



## **REGLAMENT MOLLÓ TRAIL CAMINS DE LA RETIRADA 2026**

Molló Trail Camins de la Retirada (d'ara endavant MTCR) és un conjunt de curses organitzades per l'Ajuntament de Molló i SKI CLUB CAMPRODON. Concretament, es convoquen 2 competicions:

- Molló Trail 11K (categoria absoluta) masculina i femenina
- Molló Trail 25K\* (categoria absoluta) masculina i femenina

Amb sortida i arribada a la Plaça de l'ajuntament de Molló (El Ripollès, Girona), les proves tindran lloc el dia 7 de juny de 2026.

### **1. REQUISITS DE LES PERSONES PARTICIPANTS**

Per participar en cadascuna de les proves s'han de complir els següents requisits:

- Ser major d'edat el dia de la prova. Els participants que tinguin 16 o 17 anys el dia de la prova podran participar-hi presentant l'autorització dels tutors legals en el moment de la inscripció.
- Conèixer i acceptar les condicions del present reglament.
- Per tant, les i els participants inscrits assumeixen que hi participen de forma voluntària, sota la seva responsabilitat o la de les persones tutores legals, i reunint les condicions físiques i de salut necessàries per participar en una prova d'aquestes característiques.
- Estar perfectament informat/ada sobre què és la MTCR i disposar dels coneixements, experiència, material i nivells físic i psicològic necessaris per poder suportar i superar possibles problemes relacionats amb la cursa, desnivell, geografia i l'entorn natural de l'esdeveniment, tals com: la fatiga, els problemes digestius, els problemes musculars i en articulacions, les contusions, les ferides lleus, el fred, la pluja, la neu, la boira o la calor, entre d'altres.
- Realitzar correctament tots els passos i requisits per a la inscripció.
- Els/les participants que no disposin de targeta federativa oficial de muntanya estan obligats/ades a tramitar una assegurança, la vigència de la qual es limitarà al dia de la prova i que tramitarà la mateixa organització, amb un cost extra per al participant.

- L'organització es reserva el dret d'excloure de la MTCR, fins i tot abans de l'inici d'aquesta, a aquells/elles participants la conducta dels/de les quals entorpeixi la gestió i/o bon desenvolupament de la mateixa, igual que també podrà realitzar excepcionalment admissió que no compleixin alguns dels requisits anteriors.

## 2. INSCRIPCIONS

### (2.1) Límit de places i preus:

La Molló Trail 11k: disposa de 350 places repartides en

- 345 places obertes a tothom amb inscripció directa des de la web [www.mollotrail.cat](http://www.mollotrail.cat) a un preu de 25,00€. Les corredores/ors que no tinguin cap altra assegurança o llicència federativa hauran d'afegir 3€. S'estableix un descompte a les inscripcions fetes abans del 30 d'abril de 2026 que serà de 5,00€.
- 5 places reservades per a l'organització.

La Molló Trail 25k disposa de 350 places repartides en

- 345 places obertes a tothom amb inscripció directa des de la web [www.mollotrail.cat](http://www.mollotrail.cat) a un preu de 35,00€. Les corredores/ors que no tinguin cap altra assegurança o llicència federativa hauran d'afegir 3€. S'estableix un descompte a les inscripcions fetes abans del 30 d'abril de 2026 que serà de 10€.
- 5 places reservades per a l'organització.

Resum preus 2025:

	<i>Fins 30/04/26</i>	<i>De 01/05/2026 a 30/05/26</i>	<i>Assegurança obligatòria per persones que no disposin de llicència federativa</i>	<i>Samarreta de la cursa (voluntària). Es podrà demanar fins 10/05/2026</i>
11 km	20€	25€	3€	18€
25 km	25€	35€	3€	18€

L'Organització es reserva el dret a ampliar o reduir el nombre de places a cobrir per motius de seguretat o per altres motius que puguin afectar el bon desenvolupament de l'esdeveniment. Si això passa, aquesta modificació serà anunciada amb suficient antelació a la web [www.mollotrail.cat](http://www.mollotrail.cat).

Una vegada realitzada i acceptada la inscripció a l'MTCR, no es retornarà l'import de la inscripció, en cap cas, excepte si es donen les condicions de l'article 8.2

### (2.2) Llista d'espera

Durant la inscripció, si s'esgotessin els dorsals, caldrà triar si es vol entrar o no a la llista d'espera.

- En cas que quedi una plaça vacant, l'Organització contactarà per correu electrònic amb la primera persona de la llista d'espera per tal d'oferir-li l'opció de formalitzar la inscripció. Si quedés una segona plaça lliure, es contactaria amb la segona de la llista d'espera, i així successivament.
- Un cop el/la primer/a candidat/a de la llista d'espera entri en la llista d'inscrits, la segona persona candidata de la llista d'espera passarà a ser la primera d'aquesta llista i, per tant, la propera a ser contactada en cas de plaça vacant.
- Formar part de la llista d'espera NO implica haver pagat un dipòsit, simplement un cop atorgats els dorsals la pàgina web acte automàticament i a petició de l'usuari s'inscriu en aquesta llista.

### **3. MATERIAL OBLIGATORI I MATERIAL RECOMANAT**

OBLIGATORI: calçat esportiu adaptat a l'activitat (que embolcalli el peu, amb sistema de tancament) i got reutilitzable o bidó.

RECOMANAT (a criteri de la persona i de la categoria): tallavent o jaqueta amb caputxa transpirable i impermeable; bastons, guants fins, buff o similar, sistema d'hidratació, reserva d'aliments/suplementació, mòbil amb la bateria carregada, crema solar, xiulet.

### **4. PUNTS DE CONTROL, AVITUALLAMENTS I ASSISTÈNCIA**

- Cada participant haurà de seguir tot el recorregut marcat, sense saltar-se les senyals i passant per tots els punts de control.
- A més dels controls fixos indicats a la web oficial [www.mollotrail.cat](http://www.mollotrail.cat), l'Organització pot situar controls mòbils en qualsevol punt del recorregut.
- Cada persona participant està obligada a atendre les peticions i preguntes de qualsevol àrbitre, metge, infermer o responsable d'avituellament ja sigui en controls estipulats o en qualsevol altre punt del recorregut.
- Els/les participants podran tenir assistència personal en qualsevol avituellament, però cal tenir en compte que els accessos en cotxe a alguns avituellaments poden estar tallats per raons de seguretat o mal estat dels camins. L'Organització únicament garanteix l'accés amb cotxe als avituellaments accessibles per carretera asfaltada.
- En algun punt hi haurà una hora de tancament determinada, sent requisit indispensable passar abans de l'hora de tancament establerta per poder seguir en la prova. Aquests horaris de tall es publicaran en [www.mollotrail.cat](http://www.mollotrail.cat).
- Cada avituellament disposarà d'aliments i begudes que variaran en funció del quilòmetre on es trobi.
- Els aliments i begudes han de ser consumits en l'avituellament mateix en quantitat suficient per garantir suficients reserves energètiques per poder arribar al proper. Cada avituellament té un espai per a l'abocament d'embolcalls, gels buits i altres efectes. L'abocament de deixalles fora d'aquests punts es considerarà una falta susceptible de penalització.
- Les begudes subministrades als avituellaments seran SENSE GOT. Cada corredora o corredor ha de dur el seu, que forma part del material obligatori.
- Per utilitzar l'avituellament serà requisit imprescindible portar posat el dorsal.



- A l'arribada a Molló, les i els participants disposaran d'una zona dotada amb menjar, servei mèdic, dutxes...

## **5. SERVEI DE GUARDA ROBA**

L'Organització també posarà a disposició dels/de les participants un servei de guarda roba permanent a la zona de lliurament de dorsals perquè puguin deixar aquell material que vulguin tenir en arribar. Aquest material ha d'estar **OBLIGATÒRIAMENT** en una bossa o motxilla que s'identificarà amb una etiqueta facilitada per l'Organització.

En aquest cas l'Organització no comprovarà l'estat de la bossa ni del material del seu interior, de manera que no atindrà reclamacions per ruptura de la mateixa i/o del material del seu interior, ni per la pèrdua dels objectes que contingui. Es recomana que tant la bossa com el material del seu interior no siguin fràgils ni de valor i que el tancament de la bossa estigui ben assegurat per evitar pèrdues.

La bossa es podrà recollir fins el tancament de la cursa, un cop passat aquest horari, l'organització, no es fa responsable del material dipositat al guarda roba.

## **6. SEGURETAT I ASSISTÈNCIA MÈDICA**

Durant tota la prova hi haurà diversos equips mèdics i de seguretat interns que estaran coordinats per la direcció de l'MTCR, situada a Molló. Per defecte, aquests equips estaran distribuïts entre els diferents avituallaments i el/la corredor/a podrà sol·licitar la seva ajuda o assistència mèdica en cas de necessitar-la.

Totes les persones participants s'han de sotmetre al judici de l'equip mèdic sempre que aquest ho sol·liciti, sent la seva valoració la que prevalgui davant qualsevol altra, de manera que les o els responsables mèdics i d'infermeria podran:

- Eliminar de la prova (anul·lant el dorsal) a tot/a corredor/a que considerin no apte per continuar.
- Ordenar l'evacuació de qualsevol corredor/a a qui considerin en perill.
- Ordenar l'hospitalització de qualsevol corredor/a quan aquesta es consideri necessària.

La direcció de carrera mai qüestionarà el criteri o les decisions mèdiques preses pels equips mèdics.

### **EMERGÈNCIES AL RECORREGUT**

Totes les persones participants estan obligades a socórrer a qualsevol altra participant que ho necessiti, dins de les pròpies capacitats i coneixements. No fer-ho implicaria incórrer en un delictes greu per omissió de socors, estipulat per la llei. En el cas que el/la mateix/a corredor/a o un/a company/a no pugui arribar a un avituallament pel seu propi peu a causa d'una emergència mèdica o de qualsevol altre tipus, s'hauran de seguir les següents instruccions (també indicades darrere del dorsal):

- Si hi ha cobertura de mòbil: trucar al telèfon indicat, descriure la situació i seguir les instruccions que s'indiquin.
- Si NO hi ha cobertura de mòbil: trucar al 112 i indicar:
  - Que som participants de la Molló Trail.
  - Punt aproximat en què ens trobem.
  - Problema o emergència mèdica que ens afecten.
  - Nom i número de dorsal, propi o del/de la pacient (en cas d'assistir).

Cal tenir en compte que la major part del recorregut de l'MTCR passa per zones on només es pot accedir a peu, el que significa que els equips mèdics i/o de rescat podrien arribar a trigar fins i tot hores a venir a buscar-nos.

Per aquesta raó, cal que:

- ÚNICAMENT SI ÉS POSSIBLE ens desplaçarem a un punt en què tinguem cobertura telefònica SEMPRE DINS EL RECORREGUT MARCAT, per poder estar en contacte permanent i directe amb direcció de carrera.
- Tenir en compte que un cop demanada l'ajuda es mobilitzaran una sèrie de mitjans sobre la base de la informació transmesa i que per tant la informació que facilitem serà molt important.
- NO podrem sortir mai del camí marcat, ja que això dificultaria la nostra localització.
- A l'hora de planificar el material hem de preveure situacions de pas molt lent i fins i tot de llarga espera en condicions meteorològiques adverses.
- Haurèm d'avisar de qualsevol canvi que es produeixi entre el moment de la trucada i de la nostra localització per part dels equips d'emergència.

## **7. ABANDONAMENT I EVACUACIÓ**

No està permès abandonar la cursa fora d'un avituallament, amb l'excepció que el/la corredor/a estigui ferit/ida o lesionat/ada. Un cop a l'avituallament, el/la corredor/a ha de comunicar la seva voluntat d'abandonar la prova a la persona responsable de l'avituallament, perquè aquesta li anul·li el dorsal.

Cal tenir en compte els següents punts referents a l'evacuació:

- Únicament en alguns avituallaments, indicats com a punts d'abandonament, hi haurà mitjans de transport per evacuar els/les corredors/res que abandonin.
- En el cas d'abandonar passat un punt d'avituallament caldrà tornar al punt en qüestió i comunicar la retirada a la persona responsable del control. Si en el camí de tornada el corredor es troba amb l'equip escombria que tanca la prova, serà aquest la que li invalidarà el dorsal.
- En el cas que el/la corredor/a no pugui arribar pel seu propi peu al punt d'abandonament més proper, podrà esperar en l'avituallament on es trobi fins al seu tancament, per tornar amb els mitjans de què disposi el personal d'aquest avituallament.
- En cas de condicions meteorològiques desfavorables que obliguin a la parada total o parcial de la prova, l'Organització garanteix l'evacuació en el menor temps possible.

L'abandonament de la cursa sense notificació a l'organització es considerarà una falta greu i inhabilitarà la persona participant per inscriure's en edicions successives.

**MESURAR LES FORCES:** Quan ens trobem en un avituallament hem de mesurar molt bé quines són les nostres forces i sobretot, quant ens queda per arribar al proper punt d'abandó. No hem d'aventurar-nos a continuar si no estem convençuts/des que podem arribar al proper punt.

Aquells que tinguin assistència pròpia hauran de tenir en compte que els accessos a alguns avituallaments podran estar tallats per raons meteorològiques, i per tant s'han de mantenir informats a través del web o de la direcció de cursa, situada a la sortida/arribada.

**ASSEGURANÇA D'ACCIDENTS:** En cas que l'Organització consideri necessària l'ajuda d'un



helicòpter o d'un equip extern per realitzar un rescat, les despeses associades aniran a càrrec de l'assegurança que el/la corredor/a ha declarat tenir durant la inscripció, ja sigui llicència federativa (FEEC o equivalent autonòmic habilitat per la FEDME, ESF o UIAA), o la contractada durant la inscripció (en aquest cas l'Organització farà els tràmits pertinents). Si la persona participant ha declarat estar en possessió d'una llicència que en realitat no té, l'Organització no es farà càrrec de les despeses del rescat.

## **8. MODIFICACIÓ DEL RECORREGUT, TEMPS DE PAS O SUSPENSÍO DE LA PROVA**

En cas de males condicions meteorològiques o de causes de força major, l'Organització es reserva el dret de suspendre, neutralitzar o modificar les franges horàries i/o el recorregut de la prova.

(8.1) Modificació del recorregut / temps de pas i neutralització / suspensió.

Durant la setmana prèvia a la prova i en base a les previsions meteorològiques o sanitàries del moment, l'Organització podrà començar a avisar sobre els possibles canvis que es puguin produir.

La decisió definitiva s'anunciarà durant el briefing previ i es difondrà a través de xarxes socials i web oficials de la MTCR.

En el cas que durant el dia de la prova les previsions meteorològiques siguin pitjors a les previstes i es consideri que posen en perill els/les corredors/ores independentment del material que utilitzen (tempesta elèctrica, manca de visibilitat, nevades o gel abundants, etc.), es pot retardar la sortida o aturar/neutralitzar la prova, si aquesta ja està en marxa. Si les condicions no milloren passades unes hores se suspendrà definitivament l'MTCR.

(8.2) Suspensió de la prova abans de la data prevista.

En cas d'anul·lació de la prova per causes de força major i amb una antelació de més de 7 dies respecte a la data de sortida, es realitzarà una devolució parcial de l'import de la inscripció. El percentatge d'aquest import variarà en funció de la data de la suspensió i, per tant, de les despeses ja realitzades.

En el cas que aquesta anul·lació passi durant els 7 dies anteriors a la sortida de la MTCR i per causes alienes a l'Organització, o en cas de suspensió de la prova un cop realitzada la sortida, no es contemplarà cap reemborsament.

## **9. PENALITZACIONS I RECLAMACIONS**

Les penalitzacions descrites en la següent taula seran aplicades en el lloc i moment en què es cometin les faltes. Les persones autoritzades per sancionar podran ser les o els comissaris, metges i responsables de cada avituallament o punt de control.

Les penalitzacions que impliquin una sanció de temps s'hauran de complir en el mateix punt on s'hagi produït la infracció i davant del responsable sancionador. No complir aquesta penalització significaria incórrer en una falta de "desobediència de les ordres dels comissaris, responsables d'avituellament, metges o infermers", penalitzada amb la desqualificació.

## Taula de penalitzacions

### DESCRIPCIÓ DE LA FALTA (de major a menor gravetat) i PENALITZACIÓ

- Omissió d'auxili a una altra persona. Desqualificació i prohibició de participar en futures edicions
- Abandonament sense haver-ho notificat a l'Organització en el moment de l'abandonament. Desqualificació i prohibició de participar en futures edicions.
- Cedir el dorsal / xip a una altra persona perquè ens rellevi durant part de la prova o perquè la faci sencera. Desqualificació i prohibició de participar en futures edicions per al/la propietari/ària original del dorsal.
- Conducta antiesportiva cap a altres atletes o cap a l'Organització. Desqualificació.
- Desobediència de les ordres de la direcció, àrbitres, responsables d'avituallament, metges o infermers. Desqualificació.
- Negar-se a sotmetre's a un control mèdic. Desqualificació.
- Saltar-se un control de pas. Desqualificació.
- Sortir del recorregut marcat retallant la distància del recorregut. 1 hora de penalització al 1r avís. Desqualificació al 2n avís.
- Llençar voluntàriament residus en zones no habilitades o qualsevol tipus de conducta que pugui alterar el medi natural. 1 hora de penalització al 1r avís. Desqualificació al 2n avís.
- Assistència individual fora de les zones d'avituallament. 15 minuts de penalització al 1r avís. Desqualificació al 2n avís.
- Realitzar 100m o més acompanyat d'una persona sense dorsal i amb clares intencions d'ajudar al corredor. 15 minuts de penalització al 1r avís. Desqualificació al 2n avís.
- Sortir del recorregut marcat NO retallant o fins i tot augmentant la distància del recorregut. Es valorarà la penalització segons les causes.

### **10. JURAT DE COMPETICIÓ**

Totes les reclamacions s'hauran de presentar per escrit omplint un formulari que es podrà recollir a la zona d'arribada a Molló, previ pagament d'una fiança de 50€ (en efectiu), que seran retornats en cas de resolució favorable per al corredor.

Cada reclamació serà estudiada i resolta pel jurat de competició que estarà format per les persones responsables de:

- Direcció de cursa
- Direcció esportiva
- Cronometratge
- Un/a corredor/a escollit/ida a l'atzar i acceptat/ada per ambdues parts.

No es pot presentar cap recurs contra la resolució del jurat de competició.

Els terminis per presentar una reclamació i el temps de resolució de la mateixa variaran d'acord amb la gravetat de la falta i l'efecte que la resolució pugui tenir en la classificació:

- Reclamacions per faltes amb penalitzacions de desqualificació: s'hauran de presentar com a màxim 2h després del tancament de la MTCR.
- La resolució es comunicarà en un termini màxim de 7 dies.
- En cas de resolució favorable al/la corredor/a, es retornarà la fiança i en cas

contrari no es retornarà cap import.

- Reclamacions per faltes amb penalitzacions de temps: s'hauran de presentar com a màxim 2h després que el corredor passi per la meta.
- En cas de resolució favorable al/la corredor/a, se li retornarà la fiança i es restarà el temps de penalització aplicat. En cas contrari no es retornarà l'import ni es modificarà el temps.

Els terminis per a la resolució d'aquest tipus de faltes són els següents:

- Abans del lliurament de premis: en el cas que la resolució afecti la classificació final.
- En un termini màxim de 7 dies: en el cas que la resolució no afecti la classificació i sempre abans que es publiquin les classificacions definitives a la web.

## **11. DISTÀNCIES, CATEGORIES, PODI I PREMIS**

Les categories absolutes tindran un premi en efectiu i un obsequi commemoratiu per a totes les persones que pugin al podi:

11K

- Absolut masculí (1r classificat. 300€; 2n classificat. 200€; 3r classificat. 100€)
- Absolut femení (1a classificat. 300€; 2a classificat. 200€; 3a classificat. 100€)

25K

- Absolut masculí (1a classificat. 300€; 2a classificat. 200€; 3a classificat. 100€)
- Absolut femení (1a classificat. 300€; 2a classificat. 200€; 3a classificat. 100€)

Les següents categories tindran un obsequi commemoratiu:

- Sub17: de 16 a 17 anys.
- Sènior: de 18 a 49 anys.
- Veterans: de 50 i més anys.

No presentar-se al lliurament de premis implica perdre l'obsequi o trofeu i el premi econòmic corresponent. També convé tenir en compte que als premis econòmics se'ls aplicarà, si escau, la retenció corresponent segons la llei vigent.

## **12. OBJECTES OBLIDATS I PERDUTS**

Un cop finalitzada la MTCR i fins a un període posterior de 15 dies, l'Organització guardarà els objectes oblidats i perduts durant la prova, els quals caldrà recollir durant els 15 dies següents al lloc i horari que s'indicarà al web.

Finalitzat aquest termini, l'Organització no respondrà a les peticions dels seus propietaris i propietàries.

## **13. DRETS D'IMATGE**

L'entitat organitzadora es reserva el dret sobre la imatge de la prova en exclusivitat, així com el dret de l'explotació audiovisual i periodística de l'esdeveniment.



Qualsevol projecte mediàtic o publicitari haurà de comptar amb el consentiment de l'Organització.

L'acceptació del present reglament implica obligatòriament que el participant autoritza a l'organització i, per extensió, qualsevol persona designada i autoritzada per l'organització, a la realització de fotografies i filmació de la seva participació a la cursa i els dona el seu consentiment per la seva difusió i explotació comercial i publicitària de totes les imatges preses en les quals resulti clarament identificable, sense dret per part del corredor a rebre cap compensació econòmica. En cap cas s'utilitzaran per a finalitats diferents a les indicades.

#### **14. PROTECCIÓ DE DADES**

D'acord amb el que disposa la Llei Orgànica 15/1999 de Protecció de Dades de Caràcter Personal, i la Llei 34/2002 de Serveis de la Societat de la Informació, les dades personals recollides formaran part d'una base de dades inclosa en un fitxer inscrit en el Registre General de Protecció de Dades. També disposarà de les dades la direcció de la cursa, que les incorporarà al seu fitxer.

Aquestes dades seran tractades amb les següents finalitats:

- Gestionar les dades relatives a la persona física que presenta la sol·licitud d'inscripció en els terminis previstos, necessaris per a l'organització, realització i publicació dels resultats de la prova esportiva.
- Informar les persones inscrites de successives proves esportives o d'altres esdeveniments relacionats amb aquesta activitat al municipi de Molló.
- Els i les participants poden exercir els seus drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició mitjançant un correu electrònic a l'adreça [info@mollotrail.cat](mailto:info@mollotrail.cat).

#### **15. ACTIVITAT ESPORTIVA EN UN ESPAI NATURAL DE PROTECCIÓ ESPECIAL I AMB ACTIVITAT RAMADERA**

La Molló Trail transcorre, en un part del seu recorregut, per l'interior del *Parc natural de Capçaleres del Ter i del Freser* amb presència d'hàbitats i espècies sensibles a les perturbacions, pel què cal circular sempre pels senders i camins existents sense crear-ne de nous, seguint el traçat marcat per la cursa.

Cal respectar el silenci de l'entorn.

No es permet que els corredors vagin acompanyats de gossos.

El públic assistent, al llarg del recorregut, cal que porti els gossos lligats.

No es poden abandonar deixalles.

No s'ha de molestar el bestiar que pugui pasturar per la zona de la cursa, així com cal tenir cura dels filats i tanques de bestiar, a fi de compatibilitzar l'activitat ramadera amb l'esport.

#### **16. MODIFICACIÓ DEL REGLAMENT**

L'organització es reserva el dret de modificació d'aquest reglament.

Les modificacions del reglament seran degudament comunicades a través del web.

## 17. RESPONSABILITAT

Amb l'acceptació d'aquest reglament tots els participants declaren que estan en les condicions físiques i psicològiques òptimes per poder participar en l'edició 2025 de la Molló Trail, i ho fan sota la seva pròpia responsabilitat. La decisió de prendre part en la cursa recau sobre cada participant, que accepta la responsabilitat que implica la seva pròpia decisió.

En aquest sentit, tot els participants eximeixen l'organització de la cursa de les reclamacions o demandes basades en suposades accions o no accions seves o d'altres participants que actuïn al seu favor, i també l'eximeixen de les reclamacions o demandes resultants dels danys que els puguin succeir, a ells i al seu material, inclosos la pèrdua o l'extraviament.

La formalització de la inscripció implica el reconeixement i acceptació del reglament.

**SKI CLUB CAMPRODON**  
**AJUNTAMENT DE MOLLÓ**

