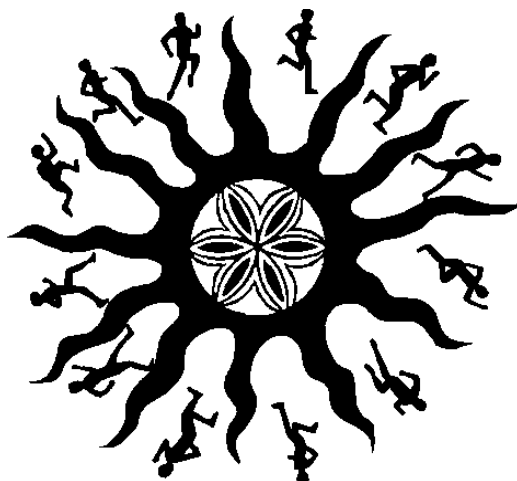


Perseguint lo Sol al Monteixo

“CUITA EL SOL”



Dissabte 11 de juny 2011

Única Milla Vertical Pirenaica (1680 m desnivell)

Grans Premis “QUIM DE L’AUBACH” i “ISARD DE L’ALT PIRINEU”

II Campionat de Curses Verticals FEEC

CHALLENGE DES 3 PAYS PYRÉNÉES

ÀREU-VALLFERRERA (Pallars Sobirà - Lleida)

EMD d’Àreu, Ajuntament d’Alins-Vall Ferrera i Centre Excursionista de Lleida

www.cel.cat

PRESENTACIÓ:

L'EMD d'Àreu, l'ajuntament d'Alins i el Centre Excursionista de Lleida ofereixen, una vegada més, una prova excursionista basada en el conte d'en Pep Coll "**L'home que corria més que el sol**". Mai se sap si les històries del premi Sant Jordi de les Lletres Catalanes 2007 són llegendes, o recullen la "veritat" dels padrins pallaresos o són fruit del trobador de Pessonada. I com que la descripció geogràfica no enganya, ens imaginem que aquell llegendari Malpui és avui Àreu. Es tracta de sortir de la plaça major d'Àreu just quan es pon el sol i arribar dalt del Monteixo abans de que t'atrapi l'ombra. I qui guanyi, ja ho sap, podrà escollir

Enguany, hem de canviar una mica el format clàssic, ja que la sortida es farà dues hores abans (20 minuts abans els joves i les noies). Entre les recomanacions de seguretat i que la crisi es la crisi, cal adaptar-s'hi.

Procurarem, que a més de ser una cursa esportiva, sigui una jornada festivo-cultural pirenaica, enmig d'un mercat de productes tradicionals pallaresos.

Pels joves hi ha la **Cuita el Sol Jove**, amb arribada al Jespedit amb 1000 mts de desnivell.

I pels més petits, fins a 10 anys, s'organitza una **Cuita el Sol Infantil**.

Els pregons de sortida els donaran la "Cambuleta" i en Pep Coll de Pessonada.

INSCRIPCIONS:

S'han de fer via Internet: http://www.feec.org/Activitats/compet/inscripcions_compet.php. Les inscripcions s'obren el 4 de maig, i es tanquen el **9 de juny**. Si queden places, el 11 juny pel matí a Àreu.

El pagament de la inscripció es farà al compte 0081-0091-53-0001510459 (Banc Sabadell) **indicant nom i cognoms i si es menjarà, o no**, al tornar al poble, el "sopar-botifarrada" ofert pel poble d'Àreu (preu 10 €).

No es pot considerar ningú inscrit fins haver rebut el CEL el pagament i sortir al llistat d'inscrits penjat a la nostra web (www.cel.cat).

Caldrà presentar el resguard d'ingrés i la llicència el dissabte 11 de juny al lloc de recepció de participants en el moment de recollir el dorsal.

Per raons ambientals i organitzatives, **les inscripcions es tancaran als 400 inscrits**.

A partir del 1 de juny, no es farà pas cap devolució de inscripció. Només s'acceptarà canvi de nom.

L'organització es reserva 50 dorsals pels que han assistit a totes les Cuita el Sol i per les pallareses.

PREU INSCRIPCIÓ:

FEDERATS (llicència FEEC C i D, Fedme, FAndorraM, i també amb llicència de Triatló i Orientació, totes vàlides per la competició de curses de muntanya) 30 €.

NO FEDERATS o llicències no vàlides per la competició (inclou llicència i assegurança temporal) 40 €.

CUITA EL SOL JOVE: Nascuts el 1993 o més tard: 20 € federats FEEC i assimilats, 25 € pels no federats (inclou llicència i assegurança temporal). Els menors d'edat necessiten autorització paterna. Edat mínima 10 anys complerts

CUITA EL SOL INFANTIL: Nascuts el 2001 o més tard: 10 € (inclou llicència i assegurança temporal, indicant CAT Salut). Els menors d'edat necessiten sempre autorització paterna.

A partir del 1 de juny: S'incrementa en 5 €.

El preu de la inscripció inclou:

- **Buff** especial Cuita el Sol,
- Avituallaments líquids a la muntanya i, calent (brou) i líquid a la tornada al poble d'Àreu,
- **Premis** de la cursa,
- **Rifa** de material en finalitzar l'entrega de premis (gentilesa de WALA de Lleida).
- **Fotografia** als qui arribin dalt del Monteixo (via Internet).

PROGRAMA:

Dissabte 11 de juny, a partir de les 10 del matí fins a les 3 de la tarda, recepció, inscripcions i repartiment de dorsals i bossa de regals, al Camp de Futbol d'Àreu.

Hora sortida: a les 4 a la plaça Major d'Àreu. Les noies i els joves surten 20 minuts abans. I els nens de la Cuita el Sol Infantil, surten a les 3 de la tarda.

Tot dissabte: al Bar Pujades, projecció continuada de les imatges, en DVD, dels anys anteriors.

Mercat tradicional de productes artesans pallaresos.

A les 8 del vespre: Repartiment de premis i Rifa de material esportiu.

MATERIAL OBLIGATORI: Impermeable, frontal, proteccions de goma a la punta dels bastons i dorsal.

REGLAMENT: Serà el de "Copa Catalana, Curses Verticals i Campionat de Catalunya de Curses de Muntanya 2011" de la FEEC, consultar a la web: http://www.feec.org/sites/default/files/Fitxers/competicio/reglaments/curses_copa_catalana_2011.pdf

- **Els menors de 18 anys han de portar autorització dels pares o tutors legals.**

- Cal dur el dorsal al pit, visible i sense doblegar ni retallar i caldrà retornar-lo.

- Qui superi els horaris de tall, haurà de recular "ipso-facto" per on indiqui la organització.

- Qui es retiri, té l'obligació d'informar-ne als controls més propers i seguir llurs indicacions.

- L'organització no es fa responsable dels accidents o altres perjudicis que la participació en la cursa pugui comportar, abans, durant i després de la prova, si bé vetllarà per tal d'evitar-los.

- L'organització pot desqualificar qualsevol participant que no respecti el reglament i que embruti o degradi la muntanya en general, així com qui contravingui la normativa vigent sobre prevenció d'incendis. Queda totalment prohibit tirar o abandonar qualsevol tipus de brossa i/o envasos.

- El mal temps no serà obstacle per a la celebració de la prova, si bé l'organització podrà modificar l'itinerari, fent-se l'alternatiu previst (fins el Jespedil per Crusos).

- Qualsevol situació no prevista en el present reglament es resoldrà segons el criteri de l'entitat organitzadora, del Jurat de la Cursa i del Comitè Català de Curses de Muntanya.

- La inscripció implica el coneixement i acceptació del present reglament.

ITINERARI:

Pujada pel pont d'Àreu, pel dret amunt resseguint sempre, i estrictament, la carena.

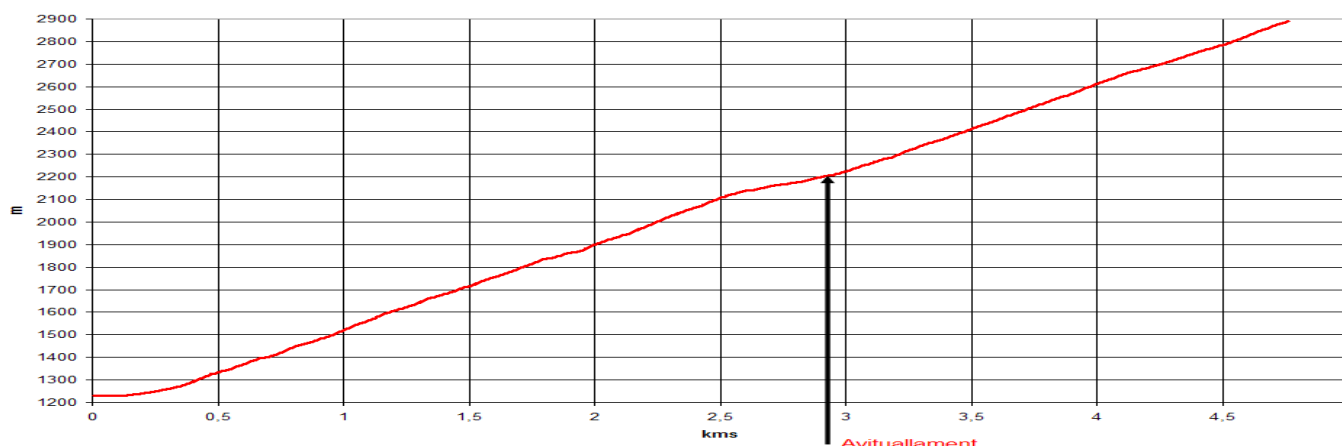
La baixada, ja neutralitzada, pel mateix lloc.

Distància aproximada: 5600 metres amb un desnivell aproximat de 1680 metres.

Horaris: Sortida 4 tarda (Joves i noies 20 minuts abans i Infants a les 3 tarda).

De tall: Jespedil (2200 m) 18 h (Arribada dels joves i Punt de Control entremig)

Al cim del Monteixo a 2905m 19 h.



PREMIS:

- Als 5 primers absoluts masculins i femenins 300€, 200€, 100€, 75€ i 50€ respectivament.

- Premi Especial "Isard de l'Alt Pirineu": A qui més rebaixi el record anterior (59m 41s pels homes i 1h 21m 24s per les dones), tindrà un premi extra de 1€ per segon, amb un màxim de 300 €.

- Accèssits pels Màsters (nascuts abans del 1962), Veterans (nascuts entre 1962 i 1971), sub-23 (nascuts entre 1989 i 1993) i Cuita el Sol Jove pels nascuts després del 1-1-1993.

- Premi "Quim de l'Aubach" al primer pallerès i a la primera pallaresa.

Nota: Per optar a qualsevol premi, cal arribar al Monteixo abans del tall horari i assistir al repartiment de premis.

Notes importants:

Tema pernociació: Com que es preveu el retorn al poble abans de fer-se de nit i hi ha suficients llocs per dormir a la vall Ferrera, cal que tothom s'espavili pel seu propi compte per dormir.

Pàrking: S'habilitarà un pàrking al prat que hi ha just abans l'entrada al poble, a on caldrà aparcar tots aquells que no dormin al poble. Les furgonetes també poden aparcar al pàrking.

Dutxes: A la piscina municipal del poble, hi haurà servei constant de dutxes amb aigua calenta.

Tema sopar: Com que l'organització no contempla enguany preparar sopar pels participants, el poble d'Àreu organitza un "sopar-butifarrada" als participants, al preu de 10 €. Cal avisar al fer l'inscripció i fer el pagament conjuntament.

A partir del 1 de juny, no es farà pas cap devolució de inscripció. Només s'acceptarà canvi de nom.

Allotjaments:	Residències Cases de Pagès i Càmpings:
Hotel Vallferrera: 973 62 43 43 (Àreu)	Refugi l'Esquirol: 658 674 770 (Ainet de Besan)
Hostal Montaña: 973 62 44 11 (Alins)	Casa Bortomico: 973 62 44 22 (Alins)
Hotel Salòria: 973 62 43 41 (Alins)	Casa Xicot: 973 62 43 48 (Alins)
Pensió Fusté: 973 62 43 38 (Ainet de Besan)	Casa Gabatxó: 973 62 43 22 (Araós)
Hotel Puitava: 973 62 30 78 (Ainet de Cardós)	Casa Barres: 973 62 44 08 (Àreu)
Hotel Castellarnau: 973 62 20 63 (Escaló)	Casa Besolí: 973 62 44 15 (Àreu)
Hotel Poldo: 973 62 60 80 (Guingueta d'Àneu)	Casa Bueno: 973 62 43 63 (Àreu)
Pensió La Noguera: 973 62 20 12 (Llavorsí)	Casa Carma: 973 62 44 25 (Àreu)
Hotel del Rei: 973 62 20 11 (Llavorsí)	Casa Currona: 973 62 44 17 (Àreu)
Hotel Riberies: 973 62 20 51 (Llavorsí)	Casa Gallardó: 973 62 43 44 (Àreu)
Hotel Cardós: 973 62 31 00 (Ribera de Cardós)	Casa Perejoanet: 973 62 43 32 (Àreu)
Hotel Sol i Neu: 973 62 31 37 (Ribera de Cardós)	L'Hort del Metge: 650 408 265 (Lladros)
Hotel Pessets: 973 62 00 00 (Sort)	Càmping Vallferrera: 973 62 44 08 (Alins)
Hotel Pey: 973 62 02 54 (Sort)	Càmping Pica d'Estats: 973 62 43 47 (Àreu)
Hotel Llacs Cardós: 973 623178 (Tavascan)	Càmping Riberies: 973 62 21 51 (Llavorsí)
Hotel Marxant: 973 62 31 51 (Tavascan)	Càmping Cervós: 973 626266 (Guingueta Àneu)
	Refugi de Vallferrera: 973 624 378 - 973 620 754

INFORMACIÓ:

CENTRE EXCURSIONISTA DE LLEIDA cel@cel.cat <http://www.cel.cat>
 COMERÇ, 25 25007 LLEIDA. TELF: 973.24.23.29 FAX: 973.23.44.97

PATROCINADORS ESPECIALS:

PNAP GenCat Dept Agricultura, Ramaderia, Pesca, Alimentació i Medi natural
 APARTAMENTS LA FORÇA

PATROCINADORS INSTITUCIONALS:

GenCat Dept Presidencia Secret Gral Esport Consell Comarcal Pallars Sobirà
 Diputació de Lleida Ajuntament de Lleida Pays d'Auzat

COL·LABORADORS:

AMPA d'Alins	Associació pel Patrimoni de la Vall Ferrera	Camping Pica d'Estats
Carn ecològica de Castellarnau	Cervós	Hospital Santa Maria de Lleida
Hotel Muntanya	Hotel Saloria	Hotel Vall Ferrera
Open Vall Fosca	ORIGINAL BUFF	POWER-BAR
Telesa	TRAIL-NO LIMIT	WALA-Unipreus
		La Borrufa Lafuma
		SALOMON

I amb el suport de: **FEEC** **UFEC**

