



ULTRA CLEAN MARATHON

22 MARÇ '25 OSONA (VIC)

**LA CURSA
SOSTENIBLE I
SOLIDÀRIA
AMB LA NATURA**

Teambuilding per empreses

QUÈ ÉS?

L'**Ultra Clean Marathon (UCM)** és un gran repte esportiu i ambiental. Vol activar la consciència ambiental entre les persones esportistes, i apel·lar a la seva capacitat d'acció per la natura.

Per això l'UCM és una cursa on es corre, es **recullen residus abandonats** als espais naturals (**plogging**), es coneixen els **problemes ambientals** en cada punt d'avituellament i es dona l'import de les inscripcions a **projectes de conservació de la natura i defensa del medi ambient**.

A més a més, la cursa **s'organitza de forma sostenible per contribuir a promoure les curses i activitats esportives, solidàries i alhora sostenibles**.

Defensem que el millor residu és aquell que no es genera.



OBJECTIUS DE LA CURSA



- ▶ **Activar la consciència ambiental** entres les persones esportistes, a través de la prevenció de residus i el suport a projectes de conservació de la natura de Catalunya.
- ▶ **Promoure el plogging** com a pràctica esportiva que combina la recollida de residus amb el running.
- ▶ **Recollir donatius** per fer possibles projectes de conservació de la natura de les entitats ambiental a Catalunya
- ▶ Esdevenir la cursa sostenible referent del trail running , **que reballa per generar zero residus en la seva organització i minimitzar les emissions emeses.**



DADES GENERALS

QUAN? Dissabte 22 de març del 2025

CATEGORIES DE LA CURSA

- ▶ **Circuit curt caminant: 36 km**
Per equips d'entre 2 i 6 persones
- ▶ **Circuit curt corrent: 36 km**
Per equips d'entre 2 i 6 persones
- ▶ **Circuit llarg corrent: 60 km**
Per equips d'entre 2 i 12 persones

Es pot córrer/caminar tota la cursa o en trams de 10 km (fent relleus). S'habilitaran varis punts d'avituallament i canvi de relleu.

Corrent

60 KM
CIRCUIT LLARG

Entre 2 i 12
persones

**Corrent o
caminant**

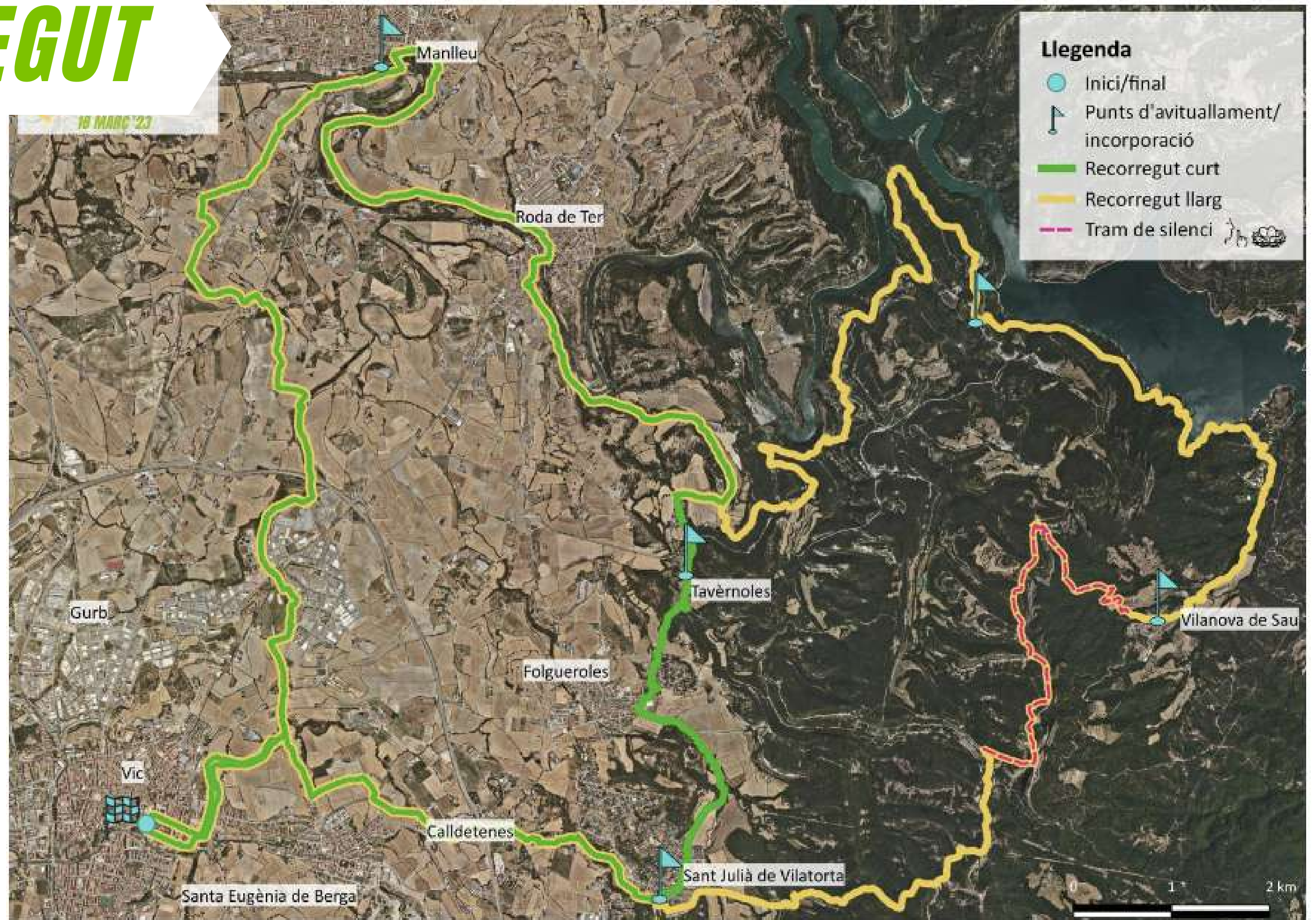
36 KM
CIRCUIT CURT

Entre 2 i 6
persones



RECORREGUT

Track dels dos circuits disponible a la web de l'UCM.



QUI HO PROMOU?

L'organitzem conjuntament la **Xarxa per a la Conservació de la Natura (XCN)** i l'**Agència de Residus de Catalunya (ARC)**.

A més a més la UCM compta amb un equip d'**ambaixadors**, figures públiques compromeses amb el medi ambient. En la passada edició van ser:

- ▶ **Anna Comet:** Guanyadora Marathon Des Sables 2022
- ▶ **Marta Molist:** Guanyadora ULTRA PIRINEU 2023
- ▶ **Gerard Morales (Blacky):** Campió Espanya Trail Running
- ▶ **Arcadi Alibés:** Periodista esportiu TV3 i amb 159 maratons corregudes per tot el món
- ▶ **Xavi Marina:** Especialista en proves per etapes (tipus MDS) per tot el món
- ▶ **Albert Bosch:** Aventurer, emprenedor, escriptor i conferenciant
- ▶ **Jesús Gellida:** Finisher Marathon Des Sables
- ▶ **Erika Núñez:** Ultra runner i profe de Ioga



CAUSES DE LA CURSA

La inscripció a la cursa és gratuïta. No obstant, per participar cal realitzar un donatiu mínim, que anirà destinat íntegrament a **3 projectes de conservació i restauració dels ecosistemes aquàtics promoguts per ONGs de Catalunya.**

1

Recuperem les
riberes del Fluvià
(Garrotxa)

2

Recuperem la
bassa del Miracle
(Solsonès)

3

Recuperem el
Barranc de Santes
Creus (Baix Ebre)

PER QUÈ ECOSISTEMES AQUÀTICS?

- La cursa es celebra el **Dia Mundial de l'Aigua**
- Els ecosistemes d'aigua dolça són dels més rics en biodiversitat però alhora dels **més amenaçats i degradats.**

- ▶ Cursa curta corrent/caminant: donatiu mínim de 300 €
- ▶ Cursa llarga corrent: donatiu mínim de 600 €

Els equips participants podran conèixer 1, 2 o els 3 projectes a través d'una **visita guiada a l'espai natural** on es realitzaran les actuacions amb el guiatge de les entitats que els duran a terme. S'establiran 3 dates de visita entre abril i maig del 2025 (1 per cada projecte), obertes a tots els participants de l'UCM.



PER QUÈ COL-LABORAR AMB LA UCM

***Per contribuir a
fer realitat
projectes
per recuperar
els nostres rius***



***Per promoure el treball
en equip i la solidaritat
a través del team
building esportiu i
ambiental***



***La UCM està subjecta
als beneficis fiscals
de la Llei de Mecenatge
(desgravable a l'impost de
societats o a la declaració de la
renda)***

***Per implicar la comunitat
local, amb la cursa i amb les
activitats paral·leles familiars***



***Per reforçar
el teu compromís
social
i de respecte
pel medi ambient***

UCM EN XIFRES

49 EQUIPS

27 EQUIPS

19.550€ RECAPTATS

12.650€ RECAPTATS

314 CORREDORS/ES

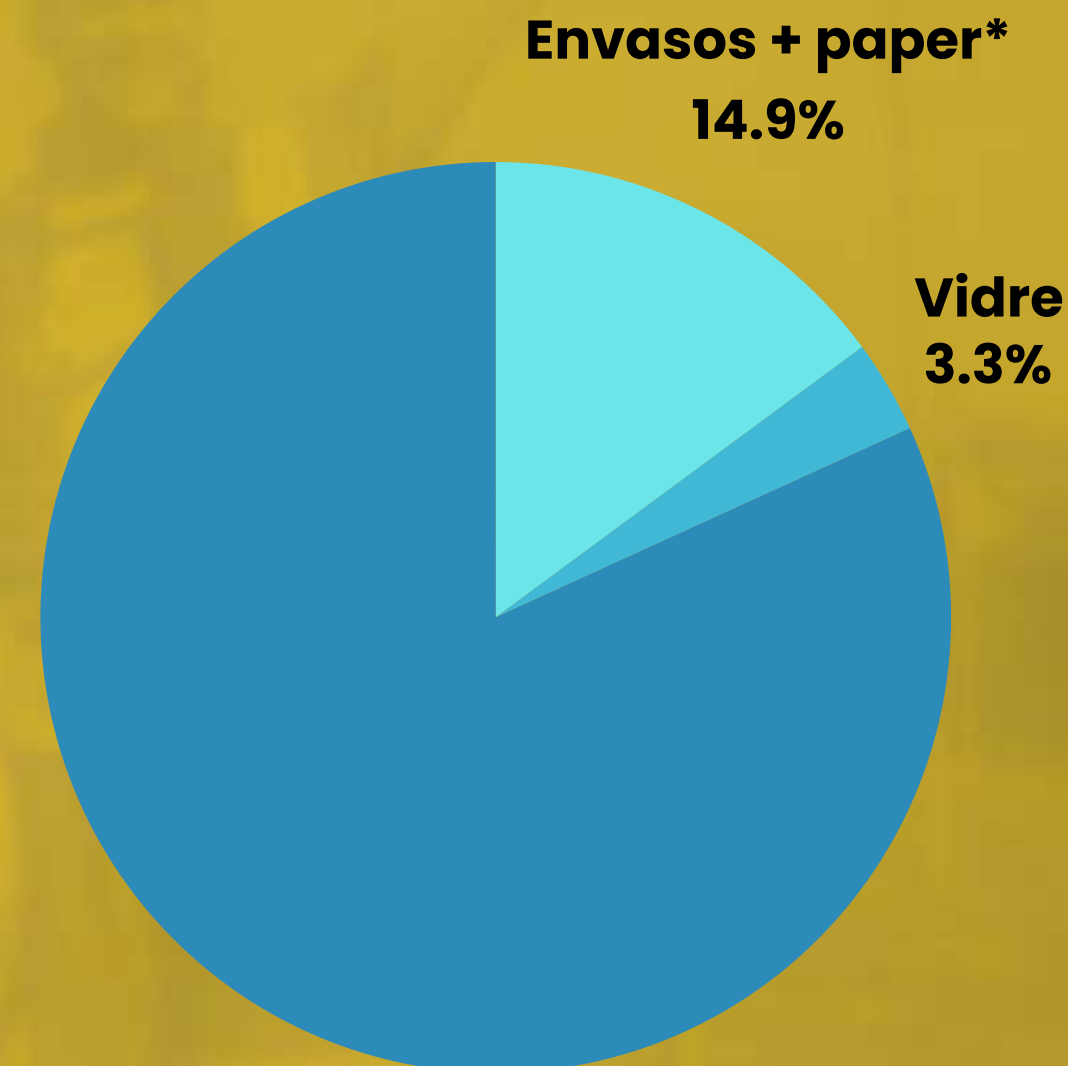
210 CORREDORS

Xifres de l'edició 2024

Xifres de l'edició 2023

1.038KG DE RESIDUS RECOLLITS

698KG DE RESIDUS RECOLLITS



Altres residus
81.8%

En la categoria altres residus es troben:

- Residus agrícoles
- Aparells electrònics
- Pneumàtics
- Ferralla
- Tèxtil
- Runa

*Osona té recollida Multiproducte

PREMIS



Circuit curt caminant

- ▶ Premi a l'equip més “pesat”: *aquell que reculli més residus*
- ▶ Premi a l'equip “stop burilles”: *aquell que reculli més burilles*

Circuit curt corrent

- ▶ Premi a l'equip més “pesat”: *aquell que reculli més residus*
- ▶ Premi a l'equip més ràpid: *aque que faci menor temps*
- ▶ Premi a l'equip més “plogger”: *aquell que faci millor combinació de temps + residus*

Circuit llarg corrent

- ▶ Premi a l'equip més “pesat”: *aquell que reculli més residus*
- ▶ Premi a l'equip més ràpid: *aquell que faci menor temps*
- ▶ Premi a l'equip més “plogger”: *aquell que faci millor combinació de temps + residus*
- ▶ Premi a l'equip que faci el donatiu més elevat



CONTACTE

93 886 61 35 /  687 74 92 68

equips@ultracleanmarathon.cat

www.ultracleanmarathon.cat

[GALERIA D'IMATGES](#)



ULTRA CLEAN
MARATHON