

MANCOR XTREME

BRIEFING

2025

· CURSA PER MUNTANYA ·



MANCOR XTREME

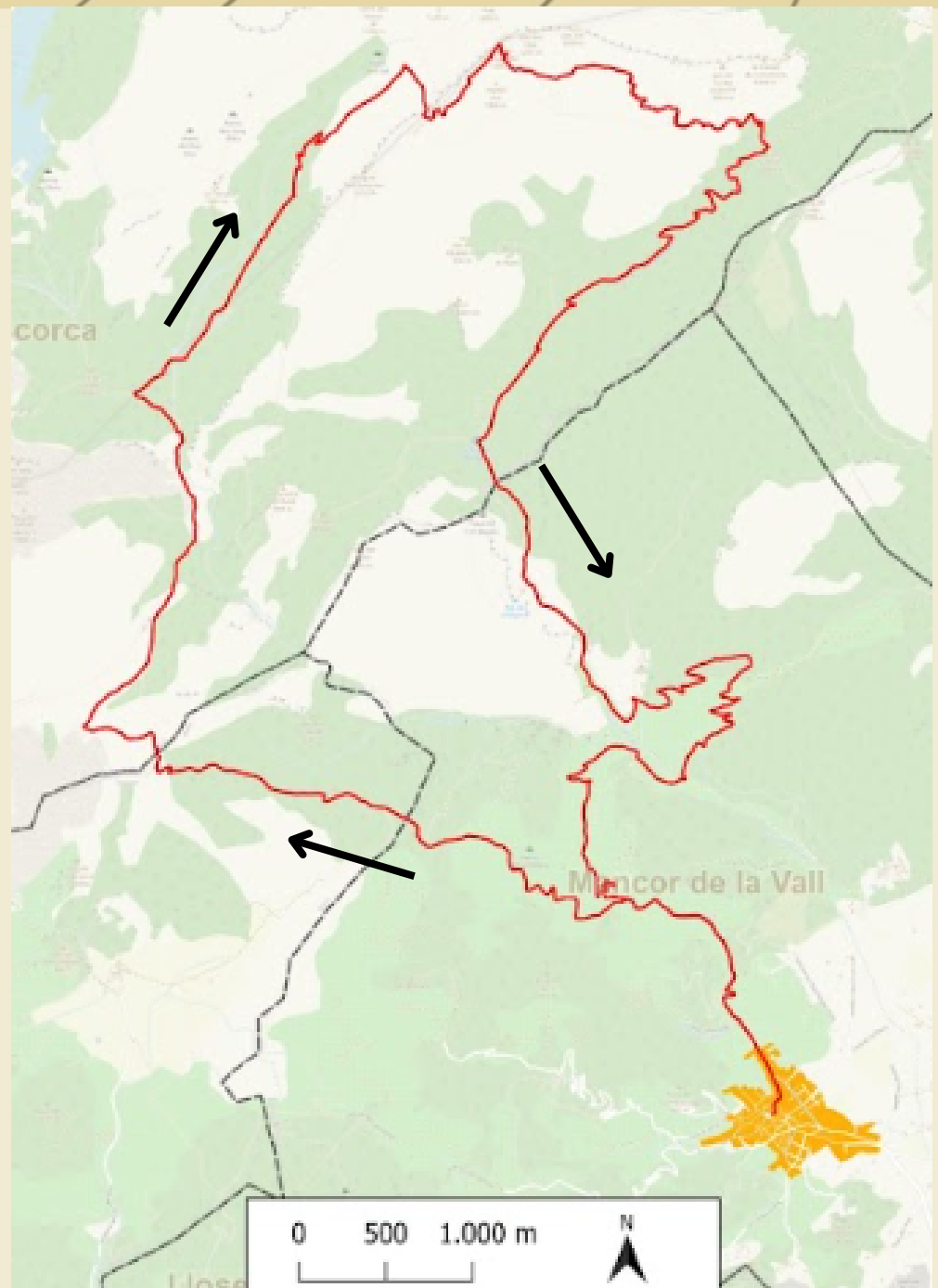
DADES TÈCNIQUES modalitat llarga:

- Termes municipals: Mancor de la Vall, Alaró i Escorca
- Data: 12/01/2025
- Distància total: 27,2 km
- Altitud: 212m mínima (Plaça de Dalt - casc urbà Mancor de la Vall) / 1.364m màxima (cim Puig de Massanella)
- Desnivell positiu: 1.680 m
- Hora de sortida: 9.00h
- Lloc de sortida i arribada: Plaça de Dalt (Mancor de la Vall)
- N^o avituallaments: 3 + meta
- Temps de tall:
 - **3h45min. Avituallament 2. Coll de sa Línia (Pilons)**
 - **5h30min. Mancor de la Vall (meta)**

MANCOR XTREME

RECORREGUT modalitat llarga:

- Mancor de la Vall (Plaça de Dalt)
- Camí d'es Rafals
- Es Pinetons
- GR221. Camí des Comellar d'es Prat
- Coll de n'Argentó
- Puig de Massanella
- Pla de sa Neu
- Coll de sa Línia
- Comellar des Bosc de Massanella
- Caseta des Bosc
- Can Bajoca
- Ses Rotes
- Pla des Campassos
- Coma des Mart
- Coma d'es Rafals
- Camí d'es Rafals
- Mancor de la Vall (Plaça de Dalt)



· CURSA PER MUNTANYA ·

MANCOR XTREME

TRAM NEUTRALITZAT Pas de n'Argentó

La Direcció General de Medi Natural i Gestió Forestal en la resolució presentada a l'organització, ha detallat el següent: "D'acord amb l'article 21.5 PORN, com a mesura per minimitzar l'erosió, s'ha de **neutralitzar la pujada pel pas de s'Argentó**, és a dir, els participants han de circular caminant, no corrent, concretament al tram comprès entre les coordenades 486872, 4406102 i 486971, 4405820, degut a l'elevat grau d'erosió d'aquest camí."

El citat tram el localitzareu amb els cartells informatius col·locats al seu inici i acabament per part de l'equip de marcatge. A nivell informatiu, té una **distància de 400m** amb un **ascens de 139m** de desnivell positiu, amb una **forta pendent mitjana del 34,75%**. Així, ja es preveia que una gran quantitat dels corredors/es inscrits hagués de caminar en aquest segment. Des de l'organització es prega fer cas de les indicacions, evitant en tot cas córrer per la zona neutralitzada.

MANCOR XTREME

AVITUALLAMENTS modalitat llarga:

- **Font d'es Prat. Km 8,7**
 - Líquid: només aigua.
- **Coll de sa Línia (Pilons). Km 15,2**
 - Líquid: aigua, coca-cola i isotònic.
 - Sòlid: plàtan, taronja, llepolies i sandvitx nutella.
- **Baixada Rotes. Km 23**
 - Líquid: aigua, coca-cola i isotònic.
 - Sòlid: plàtan, taronja i llepolies.
- **Meta - Plaça de Dalt. Km 27,2**
 - Líquid: aigua, coca-cola i isotònic.
 - Sòlid: taronja, llepolies, sandvitx nutella, coca xocolata, coca de flam i pizza.

** No es donaran tassons, plats ni coberts.*

MANCOR XTREME

CATEGORIES modalitat llarga:

- Absoluta femenina i masculina
- Sub 23 femenina i masculina (21 a 23 anys)
- Sènior femení i masculí (24 a 39 anys)
- Veterans femení i masculí (40 a 49 anys)
- Màster - 50 femení i masculí (50 a 54 anys)
- Màster - 55 femení i masculí (55 a 59 anys)
- Màster - 60 femení i masculí (a partir de 60 anys)
- Local femení i masculí

Els tres primers classificats/des de cada categoria rebran un trofeu.
Els premis no seran acumulables.

MANCOR XTREME

HORARIS modalitat llarga:

- 7:45 - 8:45h. Entrega de dorsals, revisió llicències federatives i servei de guarda-roba.
- 8:45 - 9:00h. Control material obligatori, cambra de sortida i briefing de la cursa.
- 9.00h. Inici prova (Plaça de Dalt de Mancor) sortida normal, no neutralitzada.
- 14.30h. Tancament de la cursa (Plaça de Dalt de Mancor).
- 12.30h. A partir d'aquesta hora, lliurament de trofeus de forma escalonada.

MANCOR XTREME

MATERIAL OBLIGATORI modalitat llarga:

- Calçat adequat
- Dorsal visible a la part davantera
- Xip
- Mòbil amb bateria
- **Manta tèrmica d'emergència**
- Xiulet
- Tassó o recipient equivalent
- Reserva líquida 1/2 litre
- Reserva alimentària
- **Impermeable 10,000mm**

MATERIAL MOLT RECOMANABLE modalitat llarga:

- **Guants**
- **Buff**
- **Camiseta tèrmica**
- **Manguitos**

Hi ha previsió de molt baixes temperatures. La seguretat en cas d'accident és molt important!

MANCOR XTREME

SENYALITZACIÓ modalitat llarga:

La cursa estarà marcada amb **cintes de color vermell i blanc**, amb cartells informatius als punts importants i amb piques taronges a les zones desprovistes de vegetació (Coll de n'Argentó - Puig de Massanella - Pla de sa Neu). Als trams compartits amb la modalitat XS trobareu cintes reutilitzables (color taronja) de la FBME.



MANCOR XTREME

DADES TÈCNIQUES modalitat XS:

- Termes municipals: Mancor de la Vall
- Data: 12/01/2025
- Distància total: 11,8 km
- Altitud: 212m mínima (Plaça de Dalt - casc urbà Mancor de la Vall) / 416m màxima (cases es Rafals)
- Desnivell positiu: 550 m
- Hora de sortida: 9.30h
- Lloc de sortida i arribada: Plaça de Dalt (Mancor de la Vall)
- N° avituallaments: 2 + meta
- Temps de tall:
 - **2h30min. Mancor de la Vall (meta)**

MANCOR XTREME

RECORREGUT modalitat XS:

- Mancor de la Vall (Plaça de Dalt)
- Camí d'es Rafals
- Coma d'es Rafals
- Coma d'es Mart
- Pla d'es Compassos
- Can Bajoca
- Ses Rotes
- Pla des Compassos
- Coma des Mart
- Coma d'es Rafals
- Camí d'es Rafals
- Mancor de la Vall (Plaça de Dalt)

MANCOR XTREME

AVITUALLAMENTS modalitat XS:

- **Inici Rotes.** Km 4,2
 - Líquid: aigua, coca-cola i isotònic.
 - Sòlid: plàtan, taronja i llepolies.
- **Baixada Rotes.** Km 7,4
 - Líquid: aigua, coca-cola i isotònic.
 - Sòlid: plàtan, taronja i llepolies.
- **Meta - Plaça de Dalt.** Km 11,8
 - Líquid: aigua, coca-cola i isotònic.
 - Sòlid: taronja, llepolies, sandvitx nutella, coca xocolata, coca de flam i pizza.

** No es donaran tassons, plats ni coberts.*

MANCOR XTREME

CATEGORIES modalitat XS:

- Absoluta femenina i masculina
- Sub 23 femenina i masculina (21 a 23 anys)
- Sènior femení i masculí (24 a 39 anys)
- Veterans femení i masculí (40 a 49 anys)
- Màster - 50 femení i masculí (50 a 54 anys)
- Màster - 55 femení i masculí (55 a 59 anys)
- Màster - 60 femení i masculí (a partir de 60 anys)
- Local femení i masculí

Els tres primers classificats/des de les categories **ABSOLUTA** i **LOCAL** rebran un trofeu. Els premis no seran acumulables.

MANCOR XTREME

HORARIS modalitat XS:

- 7:45 - 9:15h. Entrega de dorsals, revisió llicències federatives i servei de guarda-roba.
- 8:15 - 9:30h. Control material obligatori, cambra de sortida i briefing de la cursa.
- 9.30h. Inici prova (Plaça de Dalt de Mancor) sortida normal, no neutralitzada.
- 12.00h. Tancament de la cursa (Plaça de Dalt de Mancor).
- 12.30h. A partir d'aquesta hora, lliurament de trofeus de forma escalonada.

MANCOR XTREME

MATERIAL OBLIGATORI modalitat XS:

- Calçat adequat
- Dorsal visible a la part davantera de la camiseta
- Xip
- **Manta tèrmica d'emergència**
- Xiulet
- Tassó o recipient equivalent

MANCOR XTREME

SENYALITZACIÓ modalitat XS:

La cursa estarà marcada amb **cintes reutilitzables (color taronja)** de la FBME. No seguir en cap cas cintes de color vermell i blanc.

En els indrets conflictius hi haurà voluntaris/es o personal de protecció civil per indicar el recorregut a seguir. Els punts on s'haurà de tenir especial atenció són els següents: encreuament cases Rafals, encreuament avituallament Rotes i encreuament can Bajoca.



· CURSA PER MUNTANYA ·

MANCOR XTREME

OBSEQUIS ambdues modalitats:

En l'edició d'enguany **no hi haurà obsequi de cursa**. Canviam la política en referència als obsequis, ja es va informar d'aquesta intenció en la reunió de curses mantinguda amb la FBME. El preu inicial de la prova havien de ser 35 euros (modalitat llarga) i 19 euros (XS) i es va baixar als 32 i 16 que s'han abonat respectivament per córrer aquest any. Els motius són reduir el preu de les inscripcions i disminuir la quantitat d'obsequis rebuts al final de la temporada, on creiem que molts d'ells acaben inutilitzats.

Malgrat això, sabem que el preu no és el més econòmic del calendari. Però també volem informar de que per les característiques de la nostra ubicació hem d'abonar un total de 6 euros per corredor/a (de cada modalitat) a les finques privades. Fet que minva en gran mesura la capacitat econòmica del club, que vol seguir funcionant sense patrocinadors.

MANCOR XTREME

INFORMACIÓ MEDIAMBIENTAL ambdues modalitats:

- S'ha d'anar en tot moment per camins i senders existents i definits. No es pot córrer camp a través ni per dreceres.
- En cas de dur bastons, els corredors/es hauran de dur tacs de punta tova (de goma, no puntes metàl·liques). I un joc de tacs de recanvi.
- S'ha d'evitar provocar molèsties o alteracions en el comportament dels animals per on transita la cursa.
- S'ha d'evitar al màxim la possible emissió de renous, excepte quan hi hagi risc d'accidents.
- No llanceu residus durant la cursa.
- La cursa es desenvolupa per un lloc d'alt valor ambiental com és el Paratge Natural de la Serra de Tramuntana. Vos demanam que sigueu respectuosos amb l'entorn.
- S'informa als participants i espectadors de la prohibició de fumar i efectuar qualsevol activitat lligada a l'ús del foc o que pugui suposar un risc d'incendi.

MANCOR XTREME

INFORMACIÓ GENÈRICA ambdues modalitats:

- Aquesta prova es regeix pel Reglament de la Lliga Balear de Curses per Muntanya de la FBME.
- No està permès competir amb auriculars.
- No està permesa la participació a la cursa amb calçat minimalista o alternatiu.
- Està permesa l'ajuda externa en els avituallaments.
- Es recorda que el traçat transcorre en gran part per dues finques de titularitat privada, que donen dret de pas exclusivament el dia de la cursa. La finca de Massanella permet l'accés durant tot l'any condicionat al pagament d'una tarifa.
- S'hauran de respectar les indicacions dels àrbitres, voluntaris/es i altra persona de l'organització.
- Els corredors/es es podran retirar en qualsevol moment, però seran els encarregants de comunicar-ho a l'organització.

MANCOR XTREME

APARCAMENT

Carrer des Colomer. Ubicat a només 400m a peu de la meta.



· CURSA PER MUNTANYA ·

MANCOR XTREME

BENVINGUTS A MANCOR DE LA VALL!

**ESPERAM QUE DISFRUTEU MOLT DE LA CURSA,
MOLTES GRÀCIES PER PARTICIPAR!**



Montaura Trail

Mancor de la Vall



Ajuntament de
Mancor de la Vall



· CURSA PER MUNTANYA ·