vallmoranta

CURSA D'ORIENTACIÓ SOLIDÀRIA DE SANT PERE MOLANTA

24 d'Octubre de 2026

## Índex


1. Informació general de l'esdeveniment 2
2. Ubicació 2
3. Mobilitat i aparcament 3
4. Programa horari 5
5. Equips i categories 6
6. Premis 6
7. Format de les curses 7
8. Material obligatori i recomanat 8
9. Inscripcions 8
10. Cronometratge 10
11. Puntuació i penalització 10
12. Avituallaments 11
13. Serveis 11
14. Seguretat i protocol d'emergència 11
15. Advertiments 12
16. Contacte i informació 13
17. Meteorologia 13
18. Col·laboradors 14

## 1. Informació general de l'esdeveniment

La Vallmoranta és una cursa d'orientació solidària que combina esport, natura i comunitat. L'esdeveniment se celebra a Sant Pere Molanta (T.M. Olèrdola), en un entorn de massís del Garraf amb vegetació densa, marges, corriols i zones de bosc mediterrani.

L'objectiu és gaudir d'una experiència solidària, saludable, cooperativa i respectuosa amb l'entorn, amb circuits adaptats a tots els nivells.

La Vallmoranta consta dels 3 formats de curses populars, que hem realitzat des de 2011: la Cursa Llarga de 3h, la Cursa Curta de 3h i la Cursa Familiar de 3h; i en aquesta edició afegim la Rogaine de 6h, inclosa dins del calendari de la copa Catalana de Rogaines 2026.

Aquesta nova competició es regeix pel Reglament de Copa Catalana de Rogaine i les especificacions curses oficials Rogaine 2026 de la FCOC, que podeu consultar a: https://orientacio.cat/els-clubs/reglaments/.

### La Vallmoranta amb La Marató de 3cat

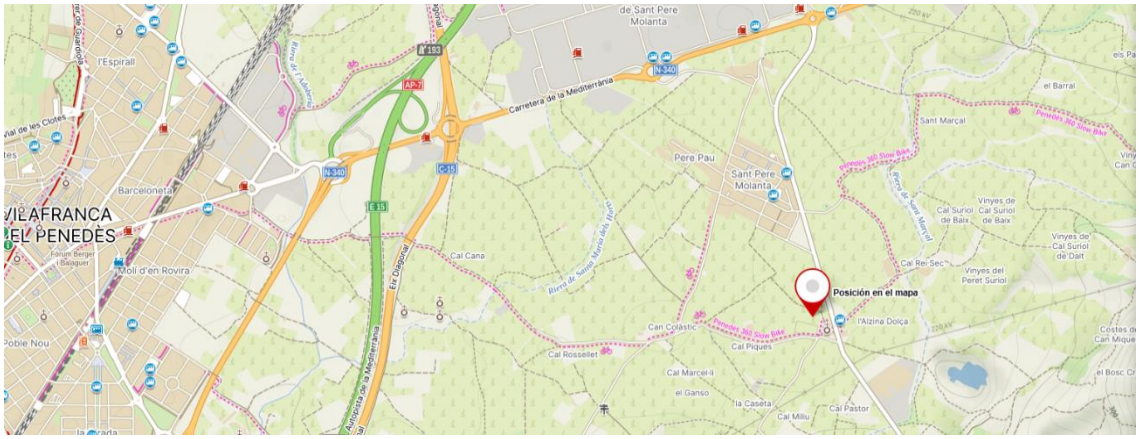
Mantenim el compromís de destinar els beneficis obtinguts a La Marató de 3cat, enguany dedicada a la divulgació i l'impuls de la recerca contra les malalties neurodegeneratives i neuromusculars.

La Vallmoranta no és només una cita esportiva que promou el territori, sinó també és un altaveu per difondre l'important missatge de solidaritat que cada edició de La Marató ens projecta. En el còmput de les nou edicions anteriors hem pogut recaptar més de 30.000€.

## 2. Ubicació

La Vallmoranta tindrà sortida i arribada a l'esplanada habilitada al costat del camp de futbol de Sant Pere Molanta, que actuarà com a centre de competició. Aquí es realitzarà la recollida de dorsals, el briefing, el lliurament de mapes, l'avituallament final i les activitats postcursa.

Coordenades: 41°20'32.5"N 1°44'35.6"E



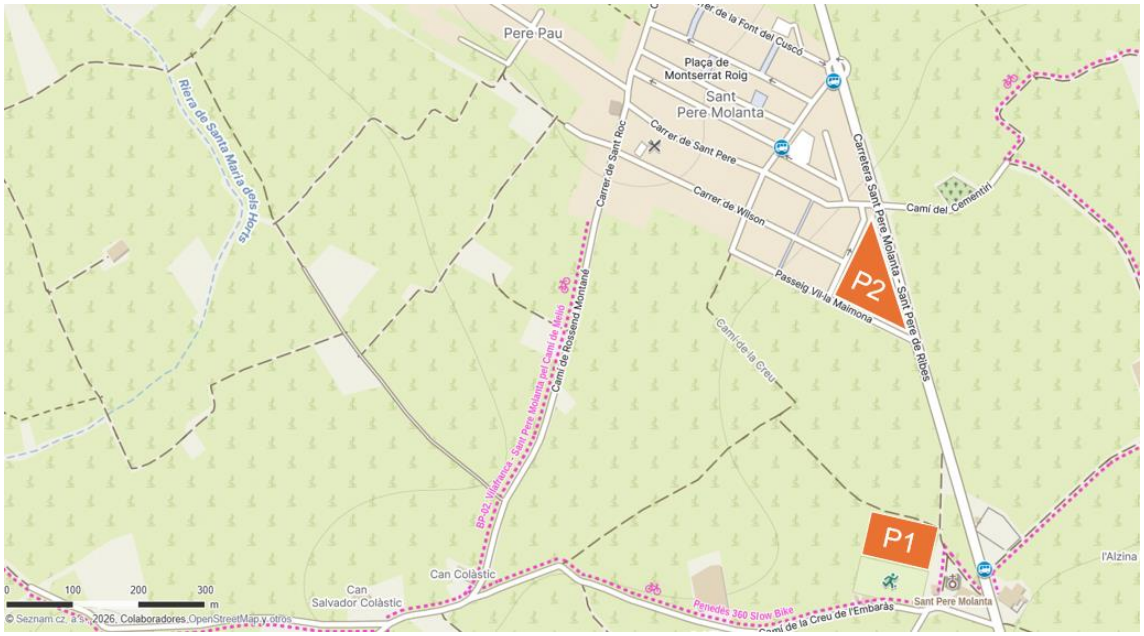
## 3. Mobilitat i aparcament

Al dia i hora de la realització de la cursa difícilment es disposi de cap tipus de transport públic. Podeu omplir vehicles privats per tal de reduir costos, contaminació i espai d'aparcament en el Centre de Competició.

Per a tota persona que es desplaci en furgoneta o autocaravana, tindran la possibilitat de pernoctar als aparcaments habilitats. No es permet l'acampada.

### Aparcament

Per tal d'absorbir el volum de vehicles que podrien desplaçar-se fins a la cursa, s'habilitaran 2 aparcaments directament o pròxim al centre de competició:




- **P1 – Centre de competició** (capacitat 150 vehicles) - 41°20'32.5"N 1°44'35.6"E
- **P2 – Nucli de Sant Pere Molanta** (capacitat 200 vehicles) – 41°20'46.2"N 1°44'33.1"E

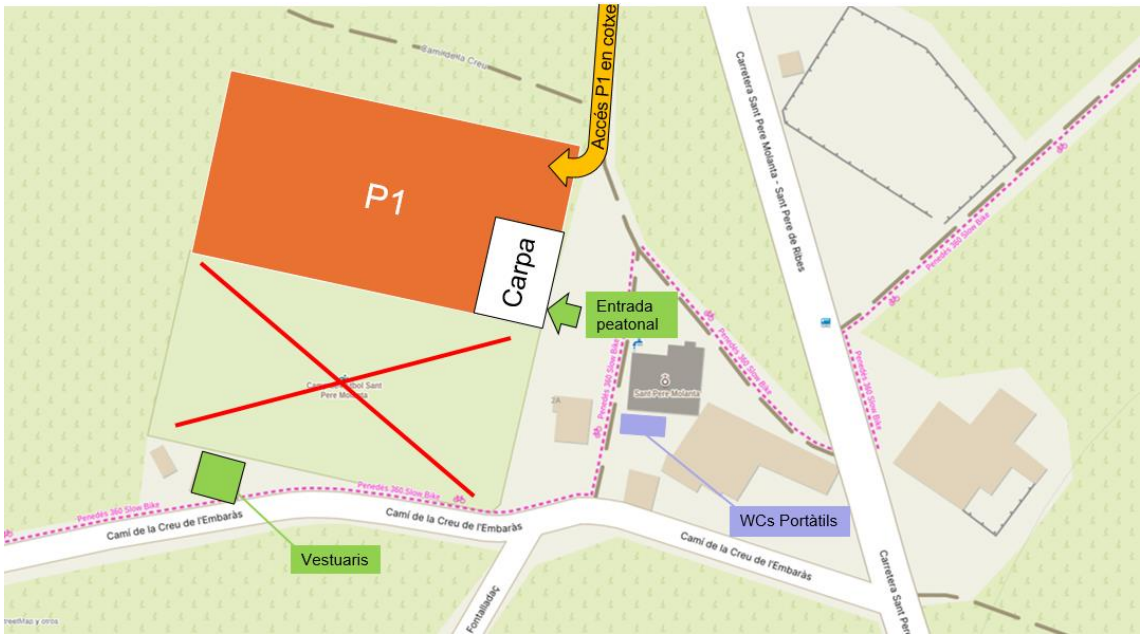
Alternativament es podrà aparcar als diferents carrers del poble.

Demanem que feu cas a les indicacions dels voluntaris per aprofitar l'espai tant com sigui possible.

Recomanem arribar amb temps per evitar retards en la recollida de dorsals.

### Centre de competició

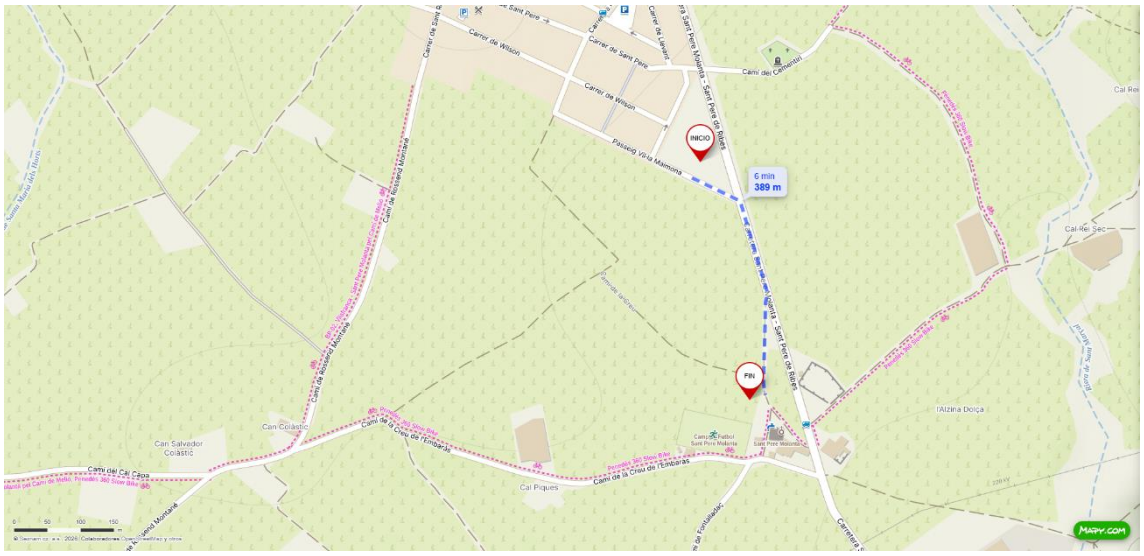
El centre de competició de la Vallmoranta està situat a uns 900m a peu del nucli de Sant Pere Molanta.



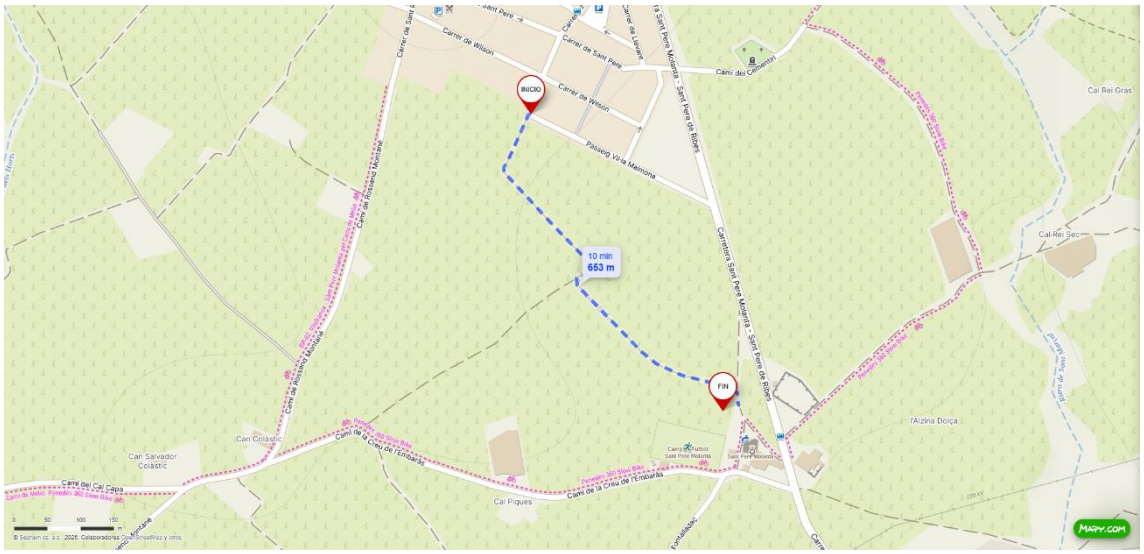

## Arribada al Centre de competició:

Hi ha dues opcions per arribar a peu des del nucli de Sant Pere Molanta fins al centre de competició.

- Des de l'aparcament P2: És el camí més curt, només 400 metres, però implica passar al costat de la carretera d'Olivella (BV-2415). Temps 6 minuts aprox.



- Des del camí de la servera: El camí natural és de terra i el temps aproximat per arribar fins al centre de competició és d'uns 10 minuts. 650 metres aprox.




En el cas d'ampliar la informació a la presentada en aquest punt, ho trobareu a l'apartat de la web: Com arribar-hi.

## 4. Programa horari

| Activitat | Rogaine (6h) | Cursa Llarga (3h) | Cursa Curta (3h) | Cursa Familiar (3h) |
|---|---|---|---|---|
| Obertura centre competició | 06:00 | 08:00 | 08:00 | 08:00 |
| Recollida braçalets, obsequi i tiquet dinar | 06:15 | 08:15 | 08:15 | 08:15 |
| Accés parc tancat | 07:15 | 09:10 | 09:10 | 09:10 |
| Lliurament mapes cursa i control de material obligatori | 07:15 | 09:10 | 09:10 | 09:10 |
| Obertura mapes | 07:40 | 09:40 | 09:40 | 09:40 |
| Sortida curses | 08:00 | 10:00 | 10:00 | 10:00 |
| Arribada curses | 14:00 | 13:00 | 13:00 | 13:00 |
| Tancament de meta | 14:30 | 13:30 | 13:30 | 13:30 |
| Vermut popular | 14:45 | 13:45 | 13:45 | 13:45 |
| Entrega de premis | 15:00 | 14:00 | 14:00 | 14:00 |
| Dinar i sorteig productes locals | 15:30 | 15:30 | 15:30 | 15:30 |

## 5. Equips i categories

Els equips podran estar integrats per:

- Rogaine (6h): un mínim de 2 i un màxim de 5 persones en categories Homes, Dones i Mixtes.
- Curses Populars (3h): individual i equips d'un màxim de 5 persones en categories Homes, Dones i Mixtes.

Un equip amb un membre menor de 18 anys ha de tenir com a mínim un membre de 18 anys o més.

Totes les curses compartiran la categoria general OPEN (DO, HO, XO).

A la cursa Rogaine de 6 hores les categories d'edat poden ser (fora de la classificació general OPEN):

a) Júniors (JJ): Tots els membres de l'equip han de tenir < 23 anys complerts durant l'any de competició.
b) Veterans (DV, HV, XV): Tots els membres de l'equip han de tenir ≥ 45 anys, complerts durant l'any de competició.
c) Super veterans (DSV, HSV, XSV): tots els membres de l'equip han de tenir ≥ 55 anys, complerts durant l'any de competició (nota: els super veterans també classifiquen directament a la categoria veterans).
d) Ultra veterans (DUV, HUV, XUV): tots els membres de l'equip han de tenir ≥ 65 anys, complerts durant l'any de competició (nota: els ultra veterans també classifiquen directament a les categories de veterans i super veterans).
e) L'edat dels participants s'assignarà en funció de l'any natural.
f) La categoria d'edat de l'equip la marca el corredor/a més jove.

A les curses populars de 3 hores no hi ha categories d'edat i els equips podran ser dones, homes o Mixtes; a excepció de la cursa familiar, la qual tindrà una única categoria.

## 6. Premis

Es donaran els següents premis en finalitzar cadascuna de les curses:

- Rogaine (6h): tres primers absoluts (dones, homes i mixtes)
- Curses Populars Llarga i Curta (3h): tres primers absoluts (dones, homes i mixtes) + 1r local
- Cursa Popular Familiar (3h): tres primers absoluts de la general+ 1r local

### Local

En totes les edicions de la Vallmoranta s'ha atorgat un premi al primer equip local que arriba a qualsevol de les tres curses llarga, curta i familiar.

S'entén com a persona local, aquella que resideixi dins del municipi d'Olèrdola.

## 7. Format de les curses

### Rogaine – 6 hores

- 65 balises
- Format SCORE: cada equip decideix l'ordre i l'estratègia
- Cursa dissenyada per NO poder completar totes les fites
- Requereix bona lectura de mapa, gestió del temps i treball d'equip
- Marcatge: SPORTident
- Informació detallada del marcatge es donarà als inscrits

### Cursa llarga – 3 hores

- 60 balises
- Format SCORE: cada equip decideix l'ordre i l'estratègia
- Cursa dissenyada per NO poder completar totes les fites
- Requereix bona lectura de mapa, gestió del temps i treball d'equip
- Marcatge: SPORTident
- Informació detallada del marcatge es donarà als inscrits

### Cursa curta – 3 hores

- Pensada per a distàncies mitjanes i menor dificultat
- 20 balises
- Format SCORE: cada equip decideix l'ordre i l'estratègia
- Cursa dissenyada per poder completar totes les fites
- Ideal per caminar, córrer o gaudir del paisatge
- Marcatge: Targeta plana

### Cursa familiar – 3 hores

- Pensada com a iniciació a la orientació
- 20 balises
- Format SCORE: cada equip decideix l'ordre i l'estratègia
- Cursa dissenyada per poder completar totes les fites
- Ideal per caminar, córrer o gaudir del paisatge
- Marcatge: Targeta plana

## 8. Material obligatori i recomanat

És obligatori per totes dues curses i és responsabilitat del corredor portar-ho al damunt durant la competició.

### Obligatori (per participant)

- Jaqueta impermeable o paravent
- Manta tèrmica d'emergència
- Mapa proporcionat per l'organització
- SPORTident o Targetes planes encintat al canell
- Aigua
- Brúixola
- Menjar
- Xiulet

### Obligatori (per equip)

- Farmaciola de socors
- Mòbil amb el número de telèfon de l'organització gravat (precintat)

### Prohibit

- GPS que pugui carregar mapes i altímetre

### Recomanat

- Retolador
- Lupa (si es vol més precisió)
- Pantaló llarg o mitges compressives
- Polaines o proteccions de cama (vegetació agressiva)
- Barretes energètiques (per a distàncies llargues)
- Diners en efectiu (avituallament d'urgència en nucli urbà)

El material obligatori és responsabilitat de cada participant, que assumeix les conseqüències en cas de no portar-lo o de ser deficient. A efectes de la cursa, no dur el material obligatori implica la desqualificació.

## 9. Inscripcions

Les inscripcions a la Vallmoranta es realitzen a través de la plataforma oficial de la Federació Catalana d'Orientació (FCOC). Cada cursa disposa del seu formulari corresponent, segons si la participació és individual o per equips. L'enllaç als dos formularis serà a través de la web de la cursa: https://vallmoranta.org/inscripcions

Les inscripcions s'obriran de manera online el dia 24/09/26 i es tancaran el 12/10/26. Un cop tancades les inscripcions online, serà possible apuntar-se al mateix dia de la cursa amb un recàrrec de 5€ i sense opció de disposar d'obsequi.

Al quadre següent teniu els preus de la cursa segons categoria i edat. Els preus són per persona.

| Quotes inscripció | | Federats FCOC | | No federats FCOC (inclou llicència temporal) | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | On-line | Dia cursa | On-line | Dia cursa |
| Rogaine 6h | > 21 anys | 24,00 € | 29,00 € | 29,00 € | 34,00 € |
| | Sub 21 | 24,00 € | 29,00 € | 26,50 € | 31,50 € |
| Cursa Llarga 3h | > 21 anys | 20,00 € | 23,00 € | 25,00 € | 28,00 € |
| | Sub 21 | 20,00 € | 23,00 € | 22,50 € | 25,50 € |
| Cursa Curta 3h | > 21 anys | 15,00 € | 18,00 € | 20,00 € | 23,00 € |
| | Sub 21 | 15,00 € | 18,00 € | 17,50 € | 20,50 € |
| Cursa Familiar 3h | > 21 anys | 12,00 € | 14,00 € | 17,00 € | 19,00 € |
| | Sub 21 | 9,50 € | 11,50 € | 12,00 € | 14,00 € |

## Lloguer SPORTident/Targetes Planes

El lloguer del SPORTident, per a les curses Rogaine i llarga, tindrà un cost estipulat per la FCOC de 5€.

El lloguer de les targetes planes, per a les curses curta i familiar, no tindran cap cost pel participant.

Per als lloguers de l'SPORTident i les targetes planes s'haurà de deixar una fiança de 50€ o el DNI, que serà retornat un cop es faci la devolució.

En les curses Rogaine, llarga i curta es disposarà d'un SPORTident/targeta plana per participant. A la cursa familiar es disposarà únicament d'una targeta plana per equip.

## Autorització menors

Els menors d'edat que participin a qualsevol de les quatre curses de la Vallmoranta hauran de córrer acompanyats d'un major d'edat. En el cas que aquest no sigui el seu tutor legal serà obligatori complimentar i enviar firmat el formulari d'autorització de menors que s'adjuntarà a la web.

## Samarreta oficial i opció de dinar

La Vallmoranta obsequiarà amb una samarreta de la cursa a totes les persones participants que s'inscriguin online.

La inscripció a qualsevol de les quatre curses inclou d'una paella en finalitzar la cursa. No obstant s'ha de confirmar en el formulari de la inscripció.

Tingues en compte que, en tractar-se d'una gran paella popular per a 500 persones, l'elaboració és única i no ens és possible oferir opcions alternatives per a vegans, vegetarians, al·lèrgies o intoleràncies. Si necessites una opció adaptada, recorda que al

poble trobaràs diversos establiments de restauració on poder menjar (pots consultar els detalls a l'apartat de serveis).

IMPORTANT: Els formularis d'inscripció només registren la participació a la cursa. La reserva de samarreta oficial i la confirmació del dinar es gestionen posteriorment.

Un cop realitzat el pagament, cada equip o corredor rebrà un correu de confirmació amb:

- El número de pagament
- Un formulari addicional per indicar les talles de samarreta i la confirmació de l'opció de dinar

És imprescindible completar aquest segon formulari per garantir la disponibilitat de samarreta i plaça de dinar.

### Sorteig de productes locals

Un cop finalitzat el dinar, donarem pas al sorteig de productes locals. Per participar-hi, podràs adquirir les tires de rifa directament al moment (recorda dur efectiu per al pagament).

## 10. Cronometratge

La cursa es cronometrarà amb xip electrònic SPORTident (Rogaine i Cursa Llarga) i targetes planes (Cursa Curta i Familiar).

## 11. Puntuació i penalització

- Les balises puntuen segons la desena del seu codi:
  - 30's → 3 punts
  - 40's → 4 punts
  - 50's → 5 punts
  - … fins a 90's → 9 punts
- A més puntuació, més dificultat tècnica i física
- En cas d'empat a punts, guanya qui ho hagi fet en menys temps
- Guia oficial de descripció de controls: Simbologia IOF

Als equips que arribin a meta un cop finalitzat el temps límit de cursa (6h o 3h) se'ls aplicarà la següent penalització, en funció del temps transcorregut:

- De 1′ a 5′: -5 punts
- De 5'01" a 10′: -10 punts
- De 10'01" a 15′: -20 punts
- De 15'01" a 20′: -30 punts
- De 20'01" a 25′: -40 punts
- De 25'01" a 30′: -50 punts
- Més de 30′: desqualificació

## 12. Avituallaments

- Durant els diferents recorreguts, l'avituallament liquid seran les fonts dels pobles on es podrà reposar aigua per beure
- Avituallament sòlid i líquid a l'arribada
- Fonts públiques marcades al mapa
- Fonts naturals completament seques (no marcades al mapa)

## 13. Serveis

- Assegurança de responsabilitat civil
- Assegurança personal per a totes les persones participants
- Punt d'informació i assistència
- Avituallament final
- Esmorzar de cafè i dolços previ a l'inici de cada cursa
- Zona de descans i activitats
- WC portàtils
- Servei de dutxes.

Les dutxes habilitades son cedides per l'equip de futbol del Molanta. Està totalment prohibit entrar dins del camp de futbol de gespa natural.

### Restauració

Al nucli de Sant Pere Molanta es disposa d'un forn de pa/cafeteria, un bar i un restaurant:

- Forn de Pa Fontanals
- Bar de La Societat (tancat temporalment, es desconeix obertura a l'octubre)
- Restaurant La Posada

## 14. Seguretat i protocol d'emergència

Tot i que l'orientació no és una activitat de risc, sí que com qualsevol activitat esportiva en un terreny de muntanya pot causar lesions físiques en principi poc greus. És important llegir la descripció que s'adjuntarà al segon butlletí previ a l'inici de la cursa, amb informació tècnica addicional de la cursa. En el cas de detectar-se un risc específic al terreny es detallarà tant al segon butlletí com a la web de la cursa.

### Protocol en cas d'accident amb abandonament de la cursa

En cas patir un accident greu i no poder continuar, la persona participant ha de fer el possible per donar l'alerta i seguir aquests passos:

1. **Trucar al telèfon de l'organització:** Utilitzar el número de l'organització imprès al mapa per acordar un punt de recollida.

2. **Avaluació de la situació:** Des del centre de competició s'avaluarà la trucada i es determinarà l'acció necessària (aproximació de vehicle, evacuació, avís al 112, etc.).

Hi haurà una ambulància al Centre de Competició.

## 15. Advertiments

### Termes legals

Les competidores participen en les proves sota la seva responsabilitat, però emparats obligatòriament per una assegurança mèdica. Les competidores o participants que no disposin de llicència federativa anual, hauran de contractar una assegurança temporal, vàlida per un període tancat de temps.

Igualment, la persona competidora o participant accepta els termes legals establerts a la pàgina d'inscripcions de la FCOC.

La inscripció a qualsevol de les curses implica cedir els drets d'imatge a la Vallmoranta.

### Residus i sostenibilitat

- No es proporcionaran gots d'un sol ús
- Cal portar got, bidó o cantimplora
- Recollir totes les deixalles
- Respectar flora, fauna i propietats privades

### A tenir en compte

- La competició es realitza en silenci
- Respecte absolut per l'entorn i propietats privades
- Precaució en trams amb trànsit
- Obligació d'avisar si s'abandona la cursa
- Assistència obligatòria en cas de trobar un accidentat
- L'organització pot modificar o suspendre la cursa per seguretat
- Reclamacions per escrit un cop finalitzada la cursa
- No es pot intercanviar informació entre participants
- El mal temps no serà un obstacle per la realització de la prova, si bé l'organització podrà modificar-la o suspendre-la per seguretat dels participants
- L'orientació esportiva té com a principi fonamental l'honestedat
- Queda prohibida la utilització de qualsevol aparell GPS
- Caldrà tenir precaució en els trams del circuit que es desenvolupen per carrers o llocs habituals de pas de vehicles, i respectar la senyalització. Es tracta d'un circuit controlat però no tancat
- Tota persona inscrita accepta l'atenció mèdica en cas d'urgència
- El participant en una competició accepta el reglament de les curses d'orientació i participa, exclusivament, sota la seva responsabilitat

- Si un participant perd la targeta de control, l'estripa o la manipula serà desqualificat
- L'organització podrà sancionar tot aquell corredor que es mostri incorrecte amb els organitzadors
- Tot atleta arribat que se li comprovin irregularitats serà desqualificat
- Qualsevol infracció del codi d'ètica esportiva pot ser motiu de desqualificació
- Les reclamacions es faran per escrit una vegada hagi acabat la cursa i el que decideix l'organització serà inapel·lable
- Pel sol fet de participar, s'accepta aquest reglament

## 16. Contacte i informació

A la pàgina web https://vallmoranta.org trobareu tota la informació actualitzada de la cursa.

També disposem dels següents perfils de les xarxes socials:

- Correu electrònic: vallmoranta@gmail.com
- Instagram: @vallmoranta (https://www.instagram.com/vallmoranta/)
- X: @vallmoranta
- Facebook: https://www.facebook.com/people/Vallmoranta/100066728328474/

## 17. Meteorologia

Els dies abans de la cursa informarem pels nostres canals de quina és la previsió meteorològica prevista durant les hores de competició.

El temps no serà motiu de suspensió de la cursa, excepte per indicacions de situacions extremes d'emergències i protecció civil.

## 18. Col·laboradors

La Vallmoranta només és possible gràcies al treball en estreta col·laboració amb persones implicades en el poble, el municipi i l'aportació solidària de la cursa a la marató de 3cat. És gràcies a elles que podrem gaudir d'aquest esdeveniment.

### Amb el suport de

### Col·laboradors


Balart pneumàtics
eriKa.Herràiz {creacions}
les iaies el vi de La Llacuna
farmàcia Sant Julià
CASES BLANQUES espai ecosostenible
La Garnatxa
MUB FISIOTERÀPIA I ENTRENAMENT
Ferreteria BADIA
ELECTROMECÀNICA VILAFRANCA BOBINATGES INDUSTRIALS
Mas Comtal
Mas Candí
M.MIRA
MITJANS 1910
El Tardi dels Sentits
MM
DES DE 1940 MASÓ FRESC I DE PROXIMITAT
Carisma Entre les vinyes més altes d'Europa
MASIA DE LA ROQUA
Victoria BAR
GB SORT PENEDES
PSOFÀS
PLANA RODONA FRUITERIA VERDULERIA
La Granja
ENOTECA LA CENTRAL BAR · VERMUTERIA · BOTIGA DE VINS
KUBRICK CINEMA
LES GUNYOLES D'AVINYONET
FORESTA VINYES ENTRE BOSCOS
QualityBlends REVOLUTION ROASTERS
Tuelektro Tu tienda online
rètols PELLISA RAFOLS
Mp Moduspro Audiovisual Services
Deter Solín
Soma BEAUTY
ÒPTICA Lacartset Il·lusions òptiques
CASA BERGER SINCE 1878
LAURA MARCÈ FOTOGRAFIA
GelAura fabrica i distribució
MASET VINOS Y CAVAS
CARAM! CARAM!
finca VilaDelloPs Massís del Garraf D.O. Penedès
GERMINOVA
TRANSPORTS GRUA Jordi Mata C/. Sant Paladi, 23 08793 Les Gunyoles • Alt Penedès (BCN) Tel. 93 897 05 18 • Mòbil: 670 010 356 transgruajmata@gmail.com
finca valldosera
AULA DEL VI


ArgilCs


DELTASEC S.L.
TRATAMIENTO PARA EL AIRE COMPRIMIDO


afm


Vinateria
INZOLIA


Gramona


NOVELL
L'ESPRESSO


CUC


NA


aura
prints
vinils, retolació i tèxtil
sant pere molanta


Celler Cooperatiu de Moja
DES DE 1921


LA GRANADA
CELLER COOPERATIU