

Cursa del Roc Gros

14^a Edició | Cursa de muntanya | 2 Recorreguts 12 km i 21 km

Data: diumenge 22 de març de de 2026



Entrega de dorsals i inscripcions fora de termini: Dissabte 21/3/26 de 16 a 19:30h i diumenge 23/3/26 de 7:00 a 8:00h

Breafing explicatiu de la cursa: 8:20h (21 km) i 9:05 (12 km)

Sortida: 8:30h (21 km) i 9:15 (12 km) Plaça Josep Espona

Arribada: Plaça Josep Espona, Els Hostalets de Balenyà

Temps de tall a avituallament 2 (km 9): 1h 30 min (10:00). Es desqualificaran i desviaran els corredors al recorregut de la cursa de 12km.

Hora límit d'arribada: 13:00h (21 km) i 12:30 (12 km)

Distància: 21km (Llarga) i 12km (Curta) (mesurats per l'Associació Cursa del Roc Gros)

Desnivell +: +1000 metres (21 km) i +450 metres (12 km)

Desnivell acumulat: 2000 metres (21 km) i 900 metres (12 km)

Avituallaments sòlids+líquids: 5 (21 km) i 3 (12 km)

Avituallaments només líquids: 2 (21 km)

Premis (1) per cada recorregut per categories (2)

- **Cursa 21 km:** 1er 400€, 2on 200€ i 3er 100€ (Masculí i femení)
- **Cursa 12 km:** 1er 200€, 2on 100€ i 3er 50€ (Masculí i femení)
- **Cursa 21 km i 12 km:** 1r, 2on i 3er classificat absolut masculí i 1a, 2a i 3a classificada absoluta femenina: trofeu i material esportiu.
- **Cursa 21 km i 12 km** 1r classificat júnior i 1a classificada júnior (-18 anys): trofeu i material esportiu
- **Cursa 21 km i 12 km** 1r classificat sènior i 1a classificada sènior (18-39 anys): trofeu i material esportiu
- **Cursa 21 km i 12 km** 1r classificat veterà i 1a classificada veterana (40-49 anys): trofeu i material esportiu
- **Cursa 21 km i 12 km** 1r classificat màster i 1a classificada màster (50 anys o més): trofeu i material esportiu
- **Cursa 21 km i 12 km** 1r, 2on i 3er classificat local i 1a, 2a i 3a classificada local: trofeu i material esportiu. *Imprescindible presentar DNI al recollir dorsal per certificar condició de local* (en cas que el DNI figuri un altra municipi es pot presentar un certificat d'empadronament)
- **Premi per equips Cursa 21 i 12 km(3):** 1er Classificat 100€, 2on Classificat 50€, 3er Classificat 25€
- **Premi especial de muntanya:** Al primer corredor masculí i primera corredora femenina que guanyi la crono-escalada de les antenes

Notes:

- (1) Els trofeus i premis no són acumulables(excepte els premis per equips, els de corredors locals i la crono-escalada).
- (2) L'edat del corredor es comptarà la que tingui abans del 31 de desembre de 2026:
 - Categoria Júnior:** Nascuts entre els anys 2009 i 2014
 - Categoria Sènior:** Nascuts entre els anys 1987 i 2008
 - Categoria Veterana:** Nascuts entre l'any 1977 i 1986
 - Categoria Màster:** Nascuts l'any 1976 i anteriors
- (3) Els equips han d'estar formats per, com a mínim, 4 membres inscrits amb el mateix nom d'equip abans de l'inici de la cursa i han de constar de **com a mínim un membre de sexe femení**

Condicions:

Els participants de la cursa de 12km han d'haver complert els 14 anys el dia de la cursa.

Els participants de la cursa de 21 km han d'haver complert els 16 anys el dia de la cursa.

Els corredors que abans del dia de la prova no hagin complert els 18 anys hauran d'entregar una autorització dels pares o tutors legals (que s'haurà d'entregar el dia de la cursa abans de recollir el dorsal) Aquesta autorització la trobareu al taulell d'inscripcions al dia de la cursa o la podeu sol·licitar prèviament per mail a info@cursadelrocgros.com

L'organització i els propietaris dels camins i corriols per on transcorre la cursa no es fan responsables dels danys o accidents que els corredors puguin fer-se durant la celebració de la mateixa. Preguem es tingui cura de l'entorn.

L'organització es reserva el dret de canviar la data o suspendre la cursa per motius climàtics o d'altres que consideri convenients.

El recorregut de la cursa creua vies urbanes obertes al transit que es regularan degudament però en qualsevol cas els participants hauran d'estar alerta.

En cas d'abandonament els participants estaran obligats a informar l'organització mitjançant els avituallaments intermedis.

La resta de normativa de la cursa es regirà pel reglament de la FEEC de curses de muntanya.

Drets d'imatge: Al formalitzar la inscripció el/la participant autoritza a l'Associació Cursa del Roc Gros a fer ús de les fotografies o vídeos que es puguin fer abans, durant i després de la cursa i en les quals aparegui el corredor/corredora, i que es publiquin a la web www.cursadelrocgros.com o a les xarxes socials que gestiona l'Associació.

Condicions de pagament:

- **Data límit de pagament:** divendres 20 de març de 2026.
- **Preus fins a les 23:59 del 15 de gener de 2026:** 20 € Cursa de 12 km i 30 € Cursa de 21 km
- **Preus del 16 de gener de 2026 fins el dia de la cursa:** 25 € Cursa de 12 km i 35 € Cursa de 21 km

- **Mètodes de pagament:**

- **Targeta de crèdit:** mitjançant TPV virtual (Visa o MasterCard)

www.cursadelrocgros.com

- **Inscripcions fora de termini:** si sobren places, es podrà inscriure's el mateix dia de la cursa, a un preu de 30€ la cursa de 12 km i 40€ la cursa de 21 km (sempre una hora abans de l'inici de la prova)
- **Retorn dels diners:** en cap cas es retornarà l'import de la inscripció.