

DIJOUS 16 d'Abril de 2026 La Sentiu - Gavà

PROVA LINEAL DIURNA / NOCTURNA (100% BOSC)

Horari:

18:00 - Inici recepció participants. Sortides amb 2 minuts de diferència mínima la mateixa categoria.

20:00 - Última sortida.

21:30 - Tancament de l'arribada.

MAPA I TRAÇATS GAVÀ FOREST

Escala 1:10.000 Equidistància 5 m. Cartografiat per Tommi Tölkö el 2024

Terreny típic mediterrani. S'ha fet una petita actualització del mapa, quan se vol cas la vegetació i els senders poden tindre petites variacions. Hi ha una carretera a la meitat del mapa que està prohibit creuar o seguir. Els dos recorreguts d'avui estan situats al Nord de la carretera. Tenim dos camins indicats com no transitables al Nord del mapa.

Recorregut Llarg: (15 Fites – 5,3 Km.) **Recorregut Curt** (12 Fites – 3,9 Km.)

LLOC DE TROBADA I COM ARRIBAR-HI

L'Aparcament al Berenador de **LA SENTIU - GAVÀ** **coordenades (41.298573, 1.975495)**

Es pot arribar pel camí del avocador desde la ronda de Gavà on es la rotonda dels Bombers de Gavà.

INSCRIPCIONS I PREU

Fins al **14 d'abril a les 23:59 hores.**

Mitjançant el següent [FORMULARI D'INSCRIPCIONS](#)

Preu de participació **per mapa 5€**

SERVEIS I RECOMANACIONS

Tindreu avituallament a la fi de la prova.

Amb el mapa donarem una targeta de marcatge dels controls a la sortida on es marcarà cada dels controls en ordre del recorregut triat. El marcatge dels controls es farà amb pinça manual. Amb els resultats de les tarjetes farem una classificació dels participants en les dos categories de la prova.

L'Organització dona les següents recomanacions:

1. Com que la majoria dels participants faran la cursa amb llum es recomana portar frontal o llum individual a la sortida de les 19.00 hores fins el tancament. Es fara totalment fosc a les 21 hores aproximadament.
2. Aquesta cursa és un entrenament i, si no esteu protegits per cap assegurança, tingueu en compte que feu sota la vostra responsabilitat.
3. Es recomana portar: frontal (tot i que serà majoritàriament diürna), brúixola, xiulet, mòbil, protecció de cames i roba reflectant.
4. En cas d'emergència al bosc teniu el telèfon de l'organització i el **112** per trucar.

Informació de contacte per [e-mail orienteeringes@gmail.com](mailto:orienteeringes@gmail.com) o [Whatsapp](#) al telèfon **624 873 411**.