

# A peu o sobre rodes, la festa convida a l'exercici



La sortida en l'edició de l'any passat de la Cursa Nocturna Ciutat de L'Hospitalet, a la plaça d'Europa

**Esport popular.** La Cursa Nocturna Ciutat de L'Hospitalet i l'Enroda't a L'H, cites esportives destacades de les Festes de Primavera

La Cursa Nocturna tindrà lloc el dissabte 22 d'abril en un circuit urbà a l'entorn de la plaça d'Europa i del Districte Econòmic, mentre que la Festa de la bicicleta, dels patins i de les bicis adaptades se celebrarà durant el matí del 23 d'abril en un circuit urbà per diversos barris.

La 8a Cursa Nocturna consta de dues proves, una de 10 quilòmetres i l'altra de 5 quilòmetres, que transcorren per un circuit força planer amb la plaça d'Europa com a punt de sortida i arribada. En aquesta edició, es consolida el recorregut de la prova més llarga i el circuit passarà de nou per la trama urbana dels barris de Santa Eulàlia i del Centre, en comptes dels carrers del Districte Econòmic. El punt d'avitallament de meitat de carrera en aquesta distància llarga estarà

situat de nou al mig de l'avinguda del Carrilet, on també hi haurà un punt d'animació especial.

Les inscripcions resten obertes fins al 19 d'abril, a través del web ([cursanocturnalh.cat](http://cursanocturnalh.cat)), o fins al 13 d'abril si es fan presencials (als poliesportius municipals de Gornal i Bellvitge Sergio Manzano, GM Esports, Decathlon Gran Via 2 i a les botigues Intersports i Bikila de Barcelona), sempre que no s'arribi abans als 6.000 inscrits, moment en el qual es tancarien les inscripcions.

**La Cursa Nocturna tindrà lloc el 22 d'abril, i l'Enroda't, el dia de Sant Jordi**

El mínim d'edat per participar-hi és de 14 anys en la prova curta i 16 anys en la distància més llarga. Els preus oscil·len entre 10 i 15 euros, en funció de la distància i de si es lloga o no el xip per al sistema de cronometratge telemàtic. La inscripció inclou les assegurances mèdiques, l'assistència sanitària, l'avitallament, la festa després de la cursa amb plat de carbohidrats i un refresc, servei de massatge de recuperació, guarda-roba, aparcament al recinte comercial Gran Via 2 (en funció de l'aforament) i dutxes i vestidors.

La causa solidària amb la qual col·labora enguany la Cursa Nocturna és un projecte de l'Associació Catalana de Fibrosi Quística. Es pot fer una donació d'un euro en el moment de la inscripció. De forma paral·lela s'han convocat dos concursos fotogràfics a la xarxa Instagram: un de previ, sobre la preparació de la Cursa Nocturna com a repte, i un altre amb les imatges realitzades durant la competició. ■

## ENRODA'T A L'HOSPITALET



L'Enroda't, la passejada amb bicicleta, patins i bicis adaptades per circuit urbà, tindrà lloc el 23 d'abril a les 10h. Sortirà de la plaça d'Europa i farà un recorregut de nou quilòmetres per Santa Eulàlia, Bellvitge, Gornal i Sant Josep. L'activitat és gratuïta i oberta a tothom. No cal inscripció prèvia, però és obligatori l'ús del casc. Els participants rebran un obsequi i avitallament d'aigua. En paral·lel, diverses entitats organitzaran a la plaça d'Europa activitats lúdiques i esportives per a totes les edats.