

MARATO DELS HEROIS

CURSA CICLISTA
MARATÓ DELS HEROIS

5 DE MAIG DE 2024

CAMPIONAT DE CATALUNYA
EL BRUC
SORTIDA A LES 8:30H

INSCRIPCIONS:
<http://www.cronotime.net/new/ca?c=294>

CURSA BTT
40 km x 1.300 m de desnivell positiu

OPEN E-BIKE
40 km x 1.300 m de desnivell positiu

CAMPIONAT DE CATALUNYA BTT
60 km x 1.700 m de desnivell positiu

ORGANITZA: **BRUCKERS**

AMB EL SUPORT DE: **FEDERACIÓ CATALANA CICLISME 1874**, **Diputació Barcelona**, **Ajuntament del Bruc**

1 - Dades generals

La cursa tindrà lloc el Diumenge 5 de maig de 2024. La primera sortida serà a les 8:30 del matí a la zona esportiva del bruc. L'entrega de dorsals és farà el dissabte dia 4 de 17 a 19 de la tarda a la zona esportiva del bruc i el mateix dia 5 de 7 a 8 a la mateixa zona esportiva del Bruc on és farà la sortida.

Els recorreguts constaran de:

Campionat i pedalada popular llarga : 61 km i 1800 m de desnivell positiu

Pedalada popular curta : 40 km i 1080 de desnivell positiu.

Els dos circuits estaran senyalitzats amb cintes, cal i cartells. Tot i així s'ha de tenir el track al GPS i el reglament deixa clar que el corredor ha de conèixer el recorregut

Encara que el recorregut no circula pràcticament per carreteres, la cursa es disputarà amb el trànsit obert motiu pel que demanem prudència als corredors i que es respectin les normes de seguretat viària així com a les persones que es puguin creuar per la ruta.

El temps estimat de cada recorregut és de 3 h/ 3 h 30 min en el track llarg i de 2 h – 2:30 min en el curt (mitja aproximada de 20 km/h)

El temps màxim esperat per al track llarg és de 6 hores pel que a les 15 hores es produirà el tancament de meta .(velocitat mitjana de tall d'11 km/h). A les 13 hores es tancarà el segon avituallament – km 46 track llarg i km 33 track curt.

Per a garantir que tothom disfruta al 100% del recorregut, hi haurà dos punts de control d'àrbitres i 5 punts de control intermedis afegits als de sortida i arribada.

i en temps serà, en el campionat i pedalada llarga, aproximadament de 6 h, sent les 15 hores de tancament de la meta i les 13 h al tercer avituallament complet situat al punt quilomètric de la cursa 46. El corredor que passi després d'aquesta hora per aquest punt serà desqualificat automàticament, i s'aplicarà el mateix criteri de temps i velocitat mitjana durant tot el recorregut. En la curta és segueix el mateix criteri horari

Durant el recorregut i per garantir que tothom fa el 100% de recorregut hi haurà 5 punts de control d'àrbitres i 10 punts de control intermedis. A part d'això el control de sortida i arribada amb un àrbitre també. La o el participant que no creui tots els punts de control serà desqualificat

També es controlaran les zones tècniques per assegurar que l'assistència es fa segons indica el reglament, qualsevol assistència feta de manera no correcte podrà ser motiu de desqualificació, el criteri l'aplicarà el grup arbitral. Cal recordar que el corredor te l'obligació de conèixer el

recorregut, així doncs, abandonar el recorregut amb o sense benefici pel corredor suposarà la desqualificació, així com l'entrada en direcció contrària a meta. Si el dia de la prova hi ha senyals de la federació o la organització indicant una modificació s'hauran de seguir si no també suposarà la desqualificació. Un cop arribat a la zona de meta, els participants del campionat de Catalunya i pedalada llarga, recorreran un quilòmetre dintre el circuit del bruc, el no recórrer íntegrament aquest recorregut, que serà marcat, serà considerat com a no completat i, per tant, no classificarà i serà desqualificat.

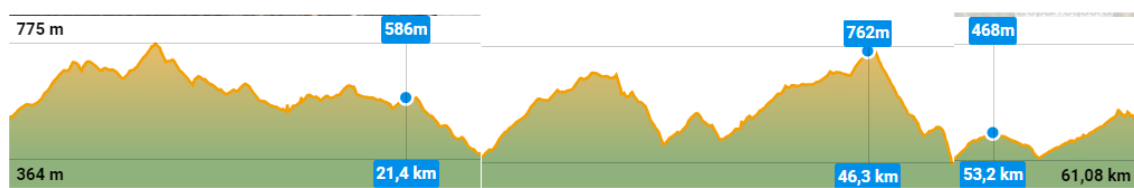
2 - Horaris

6:30	8:00	entrega de dorsals	
8:05	8:15	briefing	
8:15		obertura calaixos	
8:30	8:35	sortida elit i sub23	neutralitzada
8:35	8:40	sortida m30 i -m40	neutralitzada
8:40	8:45	sortida m-50 i m60+	neutralitzada
8:45	8:50	sortida femines	neutralitzada
9:00	9:10	sortida e-bike i populars	neutralitzada
12:30	13:30	entrega de premis	
15:30		tancament meta	

3 - Tracks de les curses

Els tracks es penjaran a xarxes socials dues setmanes abans de la prova

4 – Punts d'avituellament i accessos a ells



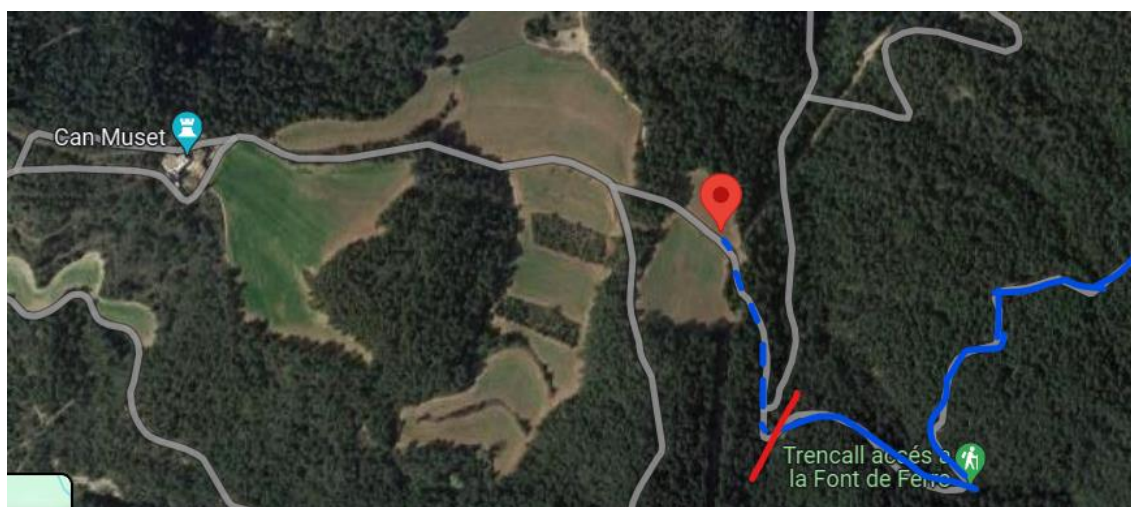
El recorregut llarg tindrà 2 avituallaments complets (sòlid i líquid) situats al km 21 i 46,4 i dos de líquid als km 11,3 i 53,3 a més de l'avituellament final. I el curt seran dos de complets km 17 i 26 un de líquid al 33 a més, també del final.

Els avituallaments es podran aprofitar també com a zona tècnica

Avituallament 1 (compartit) posar a Google per ubicaió (HPPC+FJ4 Els Pinyerets) o can musset

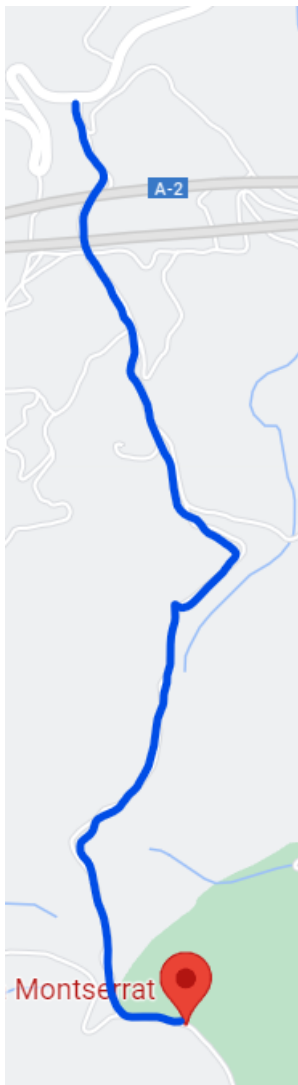
Buscar can muset a Google i justa abans d'arribar a can muset es trobarà l'avituellament.

La manera més senzilla és agafar la n-II-z i on està el cartell del coll del bruc justo comença a baixar la carretera del coll girar a esquerra per entrar a la pista de muntanya. Seguir amunt fins a arribar al cobert de can soteres, allà, tindrem pista a mà dreta que ens dura just a l'avituellament. Important anar amb precaució, ja que hi ha zona compartida amb els corredors. Per tant, és convenient aturar-se on està la línia vermella i d'allà fins a l'avituellament i zona tècnica anar caminant.



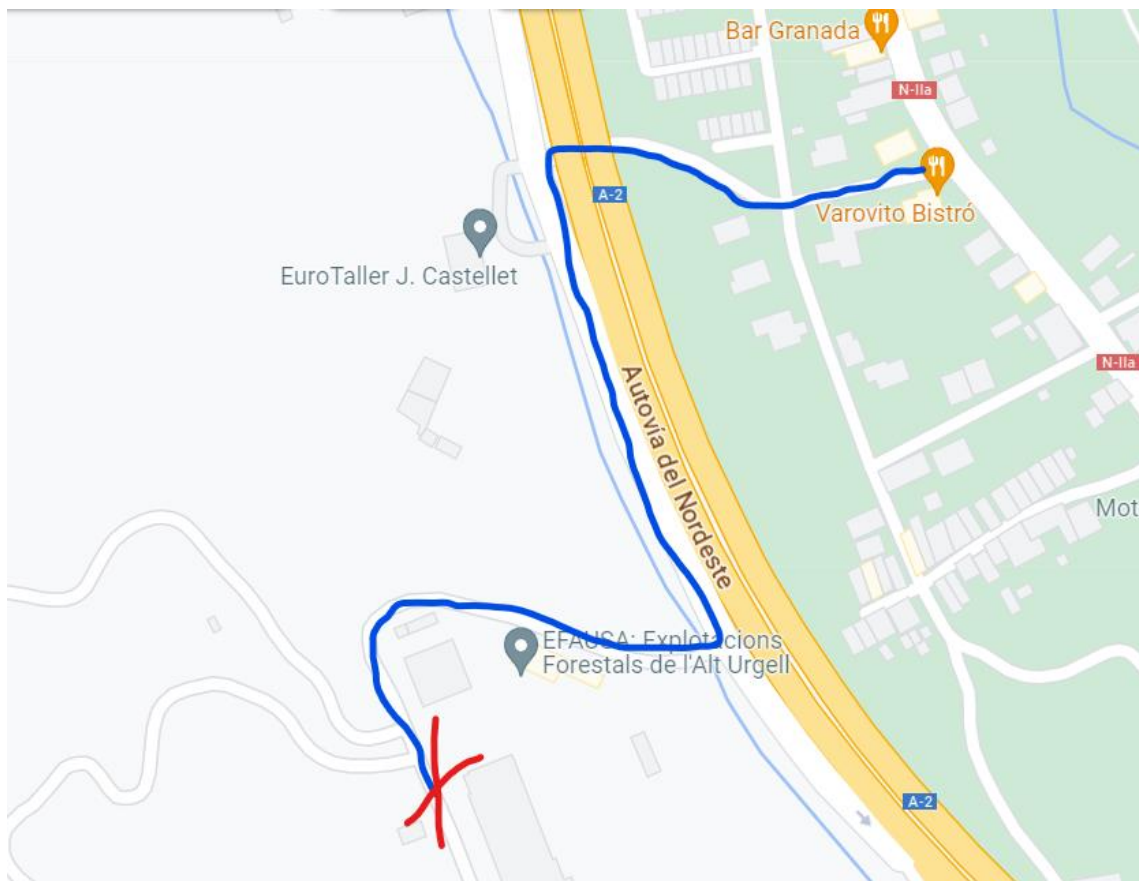
Avituallament 2 (compartit) posar a google per ubicacio (HPJP+33, 08784 Montserrat Parc, Barcelona) o mirador de montserrat

Agafant la n-II-z fins al cartell on posa coll del bruc, just on comença la baixada del coll. Un cop allà se'n puja per pista fins al punt més alt, anomenat popularment com "l'antena"



Avituallament 3 liquid (compartit) posar a google (Carretera Nacional N-II Km 571, 08294 El Bruc, Barcelona) o efausa el bruc

Des de la sortida es baixa pel carrer principal del poble fins a buscar el restaurant varovito bistró, allà es gira a la dreta fins a travessar l'autovia per sota. Després del pont es gira a mà esquerra i el primer trencall a la dreta, al final de la pujada estarà l'avituallament.



Cualsevol dubte teniu el mail a elsherois@bruckers.cat , a Instagram @els_herois o al telefon 680599771 (Joan)