

# REGLAMENT

**44è CROS POPULAR**  
**11 DE SETEMBRE 2026**

---



AJUNTAMENT DE SANTA COLOMA DE CERVELLÓ  
**Regidoria d'Esports**

1. El "CROS POPULAR 11 DE SETEMBRE" està obert a totes les persones que vulguin participar, sense límit d'edat, sexe o nacionalitat. I es classifiquen per categories segons l'edat:

| Categoria |             | 2026          |      |
|-----------|-------------|---------------|------|
|           |             | Any Naixement | Edat |
| PETITS/ES | P 3         | 2023          | 3    |
|           | P 4         | 2022          | 4    |
|           | P 5         | 2021          | 5    |
|           | 1r Primària | 2020          | 6    |
| BENJAMÍ   | 2n Primària | 2019          | 7    |
|           | 3r Primària | 2018          | 8    |
| ALEVINS   | 4t Primària | 2017          | 9    |
|           | 5è Primària | 2016          | 10   |
| INFANTILS | 6è Primària | 2015          | 11   |
|           | 1r ESO      | 2014          | 12   |
|           | 2n ESO      | 2013          | 13   |
| Cadets    | 3r ESO      | 2012          | 14   |
| Juvenil   | Juvenil     | 2011          | 15   |
|           |             | 2004          | 22   |
| Adults    | Adults      | 2003          | 23   |
|           |             | 1986          | 40   |
| Veterans  | Veterans    | 1985          | 41   |
|           |             | 1967          | 59   |
| Master    | Master      | 1966          | 60   |

2. L'esdeveniment esportiu consta de diversos circuits: de 200 m, 500m, 800m i 1400 m. per a participants fins a 13 anys i un altre de 5000m i 4000m per a partir de 14 anys.
3. La Caminada VITAL serà per participants de més de 65 anys en masculí i femení.

Les inscripcions es poden realitzar a partir del dia 21 de juliol a través del web de [www.lasttiming.es/inscripciones](http://www.lasttiming.es/inscripciones)

4. **No hi haurà inscripcions el mateix dia de la cursa.**
5. El tancament d'inscripcions serà a l'arribar als **500 participants** o fins el dia **3 de setembre**.
6. Totes les inscripcions rebudes sense data de naixement o dubtoses seran incloses a la categoria de més nivell de cadascuna de les curses. L'organització es reserva el dret de poder demanar documentació acreditativa de l'edat i filiació d'un participant.
7. La inscripció a la cursa de 5000 m i 4000m. té un cost de **6,6 €** fins el 31 d'agost, i un cost de **11€** fins el tancament o exhaurir inscripcions. La inscripció de les curses infantils (Infantil, Aleví, Benjamí i Petits/es) tenen un cost d' **1,10 €**.
8. La recollida dels dorsals es podran fer de forma anticipada a la recepció del Pavelló Poliesportiu Municipal els dies 8, 9 i 10 de setembre de 9h a 13h i de 17h a 21h. Per recollir el dorsal és obligatori portar el DNI del corredor/a i/o una autorització per entregar-lo signada per les dues parts.

La recollida dels dorsals el dia 11 de setembre es podrà realitzar de 8h fins les 11h, a la Plaça del Pi Tallat. Aquells dorsals que no s'hagin recollit a les 11h, quedaran a disposició de l'organització.

**En cap cas s'entregaran dorsal a persones que no hagin tramitat la inscripció en el format marcat per l'organització, ni es faran inscripcions el mateix dia de la cursa.**

L'organització s'eximeix de possibles incidències ocorregudes dins de la cursa per aquelles persones que participin sense dorsal o no siguin les propietàries del mateix.

9. Les sortides de les curses es faran a partir de les 9:00h començant per la de 5000m, la sortida de totes les curses es farà des del C. Padró. A la cua de la sortida de la cursa de 5000m es situaran les persones participants de la Caminada VITAL. El seu recorregut és de 4000m. A les 9h30 es farà la sortida del KM + Capaç. Totes dues modalitats de caminades entraran per la meta com la resta de participants. Els /les participants de La Caminada VITAL i el KM + Capaç disposaran de dorsal sense xip.

A les 11h s'iniciaran les curses del menors de 13 anys, començant amb la cursa de 1400m. Seguidament, s'anirà disminuint la distància i l'edat dels / les participants fins la cursa de 200m, que en funció del nombre d'inscrits/tes es segmentaran per edats. Els metratges i horaris de les curses son aproximats i es presenten de la següent manera:

| CURSA                                  | CATEGORIES             | CLASSIFICACIÓ<br>Masculí i Femení |   |       |   | HORA SORTIDA |
|----------------------------------------|------------------------|-----------------------------------|---|-------|---|--------------|
| 5000 m                                 | GENERAL                | FEM.                              |   | MASC. |   | 9h00         |
|                                        | GENERAL LOCAL          | FEM.                              |   | MASC. |   |              |
|                                        | MASTER                 | FEM.                              |   | MASC. |   |              |
|                                        | VETERANS               | FEM.                              |   | MASC. |   |              |
|                                        | ADULTS                 | FEM.                              |   | MASC. |   |              |
|                                        | JUVENIL                | FEM.                              |   | MASC. |   |              |
|                                        | CADETS                 | FEM.                              |   | MASC. |   |              |
|                                        | + GRAN                 |                                   |   |       |   |              |
| FEM. (1 PERSONA)                       |                        | MASC. (1 PERSONA)                 |   |       |   |              |
| 4000 m                                 | Caminada VITAL (+65 a) |                                   |   |       |   |              |
| 1000 m                                 | KM + Capaç             |                                   |   |       |   | 9h30         |
| ENTREGA PREMIS 5 K                     |                        |                                   |   |       |   | 10h15        |
| 1400 m                                 | INFANTIL               | FEM.                              |   | MASC. |   | 11h          |
|                                        |                        | G                                 | L | G     | L |              |
| 800 m                                  | ALEVI                  | FEM.                              |   | MASC. |   | 11h15        |
|                                        |                        | G                                 | L | G     | L |              |
| 500 m                                  | BENJAMÍ                | FEM                               |   | MASC. |   | 11h30        |
|                                        |                        | G                                 | L | G     | L |              |
| 200 m                                  | PETITS/ES              | Sense Classificació               |   |       |   | 11h45        |
| ENTREGA PREMIS INFANTILS I DÓNA RELLEU |                        |                                   |   |       |   | 12h          |

\*Les edats de cada categoria les podreu consultar al Punt 1 d'aquest Reglament.

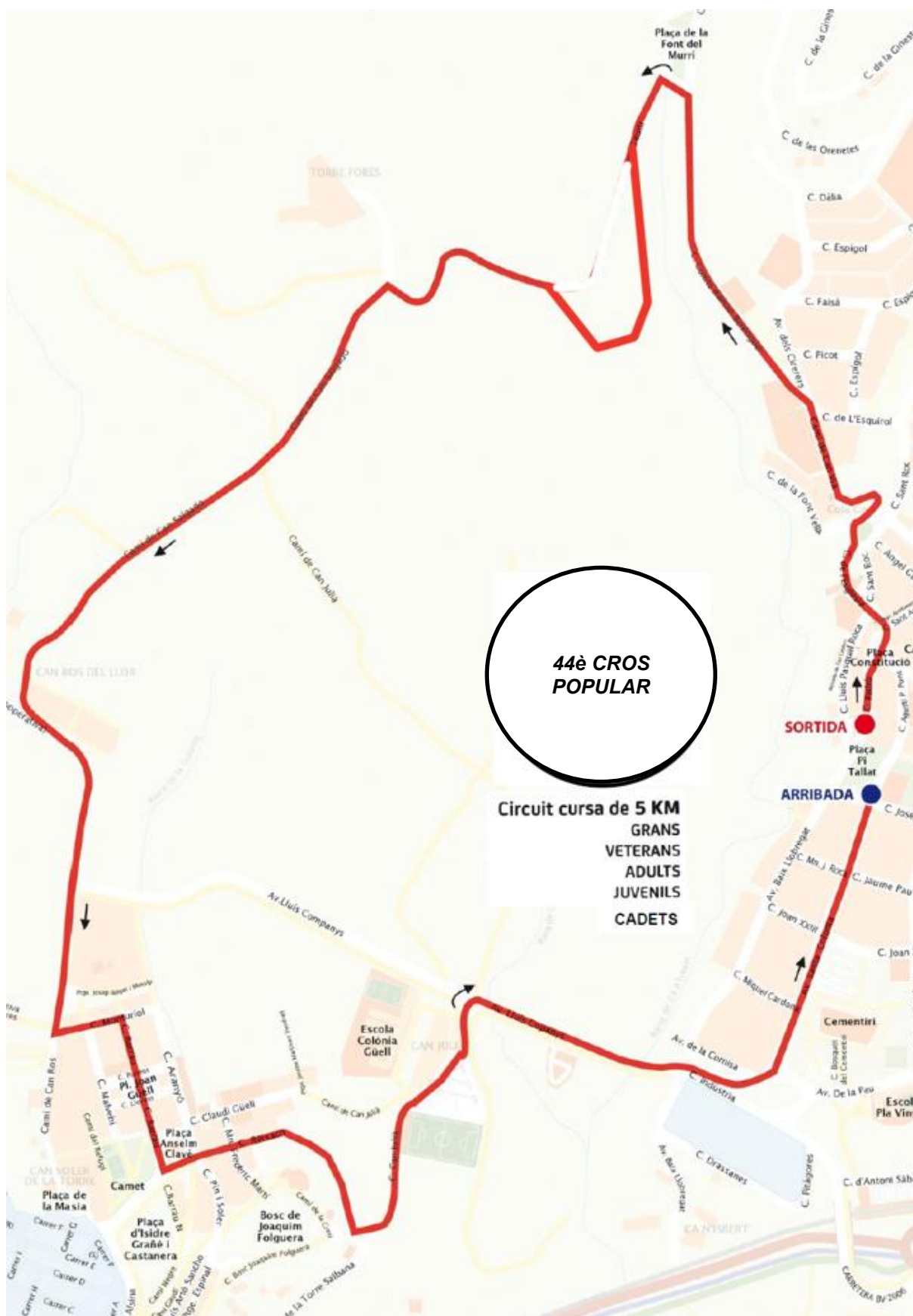
10. Premis: Tindran premi els 3 primers classificats de la cursa de 5000 m, els 3 primers classificats de cada categoria i els 3 primers classificats locals de la cursa general, tant femenins com masculins. Tindrem un premi especial per al participant i la participant més grans de la cursa de 5000m. Hi haurà un obsequi per els participants inscrits dins del termini de tots les curses. La cursa/es de 200m es farà sense classificació i es donaran obsequis i medalles per als/les participants.

El premis no seran acumulatius, excepte en la categoria Local de la cursa de 5000m i en el premi especial per al/la participant més gran. És a dir, la persona guanyadora de la cursa general de 5k podrà ser premiada també a la categoria local, i podrà optar a ser el 1r, 2n o 3r

Local de la cursa. Si el corredor/a més gran, guanya en alguna categoria, serà guanyadora per ordre d'arribada i per ser el corredor/a més gran.

En les categories infantils, hi haurà premi per les 3 primeres persones que arribin. Tot i ser locals no optaran a la classificació local. És a dir, que si les 3 primeres classificades, son locals, només optaran als premis com a primeres classificades, i les primeres classificades locals seran la 4a, 5a i 6a en arribar com a locals.

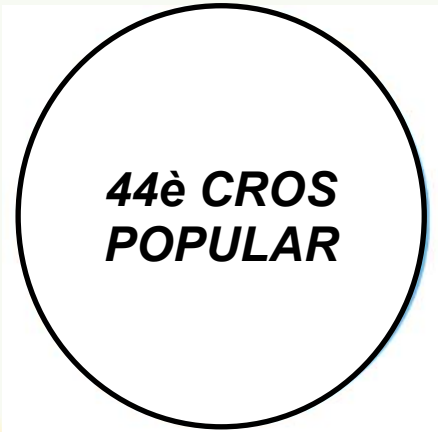
11. La Caminada VITAL està destinada només a persones de més de 65 anys i és obligatori fer-la caminant. Totes les persones participants obtindran una medalla de participació.
12. El KM + Capaç està destinat a totes les persones independentment de l'edat i les diversitats. Totes les persones participants obtindran una medalla de participació.
13. Dona Relleu. Per a les categories de Infantil, Aleví i Benjamí és farà la competició paral·lela "Dona Relleu". Per aquells participants que normalment facin activitat amb una entitat esportiva municipal, en el moment de la inscripció podran participar en una competició paral·lela on per equips reduïts competiran de forma conjunta a nivell intergeneracional i interentitats. És a dir cada corredor/a podrà optar a guanyar individualment, però també participarà dins d'un equip creat aleatòriament amb persones d'altres entitats i edats. Els classificats de cada cursa sumaran entre 1 i 5 punts pel seu equip. L'equip que aconseguixi més punts serà el guanyador del "Dona Relleu". Cada equip estarà liderat per un entrenador/a de les entitats esportives del municipi.
14. A meitat de recorregut de la cursa de 5000 metres hi haurà un control de pas dels participants i més endavant es dona aigua a tots els participants.
15. Els participants portaran el dorsal enganxat a la samarreta a la part anterior del cos i sempre visible, el fet de no portar el dorsal degudament posat pot implicar la desqualificació de l'atleta.
16. Qualsevol reclamació o queixa que es pugui produir, es farà per escrit, i serà resolta per l'organització, essent la seva decisió inapel·lable.
17. En el cas de meteorologia adversa o altres fets que puguin fer perillar la integritat física dels / les participants, l'organització es reserva el dret de suspendre la cursa. L'organització podrà modificar el recorregut per causes alienes o de força major.
18. L'organització de la cursa i les autoritats esportives municipals, no es fan responsables dels danys físics, materials o morals que puguin patir els participants i tercers, durant la matinal esportiva. Tot i això es comptarà amb una assegurança i la presència del servei d'emergències.
19. Tots els participants de la cursa d'adults disposaran de servei de dutxes i guarda-roba al Pavelló Poliesportiu Municipal de Santa Coloma de Cervelló. Per poder disposar d'aquest servei, s'haurà de presentar el dorsal corresponent al personal de l'organització.



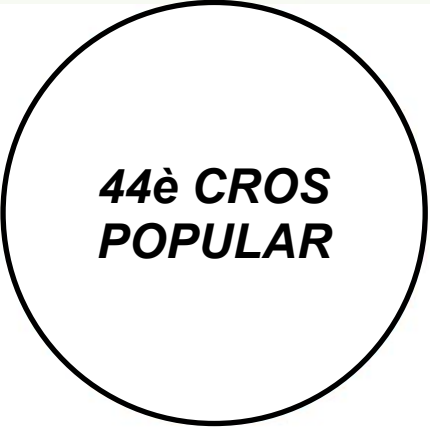




Av. Països Catalans, 1-3 | Tel.- 936 340 748 | e.e: [scc.regidoriaesports@santacolomadecervello.cat](mailto:scc.regidoriaesports@santacolomadecervello.cat)



## Circuit cursa de 0,5KM BENJAMÍ



## Circuit cursa de 0,2KM PETITS

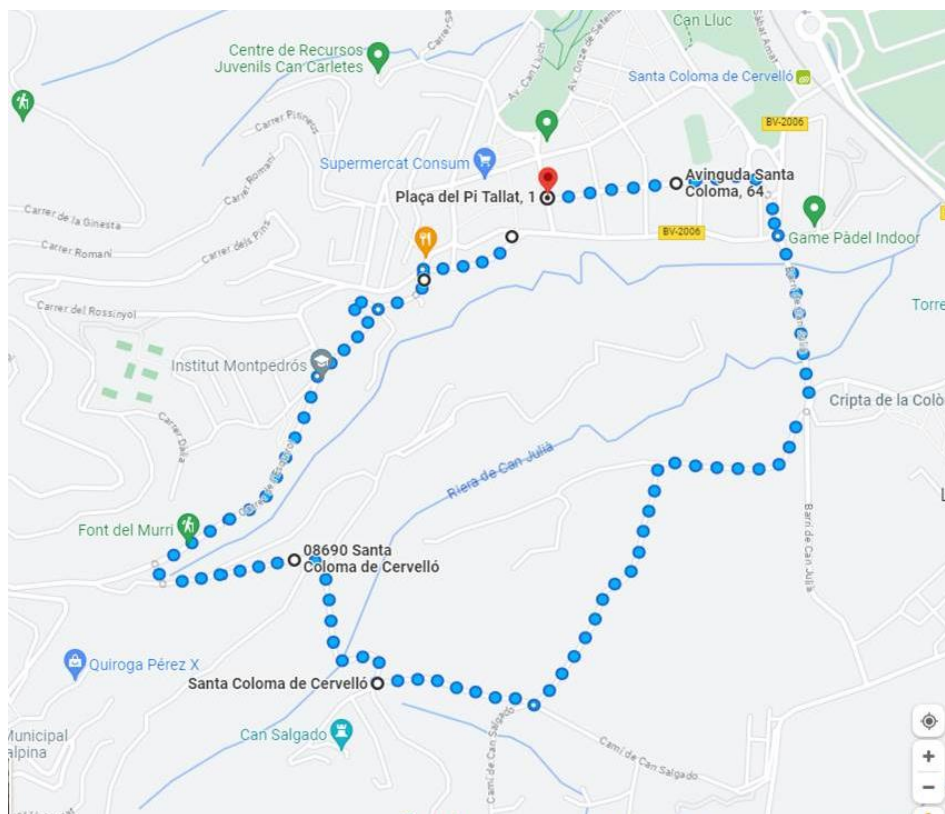
## Regidoria d'Esports

Av. Països Catalans, 1-3 | Tel.- 936 340 748 | e.e: [scc.regidoriaesports@santacolomadecervello.cat](mailto:scc.regidoriaesports@santacolomadecervello.cat)

**Km + Capaç:** amb la col·laboració de l'entitat del municipi, Santa Coloma Més Capaç es realitzarà 1 KM obert per a que tothom pugui participar independentment de l'edat i o les capacitats físiques. La inscripció no té cap cost i es farà el mateix dia de la cursa.



**Caminada VITAL:** per incloure a la participació de l'acte esportiu del col·lectiu de gent gran es realitzarà una caminada de 4km per persones de més de 65 anys. El circuit és similar al de 5Km.







21. D'acord amb el que s'estableix a l'article 5 de la Llei orgànica 15/1999, de 13 de desembre, de Protecció de Dades de Caràcter Personal, el fet d'inscriure's a la cursa atorga consentiment per tal que es puguin realitzar fotografies per a la seva posterior difusió tant als mitjans de comunicació, com en altres mitjans (webs corporatives, butlletins i revistes) del Departament d' Esports i Ajuntament de Santa Coloma de Cervelló.
22. El fet d'inscriure's a la cursa implica la total acceptació d'aquest reglament i les resolucions preses per l'organització.