



---

# L'Ultra Clean Marathon torna el Dia Mundial del Medi Ambient

**Crida per a la creació d'equips a 3 mesos exactes  
de la cursa que uneix esport i solidaritat per la natura.**

**La maratón de *plogging* vol donar suport a les entitats ambientals i  
denunciar la presència de residus abandonats als espais naturals.**

---

*L'Ultra Clean Marathon reforça el seu missatge ambiental i fa una crida a les  
persones amants de la natura i l'esport a crear equips quan faltin exactament 3  
mesos pel 5 de juny, Dia mundial del Medi ambient.*

---

## **Un repte pels propers 3 mesos**

Mai podrem dir que del 2020 no n'hem tret aprenentatges: la paciència, la perseverança, la solidaritat, i, sobretot, la salut i la natura. Maltractar la natura provoca zoonosi i les zoonosis pandèmies, i amb elles ens hi juguem la nostra manera de viure, de fet, ens hi juguem la vida.

Anar a l'arrel del problema vol dir protegir la natura, que rep amenaces contínues.

Ferma amb el seu compromís l'Ultra Clean Marathon fa una crida a les persones amants de l'esport a fer un pas endavant i implicar-se en la protecció de la natura. A tres mesos exactes per l'esdeveniment, convida els equips a triar causa ambiental, inscriure's i entrenar.

## **Feina en equip: repartint la ruta**

Cada equip ha de recórrer la cursa sencera, però es poden repartir els trams fent relleus. Els punts d'entrada i sortida seran cada 10 quilòmetres, en els quals es poden fer el canvi els corredors o corredores. Alguns components correran doncs pel Vallès, altres per Collserola, altres pel riu Besòs i altres vora la mar Mediterrània.

En tot moment, 2 companys correran alhora.

## **Modalitat plogging: una mirada atenta a l'entorn**

Segurament és la modalitat de cursa més nova que existeix, però veu la seva popularitat s'estén dia a dia. Físicament complementa la cursa o el caminar de pressa amb ajupir-se. S'aprèn a observar el paisatge amb una mirada atenta, amb un resultat gratificant, tant per l'activitat física com per haver deixat una petjada positiva en el medi.

El plogging és un instrument per la millora de l'entorn, però sobretot, mira a visibilitzar la gravetat del problema dels residus abandonats en els espais naturals.

No només temps o residus seran puntuables. L'UCM vol activar una mirada conscient dels esportistes sobre l'entorn, i per això les persones participants hauran de compartir a Instagram les seves observacions sobre el medi natural, identificant impactes, positius o negatius, de l'ésser humà sobre el medi.

## **Compromís amb la natura**

Cada equip es vincula amb una de les ONG ambientals que actuen per la conservació de la natura a Catalunya. Entitats que treballen per diverses comarques, restaurant hàbitats i protegint espècies, amb una feina incansable i sovint desconeguda.

Els equips trien per afinitat la causa ambiental per la qual corren i es comprometen a aportar 600 € a través de la inscripció-donació.

## **Organització sostenible**

Els criteris de l'esport sostenible són els que regeixen els aspectes tècnics de la cursa: no hi haurà senyalitzacions en plàstic, els tracks seran digitals, prevaldran els accessos amb transport públic, es farà ús d'ampolles o gots reutilitzables i els avituallaments seran ecològics i de proximitat.

## **Impuls de les entitats, administracions i empreses**

L'Ultra Clean Marathon representa un model de col·laboració: està impulsada des de l'entitat sense afany de lucre Xarxa per a la Conservació de la Natura i l'Agència de residus de Catalunya, amb el suport de les empreses BBVA i Urbaser i la col·laboració dels ajuntaments dels municipis per on transcorre.

Vol ser un esdeveniment col·laboratiu i convida a participar ciutadania, administracions i empreses creant equips o oferint el seu suport a la cursa a través de donacions.

La d'enguany és la 3a edició.

Barcelona, 5 de març 2020

---

### **CONTACTE:**

[info@ultracleanmarathon.cat](mailto:info@ultracleanmarathon.cat)

Sandra Carrera 605 56 11 37

Anna Parisi 649 67 11 63



**5 DE JUNY 2021**

**DIA MUNDIAL DEL MEDI AMBIENT**



**#UCM2021**

**WWW.ULTRACLEANMARATHON.CAT**



**CONTACTE:**

[info@ultracleanmarathon.cat](mailto:info@ultracleanmarathon.cat)

Sandra Carrera 605 56 11 37

Anna Parisi 649 67 11 63