3a Lligueta Running Vall d'Aro (22 agost-22 octubre)

Esports | 11/08/2017 | 09:24

La proposta combina la participació d'esportistes d'elit amb el caràcter popular de cada marxa

Tercera edició de la Lligueta Running Vall d'Aro (www.runningvalldaro.cat), una proposta que combina la pràctica esportiva amb la descoberta de l'entorn natural de Castell-Platja d'Aro i S'Agaró, a partir d'un circuit de quatre curses de muntanya de perfil tècnic i de recorreguts similars que transcorren a través de boscos i espais muntanyosos del municipi poc coneguts pel turisme tradicional: La Nocturna (22 d'agost), Cursa de Castell d'Aro (17 de setembre), Cursa Lineal del Camí de Ronda (8 d'octubre) i La Marxa dels 20 km (22 d'octubre).

Una iniciativa de la regidoria d'Esports de l'Ajuntament de Castell-Platja d'Aro i de tempsXcurses, que agrupa, des de l'any 2015, diverses marxes que ja existien i d'altres de nova creació. Hom pot participar a totes, diverses o només una de les curses, tant esportistes d'alt nivell com a afeccionats que vulguin gaudir-ne des d'una vessant més popular. Les inscripcions en línia ja són obertes i limitades a un màxim de 400 persones per cursa i inclou assegurança, servei de dutxes, guarda-roba, obsequi i avituallament final. La recollida anticipada de dorsals és el dia anterior a la cursa a la botiga Decathlon de Platja d'Aro.

La participació a la primera cursa es pot vincular a la iniciativa municipal Fem Esport 365! que pretén incentivar al conjunt de la població a assolir un estil de vida actiu i saludable a partir de l'assoliment de diversos reptes que es mesuren en la conversió de les calories que hom consumeix realitzant qualsevol activitat esportiva (individual, en equip, etc.) en punts. El primer és l'obtenció de 360 punts entre el 28 de juliol i el 10 de setembre per aconseguir el regal d'una bossa per posar-hi el mòbil quan es va a córrer o a caminar i, alhora, participar en el sorteig de diversos vals de compra de 30 euros de Decathlon. Per mesurar-ho al adherir-se a la iniciativa mitjançant l'aplicació WeFitter o el lloc web www.femesport365.cat, amb l'avantatge que es pot vincular amb més 15 dispositius i apps majoritàries d'àmbit esportiu.

La primera cursa és La Nocturna, dimarts 22 d'agost amb recorregut de 7'5 km amb sortida des de la Biblioteca Mercè Rodoreda de Platja d'Aro (22 h) i arribada al Parc dels Estanys (cal portar un frontal per persona). La segona és la Cursa de Castell d'Aro, diumenge 17 de setembre de 9 km, amb sortida des de la Sala Polivalent de Castell d'Aro (10 h) on també finalitza la prova. Cadascuna d'aquestes dues curses té una inscripció de 9 euros sense xip, 12 euros amb xip

(anticipada) i 15 euros (el dia de la cursa). Inscripcions en línia fins el dia abans i la mateixa jornada fins a mitja hora abans de la sortida. (si hi ha disponibilitat de places).

La Cursa Lineal del Camí de Ronda és diumenge 8 d'octubre amb un recorregut de 12'5 km amb sortida des de la Platja de Torre Valentina de Sant Antoni de Calonge (a partir de les 10 h de manera individual cada 30-60 segons) i arribada al Tinglado de Sant Feliu de Guíxols) Inscripcions en línia fins dos abans de la prova (15 euros) i la mateixa jornada de 8.30 a 9 h (18 euros, si hi ha places disponibles) i inclou servei d'autobús de Sant Feliu de Guíxols al punt d'inici (imprescindible indicar-ho expressament). La darrera prova és La Marxa dels 20 Km, diumenge 8 d'octubre amb un desnivell de 300 metres per un recorregut 70% de terra i 30% d'asfalt. Sortida (10 h) i arribada dels del Palau d'Esports i Congressos de Platja d'Aro. Inscripcions: 12 euros anticipada (fins la jornada anterior) i 15 euros el dia de la prova (de 9 a 9.30 h, si hi ha places disponibles).

En relació als guardons, en cada cursa hi ha 1r, 2n i 3r Premi absolut femení i masculí, 1r Premi al millor atleta local (femení i masculí) i al participant de més edat (masculí i femení). Per a la classificació global de la Lligueta, per establir els guardons de 1r, 2n i 3r classificats femení i masculí, totes les curses són puntuables i es repartiran punts a cada participant (entre 150 i 5 del primer al vint-i-vuitè classificat i a partir del 29è lloc un punt a cadascú), tenint en compte el major nombre de punts finals i la presència a les quatre curses. En la primera edició hi van participar 387 esportistes i l'any passat 432.

Cada marxa està degudament senyalitzada i autoritzada i al llarg del recorregut hi ha instal·lats diversos punts d'avituallament i control. L'edat mínima per participar-hi és de 16 anys i els menors d'edat han de presentar autorització expressa del pare, mare o tutor legal. El dorsal-xip haurà d'estar sempre visible, col·locat a la part de davant del pit i sense cap tipus de manipulació. No es permet córrer amb animals. Col·laboren en l'organització Marisch Cotcho, Decathlon Platja d'Aro i la Diputació de Girona.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/noticia/48027-3a-lligueta-running-vall-daro-22-agost-22-octubre.htm