

V - Curses PUIG ROIG

“El desig ben gestionat, mou muntanyes”

30-11-2025 a Escorca.

*Cursa corresponent a la **Copa Balear** de la FBME organitzada per Sa Riba Club, Federació de Muntanya i l'Ajuntament d'Escorca.*

CURSES

V - Cursa per Muntanya PUIG ROIG. 22k

III - Pista per Muntanya LA VALL D'ALBARCA. 10k

I - Pista per Muntanya ÉS COSCONÀ. 16k -solidària-

III - Cursa per Muntanya PUIG ROIG KIDS -solidària-

Solidaris amb @unkmdevi & @asociación_sindrome_d_angelman

Solidaritat - Altruisme - Passió - Visibilitat - Salut - Esport

*Recordem que la major part de la cursa transcorre per finques privades,
en les quals només s'hi pot accedir els diumenges.*

*Respectem la normativa de l'espai natural, els camins i no sortir del track
senyalitzat.*

INFORMACIÓ CURSES I ENTORN

- **DATA:** Diumenge 30 de novembre de 2025
- **LLOC:** Plaça del Lledoner, Lluc, -Escorca-
- **CURSES:**
 - 22 k. V - Cursa per Muntanya *PUIG ROIG*
 - 16 k. I - Pista per Muntanya *ÉS COSCONÀ*.
 - 10 k. III - Pista per Muntanya *LA VALL D'ALBARCA*.
 - KIDS III - *PUIG ROIG KIDS*. (infanti de 6 a 14 anys complits)
- **INSCRIPCIONS:** Plataforma d' [Elitechip.net](https://www.elitechip.net).
Enllaç: <https://www.elitechip.net/index.php?zwshow=compdet&idcomp=7011887>
- **RECOLLIDA DE DORSALS:**
 - Divendres 28 a VIRATGE ESPORTS, a Muro.
 - Diumenge 30, a Plaça del Lledoner, Lluc, -Escorca-
- **ALLOTJAMENTS & COL·LABORADORS**
 - Restaurant CA'S AMITGER. <https://casamitger.es/>
 - Agroturisme SON ALZINES.
<https://www.sonalzines.com/es/index.html>
 - Santuari De LLUC. <https://www.lluc.net/ca/>
 - Refugi de SON AMER.
<https://caminsdepedra.conselldemallorca.es/es/-/son-amer>

- **PUIG ROIG, ÉS CARÀCTER DE COL·LABORACIÓ, VISIBILITAT I SOLIDARITAT.**

- ***Cafè solidari*** del Puig Roig

L'aportació es destinarà a l'Associació *Contra el Càncer*" Hi haurà servei de "cafè" pels Corredors i acompanyants.

(Subministrat per *Distribucions Sureda* - cafè arabo)

https://www.instagram.com/sureda_distribucions?igsh=b24yd2Z2emhsa2lk

- Puig Roig *KIDS* & ***Associació "Un Km de Vida"***

Volem sumar-nos a la lluita "*Contra el Càncer Infantil*" donant suport amb la *Cursa Puig Roig KIDS*. La inscripció és *gratuïta* i es podrà fer un donatiu voluntari per l'associació "un km de vida" (al realitzar la inscripció a elitechip.net)

Tindrem un punt d'informació i productes solidaris

<https://www.instagram.com/unkmdevida?igsh=MWR4aW1mZGF6NHF4NA==>

- ***Cursa Solidària És Cosconà. 16k.***

La inscripció de la *Cursa Cosconà, 16k*, serà solidària i l'aportació íntegra es destinarà a les dues associacions (50% & 50%): a

Síndrome d'Angelman (ASA) & "*un Km de Vida*" per aportar i ajudar a pal·liar els efectes.

Tindrem un punt d'informació i productes solidaris.

<https://angelman-asa.org/>

https://www.instagram.com/asociacion_sindrome_d_angelman?igsh=MxNkaWV5eGZ0ZjQ0cQ==

- **SORTEIGS:**

- ***Cursa Amer Mallorca 5000 & Curses Puig Roig,***

Es donen la mà!!!.... perquè puguis sumar la teva trajectòria esportiva, experiència, km's...

Sortejaran 2 *dorsals* per Amer Mallorca 5000 (edició 2026) & 2 *dorsal* per les Curses Puig Roig (2025) ... més informació al nostre instagram.

- ***Megarawbar***

Creador d'aliments saludables i nutritius per esportistes. Productes naturals, ecològics, km-0 i d'excel·lent qualitat.

Sorteig de *Packs de Productes de MEGARAWBAR*... més informació al nostre instagram.

<https://megarawbar.com/>

- ***Tres jocs de sabates-trail "Nnormal Tomir" by "Galeria Norte 19"***

Les sortejarem entre tots els corredors/es, abans de les sortides: 10k, 16k i 22k. (és realitzarà per dorsal)

<https://www.galeria19norte.com/es/trailrunning>

- ***Agenda Puig Roig 2026. by "Viu Sa Serra".***

Un detall únic per Tu, per regalar-te o per regalar !!! Aquesta edició limitada de *l'Agenda Mallorquina del Puig Roig 2026*, la pots adquirir en realitzar la teva inscripció a elitechip.net o contacta amb l'organitzador. S'entregarà conjuntament a la recollida dels dorsals.

<https://viusaserra.com/>

V - Cursa per Muntanya PUIG ROIG. 22k

**Cursa pertany a la COPA Balear de la FBME.
Oberta només a participants Federats.**

DATA: Diumenge 30 de novembre de 2025

DISTÀNCIA: 22 km

DESNIVELL: 854 m+

HORA DE SORTIDA: 9.00 hrs

TEMPS MÀXIM: 5: 30 hrs

AVITUALLAMENT: 2 (Cosconà - Mosa) + META.

LLOC SORTIDA I ARRIBADA: Plaça del Lledoner, (Lluc - Escorca)

CATEGORIES: a partir de JÚNIOR (Federats) masculí/femení. 19 a 20 anys -complits-

PARTICIPANTS: Només oberta a **FEDERATS** a FBME.

I - Cursa Pista per Muntanya És COSCONÀ. 16k

**Solidaris amb les Associacions: @unkmdevida &
@asociación_sindrome_d_angelman (ASA)**

Oberta a Federats a FBME i No Federats.

DATA: Diumenge 30 de novembre de 2025

TERRENY: Camí d'asfalt i pista.

DISTÀNCIA: 16 km

DESNIVELL: 351 m+

HORA SORTIDA: 9:15hrs hrs.

TEMPS MÀXIM: 3:30 hrs

AVITUALLAMENT: 8 km (canvi de sentit) i META.

LLOC SORTIDA I ARRIBADA: Plaça del Lledoner, (Lluc)

CATEGORIES: a partir de JÚNIOR masculí / femení 19 a 20 anys -complits-

PARTICIPANTS: Federats a FBME i No Federats (és necessària l'assegurança del dia)

III- Cursa Pista per Muntanya LA VALL D'ALBARCA. 10k

Pertany al Campionat de *CIRCUIT EN LÍNIA* de la FBME.

Oberta a Federats a FBME i No Federats.

DATA: Diumenge 30 de novembre de 2025

TERRENY: Camí d'asfalt i pista.

DISTÀNCIA: 10km

DESNIVELL: 228 m+

HORA SORTIDA: 9:30hrs.

TEMPS MÀXIM: 2:00 hrs

AVITUALLAMENT: META.

LLOC SORTIDA I ARRIBADA: Plaça del Lledoner, (Lluc)

CATEGORIES: a partir de CADET masculí / femení 15 a 16 anys -complits-

PARTICIPANTS: Federats a FBME i No Federats (és necessària l'assegurança del dia)

IMPORTANT: ELS PARTICIPANTS MENORS D'EDAT, HAN DE COMPLIMENTAR EL FULL D'AUTORITZACIÓ DE MENORS I PRESENTAR-LO EN LA RECOLLIDA DE DORSALS.

III - Cursa per Muntanya PUIG ROIG KIDS.

-consultar el cartell addicional-

DATA: Diumenge 30 de novembre de 2025

DISTÀNCIA: a partir de 200 mts fins a 4 km. aprox. (segons categoria)

HORA SORTIDA: 11:00 hrs

LLOC SORTIDA I ARRIBADA: Plaça del Lledoner, (Lluc)

CATEGORIES: a partir de 6 anys (sub-6) fins a 14 anys (infantil) -anys complits-

INSCRIPCIONS: a www.elitechip.com i el dia de la Cursa.

AGENDA INFANTIL: hi haurà activitats infantils.

IMPORTANT: ELS PARTICIPANTS MENORS D'EDAT, HAN DE COMPLIMENTAR EL FULL D'AUTORITZACIÓ DE MENORS I PRESENTAR-LO EN LA RECOLLIDA DE DORSALS

INSCRIPCIONS DE LES CURSES

- Obertura d'inscripcions: dilluns 6 d'octubre del 2025 a les 18:00 hrs
- Tancament d'inscripcions
 - Federats FBME: dimecres 26 de novembre a les 23:00 hrs.
 - No Federats FBME: dimecres 26 de novembre a les 23:00 hrs.
(obligatori obtenir l'assegurança del dia)
- El dia de la Cursa es podran inscriure de 8:00 a 8:30 hrs

CxM PUIG ROIG. 22 k

- Inici d'inscripcions: dilluns 6 d'octubre del 2025 a les 18:00 hrs per la plataforma d' [Elitechip.net](https://elitechip.net)
- Tancament d'inscripcions dimecres 26 de novembre 2025 a les 23:00 hrs.
- Si queden dorsals disponibles, també es podran inscriure el mateix dia de la Cursa: de les 8:00h a les 8:30hrs, presentant la fitxa federativa FBME vigent.
- Prova oberta només a **participants Federats a la FBME.**

Cursa ÉS COSCONÀ. 16 K (solidaria)

- Prova oberta a **participants Federats a la FBME i NO Federats**.
- Inici d'inscripcions: *dilluns 6 d'octubre* del 2025 a les 18:00 hrs per la plataforma d' [Elitechip.net](https://elitechip.net)
- Els participants **NO FEDERATS**, han d'adquirir l'assegurança obligatòria del dia (en realitzar la inscripció a elitechip.com) data màxima dimecres 26 de novembre a les 23hrs.
- Tancament d'inscripcions *dimecres 26 de novembre* del 2025 a les 23:00 hrs.
- Si queden dorsals disponibles, també es podran inscriure el mateix dia de la Cursa: de les 8:00h a les 8:30hrs,
 - Els Federats: presentant la fitxa federativa FBME vigent
 - Els NO Federats tendran que adquirir l'assegurança obligatòria per un dia amb la recollida del Dorsal.

Cursa LA VALL D' ALBARCA. 10 K

- Prova oberta a **participants Federats a la FBME i NO Federats**.
- Inici d'inscripcions: *dilluns 6 d'octubre* del 2025 a les 18:00 hrs per la plataforma d' [Elitechip.net](https://elitechip.net)
- Els participants **NO FEDERATS**, han d'adquirir l'assegurança obligatòria del dia (en realitzar la inscripció a elitechip.com) data màxima dimecres 26 de novembre a les 23hrs.
- Tancament d'inscripcions *dimecres 26 de novembre* del 2025 a les 23:00 hrs.
- Si queden dorsals disponibles, també es podran inscriure el mateix dia de la Cursa: de les 8:00h a les 8:30hrs,
 - Els Federats: presentant la fitxa federativa FBME vigent
 - Els NO Federats tendran que adquirir l'assegurança obligatòria per un dia amb la recollida del Dorsal.

PREUS I COL·LABORACIONS

Inscripció: CxM PUIG ROIG. 22 k

- 25€ fins al diumenge 9 de novembre.
- 30€ a partir del dilluns 10 de novembre.
- 34€ si es realitza la inscripció el dia de la cursa.

Inscripció Cursa ÉS COSCONÀ. 16k -solidària-

- 20€ fins al diumenge 9 de novembre.
- 24€ a partir del dilluns 10 de novembre.
- 26€ si es realitza la inscripció el dia de la cursa.

La inscripció de la Cursa, és solidària i l'aportació íntegra es destinarà a les dues associacions: Síndrome d'Angelman (ASA) (50%) & “un Km de Vida” (50%) per aportar i ajudar a pal·liar els efectes

Inscripció: Cursa LA VALL D'ALBARCA 10k

- 15€ fins al diumenge 9 de novembre
- 19€ a partir del dilluns 10 de novembre.
- 22€ si es realitza la inscripció el dia de la cursa.

Inscripció: PUIG ROIG KIDS (infantil)

- Consultar condicions a la plataforma de “Puig Roig KIDS”.
- Inscripció gratuïta.
- Hi haurà una opció d'*aportació voluntària solidària*, en realitzar la inscripció per l'associació de lluita contra el càncer infantil “un km de vida” a la plataforma de Elitechip.net

Altres punts:

- **No Federats** a FBME, l'assegurança temporal (obligatori per tots els participants No Federats) +7.5€
- Despeses de gestió, +1€ (plataforma elitechip)
- Aportació solidària al *Santuari de Lluc* +1.5€
- Aportació voluntària solidària a les Associacions. (varies opcions)

Col·laboracions i productes opcionals:

- *Agenda anual del Puig Roig*, del 2026. (edició limitada) 24.95€
- Col·laboració solidària voluntària es destinarà a:
 - Associació “*Un km de vida*”
 - Associació “*Síndrome d'Angelman*” (ASA)

EL CORREDOR DISPOSARÀ DE:

- Samarreta tècnica “V-edició *Puig Roig* ”
(Per una correcta organització i un bé per la cursa, si s'efectua la inscripció abans del dia 10 de novembre, es podrà triar talla de la samarreta Adjuntem guia de talles).
- Bossa Corredor reutilitzable
- Obsequi dels Col·laboradors de la Cursa.
- Guarda-roba.
- Dorsals especials
- Àrea exclusiva pel corredor a meta.
- Vídeo finisher a meta (disponible elitechip.com)
- Podi i trofeu pels finalistes.
- Avituallament en cursa i meta (sòlid i líquid)
- Suport de l'Equip de Voluntaris.
- Servei de cronometratge dut a terme per elitechip.
- Servei de fotògrafs a Cursa.
- Sorteig de productes *Megarawbar*
- Sorteig de sabates de trail “*Nnormal Tomir*”
- Sorteig de dorsal per l' *Amer Mallorca 5000* (2026)

MATERIAL I NORMATIVA DE LA CURSA

CxM PUIG ROIG. 22k

- Aquesta Cursa estarà regida pel reglament de **Copa Balear** de CxM de la FBME. <https://fbmweb.com/index.php/reglaments-i-calendaris-oficials-cxm/>
- Material obligatori:
 - Tassó o recipient per beure als avituallaments
 - Dorsal visible a la part davantera de la camiseta (prohibit dur cinturó porta-dorsal)
 - DNI
 - XIP
 - Manta d'emergència
 - Xiulet
 - Telèfon mòbil amb bateria carregada
 - Calçat adequat per aquesta prova (no es permetrà participar amb calçat minimalista, ni descalç)
 - Reserva mínima de líquid ½ litre
- Podran participar federats amb llicència AU-2, CxM-AUT, B o superior. Obligatori mostrar llicència i DNI en recollir els dorsals.
- Està permès l'ús de bastons amb puntes de goma i se n'hauran de dur uns de recanvi.
- Tots els embolcalls aniran marcats amb el número de dorsal
- Es respectaran les indicacions dels àrbitres de CxM i del personal de la organització
- Està totalment prohibit rebre ajuda externa durant tot el recorregut
- En cas d'alerta meteorològica, l'organització podrà afegir material obligatori
- **En cas d'alerta vermella meteorològica se suspendrà la cursa**

Cursa ÉS COSCONÀ. 16k.

- Material obligatori:
 - Tassó o recipient per beure als avituallaments
 - Dorsal visible a la part davantera de la camiseta (prohibit dur cinturó porta-dorsal)
 - DNI
 - XIP
 - Manta d'emergència
 - Xiulet
 - Telèfon mòbil amb bateria carregada
 - Calçat adequat per aquesta prova (no es permetrà participar amb calçat minimalista, ni descalç)
 - Reserva mínima de líquid ½ litre
- Podran participar Federats amb llicència AU-2, CxM-AUT, B o superior, i NO Federats adquirint l'assegurança obligatòria per un dia.
- Els **No Federats** podran adquirir l'assegurança obligatòria del dia (al realitzar la inscripció a elitechip.com) data màxima 26 de novembre 23hrs.
- Obligatori mostrar llicència i DNI en recollir els dorsals.
- Està permès l'ús de bastons amb puntes de goma i se n'hauran de dur uns de recanvi.
- Tots els embolcalls/gels/barritas... aniran marcats amb el número de dorsal
- Es respectaran les indicacions dels àrbitres de CxM i del personal de l'organització
- Està totalment prohibit rebre ajuda externa durant tot el recorregut.
- **En cas d'alerta vermella meteorològica se suspendrà la cursa**

Cursa LA VALL D' ALBARCA 10K

- Material obligatori:
 - Tassó o recipient per beure als avituallaments
 - Dorsal visible a la part davantera de la camiseta (prohibit dur cinturó porta-dorsal)
 - DNI
 - XIP
 - Manta d'emergència
 - Xiulet
 - Telèfon mòbil amb bateria carregada
 - Calçat adequat per aquesta prova (no es permetrà participar amb calçat minimalista, ni descalç)
 - Reserva mínima de líquid ½ litre

- Podran participar Federats amb llicència AU-2, CxM-AUT, B o superior, i NO Federats adquirint l'assegurança obligatòria per un dia.
- Els **No Federats** podran adquirir l'assegurança obligatòria del dia (al realitzar la inscripció a elitechip.com) data màxima 26 de novembre 23 hrs.
- Obligatori mostrar llicència i DNI en recollir els dorsals.
- Està permès l'ús de bastons amb puntes de goma i se n'hauran de dur uns de recanvi.
- Tots els embolcalls/gels/barretes... aniran marcats amb el número de dorsal
- Es respectaran les indicacions dels àrbitres de CxM i del personal de l'organització
- Està totalment prohibit rebre ajuda externa durant tot el recorregut.
- **En cas d'alerta vermella meteorològica se suspèn timer la cursa**

CATEGORIES I PODIS

CATEGORIES: CxM PUIG ROIG 22k

- Absolut dona i home
- Promesa dona i home
- Júnior dona i home (19/20 anys)
- Sub 23 dona i home
- Senior dona i home
- Veterà A dona i home
- Veterà B dona i home
- Màster 55 dona i home
- Veterà C dona i home

PREMIS: CxM PUIG ROIG 22K

- Categoria jún timer masculí i femení a partir de 19 i 20 anys.
- Categoria absoluta masculí i femení a partir de 21 anys.
- Subcategoria promesa masculí, femení: entre 21 i 23 anys.
- Subcategoria sè timer masculí, femení: entre 24 a 39.
- Subcategoria Veterans/es A masculí, femení: entre 40 i 49 anys.
- Subcategoria Veterans/es B masculí, femení: entre 50 i 54 anys.
- Subcategoria Master 55 masculí, femení: entre 55 i 59 anys.
- Subcategoria Veterans/es C masculí, femení: a partir de 60 anys
- Categoria Club Sa Riba, Primer masculí i femení.

CATEGORIES: Cursa ÉS COSCONÀ. 16k

- Absolut dona i home
- Sub 23 dona i home
- Júnior 19/20 anys
- Sènior dona i home
- Veterà A dona i home
- Veterà B dona i home
- Màster 55 dona i home
- Veterà C dona i home

PREMIS Cursa ÉS COSCONÀ. 16K

- Categoria absoluta masculí i femení.
- Categoria Júnior masculí i femení
- Categoria Club Sa Riba, Primer masculí i femení.

CATEGORIES: Cursa LA VALL D'ALBARCA 10k

- Absolut dona i home
- Sub 23 dona i home
- Sènior dona i home
- Veterà A dona i home
- Veterà B dona i home
- Màster 55 dona i home
- Veterà C dona i home
- Júnior 19/20 anys
- Juvenil 17/18 anys
- Cadet 15/16 anys

ELS PARTICIPANTS MENORS D'EDAT, HAN DE COMPLIMENTAR EL FULL D'AUTORITZACIÓ DE MENORS I PRESENTAR-LO EN LA RECOLLIDA DE DORSALS.

PREMIS Cursa LA VALL D'ALBARCA 10K

- Categoria absoluta masculí i femení.
- Categoria júnior masculí i femení.
- Categoria juvenil masculí i femení.
- Categoria cadet masculí i femení.
- Categoria Club Sa Riba, Primer masculí i femení.

CATEGORIES Cursa PUIG ROIG KIDS

- *Consultar el cartell addicional*
- Sub 6 - 200m aprox. 4 a 5 anys
- Sub 8 - 600m aprox. 6 a 7 anys
- Sub 10 - 1km aprox. 8 a 10 anys
- Sub 12 - 1,5km aprox. 10 a 12 anys
- Infantil 13/14 anys - 4km aprox.

ELS PARTICIPANTS MENORS D' EDAT, HAN DE COMPLIMENTAR EL FULL D'AUTORITZACIÓ DE MENORS I PRESENTAR-LO EN LA RECOLLIDA DE DORSALS.

CATEGORIES i PREMIS PUIG ROIG KIDS

- Samarreta tècnica Puig Roig
- Article finisher per tots els corredors
- Dorsal *KIDS* personalitzable (coloretjable)
- Àrea infantil de dibuix i pintura.
- Bossa galetes Gori de Muro.

AVITUALLAMENTS

CxM PUIG ROIG 22K

- Quilòmetre 8 a És Cosconà de líquid i sòlid
- Quilòmetre 17.8 a Cases de Mosa de líquid i sòlid.
- Meta; de sòlid i líquid.
- Eliminem els envasos d'un sol ús i plàstics. (No hi haurà tassons)
- Avituallaments sostenibles: comptaran amb punts de reciclatge.
- En cas *d'al·lèrgia o intolerància alimentària*, agraïm comunicació a l'organització.

Cursa És COSCONÀ. 16K

- Quilòmetre 8 de sòlid i líquid.
- Meta; sòlid i líquid.
- Eliminem els envasos d'un sol ús i plàstics. (No hi haurà tassons)
- Avituallaments sostenibles: comptaran amb punts de reciclatge.
- En cas *al·lèrgia o intolerància alimentària*, agraïm comunicació a l'organització.

Cursa LA VALL D'ALBARCA 10K

- Meta; sòlid i líquid.
- Eliminem els envasos d'un sol ús i plàstics. (No hi haurà tassons)
- Avituallaments sostenibles: comptaran amb punts de reciclatge.
- En cas *al·lèrgia o intolerància alimentària*, agraïm comunicació a l'organització.

POLÍTICA DE CANVIS I CANCEL·LACIÓ

- Per les cancel·lacions tramitades abans de 15 dies de la prova, se'ls hi retornarà el 50% del preu de la inscripció.
- Els darrers 15 dies, no s'admetran baixes.
- El canvi de nom o distància, (22k - 16k - 10k), tindrà el cost de despeses de gestió.
- El participant haurà d'enviar un e-mail amb l'assumpte: "canvi o cancel·lació" amb totes les dades personals i contacte de mòbil.
- Email de contacte per cancel·lacions o canvis: **contacto@elitechip.net**

COL·LABORACIÓ SOCIAL I FAMILIAR

- Activam l'ambient esportiu, social, familiar conjuntament amb la natura..
- Vols formar part de l'**Equip de Voluntaris Puig Roig?**, contacte a @puigroigcxm

BRÍFING INFORMATIU

- Es farà per plataforma de xarxa social, instagram: " @puigroigcxm "
- Estarà disponible a plataforma d'elitechip i s'enviarà per e-mail.
- Abans de les sortides, es realitzarà un recordatori.

PERILLS PREVISTOS

- Meteorologia adversa (hipotèrmies, vent...)
- Trams urbans (els vehicles tenen preferència)
- Trams de muntanya tècnics i reduïda visibilitat.

DRETS D'IMATGE

Els participants autoritzen a l'organització, Elitechip i la FBME a la publicació de fotografies i classificacions realitzades durant la cursa a les xarxes socials, cedint aquestes imatges gratuïtament.

CONTACTE

- Xarxa social instagram “ @puigroigcxm “
- E-mail saribaclubmuro@gmail.com

**Cal recordar que la major part de la cursa transcorre per *finques privades*,
pregam que no penjeu el track després de la cursa per xarxes socials.**

L'accés només s'hi pot accedir els diumenges.

“El desig ben gestionat, mou muntanyes”