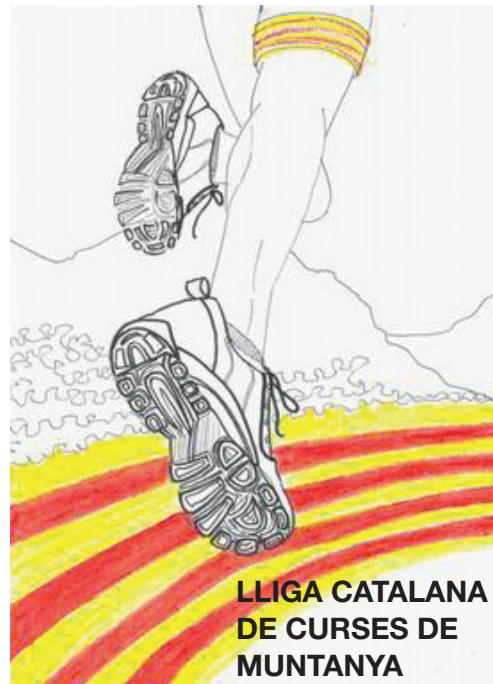


# II Lliga Catalana de Curses de Muntanya

DATA	CURSA	LLOC	KM.
28/02/10	CURSA DE VALLGORGUINA	VALLGORGUINA	22 - <b>10</b>
14/03/10	VIA FORA	OLOST DE LLUÇANES	<b>15</b>
21/03/10	CURSA VALL DEL CONGOST	AIGUAFREDA	42 - <b>21</b>
18/04/10	LA TALAIA	VILANOVA I LA GELTRÚ	24
09/05/10	CURSA ALBA	COLLBATÓ	24
22-23/05/10	FESTA DE LA MUNTANYA	RIBES DE FRESER	<b>11 - 5.5</b>
06/06/10	3 COMARQUES	ALPENS	26
13/06/10	TRAIL LES MEDES	ESTARTIT	<b>12,5</b>
20/06/10	CURSA DE PUIGMOLTÓ	ST. BARTOMEU DEL GRAU	<b>10</b>
29/08/10	LA GUILLA	FOLGUEROLES	25 - <b>10</b>
19/09/10	CURSA DELS CABIROLS	AVINYÓ	<b>12</b>
07/11/10	MONTSERRAT NORD	MONISTROL DE MONTSERRAT	23
14/11/2010	CURSA C.E. CASTELLTERÇOL	CASTELLTERÇOL	<b>12</b>
19/12/10	SANTA BARBARA RACE	SÚRIA	<b>14</b>

Amb negreta les curses puntuables per la Categoria SUB-18

Amb vermell, no puntuen per la Lliga



**La II Lliga Catalana de Curses de Muntanya** pretén unir i fomentar la participació a les curses de muntanya d'arreu de Catalunya, a través d'un calendari conjunt i molt variat que comptabilitzarà el resultat de tots aquells participants que el vulguin seguir, tan per la modalitat individual o per equips.

### CATEGORIES

- Masculí i Femení
- Sub-18 (de 15 a 18 anys)
- Sènior (de 18 a 39 anys)
- Veterà (de 40 a 49 anys)
- Màster (+ de 50 anys)
- Categoria equips

### CLASSIFICACIONS I PUNTUACIONS

S'estableix un sistema de puntuació per punts que es sumaran tan per la classificació individual com per la classificació per equips, regida per les millors puntuacions obtingudes a cada cursa. La classificació per equips sumarà els punts obtinguts pels quatre millors participants de cada equip.

Distància	Punts	Desnivells	Punts
0-10 Km	50	0 – 1000 m.	50
11-25 Km	60	1001-1500 m.	60
26-40 Km	70	1501-2500 m.	70
41-50 Km	80	2501-3500 m.	80
+ de 50 Km.	90	+ de 3500 m.	90

• El 1er.classificat obtindrà el 100% dels punts, el 2on. el 88%, el 3er. el 78%, el 4t. el 70%, el 5è. el 64%, el 6e. 60%, a partir d'aquí s'aniran baixant els punts de 2 en 2, fins arribar a 2 punts, és a dir que tots els qui acabin la prova, al menys obtindran 2 punts.

- Per optar a la classificació final individual es te de participar com a mínim a una cursa Vertical, al descens Vertical i a una cursa de mes de 41km.
- Puntuaran els 10 millors resultats obtinguts en totes les curses.
- La categoria SUB-18 sols puntuarà a les curses que no sobrepassin els 15km i es sumaran els 6 millors resultats obtinguts.

### REGLAMENT

Els menors de 18 anys tindran de portar l'autorització dels pares. Els equips es distingiran per un nom comú a tots els participants que el formin. Els equips poden ser independents o vinculats a una entitat o club. Els equips han de tenir un mínim de 4 participants i un màxim de 8 participants (puntuant els 4 primers). Els participants no podran canviar d'equip durant tot el calendari. Cada cursa mantindrà el seu reglament intern.

### PREMIS I OBSEQUIS

**1er. i 1era. Classificats absoluts:** Inscripcions pagades a totes les curses de la **III Lliga Catalana de Curses de Muntanya** + Material Esportiu + Inscripció i despeses pagades a la prova del Campionat d'Espanya de Curses de Muntanya.

**1er.-2on.-3er Classificats per categoria:** Material Esportiu + trofeu  
1er. Equip classificat: Material esportiu + Difusió de l'equip als tríptics de la **III Lliga Catalana de Curses de Muntanya**

**Sub-18: 1er. 2on. 3er. Classificats absoluts:** Material Esportiu + Trofeu  
**Regularitat:** Samarreta commemorativa a tots els participants que compleixin tot el calendari de curses finalitzades.

Els premis es lliuraran en un acte que es celebrarà un cop acabada la Lliga ( lloc i data per determinar).