



## Benvinguts a la 17a edició de la Marxa del Montserratí, que tindrà lloc el pròxim 2 de febrer de 2025!

La Marxa del Montserratí és una activitat popular, no competitiva, organitzada pel Club Excursionista Esparreguera, oberta a tothom i que té com a objectiu conèixer l'entorn del massís de Montserrat.

El punt de sortida i arribada de la Marxa del Montserratí és la plaça de la Serralada, a Can Comelles. Aquesta edició presenta tres rutes: CURTA, MITJANA i LLARGA. Quan us inscriviu a la Marxa, no ho feu a cap dels tres recorreguts en concret. Un cop arribats als punts de separació de cada recorregut, podreu decidir en aquell moment quina és la vostra opció. Si arribeu passades les 12.00 hores al punt de separació de la mitjana i la llarga, no podreu continuar pel recorregut llarg. Tingueu present que aquest recorregut és força tècnic: mesureu la vostra capacitat!



Llista de participants inscrits amb el dorsal assignat



### CURTA

Distància: **9 km**  
Desnivell positiu: **300 m**



### MITJANA

Distància: **13 km**  
Desnivell positiu: **500 m**

- Sortida - Arribada**  
Plaça de la Serralada
- Primer avituallament**  
Ermita del Puig
- Segon avituallament**  
Caprot de Rubió
- Tercer avituallament**  
Camí de les Feixades
- Quart avituallament**  
Forn de calç
- Control**
- Encreuament de camins**



### LLARGA

Distància: **22 km**  
Desnivell positiu: **1200 m**



Tracks al Wikiloc del CEE



Aquesta és la samarreta de l'edició del 2025 de la Marxa del Montserratí, una samarreta de teixit tècnic amb un disseny especial. Disposeu de talles de nens, homes i dones. Consulteu al quadre les diferents talles i com prendre les vostres mides abans d'anar al formulari d'inscripció. Tingueu present que no ens serà possible canviar la talla que hàgiu seleccionat!

DONA			
	PIT	CINTURA	CADERA
Talla	A (cm)	B (cm)	C (cm)
XS	78-84	68-74	84-90
S	84-90	74-80	90-96
M	90-96	80-86	96-102
L	96-102	86-92	102-108
XL	102-108	92-98	108-114
XXL	108-114	98-104	114-120

HOME			
	PIT	CINTURA	CADERA
Talla	A (cm)	B (cm)	C (cm)
XS	84-88	72-78	82-88
S	88-94	78-84	88-94
M	94-100	84-90	94-100
L	100-106	90-96	100-106
XL	106-112	96-102	106-112
XXL	112-118	102-108	112-118

## INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS

- Limitada a 1200 participants. Les inscripcions són individuals. Podeu agrupar diverses inscripcions a la mateixa comanda i el pagament s'efectua online, mitjançant targeta bancària o Bizum.
- Al formulari es requereix expressament el telèfon i adreça de correu electrònic de cadascun dels participants, per tal de poder-los facilitar personalment el seu número de dorsal. En el cas de menors de 14 anys, les dades de contacte seran les del/s responsable/s familiar/s inscrit/s.
- Els participants hauran d'acreditar-se mitjançant el seu DNI. A més, els federats hauran d'informar el codi de la seva llicència federativa en curs.
- Lliurament anticipat de dorsals al lloc que s'indicarà oportunament per correu electrònic als inscrits, del dilluns, 27 al divendres, 31 de gener, de 16.00 a 19.00 hores, i el dissabte, 1 de febrer, de 10.00 a 13.00 hores. El dia de la Marxa, a la plaça de la Serralada, lliurament de dorsals de 07.30 a 08.30 hores.
- Pel lliurament anticipat de dorsals a tercers, caldrà mostrar una imatge del DNI de la persona autoritzant i facilitar el seu número de dorsal. En el cas d'inscrits menors de 14 anys, el lliurament es farà als adults responsables, degudament identificats.
- El preu de la inscripció inclou una assegurança temporal pels no federats, vàlida per la durada de la prova.

PREUS DE LES INSCRIPCIONS	ADULTS (14 ANYS I MÉS)	MENORS DE 14 ANYS
<b>SOCIS CEE</b>	<b>20 €</b>	<b>18 €</b>
<b>FEDERATS FEEC</b>	<b>22 €</b>	
<b>NO FEDERATS FEEC</b>	<b>24 €</b>	

El període d'inscripcions s'inicia el 25 de novembre i finalitza el divendres, 24 de gener del 2025. A partir d'aquesta data, no es farà retorn de l'import de les inscripcions sota cap causa. No s'acceptaran inscripcions fora de termini. Podeu efectuar la vostra inscripció accedint a l'enllaç d'aquest codi QR:

## RESULTATS

Un cop finalitzada la prova, podreu consultar el vostre temps final i descarregar el diploma justificatiu de la vostra participació. Arribat el moment, disposareu al nostre web de l'enllaç per a accedir a aquests resultats i a les imatges de la Marxa!

## REGLAMENT

- L'itinerari estarà senyalitzat amb cinta de color vermell i blanc.
- Hi haurà avituallaments i controls distribuïts al llarg dels recorreguts.
- No hi haurà gots als avituallaments!** Penseu a portar els vostres gots.
- La sortida es farà a les 9.00 h i el tancament serà a les 15.00 h.
- El temps màxim per a realitzar la Marxa queda establert en 6 hores.
- Els menors de 14 anys han d'anar acompanyats d'un responsable.
- Cal preveure que el recorregut llarg és tècnic, mesureu la vostra capacitat! **A partir de les 12.00 hores no es permetrà continuar pel recorregut llarg!**
- Recomanem dur aigua per beure entre els avituallaments.
- Els avituallaments disposaran d'un rètol informatiu de la distància recorreguda i de la restant fins al següent avituallament o control i la meta.
- Cal portar roba adient per la prova i la meteorologia prevista.
- El mal temps no serà obstacle per a la celebració de la Marxa, si bé l'Organització podrà suspendre-la o retallar-ne el recorregut si les condicions climatològiques ho requereixen.
- En cas d'abandonament, és obligatori comunicar-ho a l'Organització.
- Els únics punts per a abandonar la Marxa són els controls de pas.
- Cal que el dorsal sigui ben visible per tal de facilitar la presa de temps als controls.
- L'Organització no es fa responsable dels accidents o danys que puguin causar o rebre els participants, si bé vetllarà per evitar-los.
- Qualsevol altre cas no previst en el present reglament serà resolt per l'Organització.
- Serà motiu de desqualificació no marcar el temps de pas en els controls o passat pels avituallaments fora de l'horari establert, no fer la totalitat del recorregut a peu, embrutar o degradar l'entorn i la muntanya o no seguir les indicacions dels encarregats dels controls.
- La inscripció representa l'acceptació d'aquest reglament.

Organitza:



**Club Excursionista Esparreguera**  
marxadelmontserratí.cat  
clubexcursionistaesparreguera.com

#enmarxa