

LLIGA'T A LA VIDA – TRAIL



Lliga't a la vida-Trail és un repte esportiu i solidari sense precedents a la província de Tarragona. Consisteix en una carrera de 100km amb sortida/arribada al Port de Tarragona i que recorrerà diferents municipis del Tarragonès, Baix Penedès i l'Alt Camp amb caràcter benèfic.



100 KM



**SORTIDA I
ARRIBADA:
PORT DE
TARRAGONA**



**29 I 30
D'OCTUBRE
DE 2022**



**LÍMIT 26
HORES**



**EQUIPS DE 6
O 7
PERSONES**

La prova està dissenyada per poder realitzar-la corrent o caminant, amb un límit horari de 26 hores per finalitzar-la. Es fa en equip. Durant tot el recorregut és condició indispensable que com a mínim hi hagi sempre 3 membres de l'equip en cursa, podent fer relleus la resta de l'equip en els diferents punts d'avituallament/control situats cada 10km aproximadament.



**MINIM 6 - MÀXIM
7 MEMBRES**



**3 EN CURSA + 1
SUPORT**



**RELLEUS CADA 10
KM**



LIMIT 80 EQUIPS

REQUISITS

Vols participar en el repte?

El requisit indispensable per poder participar i prendre la sortida, és recaptar com a mínim 700€ per equip durant els mesos previs a la cursa i, a partir de fer la inscripció. Estem segurs que no suposarà cap problema en aconseguir l'objectiu. En qualsevol cas, des de l'organització us donarem algunes idees. A la pàgina web oficial (www.lligatalavida.cat) cada equip tindrà un espai on amics i familiars podran fer donacions. Aconsellem per tant, que la inscripció es faci aviat. D'aquesta manera hi haurà temps suficient per recaptar.

		
SOLIDARITAT	ESPORT	COMUNITAT
Un projecte solidari en benefici de la lluita contra el càncer.	Un repte esportiu en equip on la suma de l'esforç de cada component us convertirà en FINISHER	També persegueix l'objectiu de crear comunitat entre tots els participants.

Tota la recaptació anirà íntegrament destinada a la Lliga Contra el Càncer de les Comarques de Tarragona i Terres de l'Ebre, en projectes que millorin la qualitat de vida dels pacients amb càncer de la província de Tarragona, així com fomentar la investigació amb projectes innovadors.



LLIGA CONTRA EL CÀNCER
Comarques de Tarragona i Terres de l'Ebre



Com ens pots ajudar?

Si t'agrada l'esport (trail, running o senderisme), la natura, i gaudir d'una gran festa solidària, us animem a que formeu equip i us inscriviu a **"Lliga't a la vida-Trail"**. Estem preparant un gran repte amb molta il·lusió. Cada població del recorregut us acollirà amb els braços oberts, cuidant fins al mínim detall per donar-vos força perquè arribeu a meta. Comptarem amb el suport de tots els ajuntaments, i sobretot per un munt de voluntari/es de la Lliga Contra el Càncer.

Com més equips siguem, major serà la recaptació i per tant, més projectes posarem en marxa per millorar la qualitat de vida dels pacients oncològics de la nostra província.



Com oncòleg mèdic i amant de l'esport a la muntanya, m'omple d'orgull i entusiasme formar part en l'organització d'aquest gran projecte de la mà de la Lliga Contra el Càncer de les Comarques de Tarragona i Terres de l'Ebre. Esperem que siguem molts equips.

Sergio Peralta Muñoz, oncòleg mèdic

Si voleu més informació, podeu accedir a: www.lligatalavida.cat.

Instagram: @lligatalavida

@KMxTU

Web Lliga: www.lligacontraelcancer.cat

**L'AMOR A L'ESPORT
AMB LA SOLIDARITAT**