

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

MAIG - JULIOL 2026

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

WWW.CEGRACIA.CAT



DATA	SORTIDA	NIVELL
16-17 maig	Montsec Nord	N2-N3
23-24 maig	Missatgers del Cister (Conca B. i Alt Camp)	N2-N3
30-31 maig	Plogging al Delta del Ebre	N1
13-14 juny	Tour per terres gironines	N2-N3
20-21 juny	Estada a Cabra del Camp (Alt Camp)	N2-N3
27o 28 juny	Begues: trialera divertida (1 dia)	N3
04-12 juliol	Gran Travessa de l'Ardeche	N2-N3
18-22 juliol	Entre l'Aude i l'Herault	N2-N3

2

CALENDARI

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.