# TRAIL MONTROIG 2026

## GUIA DEL CORREDOR

Organitzadors:

Patrocinador principal:

Patrocinadors:

Col·laboradors:

EBRO AUTO3000

Disaliment DISTRIBUIDORES DE MARCAS LÍDERES

Ponent DISTRIBUCIONS ALIMENTÀRIES

batalla cafés THE ART OF COFFEE

FORN DE PA CAPDEVILA - Camarasa -

la noguera CAMPING

QUEROL ESPORTS

CompsaOnline SERVEIS INFORMÀTICS

EL GUARDIÀ DES DE 2009 Calçots

näak

Amb el suport de:

Ajuntament de Camarasa

Paeria de Balaguer

Ajuntament Les Avellanes i Santa Linya

CONSELL COMARCAL DE LA NOGUERA

Diputació de Lleida

# PROGRAMA 2026

- **DIVENDRES, 13 DE NOVEMBRE**

**18:00 - 21:00** Recollida de dorsals *(Escoles de Sant Llorenç de Montgai)*

- **DISSABTE, 15 DE NOVEMBRE**

**06:00** Recollida de dorsals Marató *(Escoles de Sant Llorenç de Montgai)*

**07:30 Sortida de la Marató** *(zona exterior Casal de Gent gran de St Llorenç de Montgai)*

**07:30** Recollida dorsals Mitja marató i Sprint *(Escoles de Sant Llorenç de Montgai)*

**09:15 Sortida de la Mitja Marató** *(zona exterior Casal de Gent gran de St Llorenç de Montgai)*

**09:30** Recollida de dorsals Volta al Pantà *(Escoles de Sant Llorenç de Montgai)*

**10:00 Sortida de la Sprint** *(zona exterior Casal de Gent gran de St Llorenç de Montgai)*

**11:00 Sortida de la Volta al Pantà** *(zona exterior Casal de Gent gran de St Llorenç de Montgai)*

**11:10** Arribada primer corredor de la Mitja Marató

**11:20** Arribada primer corredor de la Sprint

**11:30** Arribada del primer corredor de la Marató

**13:30** Dinar popular

**14:00** Entrega de premis (*si el podi està complert*)

**15:30** Actuació del grup musical La sobretaula

**17:00** Arribada de l'últim corredor/a de la Marató

**17:30** Fi de festa

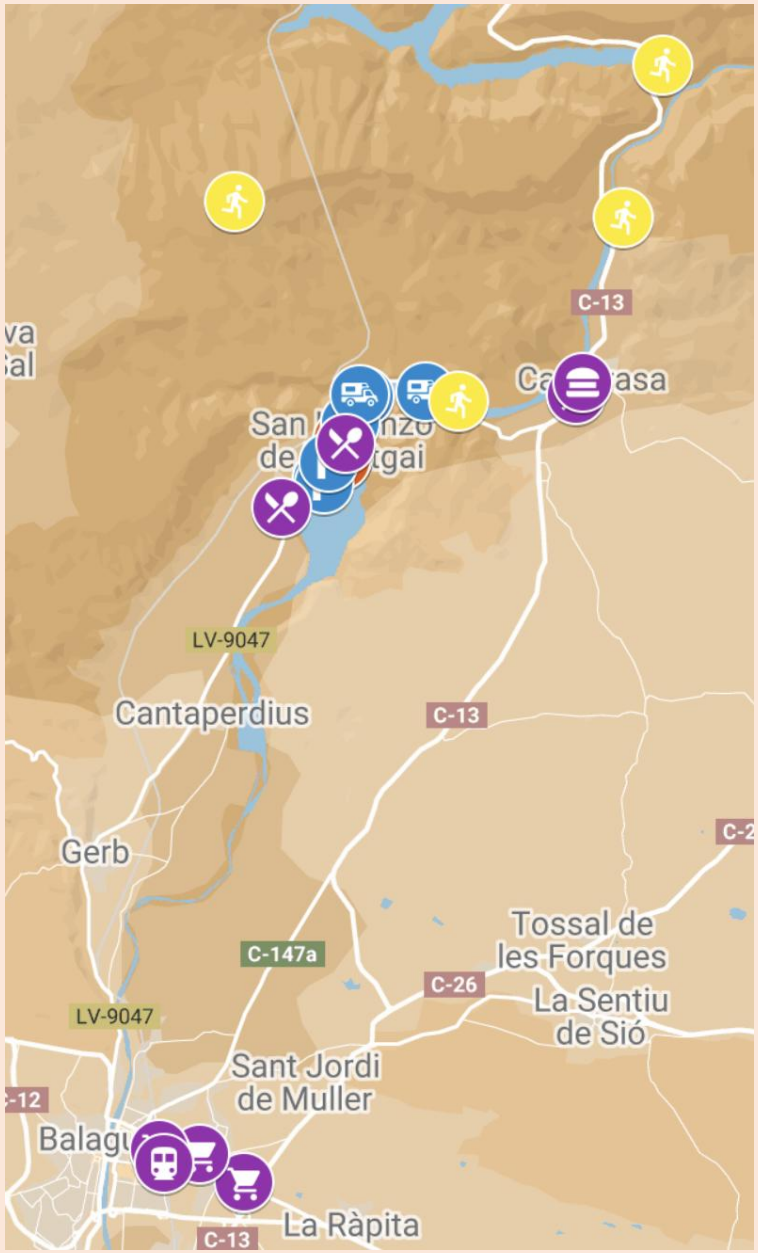
TRAIL MONTROIG
ST. LLORENÇ - CAMARASA

energianufri

# LLUM I GAS PER A LA TEVA LLAR, AMB L'ENERGIA QUE ÉS LA PERA

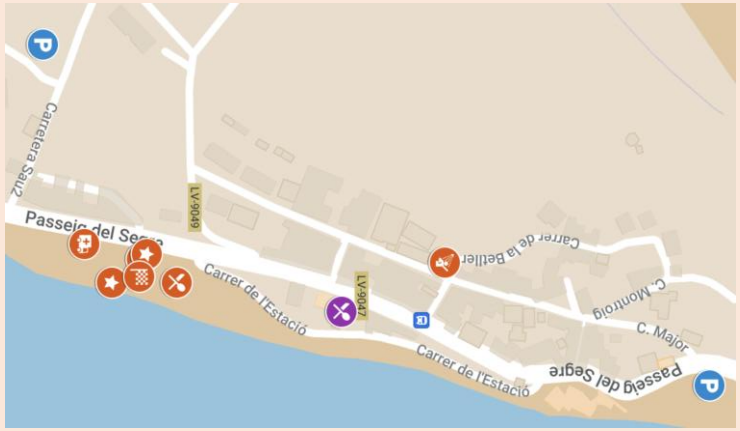
www.energianufri.com

# MAPA DE SERVEIS



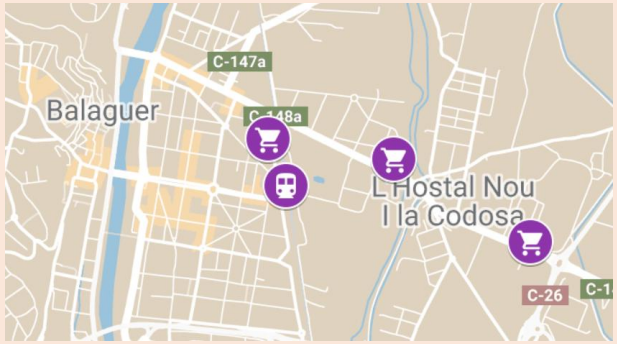

- Entrega de premis
- Dinar popular
- Dutxes
- WC
- Recollida de dorsals
- Sortides / Arribades
- Ambulància

- Bar El Mirador de Sant Llorenç
- Bar/Restaurant Camping la ...
- Restaurant Can Pere
- Forn de pa Lluís Capdevila
- Supermercat Carrefour
- Supermercat LIDL
- Supermercat Mercadona
- Estació de tren Balaguer



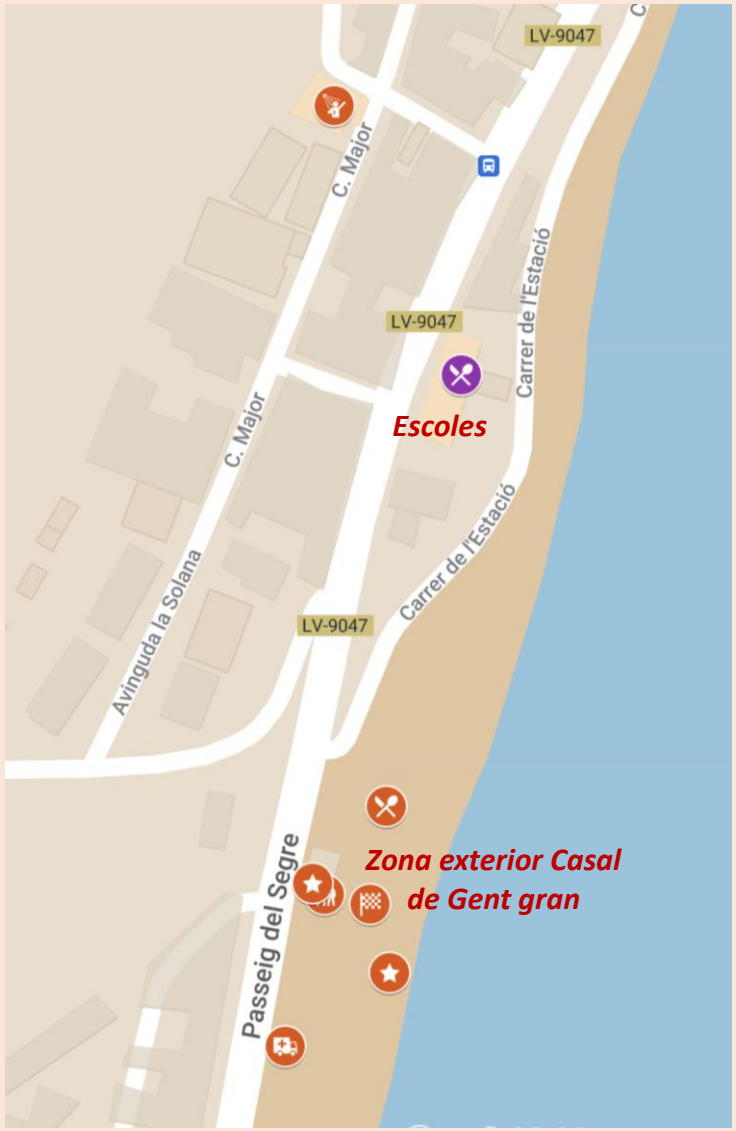

- Parking
- Zona Camper

- Pont Escalera
- Pont del Pastor
- Túnel del Doll
- Ermita Montalegre




TRAIL MONTROIG
ST. LLORENÇ - CAMARASA

# MAPA DE SERVEIS




- Entrega de premis
- Dinar popular
- Dutxes → ALBERG LA COVA
- WC
- Recollida de dorsals
- Sortides / Arribades
- Ambulància

**ENLLAÇ AL MAPA DE SERVEIS**

# MAPA DE SERVEIS

Parking

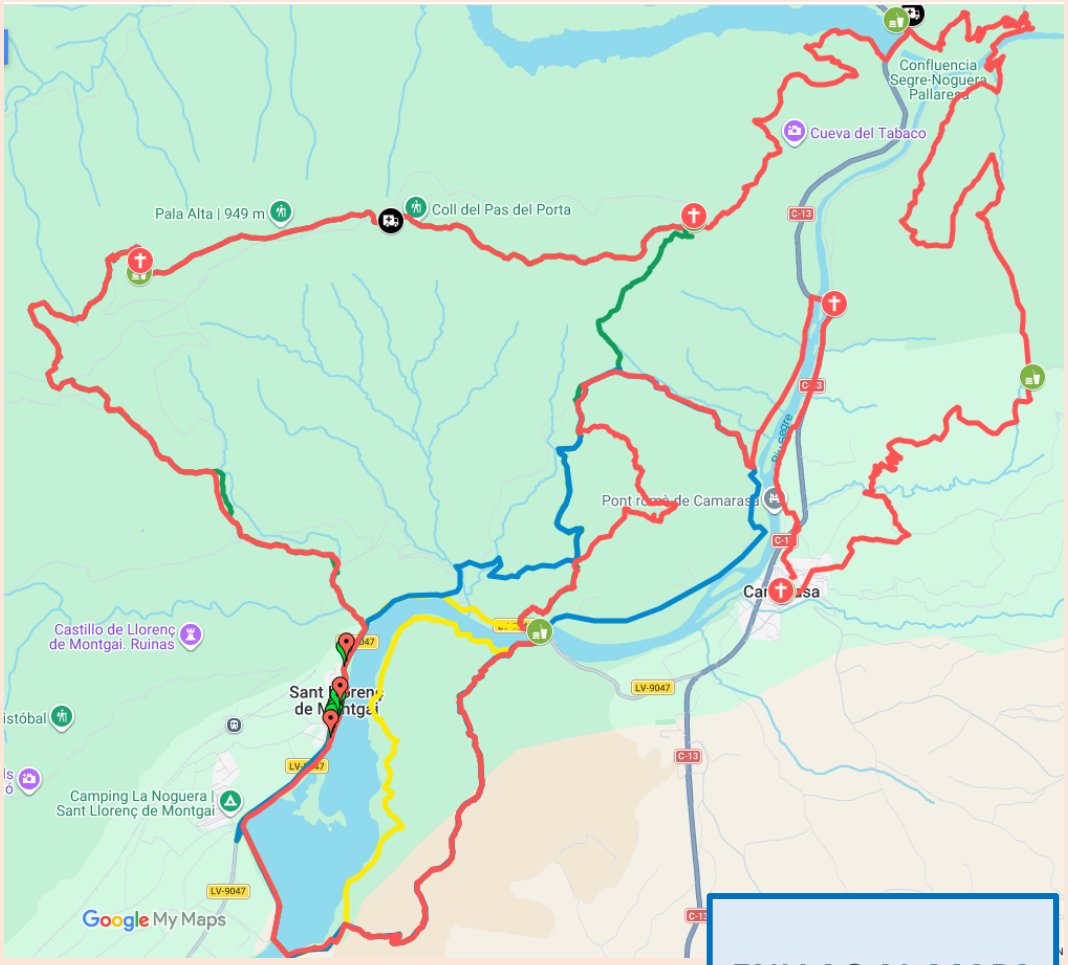
Zona Camper

Es disposarà de varis pàrquings habilitats.

Els voluntaris us guiaran a mesura aneu arribant al poble.

Tenir-ho en compte per arribar amb el temps suficient!

# RECORREGUTS



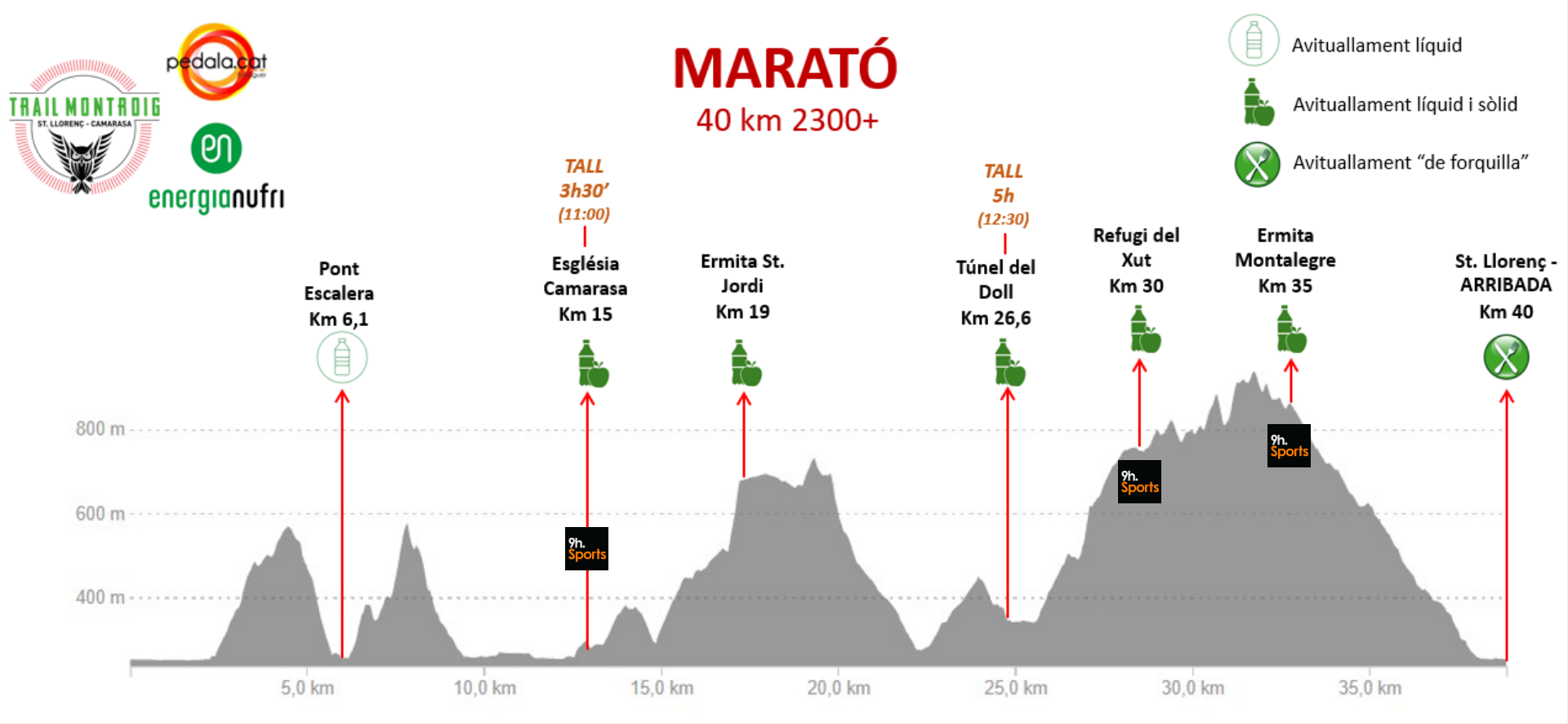

- Inicio de Trail Montroig Mara...
- Fin de Trail Montroig Marato ...
- Trail Montroig Marato 2025
- AV1 Pont d'Escalera
- AV 2 Esglesia Camarasa
- AV 3 Pla d'en Lluis
- AV4 Tunel del Doll
- AV5 Refugi del Xut
- AV6 Ermita Montalegre
- Punt de retirada
- Punt de retirada
- Punt de retirada
- Punt de retirada
- Punt de Rescat
- Punt de Rescat
- Punt de Rescat

- Marató
- Mitja marató
- Sprint
- Volta al Pantà

**ENLLAÇ AL MAPA DE RECORREGUTS**

# MARATÓ

40 km 2300+



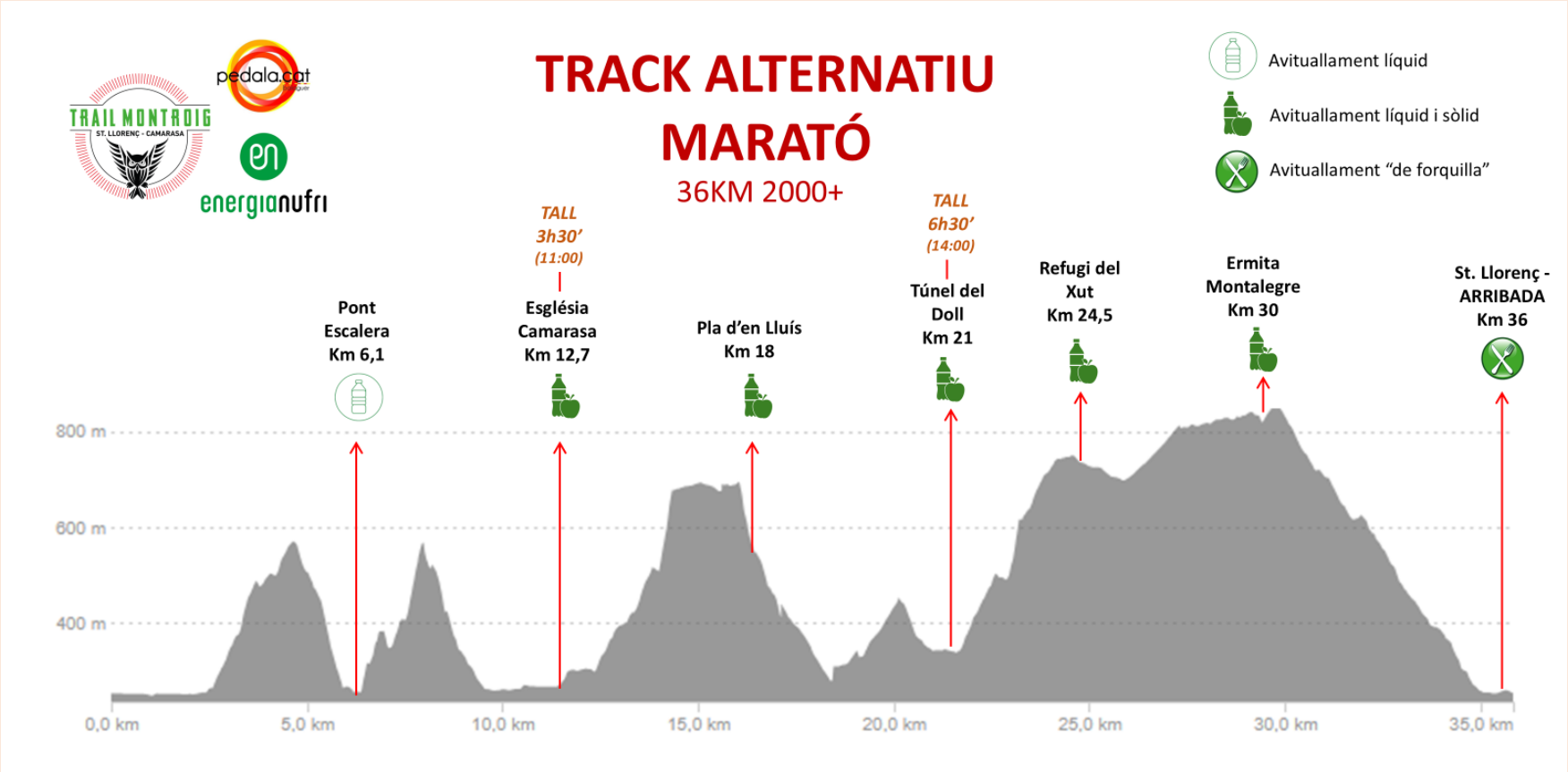

9h. Sports Control de pas

**TRACK MARATÓ**

**MOLT RECOMANABLE TENIR EL TRACK CARREGAT AL RELLOTGE O TELÈFON.**
**PER MOTIUS EXTERNS A L'ORGANITZACIÓ PODRIA HAVER TRAMS AMB FALTA DE BALIÇAMENT**

# TEMPS, DISTÀNCIES I DESNIVELLS MARATÓ

| PUNT DE CURSA | KM TRAM | KM ACUMULAT | DESNIVELL + TRAM | DESNIVELL - TRAM | ACUMULAT + | ACUMULAT - | HORA PAS 1r CORREDOR | HORA PAS 1a CORREDORA | TEMPS DE TALL | PUNT RETIRADA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| AV 1 - Pont Escalera | 6,1 | 6,1 | 346 | -346 | 346 | -344 | 33’ | 43’ | | SI |
| AV 2 - Església Camarasa | 8,9 | 15 | 367 | -360 | 780 | -760 | 1h15’ | 1h50’ | 3h30’ | SI |
| AV 3 - Ermita ST. Jordi | 4 | 19 | 436 | -40 | 1230 | -805 | 1h40’ | 2h10’ | | |
| AV 4 - Túnel del Doll | 7,5 | 26,6 | 278 | -606 | 1500 | -1411 | 2h20’ | 3h10’ | 5h’ | SI |
| AV 5 - Refugi del Xut | 3,5 | 30 | 420 | -17 | 1930 | -1437 | 2h50’ | 4h | | |
| AV 6 - Ermita de Montalegre | 5 | 35 | 406 | -290 | 2330 | -1724 | 3h25’ | 4h50’ | | SI |
| Arribada | 5 | 40 | 21 | -630 | 2340 | -2340 | 3h50’ | 5h40’ | | SI |




**S'ACTIVARIA EN CAS DE PREVISIÓ D'INCLEMÈNCIES METEOROLÒGIQUES**

**TRACK ALTERNATIU**

**ÉS COMUNICARÀ 24 H ABANS DE LA PROVA**

**MOLT RECOMANABLE TENIR EL TRACK CARREGAT AL RELLOTGE O TELÈFON.**
**PER MOTIUS EXTERNS A L'ORGANITZACIÓ PODRIA HAVER TRAMS AMB FALTA DE BALIÇAMENT**

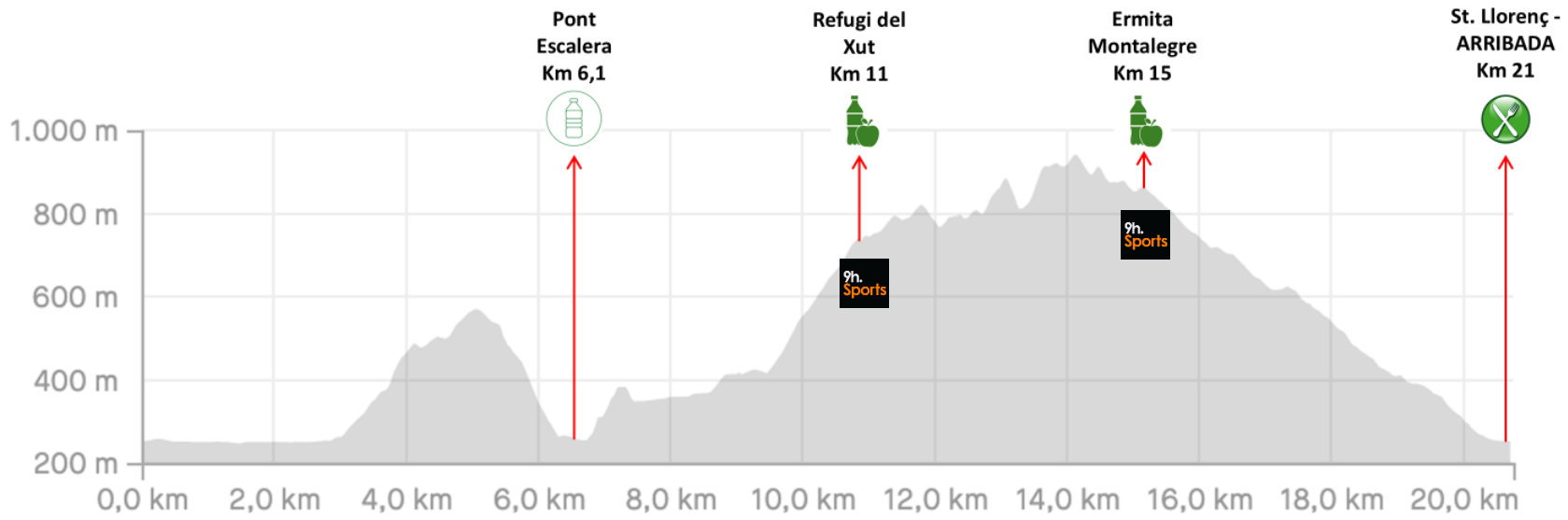
# MITJA MARATÓ

21 km 1340 +

Avituallament líquid

Avituallament líquid i sòlid

Avituallament “de forquilla”




**TRACK MITJA MARATÓ**

9h. Sports Control de pas

**MOLT RECOMANABLE TENIR EL TRACK CARREGAT AL RELLOTGE O TELÈFON.**
**PER MOTIUS EXTERNS A L’ORGANITZACIÓ PODRIA HAVER TRAMS AMB FALTA DE BALIÇAMENT**

# TEMPS, DISTÀNCIES I DESNIVELLS MITJA MARATÓ

| PUNT DE CURSA | KM TRAM | KM ACUMULAT | DESNIVELL + TRAM | DESNIVELL - TRAM | ACUMULAT + | ACUMULAT - | HORA PAS 1r CORREDOR | HORA PAS 1a CORREDORA | PUNT RETIRADA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| AV 1 - Pont Escalera | 6,1 | 6,1 | 346 | -346 | 346 | -344 | 28’ | 38’ | SI |
| AV 2 - Refugi del Xut | 4,9 | 11 | 560 | -70 | 900 | -414 | 57’ | 1h18’ | |
| AV 3 - Ermita de Montalegre | 4,5 | 15 | 406 | -290 | 1300 | -700 | 1h30’ | 2h00’ | SI |
| Arribada | 5,9 | 21 | 21 | -630 | 1320 | -1320 | 1h50’ | 2h28’ | SI |

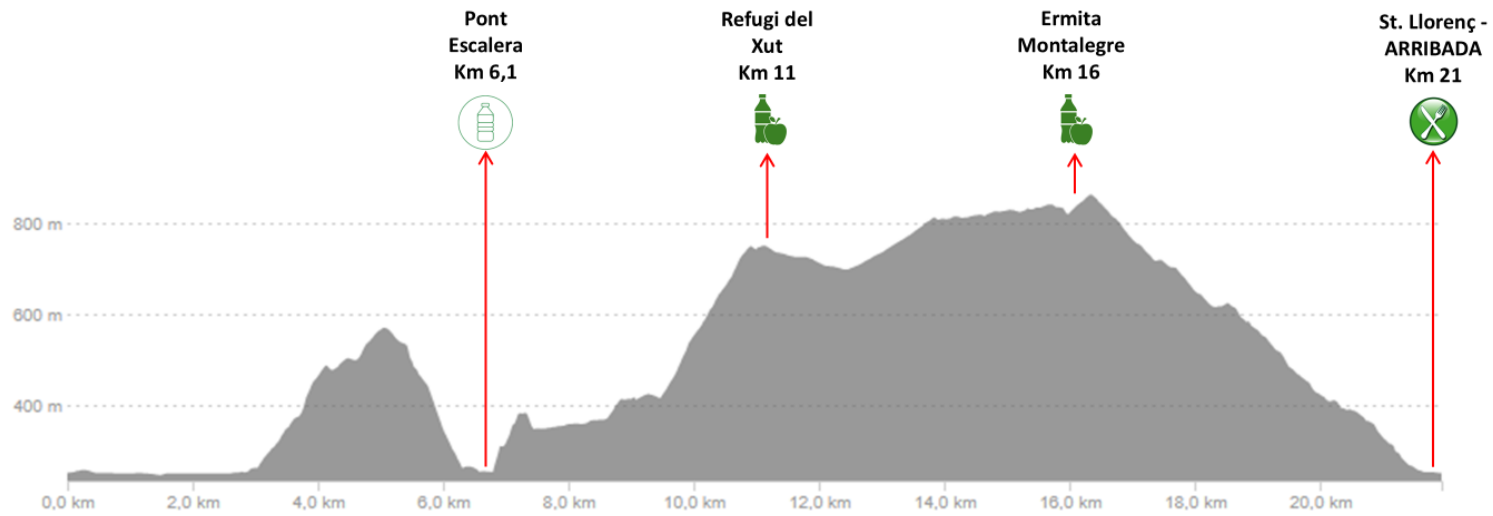
# TRACK ALTERNATIU MITJA MARATÓ

22 km 1100 +

Avituallament líquid

Avituallament líquid i sòlid

Avituallament "de forquilla"




**S'ACTIVARIA EN CAS DE PREVISIÓ D'INCLEMÈNCIES METEOROLÒGIQUES**

**TRACK ALTERNATIU**

**ÉS COMUNICARÀ 24 H ABANS DE LA PROVA**

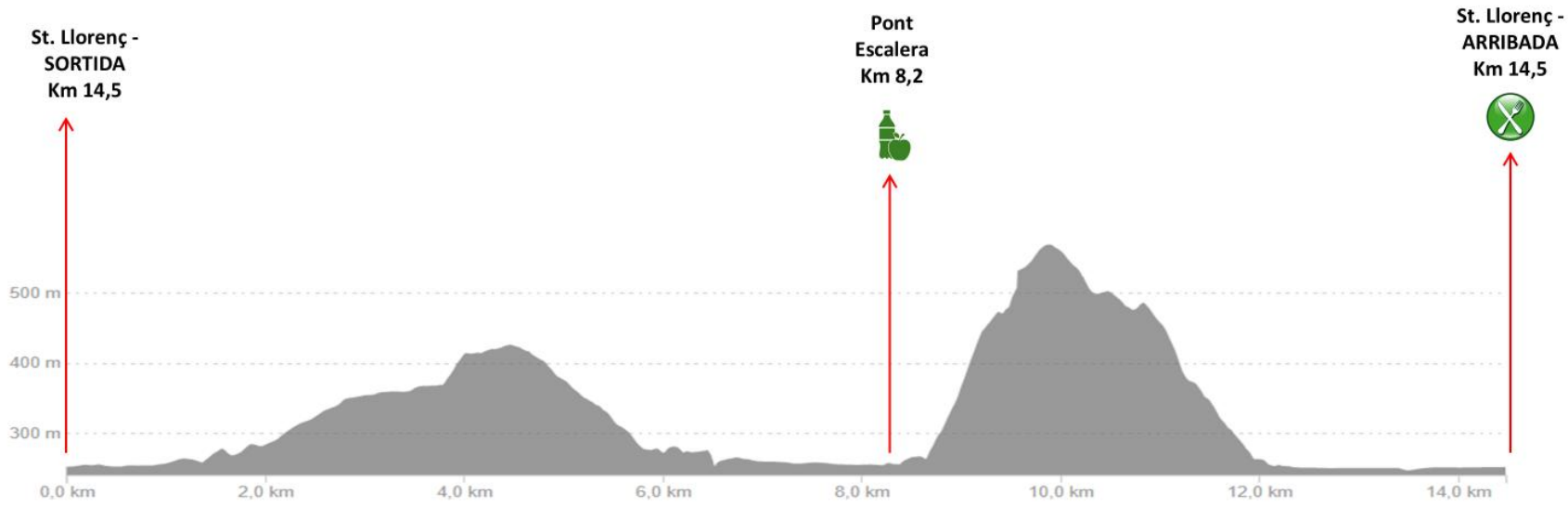
**MOLT RECOMANABLE TENIR EL TRACK CARREGAT AL RELLOTGE O TELÈFON.**
**PER MOTIUS EXTERNS A L'ORGANITZACIÓ PODRIA HAVER TRAMS AMB FALTA DE BALIÇAMENT**

# SPRINT

14,5 km 560 +

Avituallament líquid i sòlid

Avituallament "de forquilla"




**TRACK SPRINT**

**MOLT RECOMANABLE TENIR EL TRACK CARREGAT AL RELLOTGE O TELÈFON.**
**PER MOTIUS EXTERNS A L'ORGANITZACIÓ PODRIA HAVER TRAMS AMB FALTA DE BALIÇAMENT**

# TEMPS, DISTÀNCIES I DESNIVELLS SPRINT

| PUNT DE CURSA | KM TRAM | KM ACUMULAT | DESNIVELL + TRAM | DESNIVELL - TRAM | ACUMULAT + | ACUMULAT - | HORA PAS 1r CORREDOR | HORA PAS 1a CORREDORA | PUNT RETIRADA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| AV 1 - Pont Escalera | 8,2 | 8,2 | 200 | -200 | 200 | -200 | 40’ | 45’ | SI |
| Arribada | 6,2 | 14,5 | 321 | -321 | 550 | -550 | 30’ | 38’ | SI |

# VOLTA AL PANTÀ

8,3 km

Avituallament líquid

Avituallament líquid i sòlid

Avituallament "de forquilla"

# AVITUALLAMENTS

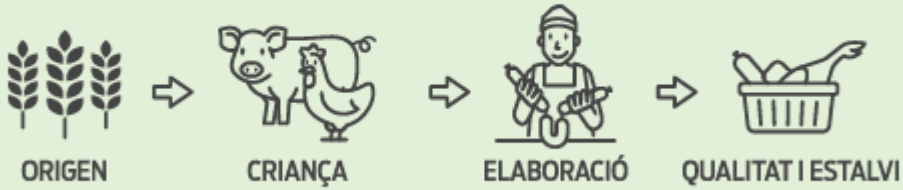
| PUNT DE CURSA | AV 1 PONT ESCALERA | AV 2 ESGLÉSIA CAMARASA | AV 3 ERMITA ST. JORDI | AV 4 TÚNEL DEL DOLL | AV 5 REFUGI DEL XUT | AV 6 ERMITA MONTALEGRE | ARRIBADA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| KM MARATÓ | 6,1 | 15 | 19 | 26,6 | 30 | 35 | 40 |
| KM MITJA MARATÓ | 6,1 | - | - | - | 11 | 15 | 21 |
| KM SPRINT | 8,2 | - | - | - | - | - | 14,5 |
| Aigua | X | X | X | X | X | X | X |
| Aigua amb gas | | | X | | X | X | |
| Beguda isotònica | X | X | X | X | X | X | X |
| Refresc cola | X | X | X | X | X | X | X |
| Fruita: meló, taronja, plàtan, pinya | X | X | X | X | X | X | X |
| Codonyat *** | X | X | X | X | X | X | |
| Cogombrets *** | X | | | | X | X | |
| Fruits secs | X | X | X | X | X | X | X |
| Llaminadures *** | X | X | X | X | X | X | X |
| Xocolata *** | X | X | X | X | X | X | X |
| Pastes salades | X | X | X | X | X | X | X |
| Donuts sucre / xocolata | | | X | | X | X | X |
| Galetes | | | X | | X | X | |
| Coquetes panís xocolata *** | | | X | | X | X | |

**** Opció sense gluten*

bonÀrea

Certificat per AENOR

**Directe del camp**




TRAIL MONTROIG
ST. LLORENÇ - CAMARASA

# MATERIAL OBLIGATORI

**Paravent**

✓Marató
**OBLIGATORI**

✓Mitja marató
**RECOMANABLE**

**Recipient beguda mín. 0,5l**

✓Marató

✓Mitja marató

**OBLIGATORI**

**Telèfon mòbil**

✓Marató
**OBLIGATORI**

✓Mitja marató
**RECOMANABLE**

**Manta termica**

✓Marató
**OBLIGATORI**

✓Mitja marató
**RECOMANABLE**

**Frontal**

✓Marató
**RECOMANABLE**

*En cas de previsió de mal temps, es comunicarà els dies previs, i serà obligatori un **impermeable**.

# PREMIS

- Trofeu i premis en metàl·lic pels 3 primers classificats masculí i femení de la **Marató** i de la **Mitja marató**.

| | Marató | Mitja marató |
|---|---|---|
| 1r/a | 350 € | 350 € |
| 2n/a | 200 € | 200 € |
| 3r/a | 100 € | 100 € |

- Trofeu pels 3 primers classificats masculí i femení de la **Sprint.**

- Medalles pels 3 primers classificats masculí i femení de cada categoria **Marató, Mitja marató** i **Sprint**

Sènior (18 a 39)
Veterà (40 - 49 anys)
Màster (més de 50 anys)

- Medalles pels 3 primers classificats masculí i femení de categoria **sub18** de la **Volta al pantà**

- Medalla de ***finisher*** per a tots/es els participants que finalitzin les proves competitives

LAN MOON

TRAIL MONTROIG
ST. LLORENÇ - CAMARASA

# DISSENY 2026!

# ALTRA INFORMACIÓ IMPORTANT

- L'**assistència externa** està permesa a tots els punts d'avituallament (100 metres abans i 100 metres després).
- Està permès l'ús de **bastons**.
- El **marcatge** és amb cintes de color blanc personalitzades i senyalitzacions amb guix al terra.
- És molt recomanable disposar del **track**, per evitar pèrdues en el recorregut en cas de sabotatge i retirada d'algunes cintes.
- No tirar la **brossa** a terra durant el recorregut, depositar-la en els contenidors dels avituallaments.
- En cas d'**abandonament**, fer-ho en els avituallaments. Avisar als voluntaris de l'organització de la retirada.
- En cas d'alguna **emergència**, trucar als telèfons següents o directament al 112.

687 22 05 23 (Raul)
649 69 84 13 (Òscar)