

XXXVII PUJADA DE BAGÀ A COLL DE PAL

Recorregut: 19 Km aproximadament i per asfalt, desnivell de +1300 m.

3a MILLA VERTICAL PUIGLLANÇADA

Recorregut: 12,5 Km aproximadament per camins/corriols, desn. + 1609 m.

31 de maig de 2020 a les 9 del matí



Tota la informació a:

www.atletisme-baga.com
atletismebaga.com

Amics de l'Atletisme de Bagà
Tel. 93 824 41 26 - 93 824 40 60
64 830 06 16 - 632 18 44

Diplom esmorzar per a tots
record opional cina motxilla,
cantimplora i plegable

- S'ELIMINEN LES CARRIBES DE PLÀSTICS
- PREUS D'INSCRIPCIÓ I MATXATS
- RECOIXEMENT A TOTS LES ATLETES MÉS FIDELS A LA CURSA
- POT SER L'ÚNICA EDICIÓ

MUNDIA

POWERADE

LA SA MAR RETTA

Organitza:



Amics de
l'Atletisme de Bagà
Amb la col·laboració de:

Amb el suport de:

Ajuntament de Bagà



Diputació
Barcelona



CONSELL
COMARCAL
DEL BERGUEDÀ



Parc Natural
del Cadí-Moixeró

Gestió d'obres:
projectes, direcció d'obres, informes, coordinació de seguretat,
avancesment de plans, còdols d'habilitat, ...

ae ARQUIESTUDI
estudi d'arquitectura tècnica
Jordi Noguera Puig

Tel. 93 824 43 39 / 658 000 810 - C/ma Sobirà, 42 - 08695 Bagà
www.ae-arquiestudi.com - www.arquiestudi.com

ADSINGULARS .cat
www.adsingulars.cat

Masia rural
Barri Terradelles, 10
08695 BAGÀ (Barcelona)
93 824 40 76 - 639 31 11 04
conxitacuinaeta@hotmail.com

Alsina Graells
Transports de viatges
Serveis regulars i discrecionals
Lloguer d'autocars i furgonetes
Vehicles d'alta qualitat
Desplaçaments còmodes i segurs
Tel. 93 821 04 85

ZANUCCI
text-ware

mobles
PONS
Tels. 93 824 42 70 - 93 824 45 44
689 99 92 72 / Fax 93 824 42 70
moblespons@gmail.com

a
Perruqueria
unisex
abel
Imma
C. Major, 2 - 08695 BAGÀ - Tel. 93 824 40 66 - corominasespell@gmail.com

La Flor de Lis
Cantina - Restaurant
- menjars i tapes -
Plaça Raval, 3 - 08695 Bagà
Tel. 630 577 643

FOS
assessors
Pg. de la Pau, 47, 1r
08600 Berga
Tel. 93 821 17 04
Fax. 93 822 13 11
fosberga@fos.cat

Laboral - Seguretat Social
Fiscal - Comptable
Gabinet Juridic
Administració de Finques
Corredoria d'Assegurances
Còrrega, 534, entlo. 3a
08025 Barcelona
Tel. 93 455 23 05
Fax. 93 455 23 02
fosbarna@fos.cat

Obiols
FORN I PASTISSERIA
OBIOLS
Galceran de Pinós, 25
08695 BAGÀ
Tels. 93 824 40 81 - 93 824 45 52

Hostal
Cal Batista
Restaurant Habilitacions
Piscina
www.calbatista.com
C/ Raval, 6/n
08695 Bagà
Tel. 93 824 41 26 Fax: 93 824 45 48
info@calbatista.com

CUVIC
Grup Cuvic
C. Raval, 5 - Tel. 93 824 48 78 - 08695 BAGÀ - info@cuvic.es

BLAUGRANA
Penya
BLAUGRANA



JOAN CABALLÉ
ÒPTIC

Passeig de la Indústria, 26 08600 BAGÀ
Tel. 938 22 26 75

Gestió d'obres:
projectes, direcció d'obres, informes, projectes, contractat,
aixecament de plànols, cèdules d'habilitat, etc.



ARQUIESTUDI
estudi d'arquitectura tècnica
Jordi Noya i Puig

Tel. 93 824 43 39 / 659 000 503 - 32 08695 Bagà
a/e: info@arquiestudi.com - www.arquiestudi.com

ADSINGULARS .cat
arquitectura i decoració

**PINTURA
DECORATIVA
PEDRO
CÁCERES**

C. Mossèn Jaume, 6, 1a
Tel. 93 824 44 07
Mòbil 679 789 778
08695 - BAGÀ



www.bonarea.es



Av. Reina Elisenda, 12
08695 - Bagà
Barcelona
Tel. 938 244 484

XXXVII PUJADA DE BAGÀ A COLL DE PAL

Recorregut: 19 Km aproximadament i per asfalt, desnivell de +1300 m.

3a MILLA VERTICAL PUIGLLAÇADA

Recorregut: 12,5 Km aproximadament per camins/corriols, desnivell de +1609 m.

31 de maig de 2020 a les 9 del matí



Informació, inscripció i reglament a:

www.atletismebaga.cat

atletismebaga@gmail.com

Amics de l'Atletisme de Bagà

Tel. 938244339-938244060

646230067-646230844

**Diploma i esmorzar per a tots,
record opcional d'una motxilla,
cantimplora o got plegable**

Organitzat



Amics de
l'Atletisme de Bagà

Ajuntament de Bagà
Regidoria d'Esports i Joventut



Amb el suport de:



Parc Natural
del Cadí-Moixeró



Diputació
Barcelona



CONSELL
COMARCAL
DEL BERGUEDÀ



ANNA TALLADA

www.caninacadi.com
caninacadi@gmail.com

Camí de Bagà, s/n
08695 BAGÀ BCN
T. 696 40 654

COL-LABORADORS:

Ajuntament de Bagà
Ajunt. de Guardiola de Berguedà
Alsina Graells
Arquiestudi (Jordi Noguera)
Auto Servei Pedrals
Bar restaurant Claudia
BonArea
Cafeteria Restaurant La Llor de Lis
Centre Òptic Berga (Òptica Caballé)
Clinica Dental Dra. Basterretxea
Cobega (Coca-Cola)
Consell Comarcal del Berguedà
Cuvic Bagà Informàtica
Embotits Ca la Masa
Embotits Cal Picas
Embotits Obradors
Farmàcia Roser Cascante
Ferreteria Sistach
Fia-Faia
Forn i Pastisseria Obiols

Forn Sant Esteve
Fusteria El Pi
Fusteria i Mobles Pons
Hostal Cal Batista
Hostal Santuari de Paller
Hotel Ca l'Amagat
Hotel La Pineda
Instal·lacions Jacint Ribera
La Samarreta
Liven, SA
Masia Rural Molí del Casó
Modes Gemma Noguera
Òptica Caballé
Peixateries Hilario
Penya Bagà Blaugrana
Perruqueria Unisex Abel-Imma
Pintura Decorativa J. M. Vaccarini
Pintura Decorativa P. Cáceres
Residència Canina del Cadí



Penya
BLAUGRANA



ACP BAGÀ



Forcal
cal batista
Restaurant Habitacions
Piscina

www.calbatista.com

C/ Raval, s/n
08695 Bagà
Tel. 93 824 41 26 Fax: 93 824 45 48
info@calbatista.com



Forn
Sant Esteve

al servei

Pl. Catalunya, 7
Tel. 93 824 47 53
08695 - Bagà



Habitacions amb bany

C. Raval, 50 - 08695 BAGÀ

Tel. 93 824 45 15

Fax. 93 824 43 68

info@hotelpineda.com

www.hotelpineda.com



òptica caballé

Maria Caballé Serra
Òptic - Optometrista

C. Pau, 14 - 08600 BERGA
Tels. 93 822 07 65 - 93 821 02 03
oticaballe@hotmail.com



Masia rural

Barri Terradelles, 10
08695 BAGÀ (Barcelona)
93 824 40 76 - 639 31 11 04
conxitacuineta@hotmail.com

REGLAMENT - 2a MILLA VERTICAL

- 1.- cursa oberta a tothom sense distinció de categoria, sexe o nacionalitat.
- 2.- Recorregut: de Bagà a Coll de Pal (Vertical), i al cim del Puigllançada (Milla Vertical). Tots els inscrits a la Milla Vertical i Vertical Coll de Pal, tenen l'opció a Coll de Pal de decidir si continuen cap al cim del Puigllançada o quedar-se a Coll de Pal i classificar-se per la Vertical.
- 3.- Distància aproximada: Milla Vertical Puigllançada: 12,5 Km aprox. (4% d'asfalt i 96% per camins/corriols). Vertical Coll de Pal: 11,5 Km. aprox. (5% asfalt i 95% camins/corriols)
- 4.- Al menys un avituallament a mitja cursa, amb aigua i sòlids. Per la Milla Vertical també n'hi haurà un altre al passar per Coll de Pal. Tothom s'ha de portar el got o la cantimplora.
- 5.- La sortida és a les 9 del matí a la plaça del Raval de Bagà (a uns 800 m d'altitud), l'arribada de la "Vertical" és a Coll de Pal (2.100 m altitud i desnivell + de 1.300 m) i l'arribada de la "Milla Vertical" és al cim del Puigllançada (2.409 m d'altitud i desnivell + de 1.609 m = milla).
- 6.- Diploma, esmorzar a Coll de Pal i plaça d'autocar per tornar a Bagà per a tots els participants, i opcional: obsequi-record d'una motxilla 10€, una cantimplora 4€, i un got plegable 4€, per a tots els que ho sol·licitin.
- 7.- Categories establertes segons edats (anys fets el 31-12-2020):
 - General
 - Cat. 1, nascuts després del 2003 (menors de 17 anys).
 - Cat. 2, nascuts del 1990 al 2003 (17 a 30 anys).
 - Cat. 3, nascuts del 1975 al 1989 (31 a 45 anys).
 - Cat. 4, nascuts del 1960 al 1974 (46 a 60 anys).
 - Cat. 5, nascuts del 1959 en avall (61 en amunt).
- 8.- Els menors de 16 anys han de portar l'**AUTORITZACIÓ** del pare, mare, tutor o entrenador, fent constar el nom, DNI i signatura. Tothom ha de portar el **MANIFEST** signat.
- 9.- Premis per a la Milla Vertical i per a la Vertical Coll de Pal: almenys per als 3 primers i a les 3 primeres de la classificació general, un al 1r i a la 1a de cada categoria, premi al corredor/a de més edat i un a l'equip guanyador de la Milla Vertical (sumant els millors temps per equip federat). Els qui tinguin premi general no en tindran a la seva categoria, i el premi de la categoria quedarà desert.
 - Premi en metàl·lic de 200 euros al 1r i a la 1a que superin el rècord de la Vertical Coll de Pal (1:13:22 i 1:29:27) de 2004 i 2005 al 1r i a la 1a que superin el de la Milla Vertical (1:24:04 i 1:04:16)
- 10.- L'organització pot demanar el DNI o similar per comprovar l'edat.
- 11.- Les reclamacions es fan per escrit un cop acabada la cursa. La decisió de l'organització serà inapel·lable.
- 12.- L'organització declina tota responsabilitat pel que fa als perjudicats que la participació en la cursa pugui reportar als participants.
- 13.- Pel sol fet de participar, s'accepta aquest reglament. Qualsevol punt no inclòs queda sota la decisió de l'organització.
- 14.- Les **INSCRIPCIONS** es fan a través de RUNEDIA i pots comprovar la llista d' **INSCRITS**.
 - Els drets d'inscripció fins al dia 17 de maig a les 24:00 h són:
 - Gratuït per als socis federats (que ja tenen assegurança).
 - 2 € per als socis no federats (que no tenen assegurança).
 - 10 € per als no socis, però federats (que tenen assegurança).
 - 12 € per als no socis, no federats (que no tenen assegurança).
- 15.- Les inscripcions que es fan a partir del 17 de maig (a les 00:00 h) tindran un recàrrec de 3 €.
- 16.- Les inscripcions es tancaran el dissabte 30 de maig de 2020 a les 12 del migdia.
- 17.- El recorregut estarà ben delimitat i marcat amb cinta.
- 18.- La cursa es tancarà al cap de 3 hores de la sortida. Si algun atleta dubta de poder arribar dintre del temps, que es posi en contacte amb l'organització per tal de sortir una hora abans.
- 19.- L'organització es reserva els drets d'imatge del corredor durant la prova. El participant autoritza l'organització a realitzar fotografies i filmacions de la seva participació i li dóna el consentiment per a la seva difusió, sense dret del corredor a rebre cap compensació econòmica.

RECONeixEMENT

Davant la possibilitat que aquest any sigui l'última edició de la cursa, volem fer un reconeixement a tots els corredors/es que han fet la cursa de Coll de Pal almenys 10 vegades (tant si ha estat per asfalt, per camins o fent la milla vertical). Per obtenir aquest reconeixement ens hauríeu de comunicar amb antelació quins anys creieu haver-hi participat (i si és per asfalt o no) per tal de poder fer la comprovació. Farem una distinció a qui hagi corregut un mínim de 10, de 15 o de 20 edicions. Les classificacions les trobareu a: http://www.atletismebaga.cat/4/classificacions_554711.html



Hostal
Sant Joan de Paller

RESTAURANT
REFUGI per a 16 persones

Especialitat en carns a la brasa
Corradors, escalivades, embotits

HABITACIONS
Reserves al te. 939 771 041
650 812 924
08695 BAGÀ



J. V. C.

Pintura Decorativa
i
Envernissats

Joan Miquel Vacas Cubillas
Avgda. Reina Elisenda nº 18
Bagà 08695
Tel. 670 40 42 60 N.I.F. 77733253-S

INSTAL·LACIONS
JACINT RIBERA



ELECTRICITAT · FONTANERIA · CALEFACCIÓ · GAS

Av. reina Elisenda, 35, 2n, 2a
08695 - BAGÀ (Barcelona)
Tels. 93 824 44 44
93 824 40 89



BAR RESTAURANT
CLAUDIA

C. Raval, 22
08695 - Bagà
Tel. 635914493
-Menú a diari

REGLAMENT - PUJADA COLL DE PAL

- 1.- cursa oberta a tothom sense distinció de categoria, sexe o nacionalitat.
- 2.- Distància aproximada 19 Km, 100% per asfalt.
- 3.- Recorregut: de Bagà a Coll de Pal.
- 4.- Al menys un avituallament a mitja cursa, amb aigua i sòlids. Tothom s'ha de portar el got o la cantimplora.
- 5.- La sortida és a les 9,00 del matí a la plaça del Raval de Bagà (a uns 800 m d'altitud) i l'arribada és a Coll de Pal (2.100 m d'altitud). Es puja un desnivell d'uns 1.300 m.
- 6.- Diploma, esmorzar a Coll de Pal i plaça d'autocar per tornar a Bagà per a tots els participants, i opcional: obsequi-record d'una motxilla 10€, una cantimplora 4€, i un got plegable 4€, per a tots els que ho sol·licitin.
- 7.- Categories establertes segons edats (anys fets el 31-12-2020):
 - General
 - Cat. 1, nascuts després del 2003 (menors de 17 anys).
 - Cat. 2, nascuts del 1990 al 2003 (17 a 30 anys).
 - Cat. 3, nascuts del 1975 al 1989 (31 a 45 anys).
 - Cat. 4, nascuts del 1960 al 1974 (46 a 60 anys).
 - Cat. 5, nascuts del 1959 en avall (61 en amunt).
- 8.- Els menors de 16 anys han de portar l'**AUTORITZACIÓ** del pare, mare, tutor o entrenador, fent constar el nom, DNI i signatura. Tothom ha de portar el **MANIFEST** signat.
- 9.- Premis per categoria: com a mínim als 3 primers i a les 3 primeres de la classificació general, un al 1r i a la 1a de cada categoria, premi al corredor/a de més edat i un a l'equip guanyador (sumant els 3 millors temps per equip federat). Els qui tinguin premi a la general no en tindran a la seva categoria i el premi per cat. quedarà desert. Premi en metàl·lic de 500 euros al 1r i a la 1a o a l'equip que superin el rècord de la prova (1:24:42 / 1:47:59 / 4:30:34).
- 10.- L'organització pot demanar el DNI o similar per comprovar l'edat.
- 11.- Les reclamacions es fan per escrit una vegada s'hagi acabat la cursa. La decisió de l'organització serà inapel·lable.
- 12.- L'organització declina tota responsabilitat pel que fa als perjudicats que la participació en la cursa pugui reportar als participants.
- 13.- Pel sol fet de participar, s'accepta aquest reglament. Qualsevol punt no inclòs queda sota la decisió de l'organització.
- 14.- Les **INSCRIPCIONS** es fan a través de RUNEDIA i pots comprovar la llista d' **INSCRITS**.
 - Els drets d'inscripció fins al dia 10 de maig a les 24:00 h són:
 - Gratuït per als socis federats (que ja tenen assegurança).
 - 2 € per als socis no federats (que no tenen assegurança).
 - 10 € per als no socis, però federats (que tenen assegurança).
 - 12 € per als no socis, no federats (que no tenen assegurança).
- 15.- Les inscripcions que es fan a partir del 11 de maig (a les 00:00 h) tindran un recàrrec de 3 €.
- 16.- Les inscripcions es tancaran el dissabte 30 de maig de 2020 a les 12 del migdia.
- 17.- La cursa es tancarà al cap de 3 hores de la sortida. Si algun atleta dubta de poder arribar dintre del temps, que es posi en contacte amb l'organització per tal de sortir una hora abans.
- 18.- L'organització es reserva els drets d'imatge del corredor durant la prova. El participant autoritza l'organització a realitzar fotografies i filmacions de la seva participació i li dóna el consentiment per a la seva difusió, sense dret del corredor a rebre cap compensació econòmica.

IMPORTANT:

Davant la possibilitat que aquest any sigui l'última edició de la cursa, volem fer un reconeixement a tots els corredors/es que l'han corregut almenys 10 vegades (encara que sigui havent fet la Vertical o la Milla Vertical). Per obtenir aquest reconeixement ens hauríeu de comunicar amb antelació quins anys creieu haver-hi participat (i si és per asfalt o no) per tal de poder fer la comprovació. Farem una distinció a qui hagi corregut un mínim de 10, de 15 o de 20 edicions. Les classificacions les trobareu a: http://www.atletismebaga.cat/4/classificacions_554711.html

QUOTA DE SOCI:

La quota de soci del Club Amics de l'Atletisme de Bagà, per a l'any 2020 és de:

- 6 € per als joves (nascuts després del 31-12-2004), estiguin o no federats, i inclou les inscripcions dintre de termini, per a totes les 3 curses: Coll de Pal (Pujada, Vertical o Milla V.), Cursa d'Estiu i Cursa Popular.
- 12 € per als adults federats, i inclou les inscripcions dintre de termini de les 3 curses.
- 18 € per als adults no federats, i inclou el mateix però afegeix l'assegurança per a les 3 curses

[butlleta dafta de soci](http://www.atletismebaga.cat/4/classificacions_554711.html)



Autoservei
PEDRALS



Servei i qualitat per al
seu vehicle

C. Raval, 55
Tel. 93 824 41 80
Fax 93 824 47 12
08695 BAGÀ



CUVIC

Grup Cuvic

Crta. a Guardiola s/n. - Tel. 93 824 48 78 - 08695 BAGÀ - info@cuvic.es

CLÍNICA DENTAL
Dra. Basterretxea



Dra. Montserrat Basterretxea Pujol
C.O.E.C. 4804

C. Mossèn Jaume, 27, local 1R
08695 BAGÀ (Barcelona) - Te. 938 244 378
E-mail: climadentaldrabasterretxea@gmail.com

PANDORA
centre de salut integrativa

Farmacia
Coopèdia

Rose **CASCANTE**

Telefon: 93 824 43 18
C. Raval, 40
08695 - BAGÀ

C. Raval, 55
Tel. 93 824 41 01
08695 BAGÀ

Homeopatia i Flors de Bach

Butlleta d'inscripció d'alta de soci

AMICS DE L'ATLETISME DE BAGÀ



Pl. Catalunya, 7 bis
08695 - Bagà
www.atletismebaga.cat

Tel. 93 824 43 39 / 93 824 40 60
646 32 68 44 / 646 23 00 67
atletismebaga@gmail.com

BUTLLETA D'INSCRIPCIÓ - DADES PERSONALS - SOCI NUM.

Bagà, a ___ de ___ de 2020 E-mail _____
Nom _____ cognom _____ 2n cognom _____
Adreça _____ CP _____ Localitat _____
Data naixement _____ NIF. _____ Tel. _____
Lloc de naixement _____ Província _____
_____ Signatuara

DOMICILIACIÓ BANCÀRIA

Quota soci any 2020 = 12 €, i de 18 €. amb l'assegurança incorporada i els menors de 16 anys 6 €.

Nota: Pel sol fet de participar en una de les curses de l'any 2020, la quota de soci serà gratuïta.

Si ets soci + federat, o soci amb l'assegurança incorporada, tens les 3 curses gratuïtes (Coll de Pal o Vertical Coll de Pal, Cursa d'Estiu i Cursa popular.



Ca l'Amagat

rustic i prohotel

hotel - restaurant

Especialitat en cuina catalana
Menjar privat per a celebracions

C/ Clota, 4 - 08695 Bagà
Tel. 93 824 40 32 - 93 824 41 60 Fax 93 824 46 51
www.calamagat.com
a/e: hotel@hotelcalamagat.com



Pol. Ind. "Torrent de Gibellas"
Parcel·la 2, nau 4
Tel i Fax. 93 824 50 18
Jesús 600 522 001
J. Ramon 600 522 002
08695 BAGÀ (Barcelona)
fusteriaelpi@gmail.com
www.fusteriaelpi.com