

# 2 DIES DE MASELLA

ï 2n TROFEU VILA DE PUIGCERDÀ

XXIV TROFEU CARLES LLADÓ

23-24 maig



**Dissabte 23 de maig 2026**

Matí: copa catalana de mitja distància (Masella)

Tarda: copa catalana d'esprint (Puigcerdà)

**Diumenge 24 de maig 2026**

Matí: copa catalana de llarga distància (Masella)

Calendaris:



[curses.dorientacio.cat](https://curses.dorientacio.cat)



FCOC calendari



# ÍNDEX

INTRODUCCIÓ.....	3
PROGRAMA.....	3
INFORMACIÓ GENERAL.....	4
Centre de Competició/ Ubicacions.....	4
Serveis.....	4
Reglament.....	4
Cronometratge.....	5
Corredors retirats.....	5
Seguretat.....	5
Premis.....	5
Dorsals.....	5
Hores de sortida.....	5
INSCRIPCIONS.....	6
CURSES.....	8
CIRCUITS i CATEGORIES.....	11
INFORMACIÓ TÈCNICA.....	12
Curses de mitja i llarga distància a Masella.....	12
Elements especials.....	12
Mapa antic de MASELLA.....	13
Esprint a Puigcerdà.....	14
SOSTENIBILITAT.....	15
Territori.....	15
Residus.....	15
Reaprofitament de material.....	15
Accessibilitat.....	15
EQUIP ORGANITZADOR.....	16

# INTRODUCCIÓ

Després de 2 anys repetim curses a Masella. Els 2 dies de Masella-Puigcerdà, XXIV trofeu Carles Lladó, ens porten a La Cerdanya, a gaudir de curses d'orientació al voltant de les pistes d'esquí de Masella, un lloc privilegiat per fer curses de Copa Catalana. Aquest any mapa nou per a la cursa de mitja distància, i pels que no en tingueu prou, també podreu fer un sprint de Copa Catalana a Puigcerdà.

# PROGRAMA

## **Dissabte 23 DE MAIG** Cursa de MITJA DISTÀNCIA

Prova de Copa Catalana Peu a Masella

08:30h Obertura centre de competició

10:00h Sortida del primer corredor

14:00h Tancament meta

## **Dissabte 23 DE MAIG** Cursa esprint a Puigcerdà

Prova de Copa catalana esprint a Puigcerdà

15:00h Obertura centre de competició

16:00h Sortida del primer corredor

18:00h Tancament de meta

18:15h Lliurament trofeus als primers classificats de les categories d'elit a l'esprint de Puigcerdà

## **Diumenge 24 DE MAIG** Cursa de LLARGA DISTÀNCIA

Prova de Copa Catalana Peu a Masella

08:30h Obertura centre de competició

09.30h Sortida del primer corredor

14:30h Tancament de meta

13:45h Lliurament premis 2 Dies de Masella/Puigcerdà i XXIV Trofeu Carles Lladó

Les tres curses pertanyen al calendari de Copa Catalana d'orientació (FCOC) i, per tant, tots els esportistes federats que hi participen hi obtenen punts. Els que no disputen aquesta competició també hi poden participar en les diferents categories populars.

# INFORMACIÓ GENERAL

## Centre de Competició/ Ubicacions

En el següent enllaç trobareu la localització de les 3 curses, les zones habilitades com a aparcament i la zona embargada de Puigcerdà.

- **MITJA i LLARGA (Masella)**

### Centre de competició:

Estació d'esquí de Masella

### Aparcament:

L'aparcament a la zona de cursa serà a peu de pista (pàrquing 1) i al pàrquing 3

La zona d'aparcament d'autocaravanes estarà situat al pàrquing 2.

- **SPRINT (Puigcerdà)**

### Centre de competició:

Campus Cerdanya de Puigcerdà

### Aparcament:

Pels carrers del voltant del centre de competició. És molt important respectar la zona embargada.

## Serveis

Els 2 dies de cursa tots els inscrits podran gaudir dels següents serveis situats als Centres de Competició:

- Avituallament líquid i sòlid un cop acabada la cursa (cal que tothom porti el seu got/recipient).
- WC's.
- Ambulància - Primers auxilis.
- Descàrrega SportIdent.
- Separació de residus.
- **Espai per a infants:** hi haurà un espai al Centre de Competició habilitat on s'hi podran estar els nens i nenes durant les dues curses a Masella. A Puigcerdà no hi haurà aquest servei.
- **Correxic:** Per als més petits es muntarà una cursa Correxic els dos dies d'11:00h a 13:00h. És un servei gratuït. Cal que els infants vagin acompanyats. La informació de la sortida es gestionarà des de l'espai habilitat per a la canalla.

## Reglament

Per a aquesta cursa regirà el reglament vigent de competició de la FCOC.

Podeu consultar-lo al següent enllaç:

<https://orientacio.cat/manual-copa-catalana-o-peu>

### Cronometratge

Totes les categories correran **obligatòriament** amb el sistema electrònic **SportIdent**.

Els corredors que no en tinguin l'hauran de llogar al fer la inscripció o el mateix dia de la cursa.

El preu del lloguer és de 5€ pels participants en categories oficials i gratuït per a la resta (promoció i/o iniciació). En tots els casos caldrà deixar una fiança de 50 € o el DNI.

Es podrà utilitzar el xip tipus SI-Air.

### Corredors retirats

Pel control i per seguretat, si s'abandona la cursa és OBLIGATORI passar per la carpa de descàrregues SI (centre de competició) i notificar-ho a la persona responsable d'SportIdent que es troba al Centre de Competició.

### Seguretat

Tot i que l'orientació no és una activitat de risc, en ser una activitat esportiva en un terreny de muntanya pot causar lesions físiques.

En cas d'accident en cursa la persona participant haurà de fer el possible per poder donar l'alerta a qualsevol persona que es trobi al terreny, intentar arribar pels seus propis medis al centre de competició o trucar (en el cas de portar telèfon mòbil) al número 647616153 (Mireia Martínez, cap de cursa).

### Premis

El **XXIV Trofeu Carles Lladó** s'atorgarà als campions **H21E i D21E O'Peu** dels **Dos dies de Masella-Puigcerdà** (Cursa de Mitja distància + Cursa esprint + Cursa de Llarga distància).

Els tres primers de la resta de categories, homes i dones, tindran un obsequi.

El lliurament de premis es farà al centre de Competició de Masella el diumenge a les 13.30h

També es lliuraran trofeus als tres primers classificats èlit de l'esprint, 2n trofeu Vila de Puigcerdà al centre de competició de Puigcerdà el dissabte a les 18.30h.

### Dorsals

No hi haurà dorsals.

Les persones que lloguin SportIdent caldrà que passin per la taula d'inscripcions. A les noves inscripcions se'ls donarà un comprovant que hauran de lliurar a la zona de sortida per poder iniciar la cursa.

### Hores de sortida

**Es publicaran el dijous 23 de maig.**

# INSCRIPCIONS

Les inscripcions i el pagament es faran telemàticament a través de la pàgina [web de la cursa](#) a partir del 30 d'abril i fins el 17 de maig a les 23.59h. Les inscripcions es consideraran vàlides un cop fet el pagament. El mateix dia de la cursa únicament s'admetran noves inscripcions amb recàrrec, tant de les categories oficials com dels circuits d'iniciació, i sempre que hi hagi mapes. No s'acceptaran inscripcions per correu electrònic.

### IMPORTANT!! (Llicències) :

Totes les persones inscrites hauran de tenir la llicència federativa de la FCOC o de la FEDO en qualsevol de les seves modalitats.

Pels qui no disposin de cap d'aquestes llicències, en el mateix moment de la inscripció, se'ls gestionarà una llicència temporal per a poder participar.

INSCRIPCIONS PEU	Lloguer SI	Descompte TRAM 1 (Fins el 17 de maig inclòs)			Llicència temporal (És per dia)
		MD / LID	Sprint	Preu 3 curses	
Oficial (federats +21 anys)	5,00 €	14,00 €	8,00 €	34,00 €	-
Oficial (federats -21 anys)	5,00 €	7,00 €	5,00 €	17,00 €	-
Popular (no federats +21 anys) Llarg i difícil, Llarg i fàcil, curt i difícil	0,00 €	9,00 €	8,00 €	24,00 €	5,00 €
Popular (no federats -21 anys) Llarg i fàcil, curt i fàcil	0,00 €	7,00 €	5,00 €	17,00 €	2,50 €

INSCRIPCIONS PEU	Lloguer SI	Preu inscripció dia de la cursa			Llicència temporal (És per dia)
		MD / LID	Sprint	Preu 3 curses	
Oficial (federats +21 anys)	5,00 €	19,00 €	13,00 €	49,00 €	-
Oficial (federats -21 anys)	5,00 €	12,00 €	10,00 €	32,00 €	-
Popular (no federats +21 anys) Llarg i difícil, Llarg i fàcil, curt i difícil	0,00 €	9,00 €	8,00 €	24,00 €	5,00 €
Popular (no federats -21 anys) Llarg i fàcil, curt i fàcil	0,00 €	7,00 €	5,00 €	17,00 €	2,50 €

### CURSES

CURSA MITJA DISTÀNCIA	MASELLA
Data	Dissabte 23 de maig matí
Centre de competició	Pla de Masella
Registre mapa FCOC	2023-728-PEU
Cartògraf	Marian Cotirta i Dani Daví
Traçador	Dani Daví
Escala i equidistància	1:10.000 o 1:7500 i 5m
Distància pàrquing a centre de competició	100m
Distància i desnivell centre de competició a sortida	Sortida a 500m i 0m de desnivell
Distància i desnivell meta a centre competició	1200m i 95m de desnivell per tornar al centre de competició
Pre-sortida	NO
Primera sortida	10h
Darrera sortida	12h
Tancament meta	14h
Temps màxim de cursa	120'
Avituallament	A la meta aigua i al centre de competició aigua i fruita
Jurat tècnic	Controlador: Carlos de Manuel Participant categoria elit: Participant altra categoria oficial: Representant club organitzador:

CURSA SPRINT	PUIGCERDÀ
Data	Dissabte 23 de maig tarda
Centre de competició	Campus Cerdanya
Registre mapa FCOC	2022-689-SPR
Cartògraf	Ferran Santoyo, Carles Loré, Angel Pi i Thomas Wilson
Traçador	Thomas Wilson
Escala i equidistància	1:4000 i 2,5m
Distància pàrquing a centre de competició	Es pot aparcar pels carrers al voltant del centre de competició
Distància i desnivell centre de competició a sortida	1000m sense desnivell
Distància i desnivell meta a centre competició	600m sense desnivell
Pre-sortida	SI: -10' al mateix centre de competició
Primera sortida	16h
Darrera sortida	17h
Tancament meta	18h
Temps màxim de cursa	60'
Avituallament	A l'acabar aigua i fruita
Jurat tècnic	Controlador: Carlos de Manuel Participant categoria elit: Participant altra categoria oficial: Representant club organitzador:

CURSA LLARGA DISTÀNCIA	MASELLA
Data	Diumenge 24 de maig matí
Centre de competició	Pla de Masella
Registre mapa FCOC	2023-728-PEU
Cartògraf	Marian Cotirta, Carles Loré i Dani Daví
Traçador	Dani Daví
Escala i equidistància	1:10.000 o 1:7500 i 5m
Distància pàrquing a centre de competició	100m
Distància i desnivell centre de competició a sortida	550m i 50m de desnivell
Distància i desnivell meta a centre de competició	Al mateix centre de competició
Pre-sortida	NO
Primera sortida	09:30h
Darrera sortida	11:30h
Tancament meta	14:30h
Temps màxim de cursa	180'
Avituallament	En cursa ampolles d'aigua i a l'acabar aigua i fruita
Jurat tècnic	Controlador: Carlos de Manuel Participant categoria elit: Participant altra categoria oficial: Representant club organitzador:

### CIRCUITS I CATEGORIES

La participació és oberta a tothom: federats FCOC i no federats.

Pels federats, s'ofereixen els circuits de competició propis de la Copa Catalana.

	recorregut	Difficultat		Categories	
		Tècnica	Física	(Puntuables Copa Catalana)	
1	Negre	☆☆☆	100%	HE - H20	
2	Gris Fosc	☆☆☆	85%	H35 - H40	FE - F20
3	Gris Clar	☆☆☆	78%	H18 - H45 - H21A	D35
4	Vermell	☆☆☆	70%	H16 - H50	D18 - D40
5	Marró	☆☆☆	60%	H55	D45 - D16 - D21A
6	Blau	☆☆☆	50%	H60	D50
7	Taronja	☆☆☆	35%	H65	D55 - D60
8	Lila	☆☆☆	20%	H70	D65 - D70
9	Verd fosc	☆☆	60%	H14	
10	Verd	☆☆	40%	H12	D14
11	Groc	☆☆	30%		D12
12	Blanc	☆	20%	HD10 HD+80	

A part de les categories oficials de la FCOC també es podrà participar en els circuits populars adreçats a totes aquelles persones que s'inicien a l'esport i tenen ganes de provar-ho. Aquestes categories seran:

- **Llarg i difícil:** per a persones que ja dominen l'esport de l'orientació i entrenen sovint.
- **Curt i difícil:** per a persones que ja dominen l'esport i que volen anar més tranquil·les.
- **Llarg i fàcil:** per a persones que descobreixen l'esport i que entrenen sovint.
- **Curt i fàcil:** per a persones que descobreixen l'esport i que volen anar més tranquil·les.  
Recomanat per nens/es petits/es.

El "llarg difícil" correspon al recorregut vermell, el "curt difícil" correspon al recorregut taronja, el "curt fàcil" correspon al recorregut blanc. **El "llarg i fàcil" correspon al recorregut rosa.**

Pels més petits hi haurà un correix els dos dies de cursa del matí entre les 11:00 i les 13:00. Cal que els infants vagin acompanyats. (gratuït)

Per qualsevol dubte us podeu adreçar via correu electrònic a [cluborientaciócatalunya@gmail.com](mailto:cluborientaciócatalunya@gmail.com) o bé a [club@clubcoc.cat](mailto:club@clubcoc.cat)

Per a més informació sobre les curses d'orientació, consulta l'enllaç de la federació d'orientació (FCOC): <https://orientacio.cat/que-es-lorientacio/>

### INFORMACIÓ TÈCNICA

#### Curses de mitja i llarga distància a Masella

##### NOTES SOBRE EL TERRENY:

Terreny alpí majoritàriament de bosc, amb bona i mitjana penetrabilitat, al voltant de les pistes d'esquí de Masella entre les cotes 1.500m. i 1.800m. Gran varietat de pendents, des de suaus fins a fortes. Sol alternant zones netes amb zones no tant netes i de difícil accés. Vegetació molt generalitzada especialment a la mitja distància. Molts elements puntuals, vegetació, monticles, roques i tallats no massa grans. Donada la manca d'elements de roca grans s'han cartografiat alguns elements per sota d'un metre d'alçada però suficientment alts com per a amagar una fita. Els corriols marcats com a poc visibles es veuen força bé. S'ha de tenir en compte que en un terreny d'aquest tipus on hi ha ramat de muntanya es formen alguns corriols produïts pel bestiar que no estan reflectits en el mapa. El terreny, en general, no és molt tècnic però sí exigent. Es recomana utilitzar sabatilles amb claus i protecció de cames.

##### NOTES SOBRE ELS TRAÇATS:

Traçador: Daniel Daví

**MITJA DISTÀNCIA:** cursa exigent generalment sobre terreny amb bona visibilitat, però amb diferents aspectes que fan alentir la velocitat com terreny irregular, branques a terra, troncs caiguts, desnivell important i vegetació força espessa en algunes zones que a més no sempre serveix com a element de navegació ja que està bastant generalitzada. El terreny no permet fer molts canvis de direcció però gaudireu de l'orientació, i qualsevol pèrdua de concentració us farà perdre minuts. Sortida a 500 m de distància i 0 m de desnivell del CC. Arribada a 1200 m de distància i 95 m de desnivell del CC.

**LLARGA DISTÀNCIA:** cursa generalment sobre terreny net i amb bona visibilitat sobre les zones de pendent al voltant de les pistes d'esquí, amb eleccions de ruta i poques fites en la mesura del possible, tot i que el terreny no ho afavoreix. Terreny molt variat on l'elecció de l'itinerari dependrà de la càrrega de desnivell, la penetrabilitat de la vegetació i la transitabilitat del terra. Bastants detalls sobre el mapa tot i que alguns força generalitzats, i abundants elements de relocalització. Atenció a la simbologia especial. Sortida a 550 m de distància i 50 m de desnivell del CC. Arribada al mateix centre de competició.

##### NOTES SOBRE EL MAPA:

Mapa cartografiat l'octubre de 2023 per Marian Cotirta (Romania), recartografiat la primavera de 2024 per Carles Loré, actualitzat el 2026 per Daniel Daví. Superfície cartografiada: 5,5 km<sup>2</sup> (aprox.) El mapa està cartografiat segons normativa ISOM 2017 per escala 1:10.000. En la mitja distància, gran part del mapa és la primera vegada que s'hi competeix i es caracteritza per elements bastant generalitzats, sobretot la vegetació, més crescuda degut a les precipitacions d'aquest hivern. En la llarga distància hi ha més detalls i no està tan generalitzat, transcorrent entre les pistes d'esquí.

#### Elements especials



Hi ha petits talussos que el cartògraf ha marcat amb un símbol de talús simplificat que no està en la ISOM-2017-2:



Canons de neu



Fanals pistes d'esquí

Canons de neu de les pistes d'esquí representats per una rodona petita blava, i fanals de les pistes d'esquí representats per una rodona petita negra (només a la llarga distància).

## 2 DIES DE MASELLA - PUIGCERDÀ

Altres consideracions:

 El símbol 115.0 "Element característic del terreny" que són carboneres i termiters

 El símbol 419.0 "Element característic de vegetació", són arbres caiguts amb les arrels aixecades o troncs descapçats.

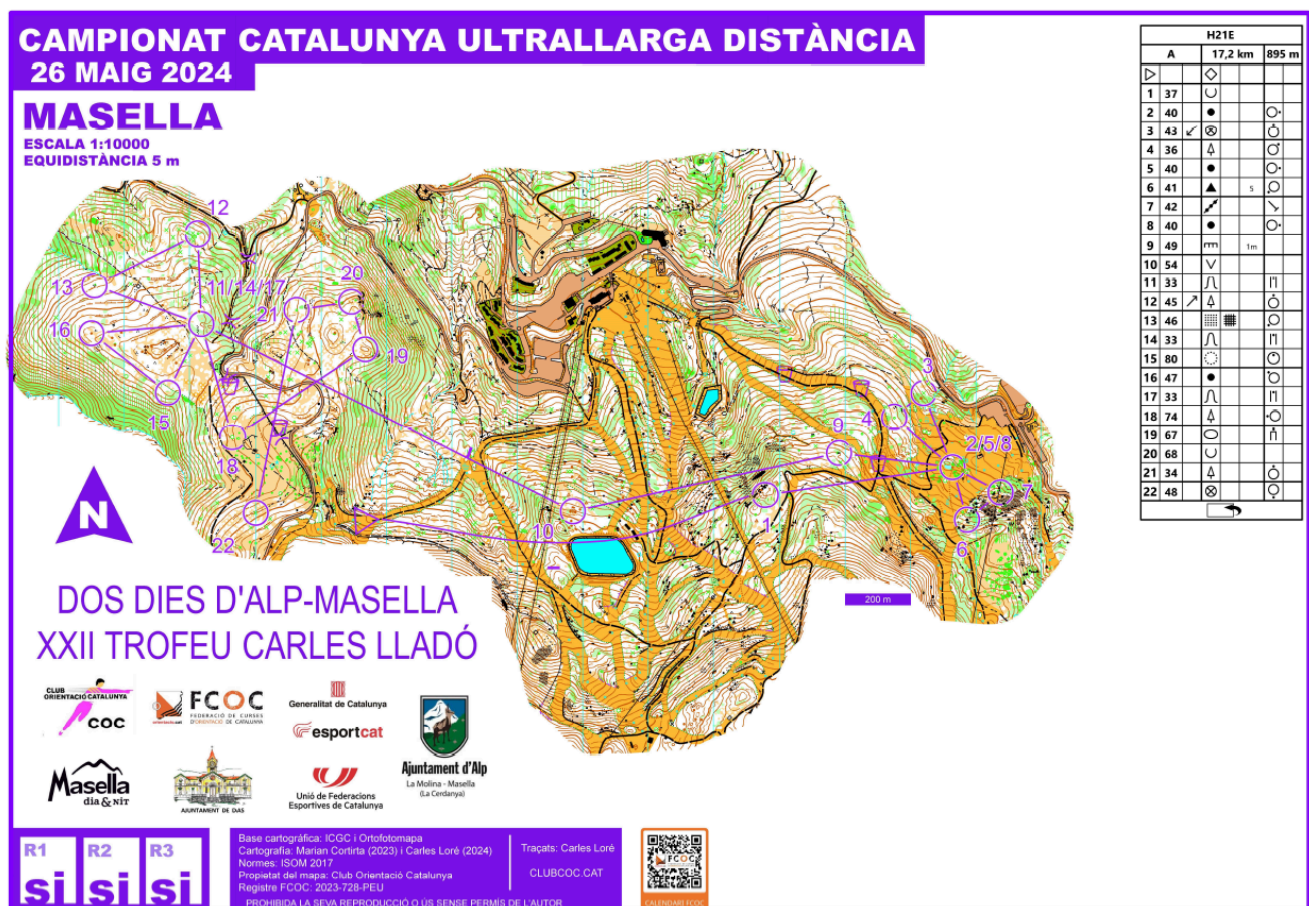
### QUADRE DE DISTÀNCIES, DESNIVELLS, NOMBRE DE FITES, SORTIDA I ESCALA

**MITJA DISTÀNCIA:** Proper butlletí

### QUADRE DE DISTÀNCIES, DESNIVELLS, NOMBRE DE FITES, SORTIDA I ESCALA

**LLARGA DISTÀNCIA:** Proper butlletí

## Mapa antic de MASELLA



### Esprint a Puigcerdà

La Vila de Puigcerdà és un bon lloc per fer un sprint.

La major part del centre es troba al cim d'un turó i és planer. Tot i que gran part dels carrers del casc antic formen una quadrícula, també hi ha diversos edificis amb formes irregulars i altres obstacles que ofereixen opcions de ruta interessants.

A la part sud, la ciutat fa força baixada i hi ha molts esglaons i passatges estrets. En aquestes zones la navegació serà més tècnica i caldrà tenir en compte el desnivell en qualsevol elecció de ruta.

Els recorreguts inclouen les dues parts de la ciutat i, per tant, ajustar la velocitat i el contacte amb el mapa entre les diferents zones serà clau per fer una bona cursa.

El final de la cursa tindrà lloc al parc situat al nord del mapa, on el llac i les muntanyes us oferiran un paisatge meravellós.

Al centre, estarà prohibit passar pels carrers més concorreguts. Al mapa hi apareixeran marcats com a Zona Prohibida. Alguns sí que es podran creuar i ho tindreu marcat al mapa. Respecteu-ho, si us plau! Hi haurà controladors vigilant.

També cal tenir en compte que, malgrat s'ha fet un esforç per cartografiar amb precisió les terrasses dels diversos bars i restaurants de Puigcerdà, és possible que hi hagi hagut petits canvis en el darrer moment. En qualsevol cas, els edificis sí que són fiables.

### **QUADRE DE DISTÀNCIES, DESNIVELLS, NOMBRE DE FITES, SORTIDA I ESCALA**

#### **SPRINT PUIGCERDÀ:** Proper butlletí

# SOSTENIBILITAT

## Territori

La cursa transcorre per boscos i prats de propietat pública i privada, on és possible que hi hagi vaques pasturant per alguna zona, hem de ser molt respectuosos. Sobretot es tracta de deixar el bosc tan bonic com ens l'hem trobat.

## Residus

Al centre de competició hi haurà, com sempre, punts de recollida segregada que us demanem que us hi fixeiu bé a l'hora de llençar les deixalles.

No disposarem de gots d'un sol ús als avituallaments, per tant us demanem que porteu el vostre recipient. Tot i que hi haurà cànners per als despistats.

## Reaprofitament de material

**Cintes de plàstic:** Fa temps que el COC té el debat sobre les cintes de balisa de plàstic. Tenim molts rotllos des de fa molts anys, i per estrenar! Hem donat moltes voltes sobre com hauríem d'actuar per a estar en línia amb la protecció del medi ambient i la sostenibilitat. El fet és que hem decidit utilitzar les cintes de plàstic noves (però molt antigues!) per al centre de competició i llençar les més velles i rebregades, ja que creiem que abans de comprar s'ha de reutilitzar.

## Accessibilitat

Tant l'accés als dos centres de competició com als lavabos estan adaptats per a persones amb mobilitat reduïda.

# EQUIP ORGANITZADOR

- **Cap de Cursa:** Mireia Martínez
- **Director tècnic:** Albert Daví
- **Traçador Llarga distància:** Dani Daví
- **Traçador Mitja distància:** Dani Daví
- **Traçador sprint Puigcerdà:** Thomas Wilson
- **Cap d'àrea SportIdent:** Míriam Sendra i Jaume Miralles
- **Cap d'àrea web i difusió:** Jordi Deu
- **Cap d'àrea de logística:** Arcadi Ginesta
- **Cap d'àrea d'inscripcions:** Marta Arderiu i Begoña Almor
- **Cap d'àrea de recepció:** Marta Arderiu i Montserrat Teixidó
- **Cap d'àrea de centre de competició:** Mireia Martínez Tomé
- **Cap d'àrea de sortides:** Mar Serra
- **Cap d'àrea d'arribades:** Marta Parpal
- **Cap d'àrea del servei d'acollida:**
- **Cap d'àrea de sostenibilitat:** Mar Serra



**Ajuntament d'Alp**

La Molina - Masella  
(La Cerdanya)



Ajuntament de  
**Puigcerdà**



AJUNTAMENT DE DAS



**Masella**  
dia & nit



**UNIÓ DE FEDERACIONS  
ESPORTIVES DE CATALUNYA**



**Generalitat  
de Catalunya**



**esportcat**