



DESCRIPCIÓ, NORMATIVA I REGLAMENT

Descripció de La Selvatjada

La Selva de Mar és una població situada dins dels paratges incomparables del Parc Natural del Cap de Creus. Per la seva situació, paisatge i camins que l'envolten, és lloc de pas d'importants esdeveniments esportius anuals, tant de trail com de BTT.

Des del **Club de Futbol Selvatans** i el **Club de corredors de La Selva de Mar**, dirigit per la Marina Verdaguer, la Nina Martí i l'Adrià Gustems, organitzem **la tercera edició de la cursa de muntanya “La Selvatjada”**, que tindrà lloc el diumenge 11 d'octubre del 2026.

L'objectiu principal és compartir i donar a conèixer l'entorn de La Selva de Mar i promoure les activitats saludables a l'aire lliure.

Amb la inscripció a la cursa s'inclou:

- Participació a l'esdeveniment
- Accés als avituallaments i instal·lacions
- Samarreta oficial de la cursa
- Vermut al Bar Felip (inclou beguda i menjar)
- Premis i sortejos

Els municipis pels quals passa el recorregut són **La Selva de Mar, Llançà i El Port de la Selva**.

Els recorreguts:

- **La Selvatjada 5K:** 5 km amb 250 m de desnivell positiu
- **La Selvatjada 10K:** 10 km amb 500 m de desnivell positiu
- **La Selvatjada 21K:** 21 km amb 1000 m de desnivell positiu

(Els enllaços de recorregut s'afegiran posteriorment)

Reglament i normativa de La Selvatjada:

1. La tercera edició de La Selvatjada es farà **el diumenge 11/10/2026 a La Selva de Mar**. Hi ha tres recorreguts: per una banda La Selvatjada llarga de 21km, amb uns 1000 metres de desnivell, amb una dificultat mitjana-alta. Per altra banda, hi ha La Selvatjada mitjana, amb un recorregut de 10km i sumant 700 metres de desnivell, amb una dificultat intermitja. I finalment La Selvatjada curta, amb un recorregut de 5km, amb 200 metres de desnivell i dificultat baixa-mitjana.

2. El **temps màxim** per completar els recorreguts és:

- 5K → 2 hores
- 10K → 3 hores
- 21K → 4,5 hores

3. Les **places són limitades a 300 participants** per a cada modalitat. Les inscripcions es faran a la pàgina web de La Selvatjada (www.laselvatjada.com), obrint-se tant bon punt es tingui l'autorització dels municipis afectats i tancant-se el dijous 10/10/2026, es reserva l'opció d'acceptar inscripcions el mateix dia de la cursa.

4. L'**inscripció** no quedarà formalitzada fins que s'hagi realitzat el pagament. Es garanteixen samarretes amb talla per a les inscripcions fetes abans del 2 d'octubre.

- 5K → 15€
- 10K → 20€
- 21K → 25€

5. Les **limitacions d'edat** per a la participació a la cursa són les següents:

Caldrà ser major de 14 anys per participar a La Selvatjada curta (5km).

Caldrà ser major de 16 anys per participar a La Selvatjada mitjana (10km).

Caldrà ser major de 18 anys per participar a La Selvatjada llarga (21km).

En tots els casos caldrà portar l'autorització dels familiars o tutors legals.

6. En el cas que no es pogués participar a la cursa per motius de salut, sempre i quan es comuniqui amb un mínim de dues setmanes d'antelació, l'organització valorarà el retorn de la inscripció descomptant sempre les despeses bancàries.

7. Per participar a la competició **és obligatori l'ús del dorsal lliurat per l'organització**. Caldrà dur el dorsal posat i ben visible, durant tota la cursa.
8. La relació de categories és la següent, per totes les distàncies: General absoluta femenina i general absoluta masculina.
9. El lloc de sortida i arribada de la cursa serà a la Plaça del Camp de l'Obra, essent un circuit circular.
10. L'**hora de sortida** serà a les 9:00h del matí per la modalitats llarga, 10:00h per la modalitat mitjana i a les 10:15h per la modalitat curta.
11. El recorregut estarà senyalitzat amb cintes, guix i/o esprai biodegradable.
12. El **avituallaments**:
 - 5K → només avituallament a l'arribada
 - 10K → 2 avituallament + arribada (St Pere de Rodes + La Vall de Santa Creu)
 - 21K → 3 avituallaments + arribada (St Pere de Rodes + Llançà + La Vall de Santa Creu)
13. El mal temps no serà obstacle per a la celebració de la cursa. Tot i això, l'organització es reserva el dret d'anul·lar-la o modificar el recorregut si així ho creu convenient.
14. Si algú abandona és obligatori avisar a algun dels membres de l'organització, bé sigui a algun dels avituallaments o als controls disposats al llarg de la prova.
15. El participant eximirà de responsabilitat els organitzadors en cas d'accident, lesió o de qualsevol altre imprevist en el cas que no tingui assegurança esportiva contractada amb l'organització o amb una entitat federativa.
16. La cursa transcorre per camins, corriols, pistes forestals i per trams asfaltats. Respecteu la natura, NO sortiu dels límits marcats i NO llenceu deixalles. La circulació de vehicles per les pistes no estarà tancada.
17. Es demana la màxima esportivitat entre els corredors i amb els organitzadors.

18. Caldrà dur alguna **identificació** per tal de poder recollir el dorsal.
19. Les vostres dades personals que ens faciliteu seran incorporades al fitxer de la organització. La finalitat de la cessió de les vostres dades són: gestionar la prova i enviar informació relacionada amb la mateixa o aquella informació que es consideri adient. Els participants donen consentiment exprés al tractament de les seves dades personals i autoritzen també a l'organització a publicar-les en el llistat d'inscrits i en el llistat de resultats.
20. Els participants o representants legals dels menors d'edat accepten cedir a l'organitzador i col·laboradors el dret de captació, reproducció, distribució i publicació de les imatges de la cursa a qualsevol mitjà de comunicació com diaris, webs, etc. Les vostres dades seran tractades d'acord amb el que estableix la Llei orgànica 3/2018, de 5 de desembre, de protecció de dades personals i garantia de drets digitals.
21. Tots els participants tenen l'obligació d'assistir i de comunicar a l'organització qualsevol accident que s'hagi observat. En cas de no fer-ho seran desqualificats.
22. Els corredors han de portar calçat i roba adient a les condicions tècniques que requereixen les curses per muntanya.
23. Servei de dutxes disponible en cas que el decret de sequera ho permeti i hi hagin les instal·lacions disponibles.
24. **Inscriure's a la cursa implica l'acceptació del reglament i els participants declaren estar preparats per realitzar la cursa.**

Horari general de La Selvatjada 2026

Dissabte 10/10/2026

- 18:00 – 20:00 → entrega de dorsals

Diumenge 11/10/2026

- 08:00 → obertura zona esportiva
- 08:00 – 08:50 → recollida dorsals
- 08:50 → briefing
- 09:00 → sortida 21K
- 10:00 → sortida 10K
- 10:15 → sortida 5K
- 11:30 → inici vermut
- 12:00 → entrega de premis
- 14:00 → tancament arribada

Normes generals

- Obligatori portar el dorsal visible durant tota la cursa
- Circuit senyalitzat amb cintes i marques biodegradables
- Respectar l'entorn natural (prohibit llençar deixalles)
- La circulació de vehicles no estarà totalment tallada
- En cas d'abandonament, cal avisar a l'organització
- Obligatori ajudar en cas d'accident d'un altre participant

Responsabilitat i assegurances

- Assegurança RC de l'organització
- Assegurança individual inclosa amb la inscripció
- Possibilitat d'assegurança federativa

Els participants declaren estar en condicions físiques adequades per a la prova.

Protecció de dades i imatge

Les dades personals seran tractades segons la normativa vigent (LO 3/2018).

Els participants autoritzen la publicació de resultats i imatges de l'esdeveniment.

Afectacions i seguretat

La cursa disposarà de personal propi de l'organització i voluntariat (escoletes, voluntariat inscrit,...) que asseguraran les tasques de control de la cursa, i seguretat de participants i espectadors per a cada una de les situacions de cursa:

- Controls de sortida, passos i arribada
- Punts avituallament
- Transit, talls puntuals de carrers i vies (sota les directrius que demanin els responsables municipals)

Condicions de participació i responsabilitat

La participació en la cursa es realitza sota la responsabilitat exclusiva de cada participant, qui declara estar en condicions físiques i de salut adequades per a la pràctica de l'activitat esportiva.

L'organització no es fa responsable dels danys personals o materials que puguin patir els participants abans, durant o després de l'esdeveniment, ni dels que aquests puguin ocasionar a tercers. Així mateix, l'organització declina qualsevol responsabilitat en cas de pèrdua, robatori o deteriorament d'objectes personals.

Mitjançant la inscripció, els participants accepten aquesta condició i renuncien a emprendre accions legals contra l'organització derivades de la seva participació en la cursa, sens perjudici dels drets que els puguin correspondre segons la legislació vigent.

Organització

- Organitza: Club de Futbol Selvatans
- Direcció de cursa: Club de corredors La Selva de Mar
 - Nina Martí
 - Marina Verdaguer
 - Adrià Gustems

L'organització es reserva el dret de modificar qualsevol aspecte de l'esdeveniment, incloent-hi el recorregut, els horaris, la data o les tarifes, si les circumstàncies ho requereixen.

Aquests canvis podran respondre a motius de seguretat, condicions meteorològiques, força major o altres causes justificades, i es comunicaran als participants amb la màxima antelació possible a través dels canals oficials.

Col·laboradors

(Actualitzar col·laboradors 2026)

Annex

(Pendants actualització)

- Permís Parc Natural Cap de Creus
- Permís Ajuntament La Selva de Mar
- Permís Ajuntament Port de la Selva
- Permís Ajuntament Llançà