

NORMATIVA

1

- Els participants han de tenir la targeta federativa (mínim nivell C) o equivalent d'altres federacions.
- Material obligatori: bicicleta de muntanya en bon estat de manteniment, casc, guants, ulleres, càmera de recanvi (2 unitats), bidons d'aigua suficients, llum de posició i llum frontal prou potent per circular de nit, eines i manxa. També és obligatori la roba necessària per a fer l'activitat en cas de mal temps, així com menjar suficient (ganyips o el que el coordinador/a indiqui).
- No es tracta de sortides 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 les persones, la natura, els animals i les propietats per on transcorri la ruta.



CICLE DE SORTIDES

BTT CEG 2023

PASSATGE DE MULET,
408006 – BARCELONÀ
T. 93.237.86.59
BTT@CEGRACIA.CAT

WWW.CEGRACIA.CAT



2

CALENDARI



| DATA | SORTIDA | DIFICULTAT |
|--------------------|------------------------------------|------------|
| Setmana Santa | Volta a Cazorla | N2 |
| 6 Maig | Corriols de Serra de la Marina | N3 |
| 13-14 Maig | Estada clàssica a Franciac | N2 |
| 27-28 Maig | Plogging en BTT al Delta de l'Ebre | N1 |
| 10-11 Juny | Tossal del Pas dels Lladres | N3 |
| 17-18 Juny | Ruta de la Retirada | N2-N3 |
| 8 Juliol | Pic del Moro (Alta Cerdanya) | N3 |
| 22-26 Juliol | Pedals de Tourmalet | N2-N3 |
| 9-10(-11) Setembre | Volta al Cotiella | N2 |
| 23-25 Setembre | Volta al Massís de les Salines | N2-N3 |
| 30-01 Set. Oct. | Pedalem per Cabra del Camp | N2 |
| 7-8 Octubre | De la Segarra al Solsonès | N2 |
| 12-15 Octubre | L'Aude i més enllà | N2 |
| 21-22 Octubre | Volta a la Terra Alta | N2 |
| Finals Octubre | Volta a Menorca en 6 etapes | N3 |
| 28-29 Octubre | Volta al PN del Cap de Creus | N2 |
| 5 Novembre | Mines de Plom + Costellada | N2-N3 |

3

DIFICULTAT GLOBAL DE LES SORTIDES

Recordeu que els nivells físics són orientatius. La dificultat de les sortides té dos paràmetres mesurables: distància i desnivell, i paràmetres de tipologia del terreny i dificultats tècniques que s'especificaran en cada sortida (trams no ciclables, pendents molt forts, pedregars, poteig de bici, etc.)

- N1: menys de 40Km i menys de 700m de desnivell positiu per etapa
- N2: entre 40Km i 60Km i de 700 m a 1400m de desnivell positiu per etapa
- N3: més de 60Km i més de 1400m de desnivell positiu per etapa, i/o terrenys tècnics

4

INSCRIPCIONS

- Des de la secció de BTT s'enviarà un correu electrònic als socis i sòcies BTT, amb les característiques de cada sortida i l'enllaç per fer les inscripcions. També podeu consultar la informació i formulari d'inscripció a la web del Club. El coordinador/a de cada sortida indicarà el límit de participants.
- En sortides de més d'un dia es podrà demanar una bestreta per reserva de l'allotjament, que pot ser no retornable.
- 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.
- Les inscripcions són gratuïtes i obertes a socis/es i no socis/es del CEG, tot i que els socis i sòcies de la secció de BTT del CEG tindran preferència.