



**Reglament de la marxa/cursa de Muntanya  
Balcó de l'Empordà 2.025**



**PALAU-SAVERDERA 08 i 09/02/2025**

## **Normativa de la I Descens Vertical Balcó de l'Empordà**

1. La primera edició del Descens Vertical Balcó de l'Empordà es farà el dissabte 08/02/2025 a Palau-saverdera. Té un recorregut de 2,5km i un desnivell negatiu aproximat de 350 metres. El temps màxim per fer el descens vertical és de 45 minuts.

2. Places limitades a 100 participants. Les inscripcions es faran en una plataforma web ([www.curses.cat](http://www.curses.cat)), obrint-se a mitjans de novembre i tancant-se el divendres 07/02/2025, es reserva la opció d'acceptar inscripcions el mateix dia de la prova.

3. Caldrà ser major de 16 anys per participar al descens vertical, en cas de ser menor de 18 anys caldrà portar l'autorització dels pares o tutors per poder participar.

4. La inscripció no quedarà formalitzada fins que s'hagi realitzat el pagament.

Inscripció:

Online fins el 07/02/2025.....2€

Presencial .....5€

5. Per participar és obligatori l'ús del dorsal lliurat per l'organització. Caldrà dur el dorsal posat i ben visible, durant tota la prova.

6. Hi haurà un detall per:

General absoluta femenina i masculina (1r).

Local (empadronats a Palau-saverdera) femení i masculí (1r).

L'organització es reserva el dret a modificar les categories dels detalls.

Els premis no son acumulatius, un participant només podrà rebre un premi decidint ell quin vol dels obtinguts.

7. El lloc de sortida del descens vertical serà a la zona recreativa del Mas Ventós, els participants hi hauran d'accedir pels seus propis mitjans. L'arribada serà a l'entorn de la Font Mallola de Palau-saverdera.

8. L'hora de sortida del primer o primera participant serà a les 16.00h de la tarda.

9. El recorregut estarà senyalitzat amb cintes, guix i/o esprai biodegradable, hi haurà avituallament a la zona d'arribada.

10. Per motius de seguretat no està permès l'acompanyament de gossos.

11. El mal temps no serà obstacle per a la celebració de la prova. Tot i això, l'organització es reserva el dret d'anul·lar-la o modificar el recorregut si així ho creu convenient.

12. En cas d'abandonament els participants hauran d'arribar a la zona d'arribada pels seus mitjans.

13. La prova transcorre per trams asfaltats, camins, corriols i pistes forestals. La circulació de vehicles per aquestes pistes no estarà tancada. Respecteu la natura, no sortiu dels límits marcats i no llenceu deixalles. Incomplir les normes és motiu de desqualificació.

14. Es demana la màxima esportivitat entre els participants i amb els organitzadors.

15. Caldrà dur alguna identificació per tal de poder recollir el dorsal.

16. Inscriure-s'hi implica l'acceptació del reglament i els participants declaren estar preparats per realitzar la prova.

17. Les vostres dades personals que ens faciliteu seran incorporades al fitxer de l'organitzador.

La finalitat de la cessió de les vostres dades són: gestionar la prova i enviar-vos informació relacionada amb la mateixa o aquella informació que es consideri adient.

Els participants donen consentiment exprés al tractament de les seves dades personals i autoritzen també l'organitzador a publicar-les en el llistat d'inscrits i en el llistat de resultats.

18. Els participants o representants legals dels menors d'edat accepten cedir a l'organitzador i col·laboradors el dret de captació, reproducció, distribució i publicació de les imatges de la cursa a qualsevol mitjà de comunicació com diaris, webs, etc.

Les vostres dades seran tractades d'acord amb el que estableix la Llei orgànica 3/2018, de 5 de desembre, de protecció de dades personals i garantia de drets digitals.

19. Tots els participants tenen l'obligació d'assistir i de comunicar a l'organització qualsevol accident que hagin observat.

20. Els participants han de dur calçat adient a les condicions tècniques que requereixen les proves per muntanya.

El fet de participar suposa l'acceptació de totes aquestes normes, i els imprevistos queden a criteri de l'organització.

## Normativa de la X Marxa Balcó de l'Empordà

1. La desena edició de la Marxa Balcó de l'Empordà es farà el diumenge 09/02/2025 a Palau-saverdera. Té un recorregut de 6km i un desnivell positiu aproximat de 350 metres. El temps màxim per fer la marxa és de 4h.

2. Places limitades a 200 participants. Les inscripcions es faran en una plataforma web ([www.curses.cat](http://www.curses.cat)), obrint-se a començament de novembre i tancant-se el divendres 07/02/2025, es reserva la opció d'acceptar inscripcions el mateix dia de la marxa.

3. No hi ha limitacions d'edat per a la participació a la marxa, els menors de 18 anys hauran de portar l'autorització dels pares o tutors.

4. La inscripció no quedarà formalitzada fins que s'hagi realitzat el pagament.

### Inscripció:

Online fins el 31/12/2024.....10€

Online fins el 07/02/2025.....13€

Presencial .....17€

5. En el cas que no es pugués participar a la marxa per motius de salut, sempre i quan es comuniqui amb un mínim de dues setmanes d'antelació, l'organització valorarà el retorn de la inscripció descomptant sempre les despeses bancàries.

6. Per participar a la marxa és obligatori l'ús del dorsal lliurat per l'organització. Caldrà dur el dorsal posat i ben visible, durant tota la marxa.

7. No es tracta d'una activitat competitiva, tot i això hi haurà un detall per:

Sub-15 (nascuts el 2010 o més endavant) femení i masculí (1r, 2n i 3r).

Sub-19 (nascuts el 2006 o més endavant) femení i masculí (1r, 2n i 3r).

Local (empadronats a Palau-saverdera) femení i masculí (1r).

L'organització es reserva el dret a modificar les categories dels detalls.

Els premis no son acumulatius, un participant només podrà rebre un premi decidint ell quin vol dels obtinguts.

8. El lloc de sortida de la marxa serà a l'entorn de la Font Mallola.

9. L'hora de sortida serà les 10.00h del matí.

10. El recorregut estarà senyalitzat amb cintes, guix i/o esprai biodegradable, hi haurà 1 avituallament en cursa, a l'ermita de Sant Onofre, més un avituallament final a la zona de sortida/arribada.

11. Per motius de seguretat no està permès l'acompanyament de gossos, doncs hi ha zones comuns amb les curses que podrien provocar accidents.

12. El mal temps no serà obstacle per a la celebració de la marxa. Tot i això, l'organització es reserva el dret d'anul·lar-la o modificar el recorregut si així ho creu convenient.

13. Si algú abandona és obligatori avisar a algun dels membres de l'organització, bé sigui en algun dels avituallaments o en els controls disposats al llarg de la marxa.

14. La marxa transcorre per trams asfaltats, camins, corriols i pistes forestals. La circulació de vehicles per aquestes pistes no estarà tancada. Respecteu la natura, no sortiu dels límits marcats i no llenceu deixalles. Incomplir les normes és motiu de desqualificació.

15. Es demana la màxima esportivitat entre els participants i amb els organitzadors.

16. Caldrà dur alguna identificació per tal de poder recollir el dorsal.

17. Inscriure-s'hi implica l'acceptació del reglament i els participants declaren estar preparats per realitzar la marxa.

18. Les vostres dades personals que ens faciliteu seran incorporades al fitxer de l'organitzador.

La finalitat de la cessió de les vostres dades són: gestionar la marxa i enviar-vos informació relacionada amb la mateixa o aquella informació que es consideri adient.

Els participants donen consentiment exprés al tractament de les seves dades personals i autoritzen també l'organitzador a publicar-les en el llistat d'inscrits i en el llistat de resultats.

19. Els participants o representants legals dels menors d'edat accepten cedir a l'organitzador i col·laboradors el dret de captació, reproducció, distribució i publicació de les imatges de la cursa a qualsevol mitjà de comunicació com diaris, webs, etc.

Les vostres dades seran tractades d'acord amb el que estableix la Llei orgànica 3/2018, de 5 de desembre, de protecció de dades personals i garantia de drets digitals.

20. Tots els participants tenen l'obligació d'assistir i de comunicar a l'organització qualsevol accident que hagin observat.

21. Tot i que la marxa és no competitiva, hi haurà registre de temps.

22. Els participants han de dur calçat adient a les condicions tècniques que requereixen les marxes per muntanya.

El fet de participar suposa l'acceptació de totes aquestes normes, i els imprevistos queden a criteri de l'organització.

## Normativa de la VI Trail Balcó de l'Empordà

1. La sisena edició de la Trail Balcó de l'Empordà es farà el diumenge 09/02/2025 a Palau-saverdera. Té dos recorreguts, un d'uns 21km amb un desnivell positiu aproximat de 1.700 metres (Trail), el temps màxim per fer la prova és de 5 hores, i un altre d'uns 11km amb un desnivell positiu aproximat de 800 metres (Exprés), amb 4 hores i 30 minuts de marge per completar el recorregut.

2. Places limitades a 150 participants per la modalitat Trail i 250 per la modalitat Exprés. Les inscripcions es faran en una plataforma web ([www.curses.cat](http://www.curses.cat)), obrint-se a començament de novembre i tancant-se el divendres 07/02/2025, es reserva la opció d'acceptar inscripcions el mateix dia de la cursa.

3. Les limitacions d'edat per a la participació a la cursa son les següents:

3.1 Caldrà ser major de 14 anys per participar a l'Exprés.

3.2 Caldrà ser major de 16 anys per participar a la Trail.

En ambdós casos caldrà portar l'autorització dels pares o tutors.

4. La inscripció no quedarà formalitzada fins que s'hagi realitzat el pagament.

### Inscripció Exprés:

Online fins el 31/12/2024.....15€

Online fins el 07/02/2025.....18€

Presencial .....22€

### Inscripció Trail:

Online fins el 31/12/2024.....20€

Online fins el 07/02/2025.....23€

Presencial .....27€

5. En el cas que no es pugués participar a la cursa per motius de salut, sempre i quan es comuniqui amb un mínim de dues setmanes d'antelació, l'organització valorarà el retorn de la inscripció descomptant sempre les despeses bancàries.

6. Per participar a la competició és obligatori l'ús del dorsal lliurat per l'organització. Caldrà dur el dorsal posat i ben visible, durant tota la cursa.

7. La relació de categories és la següent, per ambdues distàncies:

General absoluta femenina i masculina (1r, 2n i 3r).

Veterà (nascuts entre 1974 i 1983) femení i masculí (1r).

Màster (nascuts el 1973 o abans) femení i masculí (1r).

Local (empadronats a Palau-saverdera) femení i masculí (1r).

L'organització es reserva el dret a modificar les categories.

Els premis no son acumulatius, un participant només podrà rebre un premi decidint ell quin vol dels obtinguts.

8. El lloc de sortida de la cursa serà a l'entorn de la Font Mallola.
9. L'hora de sortida serà les 9.00h del matí per la modalitat Trail i les 9:30 per l'Exprés.
10. El recorregut estarà senyalitzat amb cintes, guix i/o esprai biodegradable, hi haurà 3 avituallament en cursa per la modalitat Trail i 2 per a la Exprés, més un avituallament final, a la zona de sortida/arribada.
11. Per motius de seguretat no està permès córrer amb gos.
12. El mal temps no serà obstacle per a la celebració de la cursa. Tot i això, l'organització es reserva el dret d'anul·lar-la o modificar el recorregut si així ho creu convenient.
13. Si algú abandona és obligatori avisar a algun dels membres de l'organització, bé sigui en algun dels avituallaments o en els controls disposats al llarg de la prova.
14. El participant eximirà de responsabilitat els organitzadors en cas d'accident, lesió o de qualsevol altre imprevist en el cas que no tingui assegurança esportiva contractada amb l'organització o amb una entitat federativa.
15. La cursa transcorre per trams asfaltats, camins, corriols i pistes forestals. La circulació de vehicles per aquestes pistes no estarà tancada. Respecteu la natura, no sortiu dels límits marcats i no llenceu deixalles. Incomplir les normes és motiu de desqualificació.
16. Es demana la màxima esportivitat entre els corredors i amb els organitzadors.
17. Caldrà dur alguna identificació per tal de poder recollir el dorsal.
18. Inscriure-s'hi implica l'acceptació del reglament i els participants declaren estar preparats per realitzar la cursa.
19. Les vostres dades personals que ens faciliteu seran incorporades al fitxer de l'organitzador.  
La finalitat de la cessió de les vostres dades són: gestionar la prova i enviar-vos informació relacionada amb la mateixa o aquella informació que es consideri adient.  
Els participants donen consentiment exprés al tractament de les seves dades personals i autoritzen també l'organitzador a publicar-les en el llistat d'inscrits i en el llistat de resultats.
20. Els participants o representants legals dels menors d'edat accepten cedir a l'organitzador i col·laboradors el dret de captació, reproducció, distribució i publicació de les imatges de la cursa a qualsevol mitjà de comunicació com diaris, webs, etc.  
Les vostres dades seran tractades d'acord amb el que estableix la Llei orgànica 3/2018, de 5 de desembre, de protecció de dades personals i garantia de drets digitals.

21. Tots els participants tenen l'obligació d'assistir i de comunicar a l'organització qualsevol accident que hagin observat. En cas de no fer-ho seran desqualificats.

22. La prova està considerada competitiva i es podran obtenir els resultats oficials a través del lloc web de la prova.

23. Els corredors han de portar calçat adient a les condicions tècniques que requereixen les curses per muntanya.

El fet de participar suposa l'acceptació de totes aquestes normes, i els imprevistos queden a criteri de l'organització.



## Programa aproximat:

### Dissabte 08/02/2025:

- 10.00h: inici Curses Infantils (Mas Cusí)
- 12.00h: entrega premis Curses Infantils (Mas Cusí)
- 16.00h: inici Descens Vertical (Mas Ventós)
- 16:15h: previsió arribada primer/a participant (Font Mallola)
- 17:55h: previsió arribada darrer/a participant (Font Mallola)
- 18:00h: entrega de premis Descans Vertical (Font Mallola, en cas de pluja es donaran al Centre Cívic)
- 18:00h a 20:00h: recollida de dorsals (Centre Cívic)

### Diumenge 09/02/2025:

- 8.00h: obertura de la zona de sortida i arribada (Font Mallola)
- 8.00h a 08:50h: recollida de dorsals, amb preferència per la Trail, i inscripcions darrera hora. (Font Mallola, en cas de pluja es donaran al Centre Cívic)
- 9.00h: sortida de la modalitat Trail (Font Mallola)
- 9.05h a 9:25h: recollida de dorsals, amb preferència per l'Exprés, i inscripcions darrera hora (Font Mallola, en cas de pluja es donaran al Centre Cívic)
- 9.30h: sortida de la modalitat Exprés (Font Mallola)
- 9.35h a 9:55h: recollida de dorsals de la Marxa, i inscripcions darrera hora (Font Mallola, en cas de pluja es donaran al Centre Cívic)
- 10h: Sortida de la Marxa (Font Mallola)
- 10:30h: previsió arribada primers classificats Exprés (Font Mallola)
- 10:40h: previsió arribada primers de la Marxa (Font Mallola)
- 11:20h: previsió arribada primers classificats Trail (Font Mallola)
- 13.00h: entrega de premis Trail, Marxa i Exprés (Font Mallola, en cas de pluja es donaran al Centre Cívic)
- 14.00h: tancament línia arribada (Font Mallola)