ESPAÑOL - COMUNICADO TÉCNICO Nº1 GFMB 15 NOVIEMBRE 2026

PLANIFICACIÓN VIAJE

CENA OFICIAL & ALOJAMIENTOS

- Sábado 14, a partir de las 20h y hasta las 21.h en el restaurant de la **Fonda Toldrà** se ofrecerá LA CENA OFICIAL MONTSANT BIKE, un menú *Montsant Bike: 4 primeros y 4 segundo a elegir + pan+vino/agua + postre*
    - **Precio: 20€**
    - **CONTACTAR PARA RESERVAR PUES LAS PLAZAS SON LIMITADAS**

- **WHATSAPP: 660450011 / Tel. 977 561537 / www.fondatoldra.com**

    - **IMPRESCINDIBLE RESERVAR PRONTO!!! Plazas limitadas!!**

ALOJAMIENTOS

- ULLDEMOLINS:
    - Camping Montsant Park. 977 561 708 / 648 291 636 / 685 807 271

- PRADES
    - **Camping Prades Park** es una de las mejores opciones de alojamiento de la Montsant Bike 2026. Se encuentra a 6km de la Salida. Camping de 1ª categoría con bungalow de diferente tamañoideales para compartir. También dispone de parcelas. Identificaros como participantes del evento Montsant Bike si pedís información. Telf. 977 868 270. // www.campingprades.com

ENTREGA DORSALES

- En la web disponéis del LISTADO DE DORSALES OFICIAL (Datos Técnicos).
- Presentaros a recoger el dorsal con:
    - DNI
    - Si queréis recoger el dorsal o bolsa del corredor de algún otro corredor, deberéis llevar su DNI originales, en fotocopia o bien en foto que se pueda leer
    - Lugar entrega dorsales:
        - **LOCAL SOCIAL ULLDEMOLINS, C/ Eixarts, Ulldemolins**
            - Sábado, 14 Noviembre de 19.00h a 20.30h.
            - Domingo, 15 Noviembre de 7h a 7.45h (Adventure-Extrem) / 8:15h a 9.15h (Open)

PLANIFICACIÓN DEPORTIVA

ACTUALIZACIÓN DE RECORRIDOS

- Los últimos tracks, perfiles y timmings están actualizados a 09 NOVIEMBRE 2026.
- Están subidos en la web de la carrera www.montsantbike.com (recorridos, datos técnicos)
- **El terreno está húmedo y no hay previsión de lluvias fuertes los días previos.**
- Los recorridos están bien en su gran mayoría, pero puede haber alguna zona o paso puntual con dificultad. Hay que tener en cuenta:
    - El terreno presenta pequeñas zonas intermitentes no ciclables como pasos de riachuelos, socavones, zonas dónde la arena compacta ha desaparecido y queda la piedra rota expuesta.
    - Algunos tramos son sólo de 3 a 10 metros y otros son algo más largos de 50m.
    - La consecuencia de esta situación es que hay que llevar una velocidad adecuada para poder sobrepasar estos obstáculos con seguridad en todo momento, ya que puede haber algún obstáculo o situación no ciclable sin ningún tipo de aviso sobre el terreno.
    - Sobre el terreno hay algún tramo no ciclable marcado, pero no están todos. Los avisos de tramos no ciclables son a nivel informativo, no porque tengáis que bajar de la bici, sino para informaros que la ciclabilidad es complicada. Si tenéis destreza podéis ir pedaleando.
    - En el recorrido **ADVENTURE-EXTREM**, en el **km 13 y km 18.4**, hay una cadena y una barrera que dificulta el paso a los vehículos, pero no a las bicicletas. Pasar por un lateral. Están en un tramo neutralizado.
    - En el recorrido **ADVENTURE-EXTREM**, en el **km 23,7**, se ha creado un **tramo no ciclable,** motivado por evitar el cruce del río y la continuidad por carretera. (200m)
    - En el recorrido **ADVENTURE-EXTREM**, en el **km 42,5**, se ha creado un **tramo no ciclable,** motivado por motivos de fauna y preservar al águila cua barrada (200m)
    - **OPEN: ATENCIÓN**- El tramo comprendido entre Albarca **km 9,7** (CP1 OPEN) y la unión con los recorridos EXTREM-ADVENTURE (**km 12,8**) existen varios obstáculos a tener en cuenta en zona de bajada. Id con precaución.

DOCUMENTOS TÉCNICOS

- Os facilitamos los documentos técnicos que tenéis también en la web:

TIMMING: https://www.naturetime.es/wp-content/uploads/2026/11/TIIMING-GFMB-26_OFFICIAL_V3.pdf

PERFILES: https://www.naturetime.es/wp-content/uploads/2026/11/perfiles-2026_ok_V3.pdf

TRAKCS WIKILOC:

- EXTREM: https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/extrem-2026-montsantbike-v3-295844467

- ADVENTURE: https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/adventure-2026-montsantbike-v3-295847064
- OPEN: https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/open-2026-montsant-bike-v3-295848852

CONTROL DE PASO SISTEMA *RUNÁTICA-NATURETIME*

- El sistema de control de paso de los recorridos es con sistema de chips y control de dorsal digital.
- Tanto en los CP START como los CP STOP **hay que parar y validar el paso**. En caso de que un ciclista no pare, es posible que no registre el tiempo y en consecuencia su tiempo será penalizado.
- El hecho de parar está justificado ya que el motivo de los tramos de enlace es la reducción de la velocidad por seguridad. Un **STOP CRONO** dará fin al tramo ESPECIAL MONTSANT BIKE y el siguiente **START CRONO** dará inicio al nuevo TRAMO ESPECIAL MONTSANT BIKE. Revisad el documento **TIMMING** de cada recorrido dónde se ve qué CPs son START y cuáles son STOP.
    - Extrem: 3 tramos especiales.
    - Adventure: 3 tramos especiales
    - Open: 1 tramo especial.
- A todos aquellos bikers que no validen bien un Control de Paso, se les aplicará la menor neutralización posible entre tramos, **sin poder hacer rectificaciones en meta**, a menos que puedan justificarlo.
- Al llegar a meta, los participantes de **ebike** y los **equipos**, deben acreditarse al cronometrador.
- Montsant Bike no es una carrera entre la salida y la meta. No es importante quién llegue primero a meta**. Se contabiliza sólo los tramos especiales!**

SERVICIOS CARRERA: FISIOTERAPEUTAS / DUCHAS/AVITUALLAMIENTO META / LAVADERO BTT

- **FISIOTERAPEUTAS**: En meta de 12.00h a 16.30h.
- **MECÁNICA MONTSANT BIKE**: **Mariné Biclicletes** (Cambrils y Tarragona) ofrece servicio de mecánica de bicis en Cornudella de Montsant, en el avituallamiento para todos (10h a 14h).
- Este año **no podremos** ofrecer duchas de agua caliente a la llegada a meta. No hay en la zona infraestructura adecuada para acoger a tantos usuarios. Sí habrá vestuarios donde podréis asearos y duchas (sin garantía que salga caliente el agua, depende del consumo).
- **En meta** tendréis un lavadero de BTT con una máquina de agua a presión.
- Para acceder al avituallamiento de meta, debéis acceder con el **ticket** que os entregamos en la meta. Este año disfrutaréis de un tastet de la exclusiva **TRUITA EN SUC d'ULLDEMOLINS** que se acompaña con pasta party.

CONTROLES VISIBLES Y NO VISIBLES

- En el TIMMING publicado, sólo hay una parte de los controles visibles, podrá

haber otros controles no señalados en el mapa por los que pasaréis al realizar el recorrido señalado para cada carrera

MARCHA NO COMPETITIVA CON TRAMOS ESPECIALES

- **La Montsant Bike 2026** es una **MARCHA NO COMPETITIVA** con **tramos especiales**. Los tramos especiales se encuentran en zonas de pistas y caminos/sendas en los que se tendrá el tiempo de inicio y final de cada tramo.
- Todos los recorridos de la MONTSANT BIKE 2026 **son con tráfico abierto**, **incluso los tramos especiales**. Por lo que todos debéis seguir siempre las normas de circulación, en especial en las pistas asfaltadas, zonas urbanas y paso de carreteras.
- El tiempo de los tramos especiales sumado será vuestro tiempo oficial, descartando el tiempo empleado en los tramos de enlace. Los tramos especiales aportan un componente estratégico a la pedalada en la autogestión del tiempo. Los avituallamientos importantes se encuentran fuera de los tramos especiales.
- En los documentos PERFIL y el TIMMING tenéis marcado los tramos especiales y los CONTROLES DE PASO.
    - EXTREM: 3 tramos especiales.
    - ADVENTURE: 3 tramos especiales.
    - OPEN: 1 tramo especial.

- El tiempo empleado fuera de los tramos especiales (tramos enlace) no sumará tiempo al tiempo oficial de cada ciclista. Es un tiempo **NEUTRALIZADO**. No hay límite de tiempo en cada tramo neutralizado, aun así, este tiempo **sí afecta** a las **HORAS DE CORTE y TIEMPOS MÁXIMOS** para llegar a meta. Pararse en exceso en estos puntos puede implicar llegar tarde a una hora de corte y quedar eliminado de la pedalada.
- La suma del tiempo empleado en los **TRAMOS ESPECIALES** será el tiempo oficial de cada ciclista.
- Los Controles de Paso (CP) que activan los tramos ESPECIALES son los **START CRONO**. Mientras que los CP que finalizan el tramo ESPECIAL son los **STOP CRONO**.
- **IMPORTANTE**: Para poder contabilizar correctamente qué tiempo corresponde a cada TRAMO ESPECIAL, hay que pasar **en orden** todos los Controles de Paso, según el documento **TIMMING**. Y hay que asegurarse que el chip ha registrado bien la información. Si no se respeta este orden ni la forma al pasar los controles y no se registra dicho tiempo, el sistema de aplica la sanción de forma automática.

- Para el recorrido **Adventure-Extrem**, el primer tramo desde la salida se hará por carretera con policía delante y detrás de pelotón hasta desvío al primer camino(km 11,5). No se podrá sobrepasar la moto de la policía delantera. Este tramo no es un tramo especial, habrá que ir siempre por la derecha y servirá para ir posicionándose dentro del pelotón. Tener precaución a la salida al paso por el pueblo de Ulldemolins, por ser muchos ciclistas juntos y calles estrechas. Esperad a estar en la carretera para ir adelantando.

- **CORRECIÓN TIMMING OPEN**: Hay un error en el kilometraje del primer tramo neutralizado hasta el CP1 Albarca, éste se encuentra en el **km 9.7** de recorrido

y no en el 8,7.

FORMATOS DE SALIDA

- Para la edición **2026** se establecen las salidas de la siguiente manera:
  - ADVENTURE/EXTREM:
    - Salida en masa a las 8h
    - Apertura de control de firmas a 7.30h (con chip)
    - Recomendamos no intentar ganar posiciones por el centro urbano de Ulldemolins. Tendréis 11km de carretera para ir encontrando vuestro lugar en el pelotón.
  - OPEN:
    - Salida en masa a las 9.30h BIKE MUCULAR y a las 9.35h E-BIKE
    - Recordad que entre Ulldemolins y el km 9.7, estáis neutralizados y no se cuenta el tiempo. Atención al cruce de la carretera C242 en el Coll Albarca.

CONTROL DE MATERIAL

- En esta edición sólo se va a controlar el material:
  - De seguridad: casco homologado y 1 bidón mínimo 0.5 litro de bebida. **Chaqueta impermeable** o similar.
  - De control: un chip por corredor en su dorsal, con bridas en la parte delantera de la bici
  - De progresión: GPS (uno por corredor o uno por equipo sólo para recorridos Adventure-Extrem)
  - De material: Bicicletas **EBIKES:** Aquellos corredores que participéis con bicicletas e-bike, **debéis notificarlo al recoger el dorsal**.
- Aun 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…
  - 48h antes de la marcha, podremos activar material extra de seguridad en función de la meteorología.

E-BIKES

- Se permite la participación de las E-BIKES en todas las distancias: el motivo es que todos aquellos bikers que han decidido disfrutar de la mountain bike desde este ámbito lo puedan seguir haciendo, aun teniendo una amplia ventaja respecto a las bicicletas musculares al disponer de diferentes tipos de ayuda. Aun así, también hay mucha diferencia entre diferentes tipos de e-bike a nivel de potencia y tipo de baterías.
- Entendemos el uso de una bicicleta e-bike dentro de la MONTSANT BIKE como una ayuda para poder complementar el recorrido exigente y, en

ningún caso, como una carrera forzando los rutómetros oficiales.
    - Así mismo, y con el objetivo de ser fieles al rutómetro (timming) cada punto de control **CP START** dispondrá de una hora de apertura, antes de la cual no se dejará salir a ningún ciclista. Ninguna e-bike podrá salir de un **control START** antes que lo haga una bici BTT normal. En caso de llegar antes, tendrán que esperar a que la primera bici habrá el control

PUNTOS AVITUALLAMIENTO EN LA MARCHA

- Los puntos de avituallamiento se dividen en:
    - **AV1** Avituallamiento LIGERO: Fruta (plátanos-naranjas), Frutos secos, Agua, Coca-cola, gominolas.
    - **AVI2** Avituallamiento COMPLETO: AVI1 + bocadillos de queso, jamón y Nocilla. También isotónico.
- Revisar en el documento **TIMMING** dónde se encuentran dichos avituallamientos y la distancia entre ellos.
- Agua: Disponéis de la siguiente agua por corredor:
    - Margalef: 0.5L
    - Cabacés: 1L
    - La Morera de Montsant: 0.5 L
    - Cornudella de Montsant: 1 L
    - Coll Salvadoret: 0.5 L

ASPECTOS TÉCNICOS

- En la web disponéis de la **última actualización del Reglamento** que incluye un apartado de **Aspectos Técnicos** importante de leer para entender el desarrollo de la **GFMB 2026.**
- Recordad los cierres de cada control. En caso de llegar tarde, la organización os facilitará una solución de retorno a Ulldemolins, ya fuera de la pedalada. No es un servicio de taxi y se irá desplazando a los abandonados a en la medida que la logística lo permita.
- **MARCAJE**: al tener tres recorridos se ha procedido a marcar de la siguiente manera:
    - **EXTREM :**
        - Sólo las zonas no ciclables,al inicio de las mismas. Obligatorio el uso de GPS. A partir que el recorrido Extrem se junta con el recorrido Open (km65.3), también estará encintado.
        - Los escobas de la distancia Open irán recogiendo las cintas antes que pasen todos los de la modalidad Extrem, por lo que es posible que algún ciclista rezagado de Extrem nunca las vea**.**



    - **ADVENTURE :**
        - Sólo las zonas no ciclables,al inicio de las mismas. Obligatorio el uso de GPS. A partir que el recorrido Adventure se junta con el recorrido Open (km 65.3), también estará encintado hasta que

se desvía en el Coll Salvadoret (km 69.6).

- A partir de Coll Salvadoret hasta el **km 73.4**, la modalidad Adventure sigue por un itinerario diferente a la Extrem/Open. Es el itinerario sin marcaje. Y del km 73,4 a meta, vuelve a estar marcado.
- Los escobas de la distancia Open irán recogiendo las cintas antes que pasen todos los de la modalidad Adventure, por lo que es posible que algún ciclista rezagado de Adventure nunca las vea o las vea en zonas puntuales.

- **OPEN:**
  - Marcaje encintado normal. Aproximadamente una cinta cada 50m.
  - Marcaje: cinta roja-blanca (Coca-cola)
  - No marcamos en el suelo!! Asegurar los cruces!!

- **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** excepto los lugares en que estén los agentes de tráfico (policía) y éstos detengan los vehículos. 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 no previstos y poder esquivarlos.
  - **En especial pedimos mucha precaución en los cruces de carretera :**
    - **Open: Coll d'Albarca y en Prades.**
    - **Adventure: Cornudella de Montsant.**
    - **Extrem: Cornudella de Montsant y en la zona de Prades**

EN NINGÚN CASO TENÉIS PRIORIDAD POR ESTAR REALIZADO LA MARCHA CICLISTA!!!

- **MONTSANT BIKE NO ES COMPETICIÓN**. La normativa entiende que las pruebas de competición han de estar totalmente cerradas al tráfico, por lo que la MONTSANT BIKE ha sido catalogada como prueba **NO COMPETITIVA** por el hecho que **se realiza con el tráfico abierto**. El hecho de que haya tramos especiales mantiene su carácter estratégico inicial pudiendo ver al final los tiempos de los controles de paso.
- **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.
- **CIERRES HORARIOS**: Existen varios cierres horarios que limitan la continuidad en la pedalada. Estos tiempos se verán afectados por los tramos de enlace (por

lo que si en los tramos de enlace destinamos un excesivo tiempo y el ritmo de la velocidad media es lento, se corre el riesgo de llegar fuera de hora.) En caso de abandono la organización os gestionará la evacuación que no siempre será inmediata.

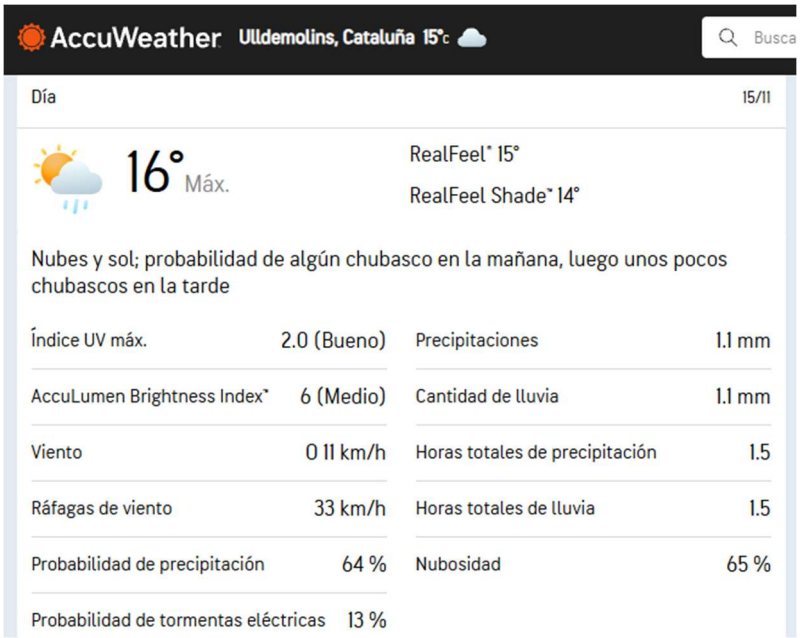
- EXTREM/ADVENTURE: Margalef START: CP1. Cierre a **9.15h**
- EXTREM/ADVENTURE: Cabacés START: CP 3. Cierre a **11.00h (flexible)**
- EXTREM/ADVENTURE: Cornudella de Montsant START: CP 6. Cierra **14.00h**
- EXTREM: Coll Salvadoret / Control de paso. Cierra a **14.55h** / Los que pasen más tarde se les desvía a Ulldemolins por el recorrido ADVENTURE de 79k. Los que les pueda afectar, tener descargado el track.
- OPEN: Avituallamiento km 18,1. Coll Salvadoret. Cierre a **13.00h**

- **METEOROLOGÍA**

La previsión para el domingo es de día soleado con frio a primera hora (10-11ºC). Y posible lluvia fina.

ATENCIÓN: Se recomienda el uso de gafas para protección ocular.

La organización se reserva el derecho de poder exigir material extra de seguridad si así lo consideramos. Si se activa este material os avisaremos durante el viernes 13 de NOVIEMBRE, vía email y en la web, en documentos técnicos.



MEDIO AMBIENTE – ECORESPONSABLES – MONTSANT A TAULA- PROMOCIÓN

- Respetad todas las normas del Parque Natural: no tirar basura ni desechos, no salir de los caminos, respetar la fauna y la flora, etc.
- La Montsant Bike colabora con el proyecto **Montsant a Taula** facilitando acercaros los productos de proximidad y calidad de los productores de la zona

de Montsant. Este año encontraréis en el avituallamiento de meta la típica y auténtica Truita en Suc, y vino en los premios.

- COOPERATIVA DE ULLDEMOLINS. No os vayáis de la Montsant Bike sin comprar alguno de los exquisitos productos de la zona: **vino, aceite, frutos secos, miel, etc**… Ecológico, saludable, km0 y contribuís con el desarrollo local y continuidad del evento. Horario de 10h a 14h.

- PARQUIN: Os facilitamos el mapa con las zonas parquin habilitadas. Os pedimos que **no** aparquéis delante de las salidas de garaje de las casas. El parquin de la zona de la cooperativa (el más grande) sí podrá usarse.



Buena pedalada y mucha suerte a todos,

Equipo GRAN FONS MONTSANT BIKE

CATALÀ – COMUNICAT TÈCNIC Nº1 GFMB 15 NOVEMBRE 2026

PLANIFICACIÓ VIATGE

SOPAR OFICIAL & ALLOTJAMENTS

Dissabte 14, a partir de las 20h i fins les 21.30h al restaurant de la **Fonda Toldrà** s'oferirà EL SOPAR OFICIAL MONTSANT BIKE, un menú *Montsant Bike:4 primers i 4 segons a escollir + pa+vi/aigua+postre*

- Preu: 20€
- **CONTACTAR PER RESERVAR JA QUE LES PLACES SÓN LIMITADES**
- **WHATSAPP: 660450011 / Tel. 977 561537 / www.fondatoldra.com**

ALLOTJAMENTS

- ULLDEMOLINS:
  - Càmping Montsant Park. 977 561 708
- PRADES:
  - El **Càmping Prades Park** és una de les millors opcions d'allotjament de la Montsant Bike 2025. Es troba a 6km de la sortida. Càmping de 1a categoria amb bungalow de diferent mida ideals per compartir. També disposa de parcel·les. Identifiqueu-vos com a participants de l'esdeveniment **Montsant Bike** si demaneu informació.
    Telf. 977 868 270. // www.campingprades.com

ENTREGA DORSALS

En la web disposeu del LLISTAT DE DORSALS OFICIAL (Dades Tècniques).

Cal presentar a recollir el dorsal amb:

- DNI
- Si voleu recollir el dorsal o bossa del corredor d'algun altre corredor, haureu de portar el vostre DNI originals, en fotocòpia o bé en foto que es pugui llegir
- Lloc entrega dorsals
  - LOCAL SOCIAL ULLDEMOLINS, C/ Eixarts, Ulldemolins
- Dissabte, 14 Febrer de 19.00h a 20.30h.
- Diumenge, 15 Febrer de 7h a 7.45h (Adventure-Extrem) / 8:15h a 9.15h (Open)

PLANIFICACIÓ ESPORTIVA

ACTUALIZACIÓ DE RECORREGUTS

- Els darrers tracks, perfils i timmings estan actualitzats a 09 Novembre 2026.
- Estan pujats a la web de la cursa **www.montsantbike.com** (recorreguts/dades tècniques)
- El terreny és humit i no hi ha previsió de pluges fortes els dies previs.
- Els recorreguts estan bé majoritàriament, però hi pot haver alguna zona o pas puntual amb dificultat. Cal tenir en compte:
  - El terreny presenta petites zones intermitents no ciclables com passos de rierols, esvorancs, zones on la sorra compacta ha desaparegut i queda la pedra trencada exposada.
  - Alguns trams són només de 3 a 10 metres i altres són una mica més llargs de 50m.
  - La conseqüència d'aquesta situació és que cal portar una velocitat adequada per poder sobrepassar aquests obstacles amb seguretat en tot moment, ja que hi pot haver algun obstacle o situació no ciclable sense cap mena d'avís sobre el terreny.
  - Sobre el terreny hi ha algun tram no ciclable marcat, però no hi són tots. Els avisos de trams no ciclables són a nivell informatiu, no perquè hagueu de baixar de la bici, sinó per informar-vos que es complica força. Si teniu destresa podeu anar pedalant.
  - Al recorregut **ADVENTURE-EXTREM**, al **km 13 i km 18.4**, hi ha una **cadena i una barrera** que dificulta el pas als vehicles però no a les bicicletes. Passeu pel lateral. Estan en un tram neutralitzat.
  - Al recorregut **ADVENTURE-EXTREM**, al **km 23.7**, s'ha creat un tram no ciclable marcat, motivat per evitar el pas del riu i l'accés a la carretera.
  - Al recorregut **ADVENTURE-EXTREM**, al **km 42,5**, s'ha creat un tram no ciclable marcat, motivat per motius de fauna i preservar a l'àliga cua barrada.
  - **OPEN: ATENCIÓ**- El tram comprès entre Albarca km 9.7 (CP1 Open) i la unió entre els recorreguts Open amb Extrem/Adventure km 12,8, existeixen varis obstacles a tenir en compte en zona de baixada. Aneu amb precaució.

DOCUMENTS TECNICS

Us facilitem els documents tècnics que teniu també a la web:

-TIMMING: https://www.naturetime.es/wp-content/uploads/2026/11/TIIMING-GFMB-26_OFFICIAL_V3.pdf

-PERFILES: https://www.naturetime.es/wp-content/uploads/2026/11/perfiles-2026_ok_V3.pdf

-TRAKCS WIKILOC:

- EXTREM: https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/extrem-2026-montsantbike-v3-295844467
- ADVENTURE: https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/adventure-2026-montsantbike-v3-295847064
- OPEN: https://es.wikiloc.com/rutas-mountain-bike/open-2026-montsant-bike-v3-295848852

CONTROL DE PAS SISTEMA *RUNÁTICA-NATURETIME*

- El sistema de control de pas dels recorreguts és amb sistema de xips i control de dorsal digital.
- Tant als **CP START** com als **CP STOP** cal aturar i validar el pas. En cas que un

ciclista no pari, és possible que no registri el temps i en conseqüència el seu temps serà penalitzat.

- El fet d'aturar-se està justificat ja que el motiu dels trams d'enllaç és la reducció de la velocitat per seguretat. Un **STOP CRONO** donarà fi al tram ESPECIAL MONTSANT BIKE i el següent **START CRONO** donarà inici al nou TRAM ESPECIAL MONTSANT BIKE. Reviseu el document TIMMING de cada recorregut on es veu quins CP són START i quins són STOP.
    - Extrem: 3 trams especials.
    - Adventure: 3 trams especials
    - Open: 1 tram especial.
- **Atenció**: A tots aquells bikers que no validin bé un Control de Pas, se'ls aplicarà la menor neutralització possible entre trams, sense poder fer rectificacions a meta, llevat que puguin justificar-ho.
- En arribar a meta, els participants d'ebike i els equips s'han d'acreditar al cronometrador.
- **Montsant Bike no és una cursa entre la sortida i la meta. No és important qui arribi primer a meta. Es comptabilitza només els trams especials!**

SERVEIS DE CURSA: FISIOTERAPEUTES / DUTXES/AVITUALLAMENT META /RENTADOR BTT

• FISIOTERAPEUTES: En meta de 12h a 16.30h.

• MECÀNICA MONTSANT BIKE: **Mariné Bicliclетes** (Cambrils i Tarragona) ofereix servei de mecànica de bicis a Cornudella de Montsant, a l'avituallament per a tothom (10h a 14h).

• Aquest any no podrem oferir dutxes d'aigua calenta en arribar a meta. No hi ha a la zona infraestructura adequada per acollir tants usuaris. Sí que hi haurà vestidors on podreu endreçar-vos i dutxes (sense garantia que surti calenta l'aigua, depèn del consum que es faci).

• A la meta tindreu un safareig de BTT amb una màquina d'aigua a pressió.

- Per accedir a l'avituallament de meta, heu d'accedir amb el tiquet que us donem a l'arribada. Aquest any podreu fer un tastet de **LA TRUITA A SUC d'ULLDEMOLINS** que s'acompanya amb pasta party.

CONTROLS VISIBLES I NO VISIBLES

• Al TIMMING publicat, només hi ha una part dels controls visibles, hi podrà haver altres controls no assenyalats al mapa pels quals passareu en realitzar el recorregut assenyalat per a cada cursa: **SEGUIU SEMPRE EL TRACK OFICIAL**

MARXA NO COMPETITIVA AMB TRAMS ESPECIALS

• La **Montsant Bike 2026** és una **MARXA NO COMPETITIVA amb trams especials**. Els trams especials es troben a zones de pistes i camins/sendes on es tindrà el temps d'inici i final de cada tram.

• Tots els recorreguts de la **MONTSANT BIKE 2026** són amb trànsit obert, fins i tot els trams especials. Pel que tots heu de seguir sempre les normes de circulació, especialment a les pistes asfaltades, zones urbanes i pas de carreteres.

• El temps dels trams especials sumat serà el vostre temps de meta, descartant el temps emprat als trams d'enllaç. Els trams especials aporten un component estratègic a la pedalada a l'autogestió del temps. Els avituallaments importants es troben fora dels trams especials.

• Als documents PERFIL i el TIMMING teniu marcat els trams especials i els CONTROLS DE PAS.

- EXTREM: 3 trams especials.
- ADVENTURE: 3 trams especials.
- OPEN: 1 tram especial.

• El temps emprat fora dels trams especials (trams enllaç) no sumarà temps al temps oficial de cada ciclista. És un temps **NEUTRALITZAT**. No hi ha límit de temps en cada tram neutralitzat, tot i així, aquest temps sí que afecta les **HORES DE TALL i TEMPS MÀXIMS** per arribar a meta. Aturar-se en excés en aquests punts pot implicar arribar tard a una hora de tall i quedar eliminat de la pedalada.

• La suma del temps emprat als **TRAMS ESPECIALS** serà el temps oficial de cada ciclista.

• Els Controls de Pas (CP) que activen els trams ESPECIALS són els **START CRONO**. Mentre que els CP que finalitzen el tram ESPECIAL són els **STOP CRONO**.

• **IMPORTANT**: Per poder comptabilitzar correctament quin temps correspon a cada TRAM ESPECIAL, cal passar **en ordre** tots els Controls de Pas, segons el document **TIMMING**. I cal assegurar-se que el xip ha registrat bé la informació. Si no es respecta aquest ordre ni la forma en passar els controls i no es registra aquest temps, el sistema aplica la sanció de forma automàtica.

• Pel recorregut **Adventure-Extrem**, el primer tram des de la sortida es farà per carretera amb policia davant i darrere de pilot fins a desviament al primer camí (km 11,5). **No es pot sobrepassar la moto de la policia davantera**. Aquest tram no és un tram especial, caldrà anar sempre per la dreta i servirà per anar posicionant-se dins del gran grup. Cal tenir **precaució a la**

sortida al pas pel poble d'Ulldemolins, per ser molts ciclistes junts i carrers estrets. Espereu a estar a la carretera per anar avançant.

- **CORRECIÓN TIMMING OPEN**: Hi ha un error en el quilometratge del primer tram neutralitzat fins el CP1 Albarca, aquest es troba en el **km 9.7** del recorregut i no en el 8,7.

FORMATS DE SORTIDA

Per a l'edició **2026** s'estableixen les sortides de la manera següent:

- ADVENTURE/EXTREM:
  - Sortida en massa a les 8h
  - Obertura de control de signatures a 7.30h (amb xip)
  - Recomanem no intentar guanyar posicions pel centre urbà de Ulldemolins. Tindreu 11km de carretera per anar trobant el vostre lloc al pilot.
- OPEN:
  - Sortida en massa a les **9.30h BIKE** i a les **9.35h E-BIKE**
  - Recordeu que entre Ulldemolins i el km 9,7, esteu neutralitzats.

CONTROL DE MATERIAL

En aquesta edició només es controlarà el material:

- De seguretat: casc homologat i 1 bidó mínim 0.5 litre de beguda. **Jaqueta impermeable** o semblant.
- De control: un xip per corredor al dorsal, amb brides a la part davantera de la bici
- De progressió: GPS (un per corredor o un per equip només per a recorreguts Adventure-Extrem)
- De material: Bicicletes **EBIKES**: Aquells corredors que participeu amb bicicletes e-bike, **heu de notificar-ho en recollir el dorsal**.

Tot i així, serà responsabilitat de participants portar aquell material que considerin oportú per superar amb èxit el desafiament plantejat: motxilla, impermeable, guants, ulleres protectores, etc…

- 48h abans de la marxa, podrem activar material extra de seguretat en funció de la meteorologia.

E-BIKES

Es permet la participació de les E-BIKES en totes les distàncies: el motiu és que tots aquells bikers que han decidit gaudir de la mountain bike des d'aquest àmbit ho puguin seguir fent, tot i tenir un ampli avantatge respecte a les bicicletes normals en disposar de diferents tipus d'ajuda. Tot

i així, també hi ha molta diferència entre diferents tipus d'e-bike a nivell de potència i tipus de bateries.

Entenem l'ús d'una bicicleta e-bike dins de la MONTSANT BIKE com una ajuda per poder complementar el recorregut exigent i, en cap cas, com una cursa forçant els rutòmetres oficials. Així mateix, i amb l'objectiu de ser fidels al rutòmetre (timming), cada punt de control CP START disposarà d'una hora d'obertura, abans de la qual no es deixarà sortir cap ciclista. **Cap e-bike no podrà sortir d'un control START abans que ho faci una bici BTT normal**. En cas d'arribar-hi abans, hauran d'esperar que la primera bici hi haurà el control

PUNTS AVITUALLAMENTS EN LA MARXA

Els punts d'avituallament es divideixen en:

- AV1 Avituallament LLEUGER: Fruita (plàtans-taronges), Fruits secs, Aigua, Coca-cola, gominoles.
- AVI2 Avituallament COMPLET: AVI1 + entrepans de formatge, pernil i nit. També isotònic.

Revisar al document TIMMING on es troben aquests avituallaments i la distància entre ells.

- Aigua: Disposeu de la següent aigua per corredor:
  - Margalef: 0.5L
  - Cabacès: 1L
  - La Morera de Montsant: 0.5 L
  - Cornudella de Montsant: 1 L
  - Coll Salvadoret: 0.5 L

ASPECTES TÈCNICS

- Al web disposeu de la darrera actualització del Reglament que inclou un apartat d'Aspectes Tècnics important de llegir per entendre el desenvolupament de la **GFMB 2026**.
- Recordeu els tancaments de cada control. En cas que arribeu tard, l'organització us facilitarà una solució de retorn a Ulldemolins, ja fora de la pedalada. No és un servei de taxi i s'anirà desplaçant els abandonats a la mesura que la logística ho permeti.
- **MARCATGE**: en tenir tres recorreguts s'ha procedit a marcar de la manera següent:
  - **EXTREM**:
    - Només les zones no ciclables, a l'inici de les mateixes. Obligatori l'ús de GPS. A partir que el recorregut **Extrem** s'ajunta amb el recorregut **Open** (km65.3),



també estarà encintat.

- Els escombres de la distància **Open** aniran recollint les cintes abans que passin tots els de la modalitat **Extrem**, per la qual cosa és possible que algun ciclista endarrerit d'Extrem mai no les vegi.

- **ADVENTURE**:
  - Només les zones no ciclables, a l'inici de les mateixes. Obligatori lús de GPS. A partir que el recorregut **Adventure** s'ajunta amb el recorregut **Open** (km 65.3), també estarà encintat fins el Coll Salvadoret (km 69.6).
  - A partir del Coll Salvadoret i fins al km 73.4, la modalitat **Adventure** segueix per un itinerari diferent de **l'Extrem**, sense marcatge. I del km 73.4 a meta, torna a estar marcat.
  - Els escombres de la distància Open aniran recollint les cintes abans que passin tots els de la modalitat Adventure, per la qual cosa és possible que algun ciclista endarrerit d'Adventure mai no les vegi o les vegi en zones puntuals.
- **OPEN**:
  - Marcatge encintat normal. Aproximadament una cinta cada 50m.
  - Tipus de cinta: cinta roja-blanca (Coca-cola)
  - No marquem a terra!! Assegurar les cruïlles!!

- **CREUAMENT DE CARRETERES:** és vital que els corredors entenguin que és la seva responsabilitat creuar o circular per les carreteres i camins de manera respectuosa **complint el Reglament de Trànsit**. Encara que estigueu en una marxa ciclista **no tindreu cap tipus de prioritat excepte els llocs on estiguin els agents de trànsit (policia) i aquests aturin els vehicles.** Totes aquelles cruïlles en què no veieu la policia, hi hagi o no personal de l'organització, creueu amb molta precaució ja que sereu uns usuaris més per als altres ocupants de la via pública. Així mateix, insistim a portar sempre una velocitat adequada al nivell tècnic de cada participant i amb la previsió que puguin aparèixer obstacles no previstos i poder-los esquivar.

En especial demanem molta precaució a les cruïlles de carretera:

- **Open: Coll d'Albarca i a Prades.**
- **Adventure: Cornudella de Montsant.**
- **Extrem: Cornudella de Montsant i a la zona de Prades**

EN CAP CAS TENIU PRIORITAT PER ESTAR REALITZAT LA MARXA CICLISTA!!!

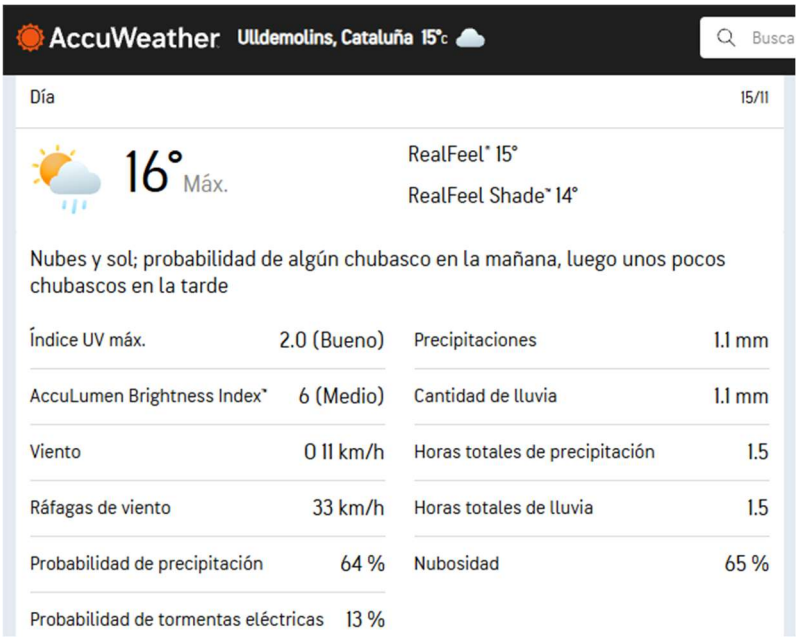
- **MONTSANT BIKE NO ÉS COMPETICIÓ**. La normativa entén que les proves de competició han d'estar totalment tancades al trànsit, per la qual cosa la **MONTSANT BIKE** ha estat catalogada com a prova **NO COMPETITIVA** pel fet que es fa amb el trànsit obert. El fet que hi hagi trams especials manté el caràcter estratègic inicial podent veure al final els temps dels controls de pas.
- **VELOCITAT ADEQUADA AL VOSTRE NIVELL**: és vital que cada participant SEMPRE porti una velocitat que li permeti superar qualsevol obstacle (previst o imprevist) en tot moment.
- **TANCAMENTS** HORARIS: Hi ha diversos tancaments horaris que limiten la continuïtat a la pedalada. Aquests temps es veuran afectats pels trams d'enllaç (per tant si en els trams d'enllaç destinem un temps excessiu i el ritme de velocitat mitjana és lent, es corre el risc d'arribar fora d'hora.) En cas d'abandonament la organització us gestionarà l'evacuació que no sempre serà immediata.
    - EXTREM/ADVENTURE: Margalef START: CP1. Tancament a **9.15h**
    - EXTREM/ADVENTURE: Cabacés START: CP 3. Tancament a **11.00h (flexible)**
    - EXTREM/ADVENTURE: Cornudella de Montsant START: CP 6. Tanca **14.00h**
    - EXTREM: Coll Salvadoret / Control de pas / Tanca a **14.55h** (en cas de passar més tard es procedeix a anar a meta pel recorregut ADVENTURE de 79km. Els qui els hi pugui afectar, tingueu descarregat el Track.
    - OPEN: Avituallament km 18,1. Zona Cornudella de Montsant. Tancament a **13.00h**

METEOROLOGIA

La previsió per al diumenge és de dia assolellat amb fred a primera hora i possibilitat de pluja fina.

ATENCIÓ: Es recomana utilitzar ulleres per a protecció ocular

L´organització es reserva el dret de poder exigir material extra de seguretat si així ho considerem. Si s'activa aquest material us avisarem durant el divendres 13 de Novembre, via email i al web, en documents tècnics.



MEDI AMBIENT – ECORESPONSABLES – MONTSANT A TAULA- PROMOCIÓ

- Respecteu totes les normes del Parc Natural: no llençar escombraries ni deixalles, no sortir dels camins, respectar la fauna i la flora, etc.
- La Montsant Bike col·labora amb el projecte **Montsant a Taula** facilitant apropar-vos els productes de proximitat i qualitat dels productors de la zona de Montsant. Aquest any trobareu a l'avituallament de meta la típica i autèntica Truita a Suc, i vi als premis.

- COOPERATIVA D'ULLDEMOLINS. No marxeu de la Montsant Bike sense comprar algun dels exquisits productes de la zona: vi, oli, fruita seca, mel, etc… Ecològic, saludable, km0 i contribuïu amb el desenvolupament local i continuïtat de l'esdeveniment. Horari de 10h a 14h.
- PÀRQUIN: Us facilitem el mapa amb les zones pàrquing habilitades. Us demanem que no aparqueu davant de les sortides de garatge de les cases. El pàrquing de la zona de la cooperativa (el més gran), sí que es podrà fer servir.



Bona pedalada i molta sort a tots,

Equip GRAN FONS MONTSANT BIKE