



CLUB MUNTANYENC SANT CUGAT

MEMÒRIA II MARXA DE LA SALUT DEL CLUB MUNTANYENC SANT CUGAT: VALLDOREIX 18 DE NOVEMBRE DE 2018. 8ª PROVA DEL CALENDARI DEL CIRCUIT DE MARXES NÒRDIQUES FEEC

La 2a edició va anar molt bé, tan pels resultats de participació, com la satisfacció dels participants, malgrat els canvis per la pluja dels dies anteriors al dia de la prova i per la pluja prevista pel mateix matí, com explicarem en aquesta memòria.

Les dades de participació van ser les següents:

- 1) AFORAMENT SEGON EL PERMÍS DEL CONSORCI DEL PARC DE LA SERRA DE COLLSEROLA: 500
- 2) NOMBRE D'INSCRITS: 486
- 3) SORTITS I ARRIBATS: 451
- 4) FEDERATS AMB CARNET FEEC: 30
- 5) NO FEDERATS: 421

Al tancament de la memòria no sabem quants dels participants a la última prova havien fet el mínim de les 5 proves anteriors previstes en el reglament del CCCMN per tenir dret al reconeixement FEEC.

El públic participants va ser d'una franja molt ampla d'edats (entre 8 i 80 anys) amb gran majoria femenina.: el 70%.

Bona tècnica de pas i posició corporal d'una gran part dels i de les marxaire. Els bastons eren de propietat dels participants i uns 80 llogat a la organització. Els tècnics i instructors de Marxa Nòrdica que acompanyaven els participants van ser 12, especialment per aconsellar sobre la tècnica correcta de marxa. El recorregut previst de 10,7 km. s'ha hagut d'escorçar a 6,5 km. pels problemes detectats per l'organització el dia abans de la prova: arbres caiguts i una riera plena d'aigua en la part del recorregut després de la Ermita de la Salut. S'ha enviat un correu a tots els participants la tarda del dissabte avisant del canvi en la distància del recorregut i que podria haver pluja durant bona part del matí (podrien completar la hora menys de marxa amb una lliçó de ioga o de pilates o banyar-se a la piscina del Complex Esportiu on sortia i acabava la prova).

La pluja va "perdonar" els marxaire durant bona part de la marxa, excepte uns 20 minuts de plugim a mig recorregut i una bona estona després de l'arribada de l'últim participant.

A l'Ermita de la Salut es va organitzar un bon avituallament: aigua en un got reutilitzable que s'obsequiava a tots els participants, fruita variada i seca i xocolata en taulettes.

A l'arribada brou calent, fruita i xocolata, com abans. I, cosa molt agraïda, una "bossa del corredor" amb regals dels espònsors.



CLUB MUNTANYENC SANT CUGAT

Per acabar, a les carpes dels espònsors: beguda multi vitamínica, massatges, promocions, etc. I, sorteig de 50 regals als participants arribats i un diploma de reconeixements a 100 marxaïres que havien mantingut un bon estil de Marxa Nòrdica, segon els tècnics que caminaven entre ells.

Prèviament, abans de la sortida els participants van rebre:

Una samarreta tècnica de màniga llarga

Un tubular de coll

Un pitral

En conclusió, segona les paraules del coordinador de la marxa, en Xavier Ortega: “va ser una gran festa de la Marxa Nòrdica i hem complert l’objectiu de promocionar aquesta modalitat esportiva. El balanç va ser molt positiu i amb aquest nivell de participació és lògic creure que tindrà continuïtat en els propers anys”.

Fins a la 3^a edició prevista pel diumenge 17 de novembre del 2019 que tancarà el CCCMN (i que confiem serà sense pluja!).

L’EQUIP ORGANITZADOR

Sant Cugat del Vallès, 20 de novembre de 2018