

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 (2unitats), 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
20-21 Maig	Pedalem per Cabra del Camp	N2
27-28 Maig	Plogging en BTT al Delta de l'Ebre	N1
Finals Maig	Volta a Menorca en 6 etapes	N3
10-11 Juny	Tossal del Pas dels Lladres	N3
8 Juliol	Pic del Moro (Alta Cerdanya)	N3
22-26 Juliol	Pedals de Tourmalet	N2-N3
2-3 Setembre	Ruta de la Retirada	N2-N3
9-10(-11) Setembre	Volta al Cotiella	N2
23-25 Setembre	Volta al Massís de les Salines	N2-N3
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
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.