

## JORNADA TRAIL RUNNING – CATEGORIA MÀSTER

### CLÀUSULA DE GÈNERE

La Federació Catalana d'Atletisme garanteix la igualtat efectiva de dones i homes com a un dels principis bàsics d'actuació.

Amb aquesta finalitat, les mencions genèriques en masculí en l'articulat dels seus reglaments publicats s'entendran referides també al seu corresponent femení, llevat dels supòsits en què específicament es faci constar que no és així

El sector de Trail Running del Comitè Tècnic de la Federació Catalana d'Atletisme organitza el dissabte dia **17 de gener de 2026** una jornada de Trail Running adreçada a atletes d'aquesta categoria i els seus entrenadors (amb llicència FCA o RFEA)

L'activitat es desenvoluparà a la localitat d'**El Pont de Vilomarà i Rocafort** amb les següents dades:

### DADES

|                             |                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Dia:</b>                 | Dissabte 17 de gener de 2026                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Lloc:</b>                | Centre Cívic Pont de Vilomarà<br>Sant Pere Regalat, 18-28 - 08254 El Pont de Vilomarà i Rocafort                                                                                                                                          |
| <b>Horari:</b>              | 9.00-13.30 hores                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Coordinació jornada:</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Betània Duarte i Candau - Responsable Comissió Màster FCA</li><li>• Jordi Hernando i Tubau – Responsable Comissió Trail FCA</li><li>• Vanessa Chirveches Domínguez – Comissió Trail FCA</li></ul> |

### Atletes convocats

Tots/es els/les atletes de la categoria màster i els seus entrenadors personals (amb llicència FCA o RFEA)

### Planificació jornada:

|         |                                                                                                                                        |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9.00 h. | Benvinguda a participants i presentació de la jornada                                                                                  |
| 9.30    | Entrenament en grup dels circuits de trail del Campionat de Catalunya Màster 10 km. i 50% del de 17 km. (servei de dutxes disponible). |
| 11.00   | Xerrada a càrrec d'en Frederi Garrido Vilajuana<br><i>"El paradigma del trail màster"</i>                                              |
| 12.00   | Explicació del calendari màster 2025<br>Calendari FCA i RFEA<br>Copa Trail Màster (CTM)<br>Dubtes i preguntes                          |
| 13.00   | Conclusions i reflexions                                                                                                               |
| 13.30   | Finalització de la jornada                                                                                                             |

Confirmació d'assistència:

**OBLIGATÒRIA** amb límit dilluns 12 de gener clicant en el següent enllaç (Aquesta data és improrrogable).

## [ENLLAÇ CONFIRMACIÓ](#)

### NOTES IMPORTANTS

- Tots els atletes i entrenadors que assisteixen a l'activitat donen el seu consentiment de poder utilitzar imatges i dades d'entrenament als responsables del sector.