



RIALP MATXICOTS

17 y 18 de septiembre de 2016

GUIA DEL CORREDOR



6ª
RIALP
MATXICOTS

ElenaMate



La Matxicots és possible gràcies als nostres col·laboradors, descobreix-los a tots a la nostra web.



www.rialpmatxicots.cat



Rialp Matxicots és una cursa de muntanya que neix a **Rialp** l'any 2010, amb la il·lusió i l'estímul d'unir dos pics emblemàtics del Pallars Sobirà, com són el Montsent de Pallars i el Pic de l'Orri, i oferir a tots els participants diferents modalitats perquè sigui assequible a qualsevol nivell. També cal afegir la intenció de donar a conèixer mitjançant l'esport la nostra comarca, el **Pallars Sobirà**, i molts dels seus municipis.

En aquesta edició, podrem gaudir de nou del magnífic entorn de la **Vall d'Àssua**. **Extrem, Trail, Mitja i Caminada**, quatre distàncies per endinsar-se en indrets màgics com la **font de Llibeto**, els cims del **Montsent de Pallars** i **Montorroio**, els estanys de la **Mainera**, el paratge natural del **Bedollar** i la **Mare de Déu de la Muntanya de Caregue**, les **Penyes d'Auló** i els búnquers de la guerra civil a **Roní**, el poble abandonat de **Sant Romà de Tavérnoles**, a més d'autèntics paratges d'alta muntanya fins a arribar a l'estació d'esquí d'**Espot**, endinsar-se en les vinyes del celler **Batlliu de Sort** o travessar els racons del casc antic de **Sort**.

Tot això, sense deixar d'admirar cadascun dels pobles on podreu descobrir la humanitat i generositat dels nostres veïns i veïnes que us faran sentir com a casa vostra.

**BENVINGUTS I BENVINGUDES A LA
RIALP MATXICOTS 2016**

***Rialp Marxicots** es una carrera de montaña que nace en **Rialp** el año 2010, con la ilusión y el estímulo de unir dos picos emblemáticos del Pallars Sobirà, como son el Montsent de Pallars y el Pic de l'Orri, y ofrecer a todos los participantes diferentes modalidades para que sea asequible a todos los niveles. También añadir la intención de dar a conocer a través del deporte nuestra comarca, el **Pallars Sobirà**, y muchos de sus municipios.*

*En esta edición, podremos disfrutar de nuevo del magnífico entorno de la **Vall d'Àssua**. **Extrem, Trail, Mitja y Caminada**, cuatro distancias para adentrarse en parajes mágicos como la **fuelle de Llibeto**, las cimas del **Montsent de Pallars** y el **Montorroio**, los lagos de la **Mainera**, el paraje natural del **Bedollar** y la **Mare de Déu de la Muntanya de Caregue**, las **Penyes d'Auló** y los búnquers de la guerra civil en **Roní**, el pueblo abandonado de **Sant Romà de Tavérnoles**, además de auténticos parajes de alta montaña hasta llegar a la estación de esquí de **Espot**, adentrarse en las viñas de las **bodegas del Batlliu de Sort** o atravesar los rincones del casco antiguo de **Sort**.*

Todo eso, sin dejar de admirar cada uno de los pueblos donde podréis descubrir la humanidad y generosidad de nuestros vecinos y vecinas que os harán sentir como en vuestra casa.

**BIENVENIDOS Y BIENVENIDAS A LA
RIALP MATXICOTS 2016**



PROGRAMA

Divendres, 16 de setembre de 2016

Viernes, 16 de septiembre de 2016

De 18:00 a 21:00 h. Recollida de dorsals.

De 18:00 a 21:00 h. Recogida de dorsales.

20:30h. Briefing a la carpa Rialp Matxícots junt a la plaça de les Escoles.

20:30h. Briefing en la carpa Rialp Matxícots junto a la plaza de les Escoles.

Dissabte, 17 de setembre de 2016

Sábado, 17 de septiembre de 2016

De 4:45 a les 5:15h. Control de material EXTREM i TRAIL.

De 4:45 a les 5:15h. Control de material EXTREM y TRAIL.

5:30 h. Sortida de **Rialp Matxícots Extrem** i **Rialp Matxícots Trail**.

*5:30 h. Salida de **Rialp Matxícots Extrem** y **Rialp Matxícots Trail**.*

De 16:00h a 20:00h. Recollida de dorsals Mitja i Caminada.

De 16:00h a 20:00h. Recogida de dorsales Mitja y Caminada.

19:30 Concert de La Família Torelli.

19:30 Concierto de La Familia Torelli.

20:30 h. Tancament arribada **Rialp Matxícots Trail**.

*20:30 h. Cierre meta **Rialp Matxícots Trail**.*

23:30 Concert de La Família Torelli.

23:30 Concierto de La Familia Torelli.

Diumenge, 18 de setembre de 2016

Domingo, 18 de septiembre de 2016

3:30 h. Tancament arribada **Matxícots Extrem**.

*3:30 h. Cierre meta **Matxícots Extrem**.*

8:30 h. Sortida **Rialp Matxícots Mitja** i **Caminada Rialp Matxícots**.

*8:30 h. Salida **Rialp Matxícots Mitja** y **Caminada Rialp Matxícots**.*

13:30 h. Lliurament de premis i obsequis **7a. Rialp Matxícots**.

*13:30 h. Entrega de premios y obsequios **7a. Rialp Matxícots**.*

14:30 h. Dinar de comiat a la carpa Rialp Matxícots.

14:30 h. Comida de clausura en la carpa Rialp Matxícots.

Aquest programa pot ser modificat en qualsevol moment per l'organització de la cursa.

Este programa puede ser modificado en cualquier momento por la organización de la carrera.

COM ARRIBAR? / ¿CÓMO LLEGAR?



Aeroports principals

Aeropuertos principales

Lleida – Alguaire 140 km

Barcelona-El Prat 250 km

Tren

Renfe - La Pobla de Segur a 28 km

Autobús

Alsa – Alsina Graells

www.alsa.es

Cotxe / Coche

Barcelona 240 km. Agafeu l'A-2 fins a la sortida 517, cap a la L-303 en direcció Agramunt/Cervera N. Continueu cap a la C-14 i a Artesa de Segre seguiu les indicacions a Isona, Tremp, Sort i Rialp.

Coger la A-2 hasta la salida 517, hacia la L-303 en dirección Agramunt/Cervera N. Continuar hacia la C-14 y en Artesa de Segre seguir las indicaciones a Isona, Tremp, Sort y Rialp.

Girona 310 km. Dirigiu-vos cap a Vic i passeu per Manresa, Calaf, Torà, Ponts, Tremp, Sort i Rialp.

Dirigiros hacia Vic y pasar por Manresa, Calaf, Torà, Ponts, Tremp, Sort y Rialp.

Tarragona 205 km. Dirigiu-vos cap a Reus, Montblanc direcció Tàrrrega fins a Artesa de Segre per la C-14 i seguiu les indicacions Isona, Tremp, Sort y Rialp.

Dirigiros hacia Reus, Montblanc dirección Tárrega hasta Artesa de Segre por la C-14 y seguir las indicaciones Isona, Tremp, Sort y Rialp.

Madrid 600 km. Agafeu l'A-2 direcció a Lleida. Després direcció Balaguer, Tremp, Sort y Rialp per la C-13.

Coger la A-2 dirección Lleida. Después dirección Balaguer, Tremp, Sort y Rialp.

València 450 km. Agafeu l'AP-7 fins a Reus. Direcció Montblanc i Tàrrrega fins a Artesa de Segre per la C-14 i seguiu les indicacions Isona, Tremp, Sort y Rialp.

Coger la AP-7 hasta Reus. Dirección Montblanc y Tárrega hasta Artesa de Segre por la C-14 y seguir las indicaciones Isona, Tremp, Sort y Rialp.



DORSALS

Per retirar el dorsal serà obligatori presentar el DNI, en cas d'estar federat, la targeta federativa en curs i firmar el descàrrec de responsabilitat. Haureu de portar el document de descàrrec signat que us adjuntarem amb el mail de l'organització per a retirar el dorsal.

La recollida de dorsals serà personal, no es podrà recollir el dorsal d'un company-a.

Els participants hauran de portar en tot moment el dorsal facilitat per l'organització, col·locat a la part del davant. Els dorsals hauran d'estar sempre visibles, no es poden retallar, doblegar, tapar ni modificar.

CRONOMETRATGE

Totes les curses tindran el sistema de cronometratge [LiveTrail](#). Els dorsals portaran un xip d'un sol ús pegat al dorsal, a més de ser obligatori posar també un xip addicional que es proporcionarà, també d'un sol ús, a la motxilla. Recordeu que la modalitat Caminada no és competitiva, i per tant, no hi haurà cronometratge.

Cada participant s'assegurarà de passar el xip a tots els controls de pas establerts per l'organització. El no passar un control de pas de cronometratge suposarà la **DESQUALIFICACIÓ** del participant.

Es podrà fer el seguiment de corredors online a la pàgina [Rialp Matxicots](#).

DORSALES

Para retirar el dorsal será obligatorio presentar el DNI, en caso de estar federado, la tarjeta federativa en curso y firmar el descargo de responsabilidad. Tendréis que traer el documento de descargo firmado que os adjuntaremos con el mail de la organización para retirar el dorsal.

La recogida de dorsales será personal, no se podrá recoger el dorsal de un compañero-a.

Los participantes tendrán que llevar en todo momento el dorsal facilitado por la organización, colocado en la parte delantera. Los dorsales tendrán que estar siempre visibles, no se pueden recortar, doblar, tapar ni modificar.

CRONOMETRAJE

Todas las carreras tendrán el sistema de cronometraje [LiveTrail](#). Los dorsales llevaran un chip de un solo uso pegado al dorsal, además de ser obligatorio poner también un chip adicional que se proporcionará, también de un solo uso, en la mochila. Recordar que la modalidad Caminada no es competitiva, y por tanto, no habrá cronometraje.

*Cada participante se asegurará de pasar el chip en todos los controles de paso establecidos por la organización. El no pasar un control de paso de cronometraje supondrá la **DESCALIFICACIÓN** del participante.*

Se podrá hacer el seguimiento online de corredores online en la página de [Rialp Matxicots](#).

MATERIAL OBLIGATORI / MATERIAL OBLIGATORIO

Es durà a terme el **control de material** per poder accedir al recinte tancat de sortida, on es revisaran **els dorsals, el xip i el material obligatori**. Els participants que no portin el material obligatori, o que el presentin inutilitzat o defectuós, no podran sortir. Durant el recorregut hi haurà **controls aleatoris de material durant el recorregut**.

Se llevará a término el control de material para poder acceder al recinto cerrado de salida, donde se revisarán los dorsales, el chip y el material obligatorio. Los participantes que no lleven el material obligatorio, o que lo presenten inutilizable o defectuoso, no podrán salir. Habrá controles aleatorios de material durante el recorrido.

Cada participant haurà de disposar, per garantir la seva pròpia seguretat, d'aquest material:

Cada participante tendrá que disponer, para garantizar su propia seguridad del siguiente material:

MATERIAL OBLIGATORI MATERIAL OBLIGATORIO	EXTREM	TRAIL	MITJA
Motxilla o l'equivalent. <i>Mochila o equivalente.</i>	X	X	X
Jaqueta tallavent. <i>Chaqueta paraviento.</i>	X	X	X
Llanterna frontal i piles de recanvi (recomanable més de 90 lumens). Linterna frontal y pilas de recambio (recomendable más de 90 lumens).	X	X	
Manta de supervivència (220 x 140 cm). <i>Manta de supervivencia (220 x 140 cm).</i>	X	X	
Xiulet. <i>Silbato.</i>	X	X	
Menjar. <i>Comida.</i>	X	X	
Sistema d'hidratació (mínim 1 l.) <i>Sistema de hidratación (mínimo 1l.).</i>	X	X	0,5 L.
Telèfon mòbil, carregat i operatiu. <i>Teléfono móvil, cargado y operativo.</i>	X	X	X
Got (per raons de sostenibilitat, no trobareu cap got als avituallaments.) Vaso (por razones de sostenibilidad no encontraréis vasos en los avituallamientos).	X	X	X
Gorra o tubular. <i>Gorra o tubular.</i>	X	X	
MATERIAL OBLIGATORI (segons les condicions climatològiques) Es comunicarà com a màxim al briefing de divendres. MATERIAL OBLIGATORIO (según las condiciones climatológicas) Se comunicará como máximo en el briefing del viernes.	EXTREM	TRAIL	MITJA
Jaqueta impermeable de membrana amb caputxa. <i>Chaqueta impermeable de membrana con capucha.</i>	X	X	X
Samarreta tèrmica de màniga llarga. <i>Camiseta térmica de manga larga.</i>	X	X	
Pantalons llargs impermeables. <i>Pantalones largos impermeables.</i>	X	X	
Guants llargs. <i>Guantes largos.</i>	X	X	

Cada participant haurà de guardar el seus residus generats fora dels avituallaments.

Cada participante tendrá que guardar sus residuos generados fuera de los avituallamientos.

BOSSA DE VIDA

Existirà una base de vida per a les modalitats Extrem i Trail.

BASES DE VIDA

Extrem – Barraca dels Caçadors km 52

Trail – Espot Esquí km 33

Cada participant podrà deixar una bossa amb material de recanvi que portarem fins a les bases de vida.

Aquestes bosses no podran tenir una capacitat superior a 20 litres i no podrà haver cap material penjat per fora o que sobresurti (bastons, bambes,...).

El contingut de la bossa no serà verificat per l'organització, per tant, no s'acceptarà cap tipus de reclamació sobre el contingut de les mateixes. Es recomana no introduir cap material de valor. Per recuperar la bossa serà obligatori ensenyar el dorsal.

En cas d'abandonament en algun punt de la prova, no podem assegurar que quan arribeu a Rialp tingueu la bossa disponible. Les bosses es podran recuperar fins el diumenge al matí.

Per facilitar el transport d'aquestes bosses, aconsellem a tots els participants que deixin la bossa el **dissabte de 4:15 a 5:15 h., abans de la sortida.**

MARCATGE

Tot el recorregut estarà marcat amb cintes de color blanc i banderoles de color groc o vermell. [Podeu descarregar els tracks a la web de Rialp Matxicots.](#)

En els trams nocturns, la senyalització estarà reforçada amb tires reflectants.

Després de la sortida, un equip de l'organització anirà realitzant el tancament del recorregut.

BOLSA DE VIDA

Existirà una base de vida para las modalidades Extrem y Trail.

BASES DE VIDA

Extrem – Barraca dels Caçadors km 52

Trail – Espot Esquí km 33

Cada participante podrá dejar una bolsa con material de recambio que llevaremos hasta las bases de vida.

Estas bolsas no podrán tener una capacidad superior a 20 litros y no podrá haber ningún material colgando por fuera o que sobresalga (bastones, zapatillas,...).

El contenido de la bolsa no será verificado por la organización, por tanto, no se aceptará ningún tipo de reclamación sobre el contenido de las mismas. Se recomienda no introducir ningún material de valor. Para recuperar la bolsa será obligatorio enseñar el dorsal.

En caso de abandono en algún punto de la prueba, no podemos asegurar que cuando lleguéis a Rialp tengáis la bolsa disponible. Las bolsas se podrán recuperar hasta el domingo por la mañana.

*Para facilitar el transporte de estas bolsas, aconsejamos a todos los participantes que dejen la bolsa el **sábado de 4:15 a 5:15 h., antes de la salida.***

MARCAJE

Todo el recorrido estará marcado con cintas de color blanco i banderas de color amarillo o rojo. [Podéis descargar los tracks en la web de Rialp Matxicots.](#)

En los tramos nocturnos, la señalización estará reforzada con tiras reflectantes.

Después de la salida, un equipo de la organización irá realizando el cierre del recorrido.

CONTROLS DE PAS (CP) I LÍMITS HORARIS

Els participants hauran de passar obligatòriament pels CP que estaran clarament visibles. A cada CP hi haurà personal de l'organització que verificarà el pas dels corredors. Els participants són els responsables d'assegurar-se que el controlador ha verificat el seu pas per cada CP. Un equip escombra de l'organització farà el recorregut tancant la carrera. S'ha de seguir en tot moment les indicacions del personal de l'organització i de seguretat.

Durant el recorregut hi haurà un temps límit per passar per alguns controls (límits horaris). Aquests temps estan calculats per poder finalitzar la cursa dins l'horari màxim establert. No es permetrà continuar als que superin aquestes barreres horàries. Als que vulguin continuar, se'ls retirarà el dorsal, i podran continuar fora de carrera i sota la seva responsabilitat. En cas de males condicions meteorològiques o per raons de seguretat, l'organització es reserva el dret de parar la prova, modificar-ne el recorregut o de variar els límits horaris.

CONTROLES DE PASO (CP) Y LÍMITES HORARIOS

Los participantes tendrán que pasar obligatoriamente por los CP que estarán claramente visibles. En cada CP habrá personal de la organización que verificará el paso de los corredores. Los participantes son los responsables de asegurarse que el controlador ha verificado su paso por cada CP. Un equipo escoba de la organización hará el recorrido cerrando la carrera. Se han de seguir en todo momento las indicaciones del personal de la organización y de seguridad.

Durante el recorrido habrá un tiempo límite para pasar por algunos de los CP, estos tiempos están calculados para poder finalizar la carrera dentro del horario máximo establecido. No se permitirá continuar a los que superen estas barreras horarias. A los que quieran continuar, se les retirará el dorsal y podrán continuar la carrera bajo su responsabilidad. En caso de malas condiciones meteorológicas o por razones de seguridad, la organización se reserva el derecho de parar la prueba, de modificar el recorrido o de variar los límites horarios.

CONTROL	EXTREM Temps màxim / <i>Tiempo máximo 22 h.</i>	TRAIL Temps màxim / <i>Tiempo máximo 15 h.</i>
Sortida / <i>Salida</i>	05:30 h.	05:30 h.
Coll del Triador	09:45 h.	09:45 h.
Pas de la Mainera	13:30 h.	13:30 h.
Espot Esquí	15:30 h.	15:30 h.
Barraca dels Caçadors (Extrem) Arribada / <i>Llegada</i> Rialp (Trail)	19:30 h.	20:30 h.
Gulleri	00:15 h. (18-09-2016)	
Arribada / <i>Llegada</i> Rialp	03:30 h. (18-09-2016)	
CONTROL	MITJA Temps màxim 6h. / <i>Tiempo máximo 6h.</i>	
Sortida / <i>Salida</i>	08:30 h.	
Sort	12:30 h.	
Arribada / <i>Llegada</i> Rialp	14:30 h.	

Podeu consultar totes les distàncies, desnivells i temps previstos parcials i acumulats al web [Rialp Matxicots](#).
Podéis consultar todas las distancias, desniveles y tiempos parciales y acumulados en la web [Rialp Matxicots](#).

ABANDONAMENTS

Excepte en cas de lesió o accident, un participant no podrà abandonar la prova si no és en un punt de control de pas.

EN CAS D'ABANDONAMENT S'HA DE COMUNICAR AL PERSONAL DE L'ORGANITZACIÓ EL MÉS AVIAT POSSIBLE, EN EL PUNT DE CONTROL MÉS PRÒXIM, O TRUCANT AL TELÈFON D'EMERGÈNCIES DE L'ORGANITZACIÓ.

El participant també haurà de comunicar al punt de control com tornarà al seu lloc d'origen o si necessita transport fins al punt de sortida o al punt més proper amb servei de transport públic.

En cas d'abandonament per lesió o per accident que impedeixi l'aproximació a peu fins el punt de control més pròxim, el participant haurà de comunicar la situació al centre de control de la prova:

**Telèfon d'emergències
646 71 22 71**

Us aconsellem guardar aquest número a la vostra agenda de contactes com "a_Matxicots" per tal que sigui de fàcil trobar en cas de necessitat.

Si per raons de cobertura el lesionat no pot contactar amb l'organització, pot utilitzar el telèfon d'emergències **112**. La solidaritat entre participants és clau per reduir al màxim les afectacions en aquest tipus de situacions.

SEGURETAT

L'organització situarà, en determinats punts del recorregut i als controls de pas, personal especialitzat encarregat de vetllar per la seguretat dels participants.

És obligatori seguir les indicacions d'aquest personal, que estarà convenientment identificat. Hi haurà personal mèdic i ambulàncies en punts estratègics del recorregut per intervenir si fos necessari.

ABANDONOS

Salvo en caso de lesión o accidente, un participante no podrá abandonar la prueba si no es en un punto de control de paso.

EN CASO DE ABANDONO SE TIENE QUE COMUNICAR AL PERSONAL DE LA ORGANIZACIÓN LO MÁS RÁPIDO POSIBLE EN EL PUNTO DE CONTROL MÁS PRÓXIMO, O LLAMANDO AL TELÉFONO DE EMERGENCIAS DE LA ORGANIZACIÓN.

El participante también tendrá que comunicar al punto de control como volverá a su lugar de origen o si necesita transporte hasta el punto de salida o al punto más cercano con servicio de transporte público.

En caso de abandono por lesión o por accidente que impida la aproximación andando hasta el punto de control más próximo, el participante deberá comunicar la situación al centro de control de la prueba:

***Teléfono de emergencias
646 71 22 71***

Os aconsejamos guardar este número en vuestra agenda de contactos como "a_Matxicots" para agilizar su localización en caso necesario.

*Si por razones de cobertura el lesionado no puede contactar con la organización, puede utilizar el teléfono de emergencias **112**. La solidaridad entre participantes es clave para reducir al máximo las afectaciones en este tipo de situaciones*

SEGURIDAD

La organización situará, en determinados puntos del recorrido y en los controles de paso, personal especializado encargado de velar por la seguridad de los participantes.

Es obligatorio seguir las indicaciones de este personal, que estará convenientemente identificado. Habrá personal médico y ambulancias en puntos estratégicos del recorrido para intervenir si fuera necesario.



AVITUALLAMENTS I ASSISTÈNCIA

Totes les curses de la Rialp Matxicots es realitzen en règim d'autosuficiència. L'organització proporcionarà avituallaments líquids i sòlids durant els recorreguts. Es pot consultar el contingut previst per a tots els avituallaments a la nostra web Rialp Matxicots. Per raons de sostenibilitat, **NO HI HAURÀ GOTS A CAP AVITUALLAMENT.**

L'assistència solament està permesa dins dels punts d'avituellament. No està permès ser acompanyat durant el recorregut, sota la conseqüent penalització.

En cas d'intoleràncies alimentàries, podeu dirigir un mail a rialpmatxicots@gmail.com, i vetllarem per la vostra millor alimentació.

SERVEI DE DUTXES

S'habilitaran dos punts per a poder dutxar-se després de les proves. El servei de dutxes estarà disponible a:

- Camp de futbol municipal.
- Club Vall d'Àssua.

AVITUALLAMIENTOS Y ASISTENCIA

Todas las carreras de la Rialp Matxicots se realizan en régimen de autosuficiencia. La organización proporcionará avituallamientos líquidos y sólidos durante los recorridos. Se puede consultar el contenido previsto de todos los avituallamientos en nuestra web Rialp Matxicots. Por razones de sostenibilidad, **NO HABRÁ VASOS EN NINGÚN AVITUALLAMIENTO.**

La asistencia solamente está permitida dentro de los puntos de avituallamiento. No está permitido ser acompañado-a durante el recorrido, bajo la consecuente penalización.

En caso de intolerancias alimentarias, podéis dirigir un mail a rialpmatxicots@gmail.com, y velaremos por vuestra mejor alimentación.

SERVICIO DE DUCHAS

Se habilitarán dos puntos para poder ducharse después de las pruebas. El servicio de duchas estará disponible en:

- Campo de fútbol municipal.
- Club Vall d'Àssua.





ACOMPANYANTS

Els avituallaments amb fàcil accés amb cotxe per seguir les evolucions dels corredors són els següents:

EXTREM I TRAIL

- **Saurí.** Agafar la ctra. LV-5223 des de Sort i al km 6,5 agafar desviament a l'esquerra a Saurí.
- **Caregue i Escàs.** Agafar la carretera local que surt només sortint pel nord de Rialp per la C-13.
- **Beraní i Roní.** Agafar la carretera de l'estació d'esquí de Port-Ainé des de la C-13.
- **Gulleri.** Aparcament a la vora de la C-13 entre Rialp i Llavorsí.

Accès exclusiu amb 4x4:

- **Coll del Triador.** Des de Llessui, pista des del pàrquing estació d'esquí, 35 min.
- **Pas de la Mainera.** Des de Llessui, pista des del pàrquing estació d'esquí, 60 min.
- **Espot Esquí cota 2000.** Des de la base de l'estació, 15 min per la pista forestal de Quatre Pins.

MITJA

- **Escàs.** Agafar la carretera local que surt només sortint pel nord de Rialp per la C-13.
- **Altron** (sense avituallament). Des de Sort per la crta. LV-5223.
- **Celler Batlliu de Sort.** Des de Sort per la crta. LV-5223, a l'esquerra després de La Bastida.
- **Sant Josep d'Olp i Olp.** Des de Sort per la crta. LV-5223, desviament d'Olp-Pujalt al km 3.
- **Sort-** Des de Rialp per la C-13 direcció sud. Avituallament al Parc del Riuet.

SEGUIMENT DE LA CURSA ONLINE

Es podrà seguir la cursa a través dels nostres comptes a les xarxes socials, Facebook i Twitter, i a la web www.rialpmatxicots.cat

ACOMPAÑANTES

Los avituallamientos con fácil acceso en coche para seguir las evoluciones de los corredores son los siguientes:

EXTREM Y TRAIL

- **Saurí.** Coger la ctra. LV-5223 desde Sort y en el km 6,5, desvío a la izquierda a Saurí.
- **Caregue y Escàs.** Coger la ctra. local que sale nada más salir por el norte de Rialp por la C-13.
- **Beraní y Roní.** Coger la carretera de la estación de esquí de Port-Ainé desde la C-13.
- **Gulleri.** Aparcamiento al lado de la C-13 entre Rialp y Llavorsí.

Acceso exclusivo con 4x4:

- **Coll del Triador.** Desde Llessui, pista desde el pàrquing estació de esquí, 35 min.
- **Pas de la Mainera.** Desde Llessui, pista desde el pàrquing estació de esquí, 60 min.
- **Espot Esquí cota 2000.** Desde la base de la estación, 15 min por la pista forestal de Quatre Pins.

MITJA

- **Escàs.** Coger la carretera local nada más salir por el norte de Rialp por la C-13.
- **Altron** (sin avituallamiento). Desde Sort por la crta. LV-5223.
- **Celler Batlliu de Sort.** Desde Sort por la crta. LV-5223, desvío a la izqda. después de La Bastida.
- **Sant Josep d'Olp i Olp.** Desde Sort por la crta. LV-5223, coger el desvío de Olp-Pujalt al km 3.
- **Sort-** Desde Rialp por la C-13 dirección sur. Avituallamiento en el Parque del Riuet.

SEGUIMIENTO DE LA CARRERA ONLINE

Se podrá seguir la carrera a través de nuestras cuentas en las redes sociales, Facebook y Twitter, y en la web www.rialpmatxicots.cat

ALLOTJAMENT / ALOJAMIENTO

Si encara no disposes d'allotjament per a la Rialp Matxicots, pots trobar tota a la informació als enllaços següents:

Si aún no dispones de alojamiento para la Rialp Matxicots, puedes encontrar toda a la información en los enlaces siguientes:

