

perseguint lo sol al Monteixo

cuita el Sol 10 Àreu 8/6/2013



Única Milla Vertical Pirenaica
(1680 m desnivell)

Grans Premis:
QUIM DE L'AUBACH i
ISARD DE L'ALT PIRINEU"

IV Copa Catalana de Curses Verticals
ÀREU-VALLFERRERA (Pallars Sobirà - Lleida)

ORGANITZA:



PATROCINADORS:



COL-LABORADORS



Hotel Salaria Hotel Montaña



Informació: Centre Excursionista de Lleida. Tel. 973 242 329 - cel@cel.cat - www.cel.cat - Inscripcions: www.cuitaelsol.com

PRESENTACIÓ:

L’EMD d’Àreu, l’ajuntament d’Alins i el Centre Excursionista de Lleida ofereixen, una vegada més, una prova excursionista basada en el conte d’en Pep Coll "**L’home que corria més que el sol**". Mai se sap si les històries del premi Sant Jordi de les Lletres Catalanes 2007 són llegendes, o recullen la "veritat" dels padrins pallaresos o són fruit del trobador de Pessonada. I com que la descripció geogràfica no enganya, ens imaginem que aquell llegendari Malpui és avui Àreu. Es tracta de sortir de la plaça major d’Àreu just quan es pon el sol i arribar dalt del Monteixo abans de que t’atrapi l’ombra. I qui guanyi, ja ho sap, podrà escollir

Procurarem, que a més de ser una cursa esportiva, sigui una jornada festivo-cultural pirenaica, enmig d’un mercat de productes tradicionals pallaresos.

Pels joves hi ha la **Cuita el Sol Jove**, amb arribada al Jespedil amb 1000 mts de desnivell.

Els pregons de sortida els donaran l’escriptora d’Esterri d’Àneu Raquel Picolo i en Pep Coll de Pessonada.

L’AMPA d’Alins organitza una Caminada Infantil no competitiva (500 mts pels prats), amb el mateix protocol que els grans. Els pares podran acompanyar als més petits.

I el diumenge matí, el PNAP organitza la 2ª Fira dels productes del Parc i de la Ovella aranesa a Arrós de Cardós i el 2n concurs de Xolla.

INSCRIPCIONS:

S’han de fer via Internet: <http://www.inscripciona.com/cuitaelsol>
Les inscripcions es tanquen **el 6 de juny**. Si queden places, el 8 juny pel matí a Àreu.

El pagament de la inscripció es farà seguint les instruccions a l’hora de inscriure’s amb targeta de crèdit.

No es pot considerar ningú inscrit fins sortir al llistat d’inscrits penjat a la web de les inscripcions

Caldrà presentar la llicència el dissabte 8 de juny al lloc de recepció de participants en el moment de recollir el dorsal.

Per raons ambientals i organitzatives, **les inscripcions es tancaran als 400 inscrits**.

En cas de no poder assistir s’acceptarà canvi de nom.

L’organització es reserva 50 dorsals pels que han assistit a totes les Cuita el Sol i per les pallareses.

PREU INSCRIPCIÓ:

(Per federats FEEC C i D, Fedme, F.AndorraM, Triatló i Orientació, totes vàlides per curses de muntanya)

CUITA EL SOL: 30 €

CUITA EL SOL JOVE: 20 € (Nascuts entre 1995 i 2003). Els menors d’edat necessiten autorització paterna

CAMINADA INFANTIL: 10 € (Nascuts després del 2003)

NO FEDERATS: Cal afegir 10 € (Llicència temporal FEEC, assegurança inclosa) i 5 € pels Infantils.

Sopar popular dissabte: 10 €

EL PREU DE LA INSCRIPCIÓ INCLOU:

- **Buff** especial Cuita el Sol,
- **Avituallaments** líquids a la muntanya i, calent (brou) i líquid a la tornada al poble d’Àreu (gentilesa de Caldos ANETO)
- **Premis** de la cursa,
- **Rifa** de material en finalitzar l’entrega de premis (gentilesa de WALA de Lleida).
- **Fotografia** als qui arribin dalt del Monteixo (via Internet).

PROGRAMA:

Dissabte 8 de juny, a partir de les 10 del matí fins a les 4 de la tarda, recepció, inscripcions i repartiment de dorsals i bossa de regals, al Camp de Futbol d’Àreu.

Hora sortida: a les 5 a la plaça Major d’Àreu. Les noies i els joves surten uns 15 minuts abans. I els Infantils a les 6 de la tarda.

7 vespre: Exhibició de gossos de pastor a càrrec del pastor de cal Sardà d’Àreu.

Tot dissabte: al Bar Pujades, projecció continuada de les imatges, en DVD, dels anys anteriors.

Mercat tradicional de productes artesans pallaresos.

A partir 9 vespre: Sopar Popular, a càrrec de la Comissió de Festes d’Àreu.

11 nit: Repartiment de premis i Rifa de material esportiu.

MATERIAL OBLIGATORI:

Frontal, impermeable, proteccions de goma a la punta dels bastons i dorsal.

REGLAMENT:

Serà el de les “Competicions de Curses de Muntanya 2013” de la FEEC, consultar a la web:

http://www.feec.cat/sites/default/files/Fitxers/competicio/reglaments/reglament_curses_2013.pdf

Els menors de 18 anys han de portar autorització dels pares o tutors legals.

Cal dur el dorsal al pit, visible i sense doblegar ni retallar i caldrà retornar-lo. Qui superi els horaris de tall, haurà de recular “ipso-facto” per on indiqui la organització.

Qui es retiri, té l’obligació d’informar-ne als controls més propers i seguir llurs indicacions.

L’organització no es fa responsable dels accidents o altres perjudicis que la participació en la cursa pugui comportar, abans, durant i després de la prova, si bé vetllarà per tal d’evitar-los.

L’organització pot desqualificar qualsevol participant que no respecti el reglament i que embruti o degradi la muntanya en general, així com qui contravingui la normativa vigent sobre prevenció d’incendis. Queda totalment prohibit tirar o abandonar qualsevol tipus de brossa i/o envasos. El mal temps no serà obstacle per a la celebració de la prova, si bé l’organització podrà modificar l’itinerari, fent-se l’ alternatiu previst (fins el Jespedil per Crusos).

Qualsevol situació no prevista en el present reglament es resoldrà segons el criteri de l’entitat organitzadora i del Comitè Català de Curses de Muntanya.

La inscripció implica el coneixement i acceptació del present reglament.

ITINERARI (El Trac, a la web de la Cuita el Sol):

Pujada pel pont d’Àreu, pel dret amunt resseguint sempre, i estrictament, la carena.

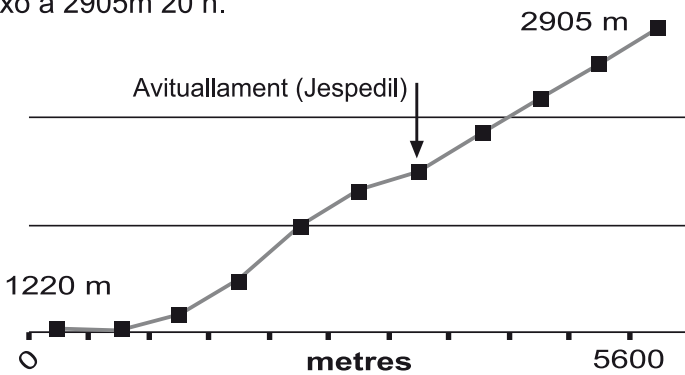
La baixada, ja neutralitzada, pel mateix lloc.

Distància aproximada: 5600 metres amb un desnivell aproximat de 1680 metres.

Horaris: Sortida 5 tarda (Joves i noies uns 15 minuts abans i Infantils a les 6 tarda).

Hora de tall: Jespedil (2200 m) 19 h (Arribada dels Joves i Punt de Control entremig)

Al cim del Monteixo a 2905m 20 h.



PREMIS:

Als 5 primers absoluts masculins i femenins 300€, 200€, 100€, 75€ i 50€ respectivament.

Premi Especial “Isard de l’Alt Pirineu”: A qui més rebaixi el record anterior (59m 41s pels homes i 1h 14m 38s per les dones), tindrà un premi extra de 1€ per segon, amb un màxim de 300 €.

Accèssits: Màsters (nascuts abans del 1964), Veterans (nascuts entre 1964 i 1973), Sub-23 (nascuts entre 1991 i 1995) i Cuita el Sol Jove pels nascuts després del 1-1-1995.

Premi “Quim de l’Aubach” al primer pallarès i a la primera pallaresa.

Nota: Per optar a qualsevol premi, cal arribar al Monteixo abans del tall horari i assistir al repartiment de premis.

ALLOTJAMENTS:

Hotel Vallferrera:	973 62 43 43	(Àreu)
Aparthotel SPA:	616 998 368	(Àreu)
Hostal Montaña:	973 62 44 11	(Alins)
Hotel Salòria:	973 62 43 41	(Alins)
Pensió Fusté:	973 62 43 38	(Ainet de Besan)
Hotel Puitavaca:	973 62 30 78	(Ainet de Cardós)
Hotel Castellarnau:	973 62 20 63	(Escaló)
Hotel Poldo:	973 62 60 80	(Guingueta d’Àneu)
Pensió La Noguera:	973 62 20 12	(Llavorsí)
Hotel del Rei:	973 62 20 11	(Llavorsí)
Hotel Riberies:	973 62 20 51	(Llavorsí)
Hotel Cardós:	973 62 31 00	(Ribera de Cardós)
Hotel La Ribera:	973 62 31 09	(Ribera de Cardós)
Hotel Sol i Neu:	973 62 31 37	(Ribera de Cardós)
Hotel Pessets:	973 62 00 00	(Sort)
Hotel Pey:	973 62 02 54	(Sort)
Hotel Llacs Cardós:	973 62 31 78	(Tavascan)
Hotel Marxant:	973 62 31 51	(Tavascan)
Hotel Marxant:	973 62 31 51	(Tavascan)
Ostau d’Òc:	973 64 15 97	(Vielha)

RESIDÈNCIES CASES DE PAGÈS I CÀMPINGS:

Refugi l’Esquirol:	658 674 770	(Ainet de Besan)
Casa Bortomico:	973 62 44 22	(Alins)
Casa Xicot:	973 62 43 48	(Alins)
Casa Gabatxó:	973 62 43 22	(Araós)
Casa Barres:	973 62 44 08	(Àreu)
Casa Besolí:	973 62 44 15	(Àreu)
Casa Bueno:	973 62 43 63	(Àreu)
Casa Carma:	973 62 44 25	(Àreu)
Casa Currona:	973 62 44 17	(Àreu)
Casa Gallardó:	973 62 43 44	(Àreu)
Casa Perejoanet:	973 62 43 32	(Àreu)
L'Hort del Metge:	650 408 265	(Lladrós)
Cases Rurals del Sobirà:	www.ruralsobirà.com	
Càmping Vallferrera:	973 62 44 08	(Alins)
Càmping Pica d'Estats:	973 62 43 47	(Àreu)
Camping Riberies:	973 62 21 51	(Llavorsí)
Camping Cervós:	973 626266	(Guingueta Àneu)
Refugi Gall Fer:	672 432 453	
Refugi de Vallferrera:	973 624 378 - 973 620 754	

NOTES IMPORTANTS:

Tema pernoctació: Veure llistat adjunt.

Pàrking: S’habilitarà un pàrking al prat que hi ha just abans l’entrada al poble a la dreta, a on caldrà aparcar tots aquells que no dormin al poble. Les furgonetes també poden aparcar al pàrking.

Dutxes: A la piscina municipal del poble, hi haurà servei constant de dutxes amb aigua calenta. Al aparcament i al voltant del camp de futbol, hi haurà WC portàtils instal·lats.

Tema sopar: El poble d’Àreu organitza un “**sopar popular**” als participants, al preu de 10 €. Cal avisar al fer l’inscripció i fer el pagament conjuntament. Inscripcions no aprofitades: Només s’acceptarà canvi de nom.

INFORMACIÓ:

CENTRE EXCURSIONISTA DE LLEIDA
Comerç, 25 - 25007 LLEIDA
Telf: 973 24 23 29 Fax: 973 23 44 97
cel@cel.cat - <http://www.cel.cat>

