

## LA CURSA

El proper dimarts 1 de maig es celebrarà la VI BH MONTGAT, cursa popular de 5 i 10 km.

La prova ofereix un circuit ràpid, recte i amb un perfil idíl·lic vora el mar.

TOTS ELS PARTICIPANTS TINDRAN UNA SAMARRETA I UNA BOSSA WELLCOMEPAK.

## RECOLLIDA DORSAL

Dilluns 30 d'abril de 17.00 a 20.00 h al Mercat de Montgat, a la Plaça de la Mare.

Dimarts 1 de maig de 8.00 a 9.30 h al mateix lloc.

Per a la recollida de dorsals és necessari un document identificatiu i el comprovant d'inscripció. Si és una tercera persona qui el recull caldrà presentar la fotocòpia del dni juntament amb el resguard de la inscripció.

## PUNT DE SORTIDA

El punt de sortida i arribada de la cursa serà a la Plaça Mallorquines a les 10 del matí del dia 1 de maig.

## MOBILITAT

Des de Barcelona en vehicle particular accedir per la sortida de Montgat de la C 31.

Des de Mataró també sortida C 31 Montgat/Tiana.

Amb tren es pot accedir amb Rodalies Renfe i la sortida esta just davant de l'estació de Montgat.

## SERVEIS

**Guarda-Roba:** Aquest servei estarà disponible fins a 15 min abans de l'inici de la prova. Es trobarà ubicat al casal de gent gran a 20 m de la sortida.

**Avituallament:** hi haurà un avituallament líquid al quilòmetre 5 i un líquid i sòlid a l'arribada.

**Cronometratge:** serà a càrrec de Championchip. Al finalitzar la cursa els participants coneixeran el seu temps total, temps real, temps parcials al quilòmetre 5 i classificació final. Aquesta informació es podrà consultar a la web de la cursa, el dia de l'esdeveniment.

**Servei mèdic:** Els participants estaran coberts per una assegurança mèdica i el dia de la prova hi haurà un servei preventiu (SVB).

Servei de llebres: s'oferirà un equip d'atletes que marcaran diferents ritmes de cursa.

**Servei de dutxes:** Es disposarà de servei de dutxes pels corredors.

## CATEGORIES

La cursa és oberta a tothom sense limitació d'edat, sexe o nació. Per poder participar i optar a classificar-se, els participants hauran de córrer amb xip i dorsal.

### Homes i dones nascuts/es:

1. del 1998 en endavant.
2. del 1978 al 1997
3. del 1968 al 1977
4. del 1958 al 1967
5. abans del 1957.

## PREMIS

Als tres primers homes i a les 3 primeres dones de la classificació general de 5 i 10 km. I als tres primers/es classificats/ades de cada categoria a la cursa de 10 km.

També tindrà premi el primer corredor i corredora local de la classificació general.

## CIRCUIT

La cursa transcórrer per la NII creuant gairebé tot el municipi de Montgat. Els corredors de 5 km faran una volta i els de 10 km dues voltes.

# INSCRIPCIONS A

[www.lifeforevents.com](http://www.lifeforevents.com)

o

[www.xipgroc.cat](http://www.xipgroc.cat)

Per a qualsevol dubte  
[sergio@lifeforevents.com](mailto:sergio@lifeforevents.com)