

CASTELLÓ DE RUGAT

LES GERRES TRAIL 2025

Eixida i Meta: Camí la serra
Inscripcions: www.multiesport.es



AJUNTAMENT
CASTELLÓ DE RUGAT

4 MAIG | TRAIL 13km | +500

9:00H

| MARXA 8km | +150

PERNIL PER A
L'EQUIP MÉS
NOMBROS!

MEMÒRIA VII TRAIL DE MUNTANYA I MARXA SENDERISTA "LES
GERRES"

4 DE MAIG DE 2025



AJUNTAMENT
CASTELLÓ DE RUGAT

ÍNDEX:

1. REGLAMENT
 - 1.1 NOM I DATA
 - 1.2 MODALITATS
 - 1.3 INSCRIPCIONS I ENTREGA DE DORSALS I XIPS
 - 1.4 DEVOLUCIÓ DE L 'INSCRIPCIÓ
 - 1.5 CATEGORIES
 - 1.6 PREMIS I OBSEQUIS, PER AL TRAIL DE MUNTANYA
 - 1.7 TEMPS MÀXIM I PUNTS DE CONTROL
 - 1.8 AVITUALLAMENTS
 - 1.9 ASSISTÈNCIA SANITÀRIA I PUNTS DE RETIRADA
 - 1.10 TRÀNSIT
 - 1.11 MOTIUS DE DESQUALIFICACIÓ
 - 1.12 CURSA SOLIDÀRIA
 - 1.13 VEHICLES AUTORITZATS
 - 1.14 ASSEGURANÇA
 - 1.15 SERVEIS DE DUTXA
 - 1.16 ACCEPTACIÓ DEL REGLAMENT
 - 1.17 RECORREGUTS
 - 1.18 DADES TÈCNIQUES

1. REGLAMENT

A continuació es detallen més especificacions del reglament de la prova.

1.1. DATA

La carrera es celebrarà el diumenge dia 4 de Maig 2025 a partir de les 09:00 hores en la qual podrà participar qualsevol persona capacitada sense distinció de sexe ni nacionalitat.

1.2. MODALITATS

La prova comprendrà dues modalitats:

- **TRAIL LES GERRES:** recorregut de 13 km amb eixida i meta des del camí de la Serra, distribuïts aproximadament en 1 km d'asfalt, 5 km de pistes forestals i 8 km per senders. El punt més baix de la ruta seran 280m, i el més alt a 500m sobre el nivell del mar. Durant el recorregut hi haurà tres avituallaments, al km 3, al km 6 i al km 11.
- **MARXA SENDERISTA LES GERRES:** recorregut de 8km amb eixida i meta des del camí de la Serra, distribuïts aproximadament en 1 km d'asfalt, 3,340 km de pistes forestals i 2'5 km per senders. El punt més baix del recorregut seran 300m i el més alt 450m sobre el nivell delmar. Durant el recorregut hi haurà un avituallament al km 3.

1.3. INSCRIPCIONS I ENTREGA DE DORSALS I XIPS

Les inscripcions es podran realitzar de les següents maneres:

- Inscripció anticipada a través de la web www.multiesport.es
- El dia de la prova amb la condició de no tindre cobertes les places que oferim.

L'import de la inscripció serà:

- 12€ Participants en la Marxa Senderista.
- 12€ Participants en el Trail.

L'entrega de dorsals i xips es farà el mateix dia de la prova. L'horari serà de 08:00 fins a les 09:00.

El nombre màxim de participants serà entre les dos modalitats de 250 participants.

1.4. DEVOLUCIÓ DE L' INSCRIPCIÓ

Una vegada formalitzada l' inscripció, sols s'accedirà a la devolució del 75% en cas de lesió o malaltia fins el 3 de Maig del 2025. Aquesta inscripció podrà ser substituïda per un corredor suplent una vegada fets tots el tràmits corresponents. Per a donar de baixa una inscripció farà falta un certificat mèdic enviant-lo a través de correu electrònic a la direcció info@multiesport.es.

1.5. CATEGORIES

L'organització estableix les següents categories per accedir a trofeu en Modalitat Trail

Trofeu als 3 primers classificats:

- PROMESA masculí: entre 16 a 24 anys.
- PROMESA femení: entre 16 a 24 anys
- SÈNIOR: masculí: entre 25 a 34 anys.
- SÈNIOR femení: entre 25 a 34 anys
- VETERANS A: entre 35 i 44 anys
- VETERANES A: entre 35 i 44 anys
- VETERANS B: entre 45 i 54 anys
- VETERANES B: entre 45 i 54 anys
- VETERANS C: entre 55 i 64 anys
- VETERANES C: entre 55 i 64 anys
- VETERANS D: de 65 anys endavant
- VETERANES D: de 65 anys endavant
- LOCAL masculí.
- LOCAL femení

Els trofeus s'entregaran a les 12:00 h. aproximadament a la mateixa zona de meta.

En cas de l'absència algun participant d'alguna de les categories li se faria entrega 15 minuts després de la seva arribada a meta.

1.6. PREMIS I OBSEQUIS, PER AL TRAIL DE MUNTANYA.

Quant a premis i trofeus, contemplem:

- Trofeus als 3 primers classificats de cada categoria
- Trofeus als 3 millors participants masculí i femení locals.
- Un pernil a l'equip més nombrós.

Tots els participants inscrits al Trail de Muntanya i a la Marxa Senderista de Castelló de Rugat tindran dret a la bossa del corredor. Aquesta bossa pot variar en funció de les empreses col·laboradores i del nombre de participants.

1.7. TEMPS MÀXIM I PUNTS DE CONTROL

La meta es tancarà 4 hores 30 minuts després de donar l'eixida estipulant l'organització els següents temps de pas:

TRAIL DE MUNTANYA DE 13km

- 1er Avituallament (Km. 3) Fins a 1 hora i 30 minuts després de donar l'eixida.
- 2on Avituallament (km. 6) Fins a 2 hores i 30 minuts després de donar l'eixida.
- 3er Avituallament (km 11) Fins a 3 hores i 45 minuts després de donar l'eixida.

La mitjana prevista per al cap de cursa és d'1 hora, mentre que el tancament, tal com queda reflectit anteriorment, es portarà a terme a les 4 hores i 30 minuts.

Aquests controls es tindran que respectar o s'abandonarà la carrera entregant a l'organitzador que indiqués la retirada el xip.

El participant podrà seguir sempre baix la seva responsabilitat o podrà sol·licitar el trasllat a la zona de meta a l'organització.

Cal dir que una persona amb unes condicions mínimes i capaç de realitzar aquests tipus de proves i distàncies, sobradament aconseguirà passar pels punts de control.

1. 8. AVITUALLAMENTS

Existiran avituallaments sòlids, líquids i sòlid/líquid al llarg del recorregut. Durant el recorregut tindrem 3 zones d'avituallaments:

- Km 3: Avituallament líquid (Trail + Marxa)
- Km 6: Avituallament Sòlid i líquid (Trail)
- Km 11: Avituallament Sòlid i líquid (Trail)

A més a més, en la zona de meta es prepararà un gran aperitiu final exclusivament per a tots els participants en la prova.

1. 9 ASSISTÈNCIA SANITÀRIA I PUNTS DE RETIRADA

Existirà assistència sanitària en:

- Zona d'eixida i arribada del recorregut de la carrera
- Punts intermedis del recorregut. (Avituallaments)

Es podrà abandonar la prova en qualsevol punt d'avituallament habilitat per l'organització i fent-ho saber als organitzadors.

1. 10. TRÀNSIT

El recorregut NO compta amb ningun punt de trànsit de vehicles. Les dues proves discorren íntegrament per camins i senders rurals.

No obstant això, hi haurà personal voluntari en els encreuaments de camins rurals per tal de prevenir als usuaris d'aquests com als corredors, ja que el Circuit és obert al trànsit.

1. 11. MOTIUS DE DESQUALIFICACIÓ

Seran motius de desqualificació:

- No col·locar el xip en l'esportiva i no passar pels punts de control establits. En cas de pèrdua s'haurà de comunicar a l'organització per avisar al cronometrador que estarà en la zona de meta.
- És responsabilitat de cada corredor seguir per l'itinerari marcat.
- No realitzar el recorregut complet.
- Alterar la publicitat del dorsal
- Portar el dorsal i/o el xip adjudicat a un altre corredor
- Entrar en meta sense dorsal o xip.
- Deixar residus (envases de menjar o beguda, gels, barretes...) fora de les zones d'avituellament.
- Mostrar signes clars d'esgotament o qualsevol alteració física o psíquica que fiqui en perill la salut.
- Mantindre una actitud inadequada contra l'entorn natural.
- No donar auxili a qualsevol participant que ho pugui necessitar en un moment donat.

1. 12. CURSA SOLIDÀRIA

És solidària per motius com: Solidaritat amb la resta de participants, solidaritat amb el medi ambient, solidaritat amb els voluntaris.

Als avituellaments es repartiran gots de plàstic i menjar amb envasos.

Es obligat una vegada consumit tirar-ho a les papereres habilitades per l'organització en la zona d'avituellament.

Queda totalment prohibit tirar envasos durant el recorregut.

Per a tirar-ho estaran les zones d'avituellament amb la senyalització corresponent.

Caldrà deixar passar en cada moment al corredor que vaja més ràpid, intentant tindre paciència quan el pas no siga possible sense increpar als corredors més lents.

1. 13. VEHICLES AUTORITZATS

Els únics vehicles autoritzats a seguir la prova seran els que autoritzi l'organització i deuran anar degudament senyalitzats

1. 14. ASSEGURANÇA

La prova estarà coberta per una assegurança de Responsabilitat Civil i un d'accident tal com indica la llei que cobrirà a tots els participants inscrits al Trail de Muntanya i a la Marxa Senderista de Castelló de Rugat.

1. 15. SERVEIS DE DUTXA

L'organització conta al poliesportiu (piscina/gimnàs) municipal amb servei de dutxes per als corredors que acaben la prova.

1. 16. ACCEPTACIÓ DEL REGLAMENT

Tots i totes els i les participants inscrits a la Trail de Muntanya de Castelló de Rugat acceptaran haver llegit el reglament i aprovat tot allò que diu Modificació del Reglament.

L'organització, per causes de força major i imprevistos importants, es reserva el dret a variar qualsevol punt d'aquest reglament, a la modificació del recorregut o horaris i inclús a la suspensió de la prova.

D'aquesta manera l'organització té prevists dos recorreguts alternatius en cas que les circumstàncies posen en perill la seguretat dels corredors.

1. 17. RECORREGUTS

A la prova trobem dos recorreguts per a les diferents proves:

TRAIL LES GERRES

L'eixida serà des del camí la Serra. A continuació ens desviarem a l'esquerra per a fer la puntada al Morquí, a continuació buscarem la Font Nova per entrar als senders de l'Algebassó que ens portaran fins el Palmar on estarà situat el primer avituallament.

A partir d'ací vindrà un tram ràpid de baixada cap a Villa Daniela, zona recreativa de Rugat, travessa i senda d'Abel per encarar el tram tècnic del Molí d'Aielo.

A partir del Molí encararem el tram de pujada pels tolls on estarà situat el segon avituallament, seguint al barranc del Frare, Corral de Montesins, Penyes Llúcies i Casa Barranca, des d'on iniciarem una baixada llarga per la Font de l'Estaca, Cova l'Esbarzer i el refugi fins al Palmar on trobarem el tercer avituallament.

A partir d'aquest moment agafarem els senders de l'Algebassó en direcció de tornada fins la Font Nova des d'on continuarem recte per baixar el camí la Serra, sender cap pujada Morquí per tornar al Camí la Serra buscant directament la Meta.

MARXA SENDERISTA

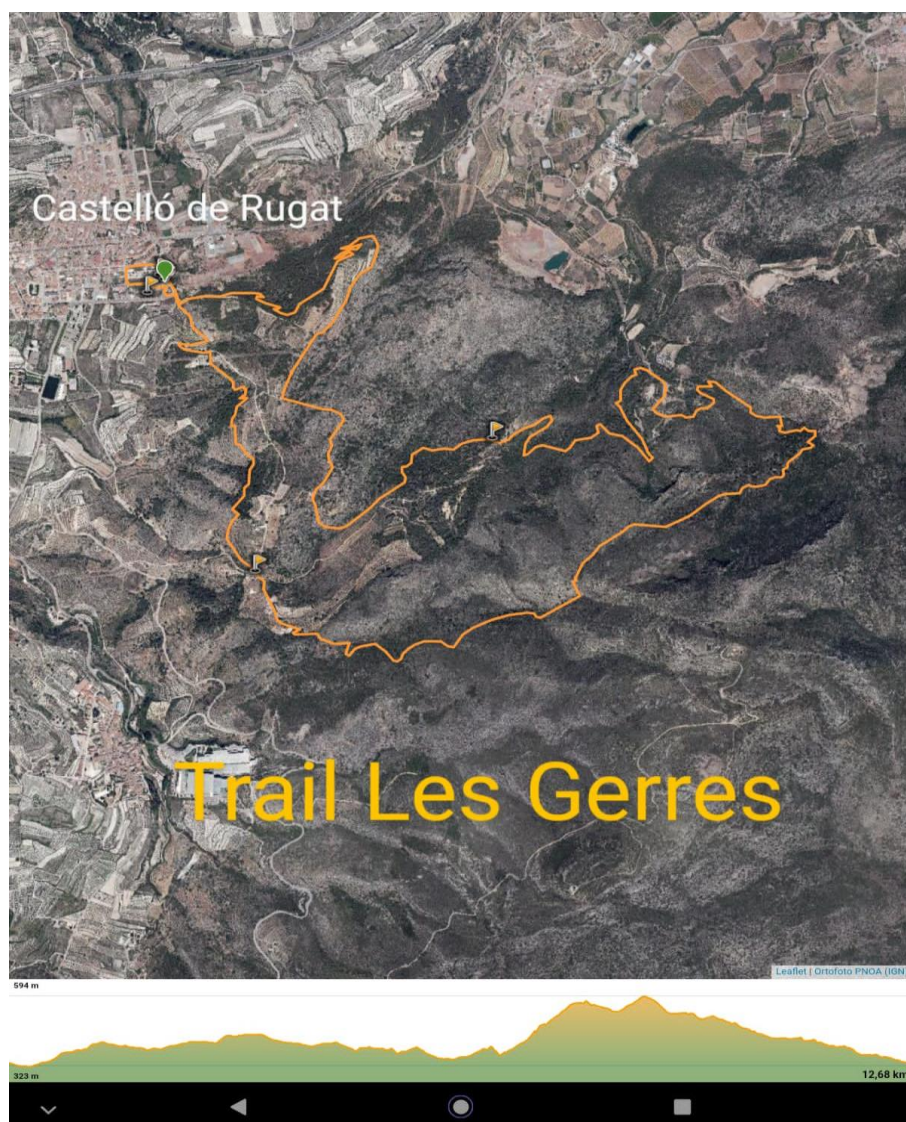
L'eixida serà des del Camí de la Serra buscant la Font Nova per entrar als senders de l'Algebassó que ens portaran fins el Palmar on estarà situat l'avitallament.

A partir d'ací vindrà tram de baixada cap a Villa Daniela, zona recreativa de Rugat cap a l'arenal dels Alonso per pujar al Morquí pel Molló, i després pel sender del Morquí baixarem cap al Camí la Serra i buscarem la meta.

1. 18. DADES TÈCNIQUES

TRAIL LES GERRES

- Distància: 13Km
- Desnivell: +500m
- Pistes forestals: 5km
- Senders: 8,7km



<https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/trail-les-gerres-2022-98951120>

MARXA SENDERISTA

- Distancia: 8km
- Desnivell: +150m
- Pistes forestals: 3,34km
- Senders: 3km



<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/marxa-senderista-les-gerres-2022-99009819>