook.com/livetrail-net/>
- **TWITTER:** [hashtag #UTSM2013](#)
- També hi haurà controls de pas sense sistema *Live Trail*, amb jutges controladors.

SERVEIS CURSA: PODOLOGIA & FISIOTERAPEUTES / DUTXES/AVITUALLAMENT META / BOSSA DE VIDA

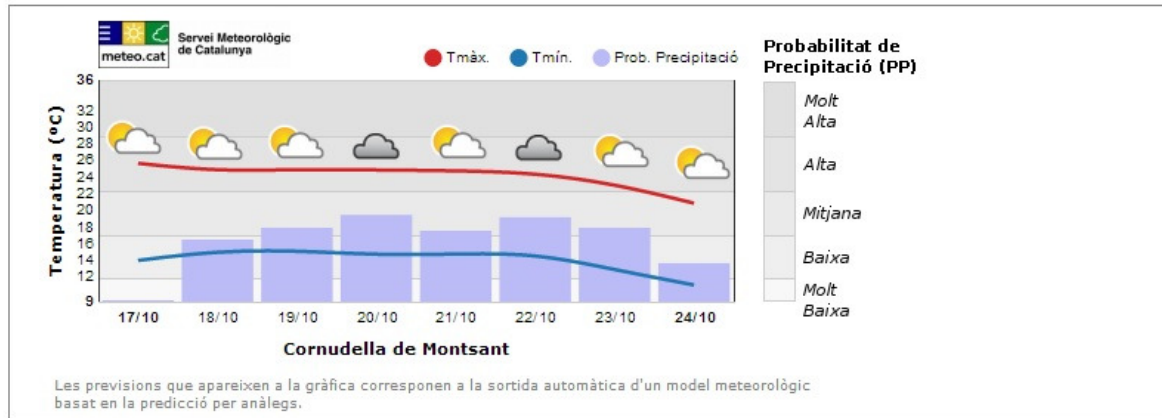
- Hi haurà un servei de podologia i fisioterapeutes a Cornudella de Montsant, Cabacés i Escaladei, a càrrec de [ENRIC VIOLANT](#); SIMONET ESPAI SALUT; FISIOSALUT i la URV.
- En acabar la cursa, tindreu dutxes d'aigua calenta a **Lo Refugi**.
- Els Finishers de la Half i el Ultra Trail, a Lo Refugi, també tindreu un plat d'escudella a consumir quan us vingui de gust (abans del tancament de meta).
- Només per als corredors de la UTSM, en recollir el dorsal us facilitem la BOSSA DE VIDA: 45cm x 55cm. Us la traslladarem a Cabacés. Cal depositar-la a la zona de sortida (lloc habilitat) ben tancada i amb el número de dorsal. L'organització no es fa responsable del material que hi hagi a l'interior.

CONTROLS VISIBLES I NO VISIBLES

- Al mapa que s'entregarà i a la taula tècnica publicada, només hi ha una part dels controls visibles, hi podrà haver però altres controls no assenyalats al mapa pels que passareu en fer el recorregut assenyalat per cada cursa.

EL TEMPS

El Priorat - Cornudella de Montsant



METEOROLOGIA

- La previsió meteorològica serà favorable pel que fa a fred i pluja, però **ATENCIÓ** a la CALOR. A mig dia poden haver temperatures elevades.
 - No s'hi afegeix cap element extra de seguretat per aspectes meteorològics.
- En previsió de la meteorologia FAVORABLE, el material mínim obligatori demanat no exigeix a cada participant de portar a sobre el material que estimi adient a les seves capacitats i necessitats.

MATERIAL REFLECTANT

- Cada corredor, i segons la normativa de seguretat vial en vigor (article 123), haurà de portar material reflectant i visible a 150 m (armilla reflectant del cotxe homologada o llums blanca davant /vermella darrera).
- Per tal de poder retirar el dorsal, l'organització us demanarà que mostreu l'armilla reflectant del cotxe (PER COMPROBAR QUE COM A MÍNIM TENIU UN DELS DOS ELEMENTS DEMANATS PERLLEI). En cap altre punt de la cursa us demanarem aquest material i ja serà voluntat i responsabilitat de cada corredor complir amb el que marca la llei del [Reglament de Circulació](#).

CONTROL DE MATERIAL

- Per accedir al recinte de sortida, es realitzarà el control d'una part o de tot el material.
- En arribar a META hi haurà un altre control de material EXHAUSTIU dels corredors/es que optin al pòdium.
- Hi podrà haver controls de material sorpresa durant la cursa, a realitzar pels Jutges Controladors.
- MATERIAL IMPERDIBLES: penseu en agafar imperdibles o bé sistema de subjecció del dorsal. Aquest ha d'anar sempre al davant i ben visible.
- MATERIAL PER BEURE: l'organització no donarà cap got als punts d'avitallament. Tampoc trobareu gots a la bossa del corredor. A la FIRA UTSM tindreu la possibilitat de comprar el GOT OFICIAL UTSM: de silicona, de colors vius i extensible. Preu 6€.

PUNTS AVITUALLAMENT – ASSISTÈNCIA PERMESA UTSM - HALF

- Els punts d'avituellament **AV1** seran Ulldemolins, a les piscines, i Escaladei, a la Sala Polivalent.
- A Cabacés, *Bar La Societat* hi haurà el **AV2**
- Aquests són els punts d'avituellament autoritzats al Reglament 2013, només en aquests punts serà permesa l'ajuda externa.
- De forma excepcional, i motivat per les condicions meteorològiques, també es permetrà l'assistència al CP7 a Margalef.
- Al la cursa TRAIL 26 km, només hi haurà avituallaments a Albarca i La Morera de Montsant: atenció a la zona de la Serra Major, ja que no hi haurà cap avituallament possible.

PASTA PARTY

- Divendres, a partir de les 21h, a *Lo Refugi*, s'oferirà un menú *Pasta Party*
 - Plat de pasta
 - Pollastre al Forn
 - Gelat
 - Aigua i vi.
 - **Preu: 10€**
 - **IMPRESINDIBLE RESERVAR**
 - Contactar directament amb *Lo Refugi*: poques places disponibles.
 - Tel. 977 82 13 13

FIDEUÀ PARTY

- El dissabte i el diumenge, hi haurà una *Fideuà Party* a *Lo Refugi*: amanida, fideuà i postre.
- Els tiquets només es podran comprar en retirar els dorsals, al preu de **10€**.

ACOMPANYANTS

- Als acompanyants que segueixin la cursa, els hi recomanem passar per Albarca, Ulldemolins, St Antoni, Margalef, La Bisbal de Falset, Cabacés, La Figuera, Les Vilelles –Alta i Baixa-, Escaladei i la Morera de Montsant. Al web de naturetime.es podeu consultar els TIMMING ENTRE POBLACIONS, veure DOCUMENT TÈCNICS.
- En la recollida de dorsals, es podran demanar mapes turístics de la zona per moure's amb vehicle.
- També hi haurà:
 - Inflables per als més petits.
 - Excursió Guiada per Siurana.
 - Visita a Celler de la zona.