



Avda. Maria Cristina, 39 baixos  
Aptat de Correus 998  
43080 Tarragona  
Divendres de 20'30h a 21'30h  
<http://www.tinet.org/~cetfons>  
e-mail: [cetfons@tinnet.org](mailto:cetfons@tinnet.org)

## CIRCULAR JUNE 2007

### ACTIVITATS SOCIALS

\* **Balanç IX Cursa de Sant Llorenç-La Mina:** un any més hem de fer un balanç molt positiu de la cursa de la Mina ja que així ens ho van manifestar els més de 400 participants que hi van prendre part. Des d'aquí volem agrair molt l'ajuda de tots els voluntaris que van col·laborar (i molt!) en les tasques organitzatives i també de tots els socis/es que van participar a la cursa. Gràcies a tots/es!

### PROPERES CURSES

#### Curses en ruta

\* **23 de Juny: Medio-Maratón Villa de Benasque**

[www.turismobenasque.com/maraton.asp](http://www.turismobenasque.com/maraton.asp)

\* **30 de Juny: Cursa Popular de Premià, 10Km**

[www.atletisme.com/classificacions/premia/](http://www.atletisme.com/classificacions/premia/)

\* **8 de Juliol: Mitja-Marató de la Cursa del Llop (Caro) a Tortosa: 21,097 km amb 1.100m de desnivell acumulat.** [www.cursadelllop.com](http://www.cursadelllop.com)

#### Curses de muntanya

\* **24 de Juny: Cursa de Muntanya Pedraforca-Saldes de 13,3 Km**

[www.mountainrunners.tandemesports.com/web\\_cursa\\_pedra/index\\_pedra.html](http://www.mountainrunners.tandemesports.com/web_cursa_pedra/index_pedra.html)

\* **30 de Juny: Travessa Nocturna Fredes – Paüls de 50 km** [www.uctortosa.org](http://www.uctortosa.org)

\* **30 de Juny: Travessa Núria-Queralt** <http://usuarios.lycos.es/amberguedans/>

Aquest mes de Juny teniu dues possibilitats força assequibles per aquells que vulgueu provar-ne alguna d'aquesta modalitat:

\* **17 de Juny: I Cursa de Muntanya a Capçanes, 13,7 Km**

[www.cursadecapcanes.ppcc.cat](http://www.cursadecapcanes.ppcc.cat)

\* **24 de Juny: Pujada a l'Ermita de Sant Joan a Montblanc, 10Km**

[www.atletisme.com/clubs/montblanc/](http://www.atletisme.com/clubs/montblanc/)

I durant aquest mes de Juny s'obren també les travesses d'Alta Muntanya de **La Porta del Cel (65 Km, [www.laportadelcel.com](http://www.laportadelcel.com))**, **Cavalls del Vent (97 Km, [www.cavallsdelvent.com](http://www.cavallsdelvent.com))** i **Carros de Foc (65 Km, [www.carrosdefoc.com/](http://www.carrosdefoc.com/))**

### ALTRES TEMES

\* **Entrenaments dominicals pels voltants de la ciutat:** fins a finals de Juliol, seguim sortint en grup cada diumenge a les 8:30h des de la Plaça Cronista Sessé.

\* **Samarretes d'entrenament de CoolMax:** en breu disposarem ja de la comanda de samarretes perquè pugueu entrenar amb elles aquest estiu. Tan aviat com ens arribin us ho farem saber perquè les passeu a recollir. No tindran cap cost pels socis/es de **Tarragona Fondistes**.

Rebeu una cordial salutació,

**La junta directiva  
Tarragona Fondistes**