

# Cicle de sortides BTT del CEG

## Calendari 2018

- 21-22 d'abril Via Verda Ripoll-Girona (1)
  - 5-6 de maig La Plana de Vic i meandres del Ter (1)
  - 19-20-21 de maig Travessa Segarra-Bages (2)
  - 2-3 de juny Volta al Montseny (3)
  - 16-17 de juny Volta d'en Serrallonga (2)
  - 30 de juny i 1 de juliol Travessa Matagalls Montserrat (2)
  - 14-15-16-17 de juliol Travessa Couserans (3)
  - 28-29 de juliol Volta per la Cerdanya (2)
  - 8-9-10 de setembre Travessa Figueres-Ripoll (2)
  - 22-23-24 de setembre Volta pels Ports de Beseit (2)
  - 5-6 d'octubre Travessa del Pallars a la Noguera (3)
  - 20-21 d'octubre Volta per la Baixa Segarra (1)
  - 1-2-3-4 de novembre Travessa Illes Balears/Canàries (2)
  - 17-18 de novembre Travessa Mas del Tronc (2)
- Viatge d'Estiu
- 18-28 d'agost Camí de Sant Jaume Primitiu: Oviedo-Fisterra

Dificultat global de les sortides: (1) (2) (3)



[btt@cegracia.cat](mailto:btt@cegracia.cat) [www.cegracia.cat](http://www.cegracia.cat)

# Cicle de sortides de BTT del CEG Normativa

- Per inscriure's a les sortides cal enviar un correu a: [btt@cegracia.cat](mailto:btt@cegracia.cat) i el coordinador de la sortida es posarà en contacte amb vosaltres i us enviarà el formulari d'inscripcions.
- El coordinador de la cada sortida indicarà el límit de participants.
- En sortides de cap de setmana es podrà demanar una paga i senyal per reserva de l'allotjament.
- Les inscripcions es tancaran a les 20h dels dijous previs a la sortida, tret que per aforament o limitació de l'allotjament es tanquin abans.
- Els participants han de tenir la targeta federativa (mínim nivell C) o equivalent d'altres federacions.
- Material obligatori: Bicicleta de muntanya, casc, guants, ulleres, càmera de recanvi (2 unitats), bidó d'aigua, eines i manxa. També és obligatori la roba necessària per a fer l'activitat en cas de mal temps.
- Les sortides no són guiades, cada participant ha de tenir l'experiència i la forma física necessàries per dur a terme la sortida, igualment ha de ser capaç de dur a terme, de forma autònoma, les reparacions bàsiques en una sortida.
- Els participants hauran de respectar la normativa de les sortides, el codi de circulació i hauran de ser respectuosos amb la natura, els animals i les propietats per on transcorri la ruta.
- Les inscripcions són gratuïtes i obertes a socis i no socis del CEG, tot i que els socis tindran preferència en les inscripcions.
- La dificultat de les sortides té dos paràmetres mesurables: distància, i desnivell. I paràmetres de tipologia del terreny (trialeres, trams no ciclables, pendents molt forts, pedregals, fang, etc.) En general marcarem la dificultat de les sortides tenint en compte la distància i el desnivell amb una escala d'1 a 3. Les altres dificultats tècniques s'especificaran en cada cas.



Club Excursionista  
de Gràcia



#cegBTT

[btt@cegracia.cat](mailto:btt@cegracia.cat)

[www.cegracia.cat](http://www.cegracia.cat)