

SWIM no limits

Cala Montgó

24 de maig 2026

BRIEFING

swimnolimits.com

Calendari 2026

Segueix-nos a Instagram

Uneix-te a la comunitat de whatsapp



01

SNL Cala Montgó
24/5/26
Copa

02

SNL Platja d´Aro
04/7/26
Copa

03

SNL Experience
3-4/10/26
Copa

04

SNL Winter
19/12/26

ACCES RÀPID

Fes click sobre l´opció escollida

- UBICACIONS
- RECOLLIDA DORSALS
- TRAVESSIA 5K • FOTO CIRCUIT 5K • PUNT DE GIR 5K • PAS COVA 5K
- TRAVESSIA 3K • FOTO CIRCUIT 3K • PAS COVA 3K
- TRAVESSIA 1.5K • FOTO CIRCUIT 1.5K
- SISTEMA DE CRONOMETRATGE
- METEOROLOGIA

Benvingut/benvinguda a la Travessia SwimNoLimits Cala Montgó, si us plau, llegeix a continuació tota la informació referent a la travessia.

UBICACIONS:
Totes les travessies de SNL estan ubicades en zones d´especial interès natural i paisatgístic i en aquest cas, nadem dins la reserva natural de Medes i el Massís del Montgrí, per tant, hem de tenir especial cura en la preservació del medi i no produir cap mena d'impacte amb el nostre pas. Qualsevol comportament inadequat al respecte, per part d´un participant, serà motiu de la seva immediata desqualificació i es donarà deguda notificació a la Unitat Marítima dels Mossos d´Esquadra que estaran fent tasques de seguretat.

Situació zona de Village, recollida dorsals dia 24 sortida i arribada a la Cala Montgó. **Enllaç aquí**

Situació **allotjament oficial WECAMP** Cala Montgó i recollida dorsals dia 23. **Enllaç aquí**

Zona d'aparcament recomanat i gratuït **Enllaç aquí**

HORARIS:

-Recollida de dorsals: La recollida de credencials serà al Camping **WECAMP** Cala Montgó el **dissabte dia 23 de 18h a 20h** i el **mateix dia 24 a partir de les 7:00h**. a la zona de village situada a la platja.

IMPORTANT: Serà necessari presentar el QR de la credencial que vas rebre per mail, i en el cas dels i les menors, una autorització del pare/mare o tutor/a legal.

-Briefing: Es farà a la zona de Village a les **8:30 hores**, explicarem amb precisió l'estat de la mar i les possibles variacions de recorregut donat el càs, situació de les boies i qualsevol dubte o consulta que es vulgui fer. Així i tot **és molt important que cada nedador porti estudiat el recorregut i la situació de les boies marcat en aquest document**. Com bé sabeu tots els nedadors i nedadores d´aigües obertes, el nostre esport depèn 100% de
l´estat de la mar i aquesta és molt variable. Sempre s'imposarà el criteri de màxima seguretat.

RECORREGUT 5.000 metres:

-Hora sortida 9:00h.
La sortida es farà des de l'aigua i en un format de compte enrere des del número 10 al 0 acompanyat d'una sirena que donarà el tret de sortida.

Pas de les boies:
-**Les boies es deixaran sempre a l'esquerra**, tal com indiquen les fletxes en el planell de cursa. Totes les boies del recorregut:

- **CILINDRICA GROGA. Boia de pas, es deixa a la teva esquerra.**
- **CILINDRICA TARONJA. 1era. Boia de gir del 1.5k. 2ona punt de retorn 5k.Es deixen sempre a la teva ma esquerra.**
- **PIRAMIDALS VERMELLES. Marquen el punt de gir i retorn circuit 3k**

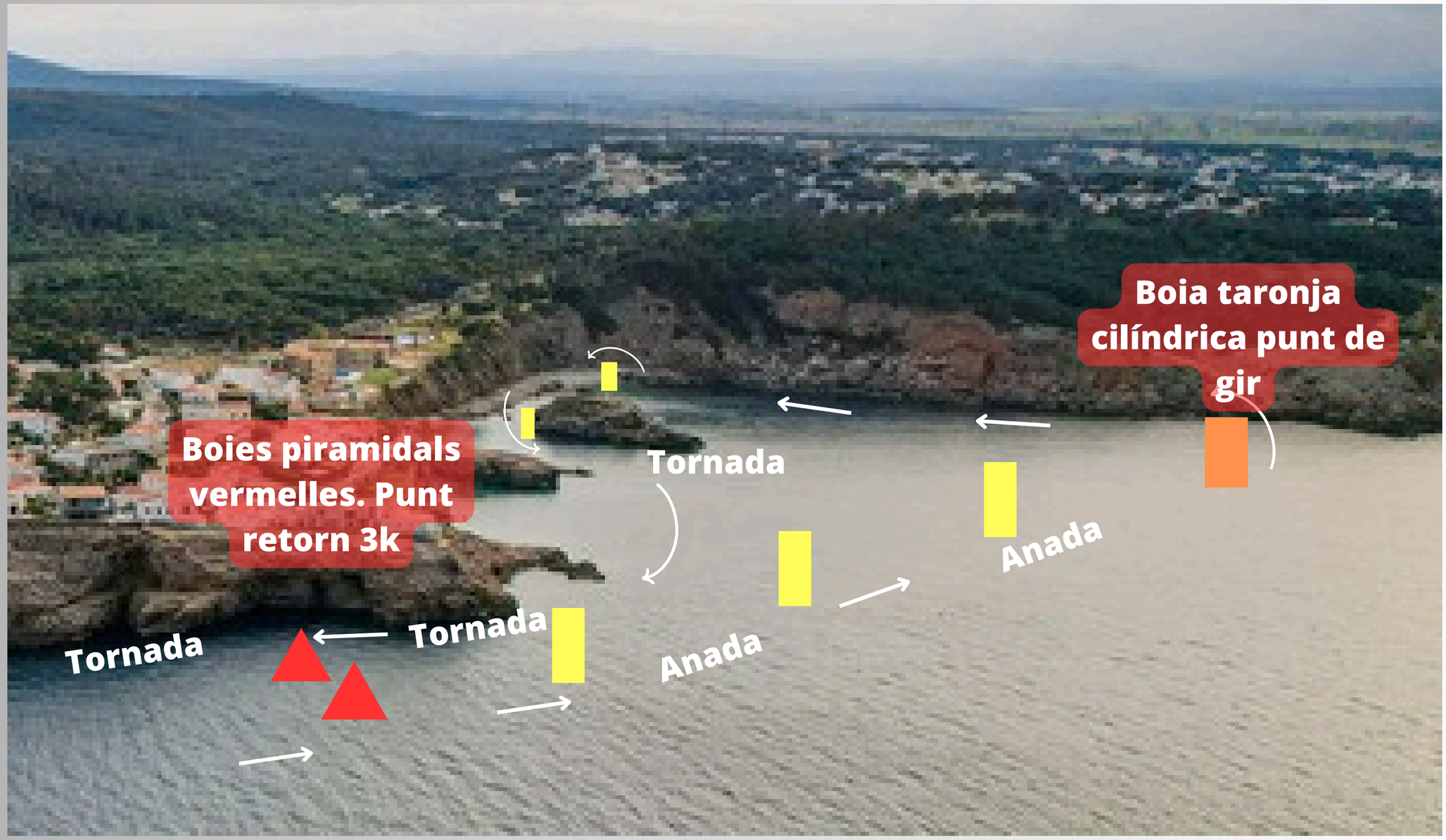
La tornada es fa seguint la línia de costa que ens marca el penya-segat, **el pas per la cova es fa de tornada**.

Embarcacions de seguretat:
Les embarcacions de seguretat no duran a terme tasques de guia i es mantindran en un segon pla garantint el control total dels nedadors, però seran aquests qui es guiaran pel circuit marcat per l'organització.

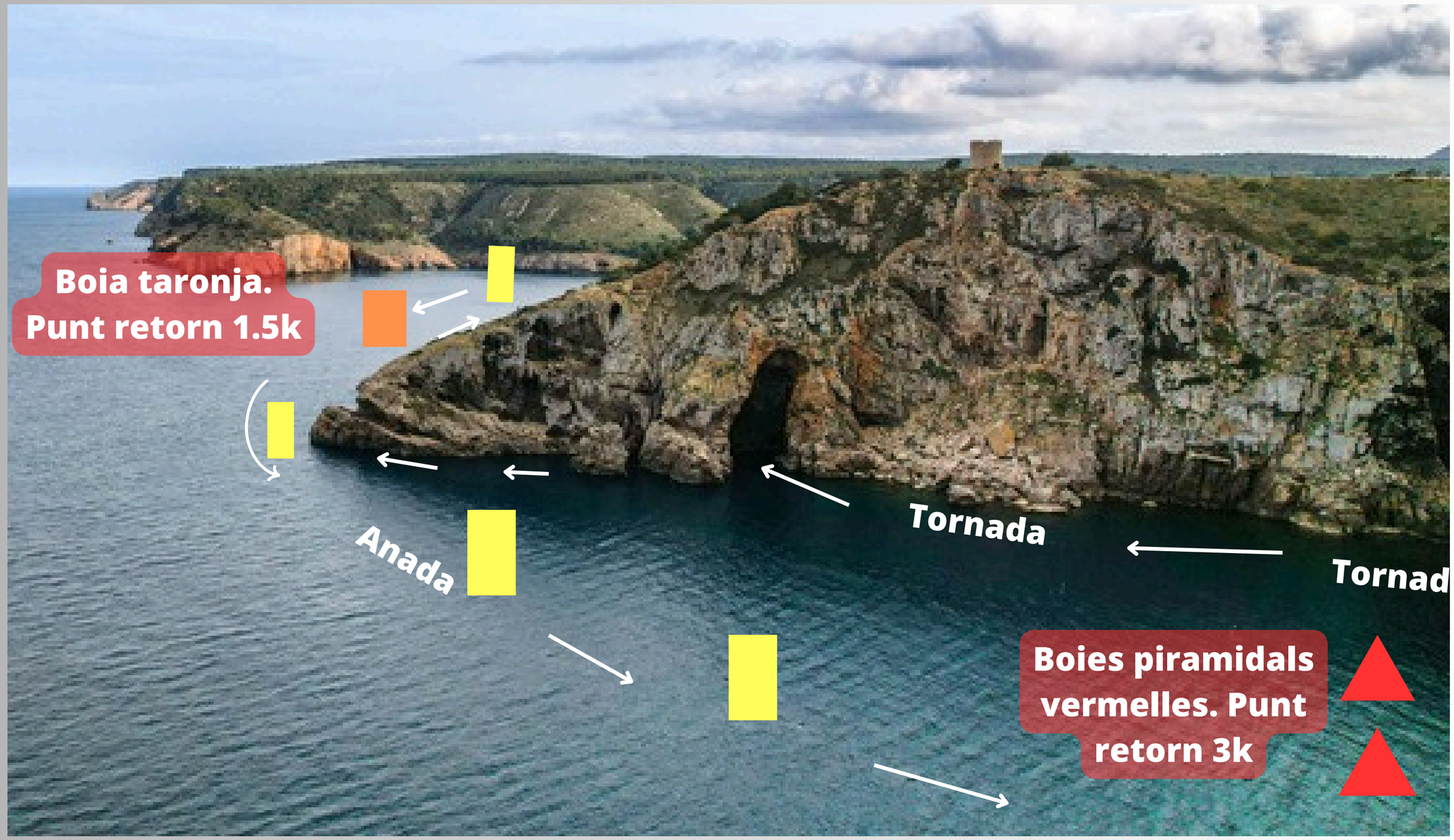
RECORREGUT 5.000 metres:



DETALL PUNT DE GIR 5.000 metres:



DETALL DEL PÀS PER LA COVA 5.000 metres:



RECORREGUT 3.000 metres:

-Hora sortida **9:15h**.
La sortida es farà des de l´aigua i en un format de compte enrere des del número 10 al 0 acompanyat d´una sirena que donarà el tret de sortida.

Pas de les boies:
-**Les boies es deixaran sempre a l'esquerra**, tal com indiquen les fletxes en el planell de cursa. Totes les boies del recorregut:

- **CILINDRICA GROGA. Boia de pas, es deixa a la teva esquerra.**
- **CILINDRICA TARONJA. 1era. Boia de gir del 1.5k. Es deixa a la teva esquerra.**
- **PIRAMIDALS VERMELLES. Marquen el punt de gir i retorn.**

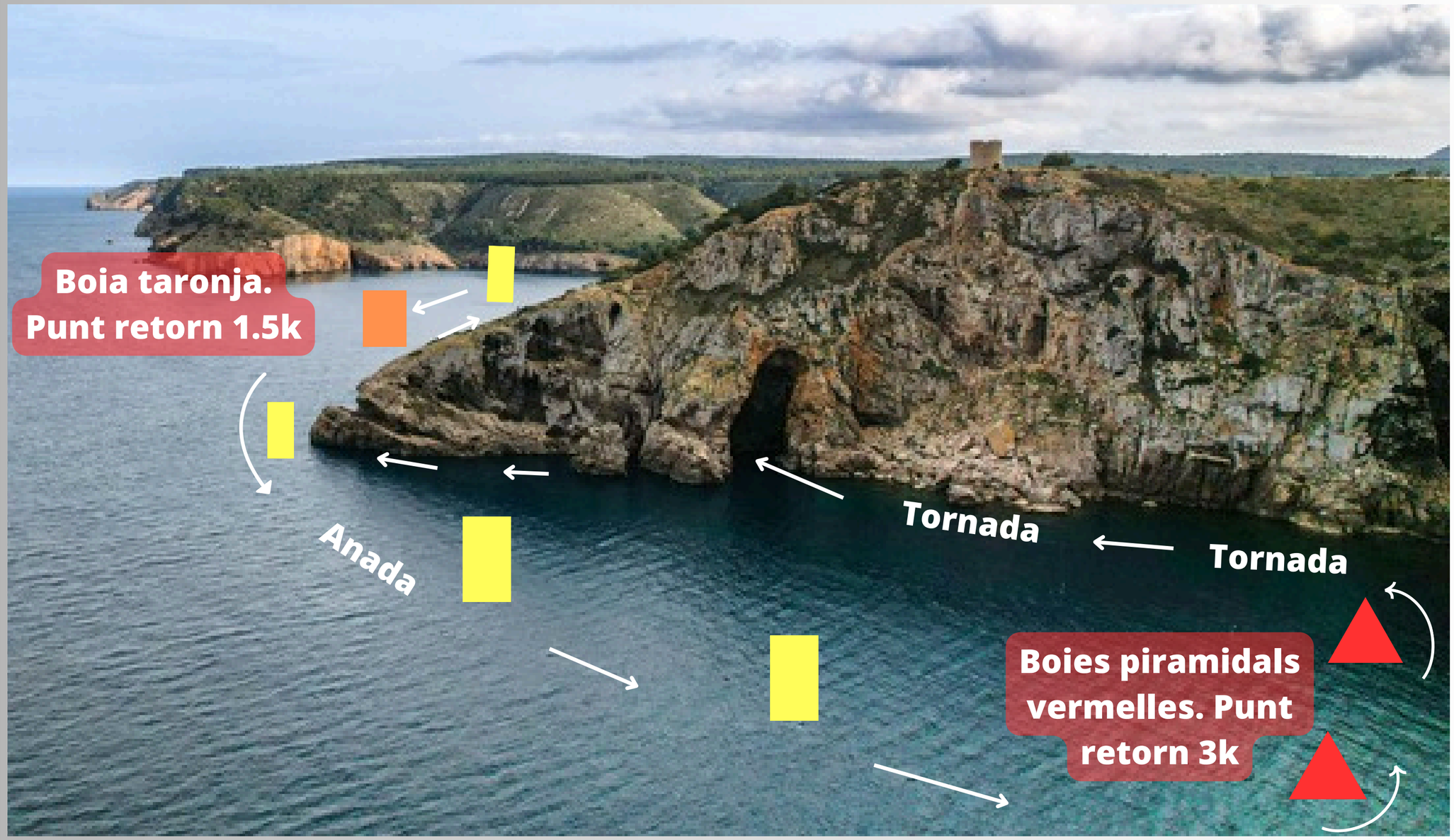
La tornada es fa seguint la línia de costa que ens marca el penya-segat, **el pas per la cova es fa de tornada**.

Embarcacions de seguretat:
Les embarcacions de seguretat no duran a terme tasques de guia i es mantindran en un segon pla garantint el control total dels nedadors, però seran aquests qui es guiaran pel circuit marcat per l'organització.

RECORREGUT 3.000 metres:



DETALL DEL PÀS PER LA COVA 3.000 metres:



RECORREGUT 1.500 metres:

-Hora sortida **11:00h**.
La sortida es farà des de l´aigua i en un format de compte enrere des del número 10 al 0 acompanyat d´una sirena que donarà el tret de sortida.

Pas de les boies:
-Les boies es deixaran sempre a l'esquerra, tal com indiquen les fletxes en el planell de cursa. Totes les boies del recorregut:

- **CILINDRICA GROGA. Boia de pas, es deixa a la teva esquerra.**

- **CILINDRICA TARONJA.Boia de gir del 1.5k. Es deixa a la teva esquerra.**

La tornada es fa seguint la línia de costa que ens marca el **penya-segat**, deixant sempre les **boies a mà esquerra**.

Embarcacions de seguretat:
Les embarcacions de seguretat no duran a terme tasques de guia i es mantindran en un segon pla garantint el control total dels nedadors, però seran aquests qui es guiaran pel circuit marcat per l'organització.

RECORREGUT 1.500 metres:



-**Boia de seguretat:**

En les travessies Swim No Limits, l'ús de la **boia de seguretat és sempre obligatòria**, tal i com està recollit en el reglament de la prova, que s'accepta en fer la inscripció.
Tot nedador o nedadora que no porti la boia reglamentària, serà desproveït del seu dorsal i quedarà fora de classificació.
Únicament serà voluntari l'ús de la boia en les travessies kids i de relleus, que es faran sempre a peu de platja.

-Avituallaments:

No s´estableix un punt d'avituallament a l´aigua, tanmateix, les embarcacions i caiacs portaran plàtans i aigua. Tu només aixeca la mà, i ens tindràs a la teva disposició!
A l'arribada, disposarem de síndria, meló, plàtans, sandvitxos de crema d'avellanes, fruits secs, llaminadures, així com aigua, Cola i beguda isotònica.

-**Entrega de premis:**

L'entrega de premis es farà a l'escenari situat a la zona de Village de l´arribada, podeu consultar les classificacions: **Enllaç aquí**

SISTEMA DE CRONOMETRATGE - COM FUNCIONA

1. Polsera amb QR

- Cada participant portarà una polsera al canell amb un QR únic.
- Imprescindible portar-la ajustada i visible.



2. Sortida de laigua

- Respecteu l'ordre real de sortida de l'aigua.
- Les travesses es guanyen nedant, no córrer a la sorra.

3. Arribada i escaneig

- A l'arribada trobareu un passadís amb tanques.
- Entra i avança fins al punt d'escaneig.
- El nostre equip llegirà el QR de la polsera amb una pistola lectora.

4. Important

- No manipuleu la polsera ni us la traieu abans d'escanejar.
- Manté el canell quiet ia la vista per facilitar-ne la lectura.
- Si teniu qualsevol incidència, aviseu immediatament el personal de zona d'arribada.
- En acabar, llença la polsera al punt de reciclatge que tens després del control.

PREVISIÓ METEOROLÒGICA:

Les previsions actuals apunten a un matí molt favorable per a la travessia: cel en general poc ennuvolat, sense pluja prevista a la franja de 9:00 a 13:00, i temperatures suaus, al voltant de 13–22°C.

El vent serà fluix a moderat de component sud-sud-est, condicions adequades per a la natació.

La temperatura de **l'aigua** es manté fresca, **entorn dels 17–17,5°C,** per la qual cosa recomanem l'ús de neoprè per a més confort tèrmic.

Si hi hagués qualsevol canvi significatiu en la previsió, ho comunicarem per aquest mateix canal, però avui esperem poder gaudir de la travessia en bones condicions.

Per mantenir-te informat de qualsevol novetat d'última hora, uneix-te a la nostra comunitat de whatsapp:

WhatsApp

No nadem sols!

Sponsors 2026





SWIM no limits

ZONE3

Ajuntament de L'Escala

JOE WEIDER VICTORY ENDURANCE BY WEIDER

Ajuntament de Castell d'Aro Platja d'Aro S'Agaró

marítima mossos d'esquadra

novaimport L'escala

Fem Esport!

Castell d'Aro · Platja d'Aro · S'Agaró

sènia

Ajuntament de Torroella de Montgrí

WE CAMP

wecamp Cala Montgó

CLUB NÀUTIC L'ESCALA

Gràcies!

Si estàs interessat en col·laborar amb nosaltres, no dubtis en contactar:

-Mail:
info@swimnolimits.com

-Web:
www.swimnolimits.com

