



BIBLIOTECA PÚBLICA
SANT GREGORI
MIQUEL
MARTÍ
I POL

Recull de Premsa de la Vall del Llémena

Font: GironaNotícies.com Data: 08/03/15

Sant Gregori

VI Caminada Popular a Ginestar i I Cursa de Muntanya a Ginestar.

Agenda - 08/03/2015 - 15:49 | *Ginestar torna amb força aquest diumenge 8 de març amb la VI Caminada Popular i la I Cursa de Muntanya.*



Cim de Sant Grau a Sant Gregori

Dins el terme municipal de Sant Gregori trobem el poble de Ginestar, just a la falda de Sant Grau, un punt de partida ideal pels recorreguts de la **caminada** popular i de la cursa de muntanya que portaran als participants i corredors a moure's per una bonica part de la Vall de Llémena.

La caminada, amb sortida a partir de les 8h. presenta dos recorreguts, un d'11 **km.** i un de 15 km. per pistes i camins forestals, passant per Santa Afra i la llera de la riera de Llémena.

També hi ha previst un recorregut de passejada pels més menuts, 5 km. Mentre que la cursa de muntanya, amb sortida a les 9 h. del matí, presenta un recorregut d'uns 24,5 km. amb un desnivell acumulat de 850 metres combinant camins amb corriols més tècnics passant pel cim de Sant Grau.

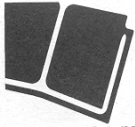
Les inscripcions estaran obertes mitja hora abans de la sortida. El cost de la inscripció a la cursa són 8 euros i de la caminada, 7 euros.

Serveis: esmorzar, avituallaments, obsequis, ambulància, WC i dutxes.

Organitza: Comissió de Festes de Ginestar amb el suport de l'Ajuntament de Sant Gregori

Enllaç cursa Ginestar 2015 24km:

<http://ca.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=8819802>



BIBLIOTECA PÚBLICA
SANT GREGORI
MIQUEL
MARTÍ
I POL

Recull de Premsa de la Vall del Llémena

Enllaç caminada Ginestar 11km:

<http://ca.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=8978763>

VI CAMINADA POPULAR I cursa de muntanya cronometrada



DIA

Diumenge

de març de 2015.

8

LLOC DE SORTIDA 7 Plaça Joan Carles Arnau i Fontané

HORA SORTIDA (inscripcions 1 / 2 hora abans de la sortida)

- PASSEIG i CAMINADA 8 del matí (preu 7 €)

- CURSA 9 del matí (preu 8 €)

PASSEIG: RECORREGUT DE 5 KM. **CAMINADA:** RECORREGUTS DE 11 KM / 15 KM

CURSA: RECORREGUT DE 24,5 KM - DESNIVELL (P) 900M - DESNIVELL (B) 900M

* AMB AVITUALLAMENT EN LA CAMINADA I CURSA. ELS KM SÓN APROXIMATS.

*A L'ARRIBADA HI HAURÀ UN BON ESMORZAR I UN OBSEQUI PER CADA PARTICIPANT

* EN LA CURSA, HI HAURÀ PREMI PEL PRIMER MASCULÍ I FEMENÍ.

NOTA

La marxa és de caràcter popular i oberta a tothom.

L'organització no es fa responsable dels danys soferts o ocasionats pels participants.

Els que portin gossos els hauran de dur lligats per evitar molèsties.

MAPA



ORGANITZA

Comissió de Festes de GINESTAR



COLLABORA

Ajuntament de Sant Gregori

