

Corriols



# BRIEFING CURSA CORRIOLS

Sant Salvador de Guardiola

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

# ÍNDEX



**1. BENVINGUDA**

**2. PROGRAMA**

**3. RECORREGUTS**

**4. REGLAMENT**

**5. SIGUES SOLIDARI**

**6. PREMÍS**

**7. LOCALITZACIÓ**

**8. CONTACTE**

# **1. BENVINGUDA**

**Fa quinze anys, un grup de persones vinculades al món de l'esport va decidir impulsar la pràctica esportiva a Sant Salvador de Guardiola. L'objectiu principal era, i segueix sent, organitzar una cursa que promogui l'esport al poble, potenciï la pràctica esportiva entre els infants, generi un ambient familiar i festiu, i compti amb la implicació de voluntaris locals abans, durant i després de l'esdeveniment. La cursa destaca per oferir recorreguts atractius entre corriols, en un entorn natural privilegiat, i cada any hi afegeix un toc solidari. Amb humilitat, molt treball i rigor, va néixer la Cursa Corriols de Guardiola.**

**Es tracta d'una cursa Saludable, Responsable, Inclusiva, Solidària i Sostenible.**

**Inicialment, la Corriols de Guardiola constava d'un recorregut de 10 km i tres curses infantils, anomenades Corriolets. Amb els anys, però, la cursa ha anat creixent i s'han creat diverses modalitats per atendre les necessitats dels corredors de muntanya. El 2014 es va introduir la Corriols de Guardiola de 5 km, i el 2015 es va estrenar el Korriol Vertical (KV) del Montgròs, del qual es van celebrar tres edicions (2015, 2016 i 2017). El 2018 es va presentar la Corriols de Guardiola de 22 km, una cursa exigent que passa pel Montgròs.**

**Volem expressar el nostre agraïment a tots els col·laboradors i voluntaris per ajudar-nos a continuar amb aquest projecte.**

**Ànims, gaudiu de la cursa i força a les cames!**

# 2. PROGRAMA

La Corriols de Guardiola 2026 tindrà lloc el dia 18 d'Octubre. Per saber la localització de cada sortida aneu a l'apartat de "Localització" on hi trobareu un mapa dels accessos. Les inscripcions fora termini es podran fer el dissabte 17 d'octubre de 18:00 a 20:00 o al mateix dia fins 30 minuts abans de la sortida de la primera cursa. Si ja estàs inscrit via internet, pots recollir el dissabte 17 d'octubre de 18:00 a 20:00 o diumenge 18 fins a 30 minuts abans de la sortida.

## DISSABTE 17 I DIUMENGE 18 D'OCTUBRE DE 2026 (CORRIOLS DE GUARDIOLA)

Atenció! Els horaris d'obertura i tancament de recollida de dorsals seran molt rigorosos i puntuals.

ESDEVENIMENT	HORA	LLOC	DETALLS
Recollida de dorsals Corriols 22km / 10km / 5km i Corriolets	Dissabte 17 d'octubre de 18:00 a 20:00	Pavelló esportiu (St. Salvador de Guardiola)	Recollida de dorsals de totes les curses
Recollida de dorsals Corriols 22km	Diumenge 18 d'octubre 07:30 – 8:15	Pavelló esportiu (St. Salvador de Guardiola)	Recollida de dorsals fins a 15 minuts de la sortida del primer corredor.
Sortida de la Corriols de Guardiola 22km	8:30	“ ”	S'efectuarà la sortida de la Corriols de Guardiola 22km. Es preveu que la prova hagi finalitzat a les 12:30h.
Recollida de dorsals Corriols 5Km	07:30 – 9:00	“ ”	Recollida de dorsals fins a 30 minuts de la sortida del primer corredor.
Recollida de dorsals Corriols 10Km	07:30 - 9:15	“ ”	Recollida de dorsals fins a 30 minuts de la sortida del primer corredor.
Sortida de la Corriols de Guardiola 5km	9:30	“ ”	S'efectuarà la sortida de la Corriols de Guardiola 5km. Es preveu que la prova hagi finalitzat a les 10:00h.
Sortida de la Corriols de Guardiola 10km	9:45	“ ”	S'efectuarà la sortida de la Corriols de Guardiola 5Km. Es preveu que la prova hagi finalitzat a les 11:15h.
Recollida de dorsals Corriolets	09:45 – 12:00	“ ”	Des de les 9:30 es podrà efectuar la recollida de dorsals de qualsevol modalitat dels Corriolets.
Tancament de l'arribada	10:30	“ ”	S'efectuarà el tancament de la Corriols de Guardiola 5Km.
PREMIS	11:30 – 12:00	“ ”	Entrega de premis de premis de la Corriols de Guardiola (22km, 10Km i 5Km).
SORTEIG	12:00	“ ”	Sorpresa

Tancament de l'arribada	11:45	“ “	S'efectuarà el tancament de la Corriols de Guardiola 10Km.
Tancament de l'arribada	11:30	“ “	S'efectuarà el tancament de la Corriols de Guardiola 22km.
<b>Tancament dorsals Corriolets</b>	12:00	“ “	El tancament de recollida de dorsals s'efectuarà <b>30 minuts abans</b> de la sortida de la primera modalitat.
Corriolets “Xics”	12:30	“ “	S'efectuarà la sortida de Corriolets “Petits”. (nascuts després del 2020)
Corriolets “Mitjans”	12:40	“ “	S'efectuarà la sortida de Corriolets “Mitjans”. (nascuts entre 2019 i 2017)
Corriolets “Grans”	12:50	“ “	S'efectuarà la sortida de Corriolets “Grans”. (nascuts entre 2016 i 2014)
PREMIS	13:20	“ “	Entrega de premis de totes les categories dels Corriolets.

## 3. RECORREGUT

La organització es reserva el dret de realitzar petites variacions en el recorregut.

### CORRIOLS DE GUARDIOLA 22km:

**Distància: 22Km**

**Desnivell positiu: 700m+**

**Track per descarregar: <https://es.wikiloc.com/rutas-carrera/corriols-de-guardiola-22km-2021-82831831>**

**Rècord de la prova: Carles Raposo Bonet 01:35':44" / Núria Tarragó 1:53':11"**



## CORRIOLS DE GUARDIOLA 10KM:

Distància: 10,9Km

Desnivell positiu: 400m+

Track per descarregar: <https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/corriols-2022-10km-112909590>

Rècord de la prova: Guillem Montiel Moreno 00:45:34" / Rosa Maria Nieto Zamora 00:56:01"



## CORRIOLS DE GUARDIOLA 5KM

Distància: 5,25Km

Desnivell positiu: 120m+

Track per descarregar: <http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=7846084>

Rècord de la prova: Miqui Riera 00:20':07" / Meritxell Tarragó 00:24':41"



## CORRIOLETS DE GUARDIOLA "XICS"

Distància: 0,26Km

Desnivell positiu: 6m+

Track per descarregar: <http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=7989681>



## CORRIOLETS DE GUARDIOLA "MITJANS"

Distància: 0,73Km

Desnivell positiu: 8m+

Track per descarregar: <https://ca.wikiloc.com/rutes-correr/corriolets-mitjans-2023-149793930>



## CORRIOLETS DE GUARDIOLA "GRANS"

Distància: 1,9Km

Desnivell positiu: 50m+

Track per descarregar: <http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=7848018>



# 4. REGLAMENT

L'Ajuntament de Sant Salvador de Guardiola, i amb la col·laboració de les associacions del nostre municipi, juntament amb voluntaris, organitzen el dia 18 d'octubre 2026 les curses "Corriols de Guardiola" i "Corriolets de Guardiola (per als més menuts)".

1. Per poder participar i optar a classificar-se s'ha de participar amb el dorsal, aquest haurà de portar-se en un lloc ben visible.
2. Només s'autoritza la inscripció a una sola cursa.
3. Els menors de 18 anys han de presentar a l'organització el full de descàrrega (autorització tutors)
4. La cursa és oberta a tothom que accepti i respecti el recorregut i el present reglament, sense distinció de categoria, edat, sexe o nacionalitat. No es permet corre amb mascotes.
5. Es realitzaran sis curses:

**Corriols de Guardiola 22Km** aconsellada per a majors de 18 anys. Es limita la participació a 110 corredors. Hi haurà 5 avituallaments, 4 durant el circuit (2 sòlids i 4 líquids) i el de l'arribada (sòlid i líquid).

**Corriols de Guardiola 10Km** aconsellada per a majors de 16 anys. Es limita la participació a 285 corredors. Hi haurà 4 avituallaments, 3 durant el circuit (1 sòlid i 3 líquids) i el de l'arribada (sòlid i líquid).

**Corriols 5Km** aconsellada per a majors de 13 anys. Es limita la participació a 230 corredors. Hi haurà 2 avituallaments, 1 durant el circuit (líquid) i el de l'arribada (sòlid i líquid).

**Corriolets de Guardiola serà per nens/es nascuts l'any 2014 i posteriors, i tindrà un format de tres curses segons edats:**

- **Xics – nascuts després del 2020 i tindrà una distància de 400m. Es limita la participació a 70 corredors. Hi Haurà avituallament a l'arribada.**
- **Mitjans – nascuts entre 2019 i 2017 i tindrà una distància de 800m. Es limita la participació a 70 corredors. Hi Haurà avituallament a l'arribada.**
- **Grans – nascuts entre 2016 i 2014 i tindrà una distància de 2 km. Es limita la participació a 40 corredors. Hi Haurà 2 avituallaments, 1 durant el circuit (líquid) i el de l'arribada (sòlid i líquid)**

#### **HORARIS:**

- **8:30 h Corriols de Guardiola 22Km, al cap de 3h es tancarà la cursa**
- **9.30 h Corriols 5Km, al cap de 1h es tancarà la cursa**
- **9.45 h Corriols de Guardiola 10Km, al cap de 2h es tancarà la cursa**
- **11.30 h Lliurament de premis del Corriols de Guardiola 22Km, 10Km i 5Km.**
- **12.30 h Corriolets de Guardiola – Xics. Els nens que vagin acompanyats per un adult en la cursa, s'hauran de col·locar en la sortida al darrera de tot, per tal d'evitar accidents**
- **12.40 h Corriolets – Mitjans**
- **12.50 h Corriolets – Grans**
- **13.20 h Lliurament de premis de Corriolets xics, mitjans i grans**

**La sortida i arribada serà al davant del Pavelló Municipal de Sant Salvador de Guardiola.**

**Les inscripcions de totes les curses de Corriols i Corriolets amb dorsals personalitzats es poden formalitzar a través de Internet fins les 23:59 del dilluns 12 d'octubre de 2026. Les inscripcions sense dorsal personalitzat es tancaran el dijous 15 d'octubre a les 23:59. S'acceptaran inscripcions el mateix dia de la cursa amb un increment de 4€ en les 3 curses de Corriols i 3€ en les curses de Corriolets. Les inscripcions fora termini no s'assegura l'obsequi, en cas d'excedents s'entregarà l'obsequi al corredor al final de les curses dels Corriols.**

#### **PREUS:**

- Corriols de Guardiola 22Km, serà de 18€ per participant**
- Corriols de Guardiola 10Km i Corriols de Guardiola 5Km, serà de 13€ per participant.**
- Corriolets de Guardiola, serà de 5€ per participant.**

**Cursa responsable, saludable, sostenible, inclusiva i solidària. Retornarem 2€ de la inscripció en les curses Corriols (22Km), Corriols (10km) i Corriols (5km) el mateix dia de la cursa, si presenteu una revisió mèdica amb prova d'esforç de 6 mesos de validesa (entre 18/04/2026 i 18/10/2026).**

**El lliurament dels dorsals i les inscripcions presencials es faran el dissabte 17 d'octubre de 18:00 a 20:00 i el mateix diumenge fins a 30' abans del inici de les curses, limitant la participació segons el reglament de la cursa.**

**El lliurament dels dorsals i les inscripcions presencials dels Corriolets es faran el dissabte 17 d'octubre de 18:00 a 20:00 i el mateix diumenge entre les 9:45 i fins a 12:00, limitant la participació segons el reglament de la cursa.**

## **PREMIS:**

**Els premis seran un trofeu i lots de productes de la zona:**

- **Corriols de Guardiola 22Km, 10Km i Corriols 5Km, premi als tres primers homes, a les tres primeres dones, el primer local, primera local de cada cursa.**
- **Corriolets de Guardiola, premi als tres primers nens, tres primeres nenes de cada cursa i medalla a tots els nens i nenes participants.**

**Cal ser respectuós amb l'entorn, les propietats privades. Nomes és podran llençar deixalles en les zones delimitades d'avituallament. Les conductes incíviques o antiesportives cap els altres participants, organitzadors, públic....així com el no compliment d'aquest reglament pot suposar l'exclusió de la prova.**

**No està permès córrer amb gossos.**

**El fet d'inscriure's per participar, accepto que es recullin imatges i puguin ser utilitzades per la difusió de l'activitat a la web de corriols de Guardiola (<https://www.corriolsdeguardiola.cat/>) com als diferents mitjans de comunicació.**

**Les persones amb discapacitat podran participar en la cursa sempre que vagin acompanyades d'un guia, el qual assumirà la responsabilitat de la seva assistència i seguretat durant tota la prova.**

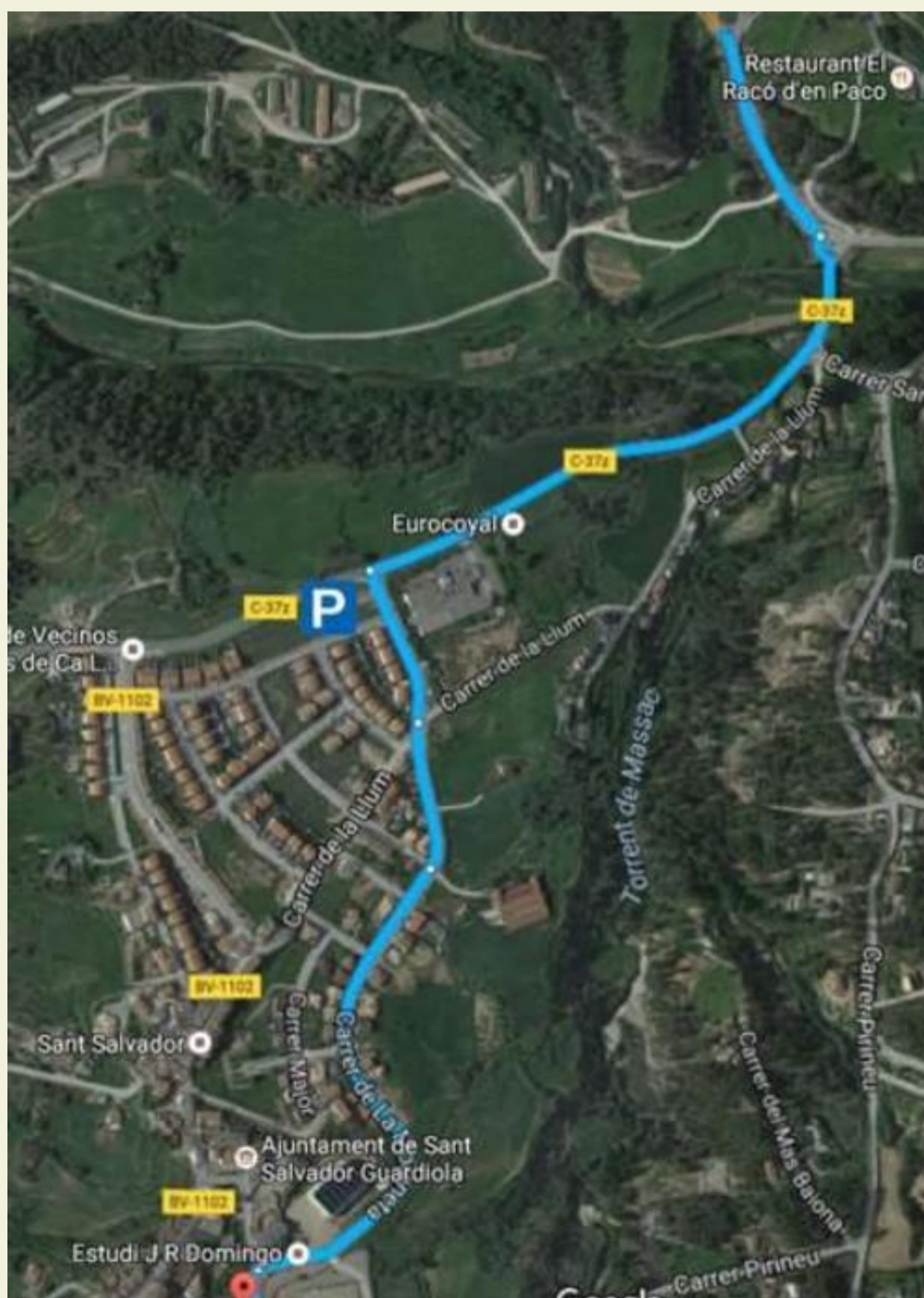
**El fet d'inscriure's per participar en aquesta activitat implica l'acceptació d'aquests reglament.**

**Tot allò no previst en aquest reglament serà resolt per l'organització.**

# 5. LOCALITZACIÓ

## CORRIOLS DE GUARDIOLA + CORRIOLETS 18-10-2026:

Totes les modalitats de les Corriols de Guardiola i Corriolets tindran lloc al pavelló municipal d'esports. Entrant per la primera entrada del poble trobareu i seguint recte hi aneu directament. En el moment que us trobeu vehicles ja podeu anar estacionant.





# 6. CONTACTE

**CONTACTE EMAIL:** [corriolsdeguardiola@gmail.com](mailto:corriolsdeguardiola@gmail.com)

**WEBSITE:** [www.corriolsdeguardiola.cat](http://www.corriolsdeguardiola.cat)

**FACEBOOK:** [www.facebook.com/corriolsdeguardiola](http://www.facebook.com/corriolsdeguardiola)

**TWITTER:** [@cursacorriols](https://twitter.com/cursacorriols)

**INSTAGRAM:** [cursacorriols](https://www.instagram.com/cursacorriols)

**WIKILOC:**

[www.wikiloc.com/wikiloc/user.doname=Corriols+de+Guardiola&id=1228184](http://www.wikiloc.com/wikiloc/user.doname=Corriols+de+Guardiola&id=1228184)

**AJUNTAMENT DE SANT SALVADOR DE GUARDIOLA:** C/ Carrer de dalt, 18

(Tif: 93 835 80 25)



# **GAS A LA CORRIOLS!**

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