

10  
03



# VIII<sup>a</sup> SANT ISIDRET



## OLOST

**CURSA LLARGA**

22km, +800m

**CURSA CURTA**

13km, +350m

**CAMINADA**

13km, +350m

21  
04



# 33<sup>a</sup> CURSA 3 COMARQUES

## ALPENS

**CURSA LLARGA**

24,5km, +1.200m

**CURSA CURTA**

12,5km, +500m

05  
05



# 8<sup>a</sup> VIA CASTRUM



## SANTA EULÀLIA DE PUIG-ORIOI

**CURSA "K12"**

12,5km, +550m

**CURSA "K23"**

23km, +1.100m

**CAMINADA**

12,5km, +550m

24  
06



# 46<sup>è</sup> CROS DE SANT JOAN

## PRATS DE LLUÇANÈS

**CROS**

6km, +100m

**CURSES**

**INFANTILS**

Distàncies per edats  
De 200m a 2km



## CURSA LLARGA

22km, +800m  
8.30h

## CURSA CURTA

13km, +350m  
9.00h

## CAMINADA

13km, +350m  
9.05h

📍 Plaça Major d'Olost

# 10 03

## OLOST



# VIII<sup>a</sup> SANT ISIDRET

Organització i informació:  
Club Excursionista Via Fora.

@pujada\_santisidret

<http://ceviafora.com>



Bossa del corredor, ambulància, fotos/videos, WC, guarda-roba, servei de fisioteràpia, sorteig de material i pàrquing per autocaravanes.



## CURSA LLARGA

24,5km, +1.200m  
Majoritàriament corriols  
8.30h

## CURSA CURTA

12,5km, +500m  
Majoritàriament corriols  
9.30h

📍 Plaça Major d'Alpens

# 21 04

## ALPENS



# 33<sup>a</sup> CURSA 3 COMARQUES

Organització i informació:  
Fondistes Club Alpens i Ajuntament d'Alpens

@cursa3comarques

[www.cursa3comarques.com](http://www.cursa3comarques.com)



Bossa del corredor, ambulància, fotos/videos, vestidors, WC, dutxes, allotjament i autocaravanes.

SANTA EULÀLIA DE PUIG-ORIOI

05  
05

### CURSA "K12"

12,5km, +550m  
Majoritàriament corriols  
8.30h

### CURSA "K23"

23km, +1.100m  
Majoritàriament corriols  
8.30h

### CAMINADA

12,5km, +550m  
8.30h

📍 Plaça Major de Santa  
Eulàlia de Puig-oriol



# 8<sup>a</sup> VIA CASTRUM

Organització i informació:  
Via Castrum

@viacastrum

[www.viacastrum.cat](http://www.viacastrum.cat)



Bossa del corredor, ambulància, fotos/videos, vestidors, WC,  
sorteig de material.



24  
06

PRATS DE LLUÇANÈS

**CROS**

6km, +100m  
Circuit mixt d'asfalt  
i pista. 10.00h

📍 Passeig del Lluçanès  
de Prats de Lluçanès

Curses infantils el mateix dia  
Distàncies per edats  
De 200m a 2km  
11.00h



# 46<sup>è</sup> CROS DE SANT JOAN

Organització i informació:  
Ajuntament de Prats de Lluçanès  
i Set de Córrer

@crossantjoan



Bossa del corredor, ambulància, fotos/videos, vestidors, WC, dutxes,  
àrea d'autocaravanes de Prats de Lluçanès.

