



Cala Montgó

25 de maig 2025

BRIEFING

swimnolimits.com

Calendari 2025

Segueix-nos a Instagram

01

SNL Cala Montgó
25/5/25

02

SNL Platja d'Aro
14/6/25

03

SNL Swim By Sunset
Port de la Selva
5/7/25

04

SNL L'Estartit
Illes Medes
5/10/25



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](#)
- [AVITUALLAMENTS-PREMIS](#)
- [KIDS I RELLEUS](#)
- [METEOROLOGIA](#)



Benvingut/benvinguda a la Travessia Swim No Limits 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 26 sortida i arribada a la Cala Montgó.

[Enllaç aquí](#)

Situació **allotjament oficial WECAMP** Cala Montgó i recollida dorsals dia 25.

[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 24 de 18h a 20h** i el **mateix dia 25 a partir de les 7:00h**. a la zona de village situada a la platja.

Caldrà presentar el DNI 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 cas, 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 VERMELLA. 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:

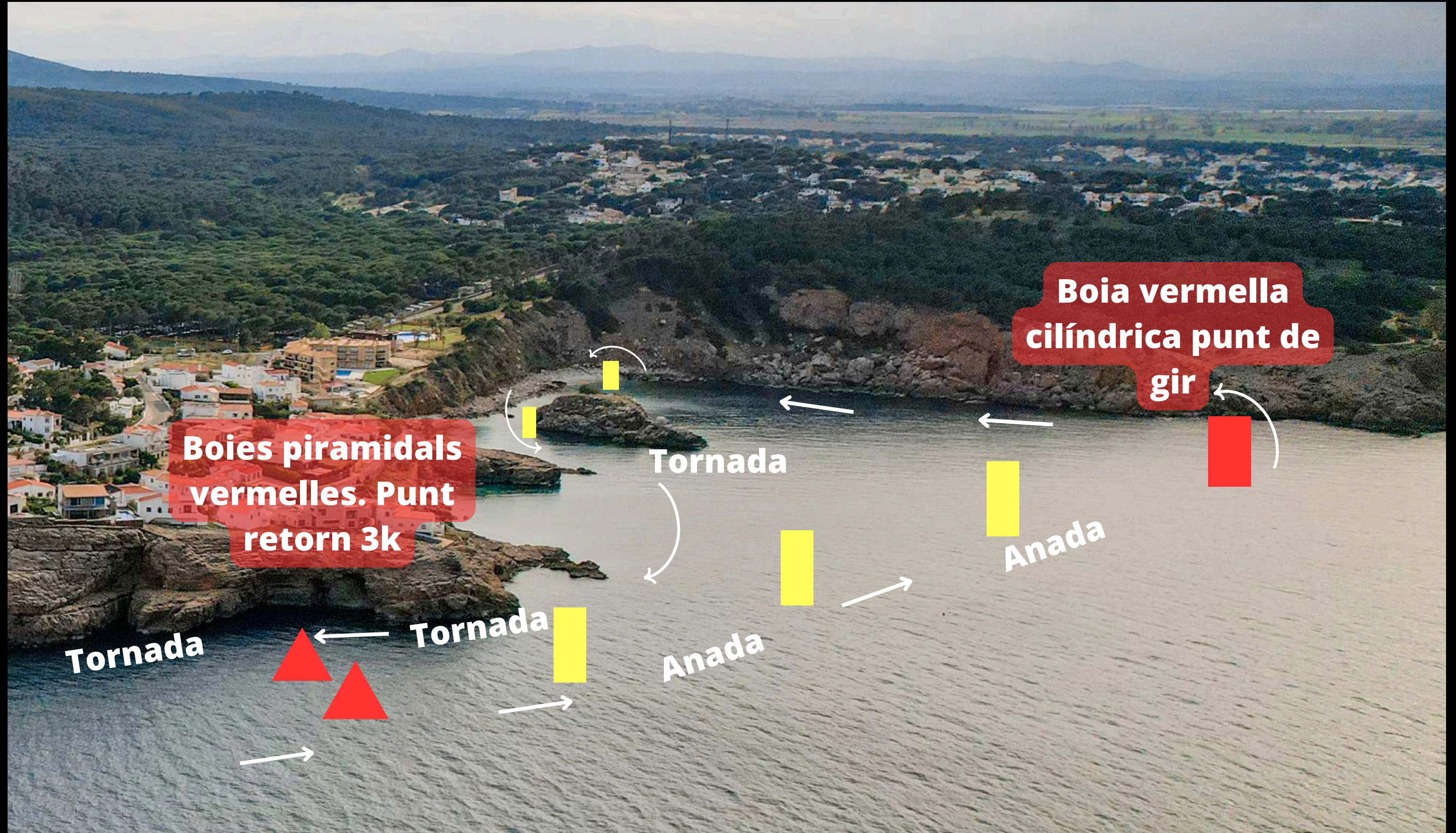
Les embarcacions de seguretat no duran a terme tasques de guia i es mantindran en un segon pla garantint el control total dels nedadors, però seran aquests qui es guiaran pel circuit marcat per l'organització.



RECORREGUT 5.000 metres:

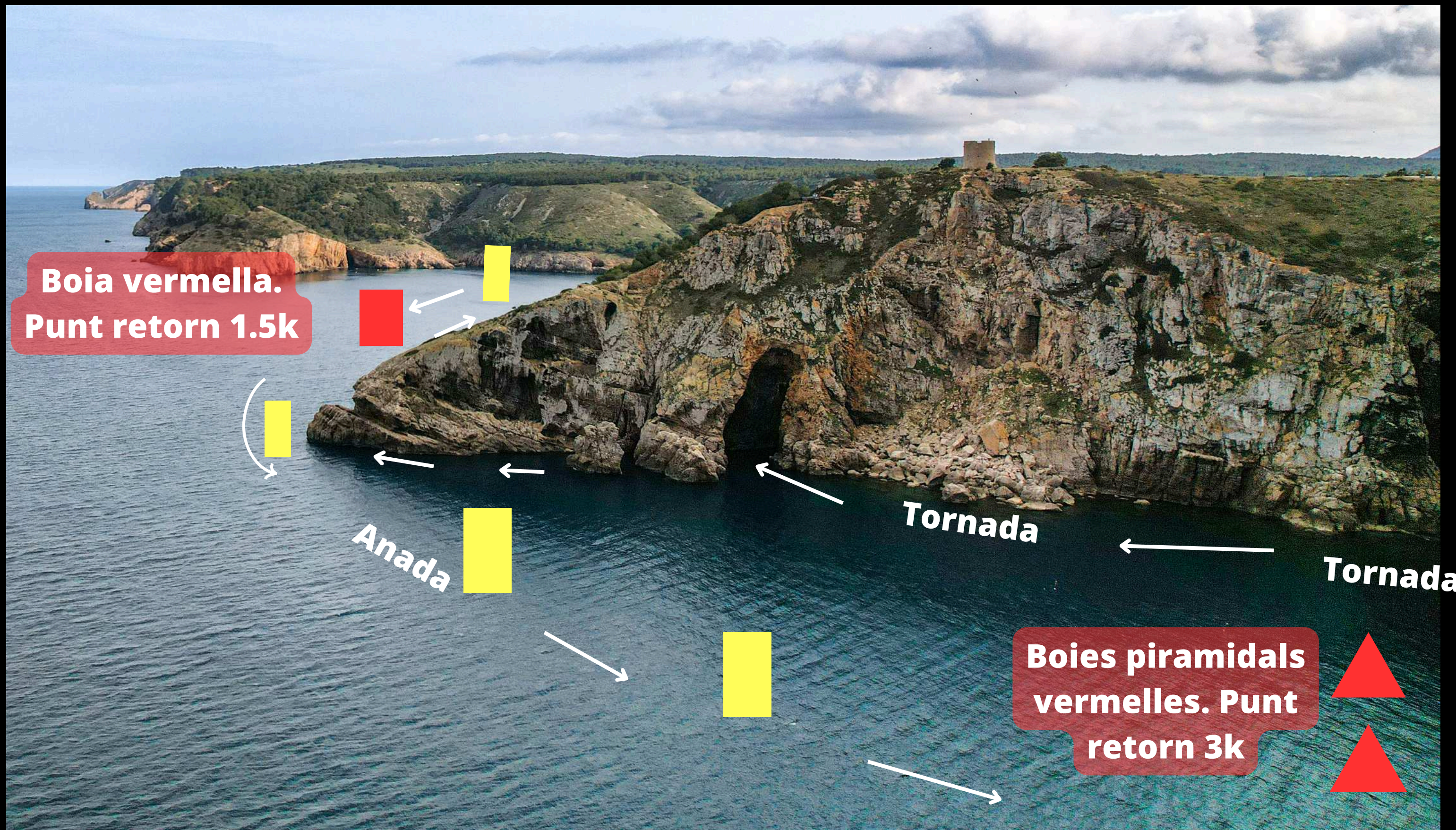


DETALL PUNT DE GIR 5.000 metres:





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 VERMELLA. 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:

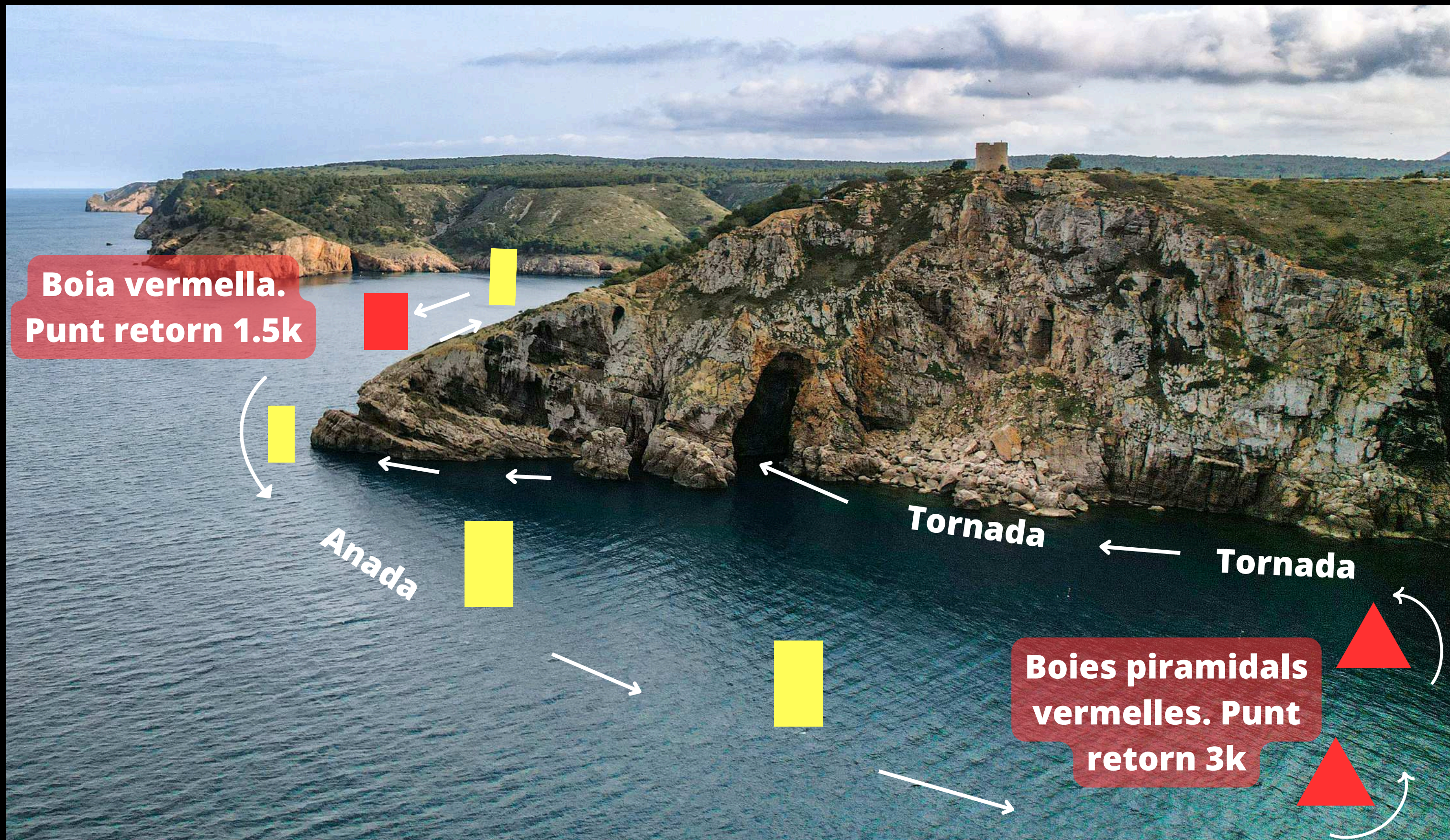
Les embarcacions de seguretat no duran a terme tasques de guia i es mantindran en un segon pla garantint el control total dels nedadors, però seran aquests qui es guiaran pel circuit marcat per l'organització.

RECORREGUT 3.000 metres:





DETALL DEL PÀS PER LA COVA 3.000 metres:





RECORREGUT 1.500 metres:

-Hora sortida **10:30h**.

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 VERMELLA. 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, laminadures, 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 a temps real a l'app cronoexagon. [**Enllaç aquí**](#)



TRAVESSES KIDS I RELLEUS:

En finalitzar les tres distàncies competitives, es realitzaran les traveses kids i de relleus per equips, ambdues de caracter Solidari.

La temporada 2025 destinarem els 100% dels ingressos a la Fundació per la investigació de la diabetis **AREDI**, no hi ha premis ni classificació i són un final de festa a un intens matí de natació.

INSCRIPCIONS:

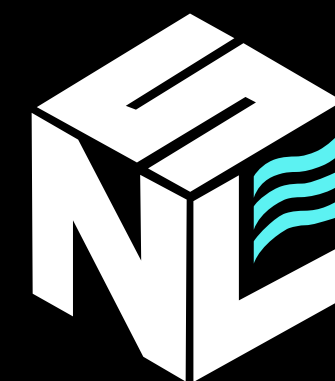
Es podran realitzar de **manera presencial a la carpa de recollida de dorsals**, el mateix dia de la prova i el dia abans en horari de recollida.

DISTANCIES KIDS: 100-200 metres.

DISTANCIES RELLEUS: Una volta a un circuit de 400 metres per participant.
(4 participants per equip)



Gràcies!



SWIM no limits

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

-Mail:
info@swimnolimits.com

-Web:
www.swimnolimits.com

