

RESTAURANT RESIDÈNCIA • CASA DE PAGÈS <b>EL FOLLÓ</b> Tel. 93 842 91 16 08593 TAGAMANENT	<b>BAR DEL POBLE</b> BOCADILLOS Y BRASERÍA C/ Estació, 7 Sant Martí de Centelles	<b>CAMP BASE</b> 	<b>CONVERTIBLES DEM</b> Tel. 93 842 91 82 www.convertiblesdem.com	<b>Can Ponsa</b>  Elaboració artesana de productes làctics	<b>VILA</b> <b>PEDRES I MARBRES VILA, S. A.</b>	<b>HIERBA MONESAL S.A.</b>	<b>DELICATESSEN DEL PORC</b> <b>Salgot</b> 1928	Restaurant Els Traginers. Aiguafreda  Al seu servei des de 1972 Carretera de Ribes, 91 - Tel. 93 844 09 29 - 08591 AIGUAFREDA	<b>FRANKFURT CATALUNYA</b> Gràcies per la seva visita C/ Salvani, 4 - Tel. 93 844 24 48 - AIGUAFREDA
 <b>El Desmai</b> Carrer d'Avençó, 81 Tel. 93 844 21 09 08591 AIGUAFREDA BARCELONA	serveis per al muntatge de mobiliari <b>FONT serveis</b> Tel. 675 65 26 23	<b>PINTURES CONGOST</b> carrer de les Cadenes, 4 08592 St. Martí de Centelles mòbil: 606 068 279	Casanova de Sant Miquel Urbè rural  Parc Natural del Montseny - Aiguafreda T.F. 639 56 90 97 E-mail: p.montseny.casanova@telefonos.com	<b>Prensoland</b> MAQUINARIA INDUSTRIAL	<b>ANTI-MOBILIARI</b> Tel. 93 844 00 08592 SANT MARTÍ	<b>TABACS L'ESTANC</b> Carretera de Ribes, 41 Tel. 93 842 81 04 EL FIGARO	<b>ÀRIDS XUCLÀ</b>	 08591 Aiguafreda c/ Major, 15 - Tel. 93 844 00 80	Bar-Restaurant <i>Ca la Consol</i> 
Restaurant  <b>EL CENTRE</b>	<b>sm</b> espais i disseny en fusta Tel. 93 844 01 38 www.smdisseny.com	<b>Soldevila®</b> CONSTRUCCIÓ I DECORACIÓ EN FUSTA www.soldevila.es   T 93 844 23 28	<b>tagamanent TENNISCLUB RESTAURANT</b> C17, Km. 36 - Tagamanent Tel. 93 842 93 23	<b>VETER HOME</b> SERVEIS VETERINARIS HOLÍSTICS A DOMICILI <b>931 135 125</b> www.veterhome.com	<b>Can Girabent</b> PA I PASTISSOS Canapes i Pastissos per Banquets	<b>Esport</b> Ajuntament de la Garriga	<b>L'ESTEL</b> Premsa, Regals, Fotocòpies color Plaça Major, 15 - AIGUAFREDA Tel./Fax 93 844 03 78	<b>LA VEU</b> de l'Alt Congost	<b>INTERSPORT Everest</b>
<b>SUPERMERCAT "CAL RECADER"</b>	<b>CELLER - LICORERIA BATEA</b> Tel. 844 09 33 AIGUAFREDA	<b>PEDRA NATURAL VILIT, S.L.</b>	<b>Gravats CODEMONT</b> GRAVATS A FRESA • MECANITZAT DE PLAQUES - CORVAT DE METACRILAT • PLAQUES CONTROL • SERIGRAFIA • SEGELLS DE GOMA	<b>PEDRA ICORELLA</b>	<b>Bar PEP</b> TAPES ENTREPANS Carretera de Ribes, 64 Tel. 93 842 80 06 08950 FIGARO	<b>BERRUEZO • TENAS</b> Assessoria Laboral - Col. 2.866 Corredor d'Assurances - Col. 45.311 Assessoria Fiscal i Comptable	<b>ESPORTS MONTANYA</b>	<b>PUIGGRACIÓS, S.A. CONSTRUCCIONS</b>	<b>E. ROCA, S.L.</b> MATERIALS PER A LA CONSTRUCCIÓ
<b>EL 9 NOU</b>	<b>Jorpi Construccions</b> La Garriga, s.l.	<b>Caixa de Manlleu</b> Oficina d'Aiguafreda	<b>REIG</b> Subministraments Reig, S.L. Baixos, 44 08530-La Garriga (BCN) Apartat de correus 177 Tel. 93 8714641 / 93 8714182 Fax. 93 8717995 N.I.F. B-62173281	<b>DEPORTES Atleta's</b> especializados en atletismo	<b>biciQUIP</b> Centell	<b>F. MORERA</b> AGENT OFICIAL PEUGEOT	1903-2003 <b>BAR LA PLAGA (LA MONTANYA)</b> 100 anys al servei del poble	<b>SUPERMERCAT COALIMENT LA BOTIGUETA</b> Plaça Major, 16 Tel. 844 09 57 08591 AIGUAFREDA	OBRES I REHABILITACIONS CONSTRUCCIONS <b>JOAN DE ARRIBA</b> TEL. 93 844 24 13

<b>AUTOMATIC AC F. COMPANYY</b>	<b>Protecció Civil La Garriga</b>	<b>RUNNER'S WORLD®</b>	<b>C.S. PUBLICITAT</b> Promocions y Regals d'Empresa Pasadís de la Montanya, 114 Baixos 08530-La Garriga (BCN) Tel. 93 871 4641 Tel. 93 870 91 13 - 93 870 10 40 Fax. 93 870 91 15 E-mail: csp@publicitat.com	<b>Carnisseria Ca l'Endald</b> Carretera de Ribes, 80 T. 93 842 91 78 - 93 842 92 69 08590 EL FIGARO	<b>BAR RESTAURANT La Cuspineda</b> menú diari • sopars a la fresca • el servei de brasserie Tel. 93 842 87 44	Amb la col·laboració especial: <b>ELS GAFARRONS • AMICS DE LA CAMINADA</b> St. Martí de Centelles Aiguafreda	<b>C.E. AIGUAFREDA + ST. MARTÍ</b>	<b>LES GUILLES</b> TUTS, PELS, CAMINS, TALLERS
---------------------------------	-----------------------------------	------------------------	---	---	---	---	------------------------------------	---

<b>Snack-Bar Novellas</b> Ctra. Ribes, 10 Telf. 93 844 04 70 08591 AIGUAFREDA	<b>isostar</b>	<b>el Periódico</b> www.elperiodico.com	<b>El Bellver</b> Masia Restaurant La Calina Ctra. Llobregat - Tagamanent	<b>FARMÀCIA GABINET D'ÒPTICA OFTÀLMICA L. Mimó Callís</b> Ctra. de Ribes, 25 - AIGUAFREDA (Barcelona) Tel. 844 25 14	<b>bar Miguel TAPES</b> 25è ANIVERSARI 1975 - 2000	<b>Jardineria L'Olivera</b> C/ Pins, 20 - Bjs 1º - 08530 La Garriga Tel. 93 871 90 48	<b>"La Mútua"</b>
--	----------------	--	--	---	--	---	-------------------

# XII CURSA DE MUNTANYA LA VALL DEL CONGOST

Organitza  
**G. A. C.**  
GRUP D'ATLETES DEL CONGOST  
**Gran Premi**  
Diputació de Barcelona



**29 Km**  
**24 de febrer de 2008**  
**a Sant Martí de Centelles**

Amb el suport de:

**Diputació Barcelona** xarxa de municipis

**Ajuntament de Tagamanent**

**AJUNTAMENT DE FIGARÓ - MONTMANY**

**AJUNTAMENT D'AIGUAFREDA**

**AJUNTAMENT DE SANT MARTÍ DE CENTELLES**

Primer cognom   
 Segon cognom   
 Nom   
 Any de naixement   
 M  F  Sexe  
 Telèfon   
 Adreça: carrer i número   
 Codi postal   
 Població   
 Província   
 Nom del club   
 NIF   
 Signatura

**Emplenar-ho per l'organització**

Pitral   
 Categoria   
 Club

Amb el suport de:



L'organització no es fa responsable dels accidents o qualsevol altre perjudici que la participació en la cursa pugui ocasionar als inscrits.

# XII CURSA DE MUNTANYA LA VALL DEL CONGOST

Aprofitant la privilegiada situació dels municipis d'Aiguafreda, el Figaró, Sant Martí de Centelles i Tagamanent enmig de la vall del riu Congost, formada pels Cingles del Bertí a un costat i el turó del Tagamanent a l'altre, ja dins el Parc Natural del Montseny, us proposem novament un recorregut pels corriols i camins d'aquests indrets envoltats de pins i alzines, lluny de l'asfalt i els cotxes habituals en moltes proves. O sigui, que si no et fa por corre amb neu, amb fang, travessar rius, anar per corriols amb bardisses, etc..., ja saps on has de venir a corre. A més a més, amb l'esforç que requereix superar els 1.700 metres positius de desnivell, repartits en una distància no homologada de 29 quilòmetres, entre les comarques d'Osona i el Vallès Oriental.

## REGLAMENT

- Hi podrà participar tota persona major de 18 anys. Places limitades a 300 corredors seguint l'ordre d'inscripció. Aquestes estaran obertes a partir del 17 de desembre.
- Les **inscripcions anticipades** es podran fer **fins el dijous 21 de febrer** al preu de 14 euros, personalment a les tendes *Deportes Atletas-Domingo Catalán* (Ctra. de la Bordeta 7, BCN - tel. 93 423 54 01), o trucant a l'*Ajuntament de Tagamanent* (Tel. 93 842 91 26) previ pagament al nº de compte 20400090010000456784 de la Caixa de Manlleu, adjuntant nom i cognoms dels participants.

Es reserva el dret d'acceptar-ne el mateix dia de la cursa amb un cost de 20 Euros. Els pitrals i el xip es podran recollir a partir d'una hora abans de donar la sortida, prèvia presentació del justificant de pagament.

- La sortida aquest any es donarà davant de l'Ajuntament de **Sant Martí de Centelles**, a les 8 del matí i l'arribada serà al mateix lloc, amb un temps límit de 5,30 hores per fer tot el recorregut, el qual estarà degudament senyalitzat i comptarà amb l'assistència d'un servei mèdic, a més de diversos punts d'avituallament sòlid i líquid, per recuperar-vos una mica i poder continuar al vostre ritme.

- Es constitueixen tres categories maculina i femenina: *Sènior* (18-39 anys), *Veterans I* (40-49 anys) i *Veterans II* (dels 50 en amunt). Hi haurà **trofeus no acumulatius** pels 5 primers homes i dones de la classificació general, al primer de cada categoria, a més del primer de la Vall del Congost, i premi especial d'un pernil al primer en arribar al turó de Tagamanent. El Club millor classificat sumant el temps dels tres primers corredors arribats, obtindrà un lot d'embotits. També es sortejaran diversos obsequis entre els participants que finalitzin la prova.

- Tots els que arribeu a la meta havent passat els controls pel recorregut senyalitzat, tindreu una samarreta tècnica i una bossa amb diversos obsequis, a més d'un bon esmorzar. També disposareu de dutxes i massatge que us deixaran com a nous.

- No ens fem responsables dels accidents o qualsevol altre perjudici que la participació en la cursa pugui ocasionar als inscrits. Tampoc s'acceptarà cap mena de reclamació, si bé després del repartiment de premis s'escoltaran les opinions personals sobre la prova. Si tenim dubtes en la vostra inclusió a alguna de les categories, us demanarem acreditació de l'edat.

- Recordeu que passeu per un Parc Natural, **no llenceu res al terra**, guardeu-ho fins al proper control o a l'arribada. Les condicions meteorològiques no suposaran en cap cas la suspensió de la prova, considerem que poden ser un al·licient i un repte més a superar.
- El fet de participar suposa l'acceptació de totes aquestes normes, quedant els imprevistos a criteri de l'organització.

**Allotjament:** La residència El Folló (tel. 93 842 91 16) / Casanova de Sant Miquel (tel. 639 56 90 97).

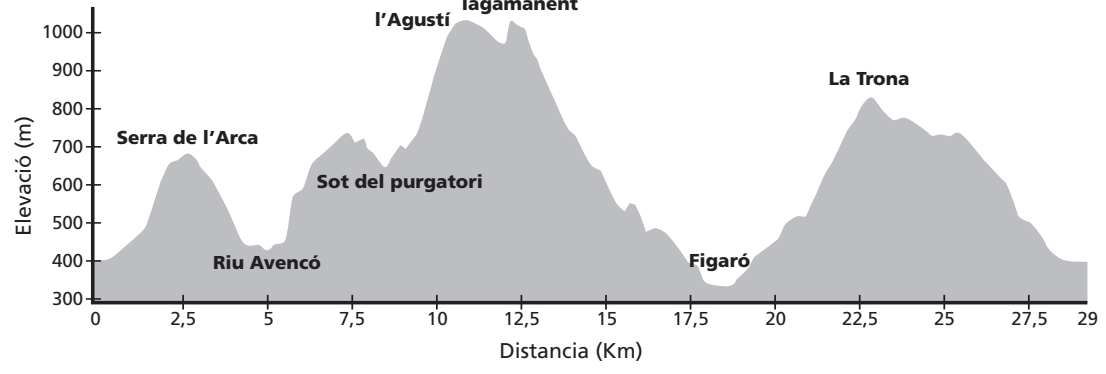
**Comunicació:** RENFE (línia Vic-Puigcerdà), autobusos de l'empresa SAGALÉS, des de Barcelona i Vic. **Vehicle propi:** C-17 (antiga carretera N-152) fins a la vila d'Aiguafreda.

**Internet:** www.tagamanent.org / www.thunar.com / www.venturalia.com

**La classificació es publicarà a El 9 NOU, edició del Vallès, el dilluns 25 de febrer.**

**Nota:** El dissabte dia 23 a les 7 de la tarda es passarà la pel·lícula de la cursa de la Vall del Congost a la sala d'actes de l'Ajuntament de Sant Martí de Centelles.

## Perfil altimètric



Primer cognom   
 Segon cognom   
 Nom   
 Any de naixement   
 M  F  Sexe  
 Nom del club