

dimecres, 26 de juny de 2019



**2on. BUTLLETÍ INFORMATIU  
FESTIVAL CAVALLS DEL VENT  
OPEN - HALF - TAST**

[WWW.CAVALLSDELVENT.COM](http://WWW.CAVALLSDELVENT.COM)

Montellà, 28 de juny

Colaboradors



## 1. EMERGÈNCIA

En cas d'accident cal activar el 112. Recordeu que és sota la vostra responsabilitat l'activació d'aquest servei així com disposar d'assegurança d'accidents en vigor.

## 2. AVITUALLAMENTS

**RECORDEU.** als avituallament **NO HI HAN GOTS.**

En cada refugi de la travessa trobareu avituallament líquid i sòlid. Hem habilitat un punt d'aigua al Coll del Moixeró.

Els avituallaments estaran oberts tenint en compte el temps màxim per completar la travessa. Si algun participant decideix allargar aquest temps en més de 24h i contracta serveis extres als refugis tant d'allotjament com de menjar seràn facturats a part.

AVITUALLAMENTS OPEN									
	AGUILÓ	CORTALS	SERRAT	COLL MOIXERÓ	NIU	REBOST	SANT JORDI	GRESOLET	ESTASEN
BEGUDA	X	X	X		X	X	X	X	X
PUNT D'AIGUA				X					
FRUITA	X	X	X		X	X	X	X	
ENTREPANS		X	X		x		X	X	
FRUITS SECS	X	X							
TABULÉ AMB MENTA FRESCA			X						
PASTA O ARRÓS					X	X	X	X	
CALDO							X	X	X
Caldo + Pollastre al forn									x

AVITUALLAMENTS HALF				
	AGUILÓ	SANT JORDI	GRESOLET	ESTASEN
BEGUDA	X	X	X	X
FRUITA	X	X	X	
ENTREPANS		X	X	
FRUITS SECS	X			
AMANIDA + ARRÓS DE MUNTANYA				X

<b>AVITUALLAMENTS TAST</b>			
	<b>AGUILÓ</b>	<b>GRESOLET</b>	<b>ESTASEN</b>
<b>BEGUDA</b>	X	X	X
<b>FRUITA</b>	X	X	
<b>ENTREPANS</b>			
<b>FRUITS SECS</b>	X	X	
<b>AMANIDA + ARRÓS DE MUNTANYA</b>			X

### **3. HORARIS SORTIDA**

**OPEN I HALF:** Es podrà sortir a partir de les 5am. per fer-ho cal recollir la tarja de pas el divendres. La sortida en massa es farà a les 6am.

**TAST:** Es podrà sortir a partir de les 7am.

**Entrega de tarjes de pas:**

Divendres de 18h a 21h

Dissabte de 5h a 7h

### **4. ABANDONAMENTS**

Cal notificar tot abandonament de la travessa al 678 66 22 30.

**OPEN:** Recordeu que porteu un xip que us geolocalitza i l'heu de tornar al refugi LLuís Estasen

Si necesisteu contractar un servei de Taxi 4x4, us facilitem el contacte de TAXI TRAIL 637 83 99 69

El Telecabina de la Molina fa l'última baixada a les 17:50' el preu del trayecte són 8€

## 5. MARCATGE

Es recomana fermament descarregar-se els tracks. Les marques són les fixes de la travessa. malgrat que la TAST i la HALF transcorren un tram sense senyalització.

TAST: hi haurà un cartell que indica desviament

HALF: hi haurà un cartell que indica desviament

**OPEN TRACK** <https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/open-cavalls-del-vent-2017-18572023>

**HALF TRACK** <https://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=18299668>

**TAST TRACK** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/tast-cavalls-del-vent-37653949>

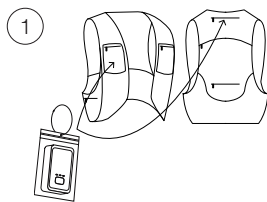
## 6. GEOLOCALITZADOR

En el moment de l'entrega de la tarja de pas, també se us entregarà el geolocalitzador. Ja estara activat, així que **no l'heu de manipular**, només ubicarlo dins la motxilla i subjectar-lo amb la brida que us proporcionarem.

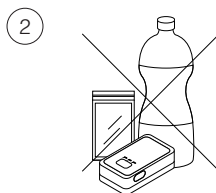
### IMPORTANT:

- Si penses en no sortir avisa a la organització.
- S'ha de tornar el geolocalitzar encara que abandonis. En el moment de recollir-lo signaràs un document en que et compromets a fer-ho.
- Sequeix les indicacions per la correcta ubicació del geolocalitzador.
- No ubiqüis el geolocalitzador juntament amb la manta tèrmica, fa efecte pantalla.

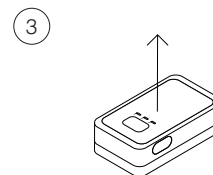
- ca** Ubicació del dispositiu Tracktherace durant la prova
- es** Ubicación del dispositivo Tracktherace durante la carrera
- en** Location of the Tracktherace device during the race



- ca** Situa el dispositiu Tracktherace en alguna butxaca de la motxilla, utilitzant la brida per fixar-lo i evitar la seva pèrdua.
- es** Sitúa el dispositivo Tracktherace en algún bolsillo de la mochila, utilizando la brida para amarrarlo y evitar su pérdida.
- en** Put the Tracktherace tracker in some pocket of the backpack, using the flange to fix it, avoiding so the loss of tracker.



- ca** Assegura't separar-lo de la manta tèrmica i dels recipients d'aigua.
- es** Asegúrate de separarlo de la manta térmica y de los recipientes de agua.
- en** Make sure you separate the tracker from the emergency blanket and from the water containers.



- ca** Deixa la cara de les llums i del botó SOS cap a l'exterior.
- es** Deja la cara de las luces y del botón SOS hacia el exterior.
- en** Put the tracker with the leds and the SOS button side towards the exterior.

\* És obligatori lliurar el dispositiu a l'organització quan arribis a meta o en un punt de control en cas d'abandonament.

\*\* És obligatori entregar el dispositiu a la organització cuando llegues a meta o en un punto de control en caso de abandono.

\*\*\* You must deliver the tracker to race organizers when you reach the finish line, or in a checkpoint in case you don't finish the race.

## 7. SEGUIMENT ONLINE

Es podrà fer el seguiment on line de la OPEN

**OPEN** <https://tracktherace.com/es/cavalls-del-vent-2019-open-84km/race>

## 8. PREVISIÓ METEO

La previsió és de MOLTA CALOR així que porteu sals minerals en pastilles durant el recorregut per estar ben hidratats.

CONSULTEU LA PREVISIÓ ACTUALIZADA EL DIVENDRES A LES 8AM.

<http://meteopirineuscatalans.com/event/cavalls-del-vent-open-2019/>

## 9. RECOMANACIONS

**PROTEGIR-SE DEL SOL:** Ulleres de sol, crema solar i evitar zones descobertes.

**HIDRATAR-SE:** Beure aigua de forma regular. Aigua sola NO ÉS SUFICIENT.

**SALS MINERALS:** Les pastilles de sals minerals seran clau aquest cap de setmana.

**ALIMENTAR-SE:** Malgrat no es tingui gana es recomana menjar alguna cosa cada hora

**SENTIT COMÚ:** En cas de no trobar-se bé cal valorar seriosament retallar per les opcions que es proposen a continuació.

## 10. RETALLAR I ESCURÇAR ITINERARI

**TAST:** No és possible retallar, sempre es pot tornar enrere.

**HALF:** Es pot retallar pel desviament de la TAST (KM 15,7)

**OPEN.:** Es pot retallar pel desviament de la TAST (KM 15,7) , pel desviament de la HALF (KM22) i continuar a partir del Refugi Sant Jordi (KM 52,8) o pel Coll Dental (KM 36,8) seguint el GR a Coll de Pendís i continuar a partir del Refugi Sant Jordi (KM 52,8).



## **CONTACTE**

### **CAVALLS DEL VENT**

Albert Vilana

T. 678662230

albert@cavallsdelvent.com

### **XARXES SOIALS**

Facebook

<https://www.facebook.com/cavallsdelvent>

[https://www.instagram.com/cavalls\\_del\\_vent/](https://www.instagram.com/cavalls_del_vent/)

dimecres, 26 de juny de 2019