

Treball de Fi de Grau

Títol

Repte Pirineus 3.000

Autoria

Ivette Mañalich Cortada

Professorat tutor

Joan Vila

Grau

Comunicació Audiovisual

Tipus de TFG

Projecte

Data

22/05/20

Full resum del TFG

Títol del Treball Fi de Grau:

Català: Repte Pirineus 3.000

Castellà: Reto Pirineos 3.000

Anglès: Pyrenees 3.000 Challenge

Autoria: Ivette Mañalich Cortada

**Professorat
tutor:** Joan Vila

Curs: 2019/20

Grau: Comunicació Audiovisual

Paraules clau (mínim 3)

Català: Documental, muntanya, esport

Castellà: Documental, montaña, deporte

Anglès: Documentary, mountain, sport

Resum del Treball Fi de Grau (extensió màxima 100 paraules)

Català: Producció d'un documental d'esport de muntanya: Repte Pirineus 3.000.
El treball plasma tota la documentació i tasques necessàries per poder desenvolupar un projecte documental, des de la ideació, passant per totes les fases de guionització, producció, cerca de finançament i fins a l'explotació comercial.

Castellà: Producción de un documental de deporte de montaña: Reto Pirineos 3.000.
El trabajo plasma toda la documentación y tareas necesarias para poder desarrollar un proyecto documental, desde la ideación, pasando por todas las fases de guionización, producción, búsqueda de financiación y hasta la explotación comercial.

Anglès: Production of a mountain sports documentary: Pyrenees 3,000 Challenge .
The document includes all the documentation and tasks necessary to be able to develop a documentary project, from the idea, through all the phases of script, production, search of financing and and commercial exploitation.

A person in a white tank top and black shorts is captured mid-jump over a dark, rocky ridge. The background features a vast landscape of green hills under a dramatic sky with orange and blue hues from a sunset or sunrise. The title 'REPTÉ PIRINEUS' is overlaid in large, white, sans-serif capital letters.

REPTÉ PIRINEUS

3.000

protagonitzat per CESC MARTÍNEZ
edició SONIA LÓPEZ LÍDIA LIZANCOS direcció de fotografia IVETTE MANYALICH
producció LAURA SOLER producció executiva IVETTE MANYALICH
direcció IVETTE MANYALICH

INDEX

INTRODUCCIÓ	6
PRESENTACIÓ FORMAL DEL PROJECTE	9
1.1.1 IDEACIÓ I GUIONITZACIÓ	9
Introducció al trailrunning, l'alpinisme i la seva evolució	9
El repte	10
Reptes i expedicions similars	12
Trajectòria del protagonista	13
Per què això? Per què ara?	14
Documentals i pel·lícules similars	14
1.2 PRE-PRODUCCIÓ	14
Documentació prèvia	14
Equip de rodatge	15
Dronista	18
Sinopsi	18
Escaleta	18
Guió tècnic-literari	24
Concepte global del Tractament	33
1.3 PRODUCCIÓ	41
Pla de Rodatge	41
Call Sheets	42
Permisos de gravació	43
1.4 POST-PRODUCCIÓ	45
1.5 COMERCIALITZACIÓ	46
Justificació de la sortida de mercat	46
Disseny de la distribució	47
Disseny gràfic	51
Disseny de la promoció	52
1. 6 PRESSUPOST	55
Disseny del pla de finançament	55
Pressupost de Despeses	59
Pressupost d'Ingressos	62
Balanç de pressupostos	62
CONCLUSIÓ	63
ANNEX	64

INTRODUCCIÓ

PRESENTACIÓ DEL TREBALL

Aquest Treball de Fi de Grau (TFG) consisteix en la creació i preparació prèvia d'un documental sobre un repte esportiu del jove alpinista i *trailrunner* català Cesc Martínez. El documental es titula *Repte Pirineus 3.000*.

El documental explica la història d'un jove *trailrunner* de tan sols 22 anys que es proposa enllaçar els 11 cims de més de 3.000 metres d'alçada del Pirineu català.

A banda de superar aquesta gran quantitat de quilòmetres i desnivell en solitari i amb el mínim material, pretén fer-ho només en 72 hores i sense utilitzar cap transport a motor per desplaçar-se d'un punt a l'altre.

L'objectiu d'aquest documental és mostrar, a través de la superació d'un repte esportiu, que no cal formar part de l'elit esportiva per aconseguir les teves metes. En el film es podran veure les complicacions, tant físiques com psicològiques, que suposa una aventura com aquesta, ja que implica moltes hores d'esforç, exposició constant als diversos perills de la muntanya i el perill afegit de realitzar aquesta gran travessa en solitari i amb el material mínim.

La intenció del documental, per tant, és mostrar de la forma més realista i propera possible tota la preparació que requereix un projecte com aquest. Per qualsevol repte a la muntanya la preparació física i mental de l'alpinista és crucial, però sense tota la logística que acompanya aquesta expedició, assolir el repte de la mateixa manera seria impossible. També s'ha d'afegir tota la logística extra que implica la filmació del trajecte, que pot complicar-ho tot.

Per tant, el treball consisteix en la pre-producció d'un projecte documental, i la producció d'un tràiler d'aquest. Donat que el termini per fer l'entrega d'aquest TFG és a mitjans de juny i l'expedició al Pirineu està prevista per a l'última setmana de juliol, no és possible tenir el rodatge fet en el moment de lliurar aquest TFG. És per això que l'objectiu màxim del treball és la filmació únicament del tràiler. Prenc aquesta decisió perquè avançar la gravació suposaria un perill afegit a la muntanya pel protagonista degut a la meteorologia, i en segon lloc perquè en

aquest moment concret de la producció no compto amb els recursos humans i econòmics suficients per dur a terme el rodatge complet d'un projecte d'aquesta envergadura.

Tot i això, la informació detallada i treballada en aquest treball permetria en un moment futur dur a terme el rodatge i la distribució del documental a través dels portals esmentats més endavant del treball.

MOTIUS I JUSTIFICACIÓ DEL PROJECTE

Com a creadora i directora d'aquest documental crec que és un projecte important i necessari pel missatge que aporta a la societat. Tot i que la trama principal del film és explicar la història i el repte físic i mental del protagonista, en segon pla, l'objectiu del documental és enviar un missatge d'encoratjament totes aquelles persones que tenen una meta, ja sigui a la muntanya o a la vida. A través de la història personal del protagonista del documental vull animar als espectadors a lluitar i treballar per aconseguir els seus objectius. Moltes vegades creiem que si no formem part de l'elit no tenim possibilitats, aquest documental és la prova de tot el contrari.

A banda d'aquest missatge encoratjador cap a joves esportistes i la resta de la societat, per a mi és un projecte essencial per poder posar en pràctica la meva passió per la imatge, la fotografia i la filmació juntament amb la natura i l'esport. Aquest és un projecte que em permetrà posar en pràctica els coneixements adquirits durant els quatre anys de Grau, i alhora poder fer un petit tast d'allò que m'agradaria fer a partir d'ara, documentals d'aventura i esport. Trobo aquest projecte especialment positiu per comprovar i demostrar-me quines són les eines de què dispenso per poder assolir els meus objectius professionals.

OBJECTE I OBJECTIUS

Com s'explica en l'apartat anterior, l'objectiu d'aquest projecte és per una banda idear i treballar tot el procés de creació i producció d'un documental d'aventura, esport i muntanya. D'altra banda, aquest projecte també compleix amb l'objectiu de transmetre un missatge: no cal ser de l'elit per aconseguir els nostres objectius. Des de la meua perspectiva aquest missatge es plasma tant en el contingut i argument del protagonista, com en la meua motivació com a directora per tirar endavant un projecte d'aquestes magnituds sense comptar amb un equip complet de

professionals ni una gran quantitat de recursos econòmics ni suport de grans productores audiovisuals.

A banda d'aquesta filmació, l'objectiu del projecte és plasmar i plantejar tota la preproducció necessària per dur a terme l'hipotètic rodatge del documental, desde la concreció de les localitzacions de rodatge, la guionització del tràiler i el documental, el pla de màrqueting i distribució, la cerca de finançament i la planificació del circuit d'explotació tant en festivals com en cadenes de televisió i altres plataformes de *streaming*.

CRITERIS METODOLÒGICS

La metodologia del treball serà la més aproximada possible a la metodologia que seguiria un equip i productora professionals.

La entrega del producte documental final no serà possible en els terminis d'entrega del TFG ja que per raons de seguretat i calendarització no podem avançar més el rodatge. Prenc aquesta decisió per no posar en risc al nostre protagonista, ja que avançar el rodatge implicaria que encara hi hagués molta neu a les cotes altes, i per tant un risc per ell, l'equip de rodatge, i l'èxit del projecte.

PRESENTACIÓ FORMAL DEL PROJECTE

1.1.1 IDEACIÓ I GUIONITZACIÓ

Aquest és un documental que plasma un missatge de superació vital a través d'un repte esportiu. Per poder empatitzar amb el nostre protagonista, además d'entendre les dificultats tècniques que involucren aquest projecte, és important conèixer l'essència i evolució d'aquest esport i la seva representació en documentals i pel·lícules. A més d'això, també és necessari entendre el significat que té l'esport i la natura pel protagonista. Per tant és important, tant en el treball escrit, com de forma visual en el documental i el tràiler, fer una bona contextualització de la disciplina esportiva i la visió del nostre protagonista respecte aquest esport.

Introducció al *trailrunning*, l'alpinisme i la seva evolució

Les curses per muntanya, conegudes més popularment com curses de *trailrunning*, són una disciplina esportiva que ha crescut exponencialment desde la seva aparició. Podem observar un creixement del 1.000% en l'organització de curses d'aquesta disciplina desde el 2008 fins al 2019. La globalització i el creixent interès per l'esport a l'aire lliure han fet que aquest esport arribi a la situació en que cada cap de setmana es celebren diverses curses arreu del món (Ullé, 2019). El *trailrunning* és un esport que no ha parat d'evolucionar i buscar reptes cada cop més visionaris. La tendència actual és de buscar cada cop distàncies més llargues, realitzar-les en el mínim temps possible i utilitzant el mínim material i ajuda externa possible.

Quant a l'alpinisme, és una “activitat esportiva relacionada amb l'excursionisme que consisteix a fer ascensions a les muntanyes, normalment per vies de dificultat variable que requereixen equipament específic a més de tècniques de progressió i seguretat determinades.” (Roma, sense data). Aquesta és una disciplina important pel desenvolupament del repte del nostre protagonista, ja que tot i que la gran part del recorregut consisteix en una travessia de *trailrunning*, hi ha seccions en què el nostre protagonista ha de superar passos amb una major dificultat tècnica i que per tant requereixen coneixement de les tècniques de progressió alpina.

El repte

El repte consisteix en enllaçar en 3 dies els 11 cims de més de 3.000 metres d'alçada del Pirineu català. El primer dia el nostre protagonista encadena els cims de Rodó de Canalbona, Punta Gabarró, Pica d'Estats, Pic Verdaguer, Montcalm i el Pic de Sotllo al Pallars Sobirà. El segon dia recorre més de 119 quilòmetres en bicicleta de carretera per passar del Pallars Sobirà a l'Alta Ribagorça i finalment ascendeix el Punta Alta. Finalment, el tercer dia fa la travessa de la cresta dels Besiberris, corona el Pic de Comaloformo i finalment fa el Tuc de Molieres a la Vall d'Aran. A banda de superar aquesta gran quantitat de quilòmetres i desnivell en solitari i amb el mínim material, el nostre protagonista pretén fer-ho sense utilitzar cap transport a motor per desplaçar-se d'un punt a l'altre. L'aventura suma un total de 207,5 quilòmetres i més de 9.550 metres de desnivell positiu.

44,5km _2.552D+

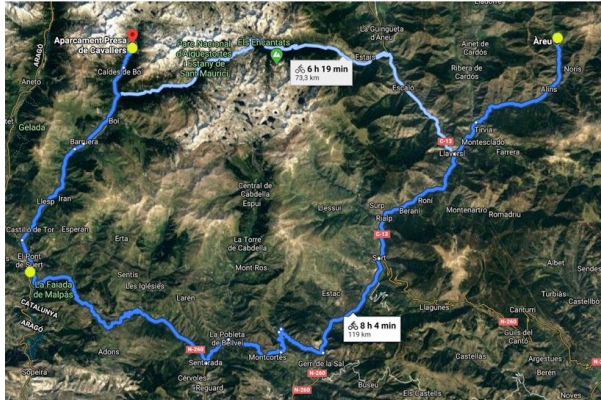


Punt de sortida _ Refugi de Vallferrera

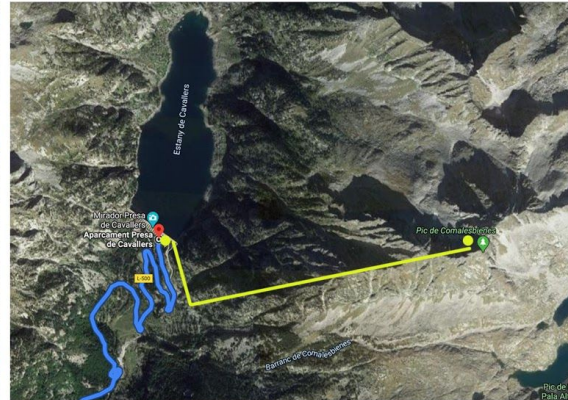


Recorregut dia 1

129km _3.729D+

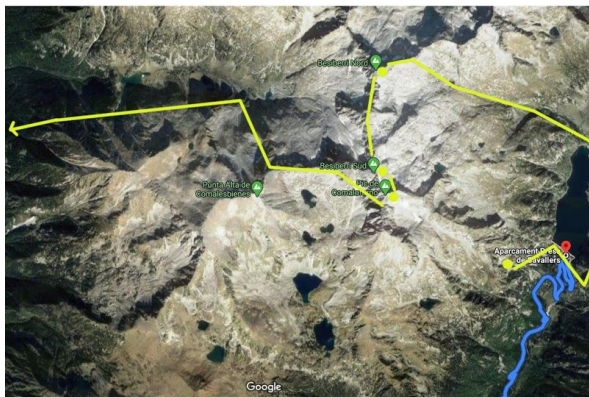


Recorregut en bicicleta de carretera
119km



cim del Punta Alta, dia 2

33km _3.000D+



Besiberris i Comaloforno



Molières

Reptes i expedicions similars

Tot i que la meta del Cesc és un gran objectiu que pocs esportistes es plantegen, no és el primer corredor que es planteja aquest tipus de repte. Amb anterioritat a en Cesc hi ha el RETO Omegafort de l'ultrafondista Arnau Julià. L'objectiu de Julià era el mateix: encadenar tots els cims de més de 3.000 metres d'alçada de Catalunya. Arnau Julià va dur a terme aquest repte l'any 2014 amb el mateix recorregut que el nostre protagonista però en sentit contrari i el va completar en 26 hores i 25 minuts.

Tot i que el repte de l'Arnau Julià és el més proper en quant a geografia, distàncies i desnivell al repte del Cesc no ha sigut la seva inspiració principal. En primer lloc perquè va descobrir aquest esportista i el seu rècord posteriorment a plantejar-s'ho ell mateix, i perquè els seus ídols i inspiracions per la muntanya són uns altres. Aquest és el cas del corredor de muntanya Kilian Jornet i l'alpinista Ueli Steck. En el cas d'en Kilian, ell és una de les majors inspiracions i motivacions del nostre protagonista. En el seu repte agafa l'estil de Jornet de córrer per muntanya a alta velocitat i poc material. En el cas d'en Ueli Steck, el nostre protagonista s'inspira en un dels reptes d'aquest alpinista: encadenar els 82 cims de 4.000 metres d'alçada dels Alps. El que més inspira el repte del Cesc és que el plantejament de Steck és realitzar la travessia sense utilitzar cap transport motor, per així realitzar-ho de la manera més pura possible per l'entorn i l'esport.

Aquesta informació seria interessant mostrar-la en el moment del documental en el qual en Cesc presenta el repte i explica quines són les seves inspiracions i referents esportius. És una informació important a mostrar ja que aquestes dues persones, tant en Kilian com en Ueli, han marcat un gran impacte en la personalitat del nostre protagonista. Són dos referents que el motiven dia a dia a seguir entrenant, i són dos esportistes que en moments durs, com són els que es trobarà durant el rodatge i execució del repte, el motivaran a seguir endavant fins al final.

Trajectòria del protagonista

El nostre protagonista, Cesc Martínez Riera, va començar des de ben petit a fer sortides a la muntanya, per tant el contacte amb la natura és molt natural i essencial per ell. Només amb 12 anys ja feia cims de més de 3.000 metres d'alçada, per tant podem veure que la seva preparació física i mental va començar des de ben jove.

A l'etapa de l'adolescència, mentre els seus companys de classe dedicaven les tardes a estudiar o sortir amb els amics, en Cesc va entrar en una etapa de reflexió i descobriment personal que el va portar a veure la banalitat i superficialitat de la societat. Aquests anys són un moment clau per al descobriment i el forjament de la personalitat de qualsevol individu, i ell va descobrir la seva via

d'escapament, el *trailrunning*, un esport que el va apassionar des del primer instant, ja que li permet allunyar-se d'allò que no necessitava i no dependre de ningú.

Quan feia poc temps que entrenava va trobar inspiració en referents com en Kilian Jornet, que el van motivar a entrenar dur per aconseguir acabar el seu primer Ultra Trail, una cursa de més 86 quilòmetres. Tot i que cada temporada és diferent, amb el pas dels anys ha seguit entrenant dur i complint objectius que s'ha anat proposant.

Tot això es veurà plasmat en el documental ja que és factor que ha marcat molt al nostre protagonista per seguir millorant en aquest esport. Aquesta informació és clau per entendre les motivacions més profundes del nostre personatge, per tant seria interessant mostrar-ho en moments més íntims del documental..

Per què això? Per què ara?

Ara, després d'una temporada dura i amb poca motivació, era el moment de tornar a somiar.

La idea està inspirada per un dels millors alpinistes del món. El suís Ueli Steck ha estat un dels més grans referents per al nostre protagonista, com a alpinista, però també com a persona, tot i la seva mort l'abril del 2017. L'any 2015 Steck va encadenar tots els cims de més de 4.000 metres dels Alps, un total de 82 cims en 3 mesos, i sense utilitzar cap transport amb motor. Ara, tres anys després de la seva mort, el nostre protagonista es planteja aconseguir el mateix repte a nivell del territori català.

Documentals i pel·lícules similars

Quant a films similars existeixen moltes referències, com per exemple el mini-documental de Kilian Jornet "*A Long Day Out*", el mini-documental de la maratoniana Emelie Forsberg "*Kungsleden*", el documental que segueix l'aventura de Ueli Steck: "*82 summits in 62 days*". En definitiva, existeixen molts documentals i pel·lícules similars en estètica, temàtica i narrativa d'aquest projecte, però aquestes són les principals inspiracions.

1.2 PRE-PRODUCCIÓ

Documentació prèvia

Les següents taules presenten de forma esquemàtica tota la informació rellevant per l'equip de rodatge durant els dies de gravació, com els hospitals més propers, supermercats i els allotjaments de cada dia.

Aquesta informació es farà arribar per correu electrònic a tots els membres citats al rodatge.

DIA 0; 27/07/20

A la localització de gravació de Àreu no hi ha supermercats, per tal de destinar la mínima part del pressupost a costos d'alimentació i altres, es recomana comprar menjar en un supermercat de Terrassa o durant el camí fins a Àreu.

	nom	contacte	adreça	info
Allotjament	Camping Pica d'Estats	973 62 43 47	carrer de les afores s/n, 25575 Àreu, Lleida	WIFI gratuït
		654 757 221		
Àpats	La força d'Àreu	616 99 83 68	Av. Joaquim Morelló, 9 BAJO, 25580, Esterri d'Àneu, LLEIDA	només accepten targeta
	Bar Pujades	933 86 26 53		
	Coaliment			
Hospitals	Hospital Nostra Sra. Meritxell	376 871 000	Carrer dels Escalls, AD700 Escaldes-Engordany, Andorra	1:30h en cotxe desde Àreu Obert 24 hores

DIA 1; 28/07/20

La localització de gravació és la mateixa, per tant la informació rellevant es manté igual que a la taula anterior.

DIA 2; 29/07/20

A la Presa de Cavallers no hi ha ni Bars ni Restaurants propers, ni tampoc supermercats. Cal aprofitar el recorregut de Àreu a la Vall de Boí per comprar el menjar necessari en un supermercat.

	nom	contacte	adreça	info
Allotjament	Camping Tatill	973 696 174	Carretera de Tatill, Km. 3, 25528 Tatill, Lleida	
		618 337 540		
Àpats	Casa Chep		11 Plaça de Santa Maria, 25528, la Vall de Boí	
	Supermercat		Passeig Sant Feliu, la Vall de Boí	
Hospitals	Francisco Alins Hospital	973 69 02 77	Carrer de Suix, 18, 25520 Pont de Suert (El), Lleida	30 minuts en cotxe desde Tatill

DIA 3; 30/07/20

A la localització d'inici de la gravació de no hi ha supermercats, però ja ens haurem abastit amb la compra del dia anterior. Al camping de finalització del rodatge del tercer dia hi ha supermercats, farmàcies i gasoliners a prop.

	nom	contacte	adreça	info
Allotjament	Val d'Aran Camper Park	638335625	Ctra. de França, 60, 62, 25530 Viella, Lleida	
Àpats	Caprabo		Ctra. de França, 60, 62, 25530 Viella, Lleida	a 50 metres del camping
Hospitals	Espitau Val d'Aran	973640004	Carrèr Espitau, 5, 25530 Viella, Lleida	obert 24 hores

Equip de rodatge

Direcció, Producció, Producció Executiva, Direcció de Fotografia



Productora

LAURA SOLER CARDENAS

19/09/1990 | 08222 Terrassa (Barcelona) | 680969916 | laurasolerardenas@gmail.com



EXPERIENCIA PROFESIONAL

AUDIOVISUAL:

- **Set PA / Runner**
 - Diciembre 2019: Sábado Películas SL – Largometraje *"A Perfect Enemy"* de Kike Maillo.
 - Noviembre 2019: MAMMA TEAM PRODUCTIONS – Spot *"Porsche Love Power"*.
 - Octubre 2019: ZOOPA – Spot *"Make It Happen"* para l'Agència Catalana del Turisme.
 - Septiembre 2019: AIGUA FILMS SL – Documental *Sense Ficció "L'Amenaza Incandescent"* de Carles Caparrós
 - Marzo-Julio 2019: Set Màgic Audiovisual SL – Programa TVE *"Generación.es"* dirigido por Joan Costa y Anna Torras.
 - Junio 2019: Set Màgic Audiovisual SL – Serie documental *"Criaturas Legendarias"* dirigida por Miguel Sanchez Marín.
 - **Location Support / Blocker**
 - Febrero 2020: MAMMA TEAM PRODUCTIONS – Spot Bentley y Spot Seat Ibiza
 - Weekend Studio S.L. – Serie *NETFLIX Hache*
 - Vivi Films – Spot *Leah Tree*
 - GARAGE FILMS – Spot *Seat Leon*
 - Enero 2020: Widescope Productions – Spot *Burberry*
 - Noviembre 2019: Chica Morena Productions S.L.U. – serie Amazon Prime *"HANNA 2"* dirigida por David Farr.
 - Septiembre 2019: BLUR PRODUCCIONES SL – Spot *TOYOTA Corolla*.
 - Septiembre 2019: BLUR PRODUCCIONES SL – Spot *SEAT Tarraco*.
 - Julio 2019: La Mano de Dios Production SL – Serie Amazon Prime *"Maradona"*.
- **Refuerzo Producción**
 - Marzo 2019: Set Màgic Audiovisual SL – Tvmovie *"Exodo, de la batalla a la frontera"* de Roman Parrado.
- **Transcriptora documentales.**
 - Septiembre 2019 – Actualidad: AIGUA FILMS SL
- **Aprendiz Ayudante de cámara.**
 - Marzo 2020: Videoclip Sexo y Sopa de Boye. • Enero 2020 – Actualidad: David Arasa S.L.U.

OTROS SECTORES:

- Marzo - Diciembre 2018: **Chófer (Barcelona Ciudad y nacional)** en E.T.L.S.L. - Cliente: Office24
- Febrero 2018: **GPV (Gestor Punto de Venta)** Campañas Loréal y Maybelline en Caher Servicios al Marketing.
- Enero 2017 – febrero 2018: **Monitora natura y de tiempo libre** en Fundació Catalana de l'Espial.
- Enero - Octubre 2016: **Administrativa** en la Oficina Atención al Ciudadano de Barcelona (Arvato Bertelsmann)
- Experiencia en el sector **agrónomo y forestal y hotelería.**

Transcriptora documentales.

- Septiembre 2019 – Actualidad: AIGUA FILMS SL
- **Aprendiz Ayudante de cámara.**
 - Marzo 2020: Videoclip Sexo y Sopa de Boye. • Enero 2020 – Actualidad: David Arasa S.L.U.

OTROS SECTORES:

- Marzo - Diciembre 2018: **Chófer (Barcelona Ciudad y nacional)** en E.T.L.S.L. - Cliente: Office24
- Febrero 2018: **GPV (Gestor Punto de Venta)** Campañas Loréal y Maybelline en Caher Servicios al Marketing.
- Enero 2017 – febrero 2018: **Monitora natura y de tiempo libre** en Fundació Catalana de l'Espial.
- Enero - Octubre 2016: **Administrativa** en la Oficina Atención al Ciudadano de Barcelona (Arvato Bertelsmann)
- Experiencia en el sector **agrónomo y forestal y hotelería.**

FORMACIÓN REGLADA

- 2019 – Actualidad: **Grado en Comunicación** en la Universitat Oberta de Catalunya.
- 2011 - 2013: **GSFP en Gestión i Organització de los Recursos Naturales i Paisajísticos.** ECA Solsonès.

FORMACIÓN COMPLEMENTARIA

- 2018 (4 horas) **Primeros Auxilios.** Creu Roja.
- 2018 (4 horas) **Prevención de riesgos laborales e impacto ambiental.** Fundació Catalana de l'Espial.
- 2017 (30 horas) **Monitor actividades de educación en el tiempo libre infantil y juvenil.** Fundació Pere Tarrés.

HABILIDADES TÉCNICAS

- **Habituada a los equipos audiovisuales.**
- **Pack office, Adobe Premiere Pro, Adobe Photoshop**
- **Miramon, ArGIS**
- **Habituada a la conducción de furgonetas y camiones de 3.500kg**
- **Experiencia atención al público y al cliente.**

IDIOMAS:

- **Lenguas maternas: Catalán y Castellano**
- **Inglés** Hablado: **medio-alto** Escrito: **alto** Leído: **alto**

INFORMACION ADICIONAL:

- **CARNET DE CONDUCTOR B y furgoneta propia 5 plazas.**
- **Disponibilidad para viajar.**

Muntatge i Filmació

Sonia López Porto
Montadora, Realizadora y
Animadora Motion Graphics



Tel. +34 680 007 160

e-mail sonialopezporto@gmail.com

vimeo [sonialopezporto](https://vimeo.com/sonialopezporto)

linkedin <https://www.linkedin.com/in/sonialopezporto/>

Educación

- 2019 **Montaje y Postproducción de Audiovisuales**
CIFO / 510 horas.
- 2018 **Postproducción con After Effects**
CIFO / 160 horas.
- 2014 **Graduada Comunicación Audiovisual**
UNIVERSITAT POMPEU FABRA
- 2008 **Diplomada Arte Dramático**
COL·LEGI DEL TEATRE DE BARCELONA

Experiencia

- 2019 **BARROS DE IBIZA**
Creación de contenidos
Realización, Edición de vídeo y Motion Graphics.
- 2016 **ADV MARKETING Y COMUNICACIÓN**
Diseño Gráfico, Edición de vídeos y Comunicación de empresa
Diseño gráfico online/offline y realización de proyectos de comunicación visual para empresas como Chupa Chupa y F.C. Barcelona.
- 2016-Actual **ESQUIMA**
Tallerista de Medios Audiovisuales y Artes Escénicas
Talleres de cine dirigidos a personas con problemas de salud mental. Esquima es una asociación de familiares de enfermos mentales del Maresme y Maresme Sur.
- 2016 **CONSORCIO METRO DE LIMA**
Realización y Postproducción
Realización y Postproducción de diferentes videoreportajes sobre la construcción de la nueva línea de Metro de Lima (Perú) retransmitidos en diferentes medios de comunicación.
- 2015 **THERESSA JENATTA EDITORIALES**
Diseño Gráfico y Comunicación
Diseño gráfico, maquetación de libros infantiles y comunicación de empresa.
- 2014 **ASOCIACIÓN CULTURAL CONTRAPUNTO SOCIAL**
Tallerista de fotografía participativa
Colaboración puntual en la realización de talleres de fotografía participativa con grupos en riesgo de exclusión. Contrapunto es una asociación cultural española sin ánimo de lucro, que desarrolla proyectos culturales y sociales a través de actividades artísticas y educativas.

- 2013 **LA PLAGA**
2ª Unidad de cámara y ayudante de montaje
Largometraje documental dirigido por Neus Ballus y estrenado internacionalmente en la 63 edición de la BERLINALE. Ganador de un Oso a la mejor Ópera Prima y de cuatro premios GAUDI, entre ellos, mejor película catalana y mejor montaje.
- 2013 **EL KINOGRAF**
Ayudante de producción y postproducción
Productora audiovisual creada en Barcelona en 2005. Entre sus producciones hay documentales, programas de televisión y videomontajes.
- 2012 - 2013 **TUS QUIS ME RECUERDAN**
Ayudante de Dirección
Ayudante de dirección del largometraje TUS QUIS ME RECUERDAN. Trabajo final de carrera tutorizado por Gonzalo de Lucas.
- 2013 **MIRÓ, LA ESCALERA DE LA EVASIÓN**
Realización y Postproducción
Proyecto audiovisual para la exposición organizada conjuntamente por la Tate Modern y la Fundación Joan Miró de Barcelona. Realización y postproducción de cuatro de las piezas que en éste aparecen; las entrevistas realizadas a Pasqual Maragall, Tòrtell Pratons, Ramón Pelegrero y Pep Riera.
- 2012 - Actual **FOTOGRAFÍA Y GRABACIÓN EN VÍDEO DE ESPECTÁCULOS DE TEATRO**
Fotografía, grabación multicámara y postproducción
Realización de books fotográficos para actores, reportajes fotográficos y grabación de espectáculos para compañías como Bunde del Arte o Deflacionable Teatr, entre otras.
- 2011 **A LAS AFUERAS**
Codirección y Postproducción
Cortometraje de ficción en 16mm con la colaboración de Isaki Lacuesta y Santiago Filón.
- 2010 - 2011 **ECO-SYSTEMS WATERMAKERS S.L.**
Ideación, realización y postproducción
Realización de vídeos corporativos de empresas.
- 2007 - 2010 **MARKETING VIVO S.L.**
Dirección de actores
Dirección de actores en varias campañas publicitarias para la empresa.

COMPETENCIAS SOFTWARE

- Premiere Pro CC *****
- Final Cut X *****
- After Effects *****
- DaVinci Resolve *****
- Rush *****
- Adobe Photoshop *****
- Adobe Illustrator *****
- Adobe InDesign *****
- Adobe Dreamweaver *****
- HTML/CSS *****
- Microsoft Office *****
- Extremo Windows/Mac *****

FORMACIÓN COMPLEMENTARIA

- Motion Graphics con After Effects
CIFA / 10 horas / Octubre 2018
- Edición con Adobe Premiere.
CIFA / 110 horas / Julio 2018
- Programación y Publicación de páginas web
Total formación / 750 horas / 2018
- Técnico Auxiliar Diseño Gráfico
Total formación / 170 horas 2018

IDIOMAS

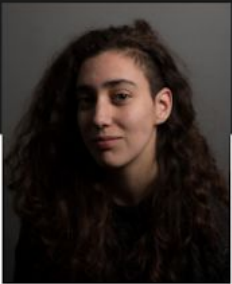
- Castellano **Alto**
- Catalán **Alto**
- Inglés **Intermedio**
- Italiano **Básico**

COMPETENCIAS PROFESIONALES

- Versatilidad
- Buenas comunicativas
- Creatividad
- Motivación

LIDIA LIZANCOS

<https://linktr.ee/lil.liz>



CONTACTO

Lidia Lizancos Mestre
Barcelona
lil.liz.mes@gmail.com
(+34) 606242270

SOCIAL

 vimeo.com/user74202895
 in.linkedin.com/company/545982179
 [instagram.com/lil.liz.me/](https://www.instagram.com/lil.liz.me/)

IDIOMAS

Castellano nativo
Catalán nativo
Inglés B2
+ usado en estudios y prácticas

"Me considero una persona perseverante, activa y creativa que siempre trata de descubrir cosas nuevas y aprender de todo lo que le rodea. ¡Pongo muchas ganas e iniciativa! Tengo experiencia en diferentes ámbitos audiovisuales y esto me ha llevado a mejorar mis habilidades para trabajar en equipo, ser más paciente y empática.

Me fascina la diversidad y aprender cosas de otras culturas. Me gusta contar las historias de personas y lugares que exploro mediante imágenes. En el futuro quiero mostrar diferentes puntos de vista y dar espacio a todas las voces, para así impulsar el cambio y tener un impacto positivo en el mundo.

Siempre con ganas de seguir mejorando mis habilidades y seguir aprendiendo. Estoy totalmente preparada para adaptarme a nuevas situaciones."

LIDIA LIZANCOS

CONTACTO

Barcelona
lil.liz.mes@gmail.com
(+34) 606242270

PROGRAMAS

Pr	Avanzado
Ps	Avanzado
Lr	Avanzado
Id	Avanzado
Ac	Intermedio
Au	Intermedio
Al	Intermedio

FORMACIÓN ACADÉMICA

2019 Grado Comunicación Audiovisual y Periodismo
- Universitat de Lleida

2019 Creación de proyectos de impacto social y ambiental "Social Makers Ambiental"
- Learning by Helping

2018 Media production Erasmus en Noruega
- Universidad Høgskulen i Volda

EXPERIENCIA PROFESIONAL

2019 Edición de curso online y creación de videos de eventos
- Learning by Helping

2019 Prácticas en asociación que produce documentales sociales. Ámbitos de producción y contacto, de creación de contenido para redes sociales, fotografía y el making of de uno de sus proyectos. También me asignaron un proyecto propio, crear pequeños documentales para las redes sociales.
- The Missing City Stars

2019 Producción, codirección, localizaciones, escenografía, asistente de iluminación y coordinación equipo teaser Lobos en la Nieve
- proyecto en grupo

2019 Asistente de fotografía shooting de moda Sheriff & Cherry
- fotógrafa Sol Bría Mele

2018 Realización del Booktrailer del libro Puntos de Inflexión
- proyecto con la autora Adriana Vilalta

2018 Prácticas como reportera del programa Blog Europa
- TV3

CONOCIMIENTOS

Fotografía y video. Cámara DSLR, iluminación y grabación de sonido. Creación de reportajes y documentales, trabajo en equipo, preproducción, dirección y edición de video. También grabación de exteriores, realización, iluminación, guión, preproducción de un film, video-publicidad turística, documental web, VR, fotografía creativa, diseño, experiencia de usuario, redacción periodística y storytelling.

Estoy aprendiendo...
Motion Graphics, DaVinci Resolve y Ableton
Dirección de fotografía y fotografía de producto

Dronista



rulofpv Message 👤 🔒 ⋮

100 posts 396 followers 724 following

RULOFPV
 Todas mis piezas impresas en TPU han sido diseñadas e imprimidas por R2-3D
<https://instagram.com/r23dprinters?igshid=1pfgeb91y7fc>
 O sea por mí 🤖🤖🤖🤖
 Followed by ivi_manyalich and lauriii23

POSTS IGTV TAGGED






Sinopsi

Un documental sobre la superació, la recerca dels límits personals, i el retrobament amb les nostres arrels. En Cesc Martínez, un jove alpinista i *trailrunner*, està determinat a complir el seu somni.

Després de dedicar uns anys a la competició d'esports de resistència, en Cesc s planteja un repte per retrobar-se amb la senzillesa de la vida a la muntanya i les seves arrels. L'objectiu d'en Cesc és encadenar els 11 cims de 3.000 metres del pirineu català, en 72 hores i sense utilitzar cap mena de transport a motor. Un repte que sense dubte posarà a prova les seves capacitats.

Al llarg dels més de 200 quilòmetres d'aquesta gran aventura, en Cesc haurà de superar obstacles inesperats, i ser capaç de superar els seus propis límits.

Quan arribi a la meta, es retrobarà amb l'essència d'aquell nen de 7 anys que va descobrir la muntanya per primer cop.

Escaleta

PRIMER ACTE

ESC 0. EXT. DIA. ÀREU (flashforward)

En Cesc (22) treu material i roba de la motxilla i es corda del vambes de córrer.

En Cesc es prepara per començar a córrer. Està calmat i concentrat.

De fons s'escolta un grup de persones animant-lo i aplaudint-lo.

En Cesc inicia el cronòmetre del seu rellotge i arrenca a córrer.

ESC 1. EXT. DIA. SANT LLORENÇ/MUNTANYA

En Cesc està corrent per la muntanya.

(OFF)

Escoltem la veu del Cesc com ens explica els seus inicis en les curses de muntanya. Ens explica què significa córrer per a ell, què ha hagut de sacrificar per poder dedicar-s'hi i la seva història personal.

ESC 2. INT. DIA. MENJADOR. LOCALITZACIÓ 1. TERRASSA

Algunes frases mirant a càmera, d'altres serà la veu en off de les imatges de la ESCENA 1.

En Cesc explica a càmera com s'entrena física i mentalment pels seus projectes.

ESC 3. INT. DIA. MENJADOR. LOCALITZACIÓ 2. TERRASSA

Algunes frases mirant a càmera, d'altres serà la veu en off de les imatges d'arxiu del Cesc de petit.

Coneixem la història del Cesc de petit a través dels seus pares, la Marta i en Paco. Ens expliquen com era el Cesc de petit a casa i a la muntanya.

En Pau (23) decideix ajudar al seu amic en aquest gran projecte. En Pau ajudarà en Cesc en els avituallaments.

En Pau ens explica com era en Cesc de jove a l'Institut i amb els amics.

ESC 4. INT DIA. MENJADOR. LOCALITZACIÓ 1. TERRASSA

Algunes frases mirant a càmera, d'altres serà la veu en off de les imatges d'arxiu de Ueli Steck i Kilian Jornet.

En Cesc ens explica quins son els seus referents a la muntanya, i com va sorgir la idea del repte dels 11 cims de 3.000 metres.

ESC 5. INT. DIA. MENJADOR. LOCALITZACIÓ 1. TERRASSA

Algunes frases mirant a càmera, d'altres serà la veu en off de les imatges d'una animació en 2D que mostra el recorregut i desnivell en un mapa.

En Cesc ens presenta el seu repte concret. Ens explica els detalls del projecte, quines són les pors que té, complicacions que pot tenir, etc.

ESC 6A. INT. DIA. HABITACIÓ. TERRASSA

En Cesc prepara el material del repte. Explica, mirant a càmera, com es sent a nivell físic i mental just abans de començar.

ESC 6B. EXT. MIGDIA. CARRER/PORTAL. TERRASSA

En Cesc, amb l'ajuda d'en Pau i la seva parella Ivi (22), carrega tot el material de mutnaya i motxilles al cotxe.

Davant del portal de casa seva, dóna una abraçada als seus pares i els diu adéu.

Puja al cotxe i comença a conduir.

ESC 7. EXT. TARDA. ÀREU

En Cesc arriba a Àreu amb la seva furgoneta.

En Pau i en Cesc comencen a sopar mentre parlen entre ells. Estan coordinant i repassant els detalls tècnics per l'endemà.

En Cesc va a dormir a la seva furgoneta. Tanca la porta i s'apaguen els llums.

SEGON ACTE

ESC 8. EXT. MATÍ. ÀREU

En Cesc es lleva, surt de la furgoneta, esmorza i comença a preparar-ho tot.

En Cesc es prepara per començar a córrer. Està calmat i concentrat.

De fons s'escolta un grup de persones animant-lo i aplaudint-lo.

En Cesc inicia el cronòmetre del seu rellotge i arrenca a córrer.

ESC 9. EXT. DIA. ESTANYS DE SOTLLO

En Cesc fa 4 llargues hores que corre. Arriba a un dels punts d'avituallament on en Pau l'espera amb aigua i menjar. Està cansat però motivat.

ESC 10. EXT. TARDA. ÀREU/REFUGI VALLFERRERA

Després d'aproximadament 9 hores corrents, en Cesc arriba al tram final del recorregut del primer dia.

Transmet les sensacions del primer dia a càmera.

ESC 11. EXT. DIA. ÀREU

El Cesc es lleva i es prepara per al segon dia de repte. Segueix la mateixa rutina del dia anterior.

Puja a la bici i s'allunya per la carretera.

ESC 12. EXT. DIA. SORT

En Cesc pedala per la carretera, està motivat però anar en bici no li agrada, prefereix córrer, a això li fa baixar el ritme.

En Cesc transmet les seves sensacions i retransmet el recorregut (gopro).

ESC 13A. EXT. TARDA. PRESA DE CAVALLERS

Un cop arribat al destí del trajecte, en Cesc explica que el dia encara no ha acabat.

Es prepara per l'últim cim del dia, aquest cop corrents.

ESC 13B. EXT. TARDA. PRESA DE CAVALLERS

En Cesc està al cim del Punta Alta (gopro).
Està content perquè ja ha assolit una gran part del repte.

ESC 14. EXT. NIT. PRESA CAVALLERS

Mentre sopen, en Pau i en Cesc, acaben de coordinar els últims detalls logístics pel seu suport d'avituallament de l'endemà.

ESC 15. EXT. MATÍ. PRESA CAVALLERS

El Cesc es lleva i es prepara per al tercer i últim dia de repte.

Com la resta de dies, es prepara i ràpidament s'allunya de la furgoneta.

ESC 16. EXT. DIA. REFUGI BESIBERRIS/CRESTA BESIBERRIS (dron)

Es percep la tensió i concentració del Cesc.

Veiem el Cesc travessant la secció tècnica i aèria de la cresta dels Besiberris.

Ell explica a càmera (gopro) les sensacions vertiginoses que té.

TERCER ACTE

ESC 17. EXT. DIA. REFUGI MOLIÉRES

En Cesc ja és casi al tram final del recorregut del tercer dia de repte.

Es percep el cansanci i l'il·lusió barrejats en el seu rostre. En aquest punt, en Cesc mostra una sensació de lleugeresa, com si s'hagués tret un pes de sobre.

ESC 18. EXT. TARDA. VIELHA

En Cesc arriba al punt final del seu projecte.

Cansat i suat, transmet les sensacions a càmera, mentre en Pau l'ajuda a guardar el material.

Abraça als seus acompanyants durant el repte, família i amics.

(entra música de fons dels crèdits)

Si ell vol, concedeix unes paraules a càmera explicant què ha significat aquesta experiència per ell com a persona i com a esportista.

FI

Guió tècnic-literari

ESC 0. EXT. DIA. ÀREU (flashforward)

En Cesc (22); un noi jove amb ulls marrons, cara innocent però madura. Amb cos d'esportista, esvelt, i unes cames musculades, amb les venes marcades i la pell plena de rascades i petites cicatrius.

Treu material i roba de la motxilla i es corda del vambes de córrer. En Cesc es disposa a començar a córrer. Està nerviós. Les seves respiracions son cada cop més fortes i accelerades. De fons, un grup de persones l'anima. S'escolta el soroll del cronòmetre del rellotge.

En Cesc inicia el moviment de posar-se a córrer...

Fosa a negre. Intertítol "30 dies abans"

Plans tancats i PD del rostre, el rellotge, les vambes.. Silenci on es superposa la respiració forta del Cesc. La respiració guanya potència fins a desaparèixer amb la fosa a negre de transició.

ESC 1. EXT. DIA. SANT LLORENÇ

En Cesc com cada dia, està entrenant i corrent per la muntanya. Està corrent per un camí ample i assolellat amb arbres als dos cantons.

CESC (OFF)

Sempre m'ha agradat la muntanya. Ho faig perquè és on em sento més en connexió amb la natura.

M'entreno cada dia, faci sol, fred, pluja o tempesta. És l'única manera de ensenyar el cos a estar i rendir al límit.

Perquè quan tu entrenes dones el 110% sabent que quan estiguis allà dalt donaràs el 50%.

Per poder estar al nivell al que estic actualment he hagut de sacrificar moltes altres coses i moments.

(...)

A mida que avança la seqüència els plans es van tancant i el ritme de muntatge accelera. Comencem amb plans zenitals de dron i plans picats oberts (GPG I PG) i acaba amb PM del rostre i PD de les cames, mans, rostre. Es combina amb plans estàtics amb trípod i de seguiment amb gymball. La tonalitat de l'escena és càlida. Música de fons super posada a les respiracions i les passes.

Tall.

ESC 2. INT. DIA. MENJADOR. LOCALITZACIÓ 1. TERRASSA

Assegut al sofà del menjador de casa, en Cesc explica com s'entrena física i mentalment cada dia per poder fer allò que més li agrada, i cada dia poder fer coses més dures i arriscades.

Fosa encadenada.

Predominen els plans tancats i detalls. El ritme és lent. Plans fixos amb trípod amb petites panoràmiques i desenfocs. Algunes frases mirant a càmera, d'altres serà la veu en off de les imatges de la ESCENA 1. So ambient.

ESC 3. INT. DIA. MENJADOR. LOCALITZACIÓ 2. TERRASSA

Coneixem la història del Cesc de petit, de com va començar a fer muntanya i quins interessos tenia de jove.

Els seus pares ho expliquen amb tendresa mentre miren fotografies del Cesc de petit. La Marta (45) és una dona de pèl curt i roig. És petita però enèrgica, concisa i es mostra orgullosa dels objectius i reptes que el seu fill ha aconseguit finalitzar. En Paco (48) és un home de poques paraules, però es mostra content de recolzar al seu fill un cop més.

MARTA

En Cesc de petit era molt mogut. Sempre havia d'estar fent alguna cosa, no podia estar quiet. Recordo el primer cop que

vam fer una excursió.

(...)

En Pau (23), un noi ros alt i prim. Amb cara riallera i desperta. És un molt bon amic d'en Cesc, són amics des de ben petits. En Pau també disfruta de la natura i l'esport, però no té gaire temps per practicar-lo. Ara en Pau decideix ajudar al seu amic en aquest gran projecte. En Pau ajudarà en Cesc en els avituallaments.

PAU

No sortia gaire de festa, preferia anar a entrenar i estar ell sol a la muntanya. (...)

Predominen els plans tancats i detalls. El ritme és lent. Les transicions entre els plans d'entrevista i les imatges d'arxiu son talls i fosses encadenades. Plans fixos amb trípode amb petites panoràmiques i desenfocs. Algunes frases mirant a càmera, d'altres serà la veu en off de les imatges d'arxiu del Cesc de petit. So ambient.

Tall.

ESC 4. INT DIA. MENJADOR. LOCALITZACIÓ 1. TERRASSA

Fullejant llibres d'esportistes, en Cesc explica quins són els seus exemples a seguir i quins altres reptes han inspirat el seu projecte. Explica com va sorgir la idea del repte dels 11 cims de 3.000 metres. Parla de manera determinada i quadriculada. Explica amb concreció els seus objectius però no es perd en els detalls.

Tall.

Algunes frases mirant a càmera, d'altres serà la veu en off de les imatges d'arxiu de Ueli Steck i Kilian Jornet. El ritme canvia, mentre parla dels seus referents els plans son lents i les transicions també. La música de fons acompanya el muntatge.

ESC 5. INT. DIA. MENJADOR. LOCALITZACIÓ 1. TERRASSA

En Cesc presenta el seu repte concret. Explica els detalls del projecte, quines són les pors que té, complicacions que pot tenir, etc.

Algunes frases mirant a càmera, d'altres serà la veu en off de les imatges d'una animació en 2D que mostra el recorregut i desnivell en un mapa.

Un cop comença a concretar el quilometratge i exigències del seu repte, el ritme accelera. La tonalitat es manté càlida. So ambient de l'entrevista superposat a una música de fons que canvia quan comença a explicar el seu projecte.

CESC (OFF)

La principal por que tinc és la cresta dels Besiberis. (...)

Fosa a negre. Intertítol "Dia 0"

Plans detall de les mans i rostre del Cesc. Busquem el nerviosisme i por en la seva mirada i gestos. El ritme torna a ralentir.

ESC 6A. INT. DIA. HABITACIÓ. TERRASSA

Hi ha molta roba i bosses esteses al terra de l'habitació. Mentre organitza i endreça el material, en Cesc explica com es sent a nivell físic i mental just abans de començar aquest gran repte.

Tall.

(PM) Plans de seguiment amb càmera en mà. Plans fixos amb trípode amb petites panoràmiques i desenfocs. So ambient.

ESC 6B. EXT. MIGDIA. CARRER/PORTAL. TERRASSA

En Cesc, amb l'ajuda d'en Pau i la seva parella Ivi (22), una noia esvelta, d'ulls verds, cabell curt i complexió petita però atlètica; carrega tot el material i motxilles al cotxe.

Davant del portal de casa seva, dona una abraçada breu als seus pares i els diu adéu. No és una despedida emotiva, però es percep una petita tensió per part de la Marta i en Paco.

Comença el repte, comença la ruta fins al punt de sortida, Àreu.

Fosa encadenada.

(PM) Plans de seguiment amb càmera en mà. Plans fixos amb trípode amb petites panoràmiques i desenfocs. So ambient.

ESC 7. EXT. TARDA. ÀREU

En Cesc arriba al pàrquing del poble al vespre. Mentre es comença a fer fosc, en Cesc i en Pau comencen a preparar el sopar al camping gas. Mentre sopen amb la única llum dels seus frontals, en Cesc i en Pau parlen tranquil·lament però concentrats.

Fosa a negre. Intertítol "Dia 1"

Pla mig i plans generals de l'entorns. Plans detall del mapa i gestos dels dos personatges. L'àudio és ambient però no s'escolta el que diuen (2P). Ritme de muntatge tranquil/calmat

ESC 8. EXT. MATÍ. ÀREU

Sona el despertador i en Cesc de seguida s'aixeca, surt de la furgoneta amb cara de son però amb els ulls ben desperts.

En Cesc es prepara per començar a córrer. Està calmat però concentrat. Mentre el Pau l'ajuda amb els últims detalls en Cesc mira al seu rellotge.

En Cesc inicia el cronòmetre del seu rellotge i arrenca a córrer.

Tall.

A mida que avança la seqüència els plans es van tancant i el ritme de muntatge accelera. Plans estàtics amb trípod i de seguiment amb gymball. La tonalitat de l'escena és càlida. Música de fons (3P-PP).

La tècnica i estètica es manté durant els trams del recorregut al llarg dels 4 dies de repte. Plans fixos oberts i generals, per captar la immensitat del paisatge. Travelings de seguiment frontals i laterals amb estabilització de gymball. Pla mig i PP per captar les reaccions del protagonista.

Amb càmeres d'acció com GoPro, es captaran plans subjectius dels trams més tècnics i difícils del recorregut.

ESC 9. EXT. DIA. ESTANYS DE SOTLLO

En Cesc fa 4 llargues hores que corre. Arriba a un dels punts d'avituallament on en Pau l'espera amb aigua i menjar. Està cansat però motivat. Li dona unes indicacions al Pau i marxa nerviosament per no perdre el ritme.

Tall.

GPG amb Dron, (PG-PM) traveling seguiment de càmera amb gymball, (PM-PP) traveling seguiment càmera en mà, (PG) pla fix contrapicat amb estanys de fons. So ambient.

ESC 10. EXT. TARDA. ÀREU/REFUGI VALLFERRERA

Després d'aproximadament 9 hores corrents i pujant grans muntanyes, en Cesc arriba al tram final del recorregut del primer dia.

Fosa a negre. Intertítol "Dia 2"

ESC 11. EXT. DIA. ÀREU

El Cesc es lleva i es prepara per al segon dia de repte. És una persona molt metòdica i disciplinada, i segueix la mateixa rutina tots els matins. Es lleva, esmorza poca cosa i es posa en marxa.

En Cesc agafa la bicicleta i s'allunya del punt de sortida fins a perdre's a la llunyania.

Tall.

(zenital) GPG amb Dron, (PM) plans fixos i panoràmiques. So ambient.

ESC 12. EXT. DIA. PONT DE SUERT

En Cesc pedala cansat per la carretera, està motivat però anar en bici no li agrada, prefereix córrer. El trajecte és llarg i fer-lo en solitari es fa més dur. Necessita descansar poques vegades, però agraeix els punts d'avituallament per poder beure, menjar i parlar amb en Pau i la Ivi.

Amb perspectiva subjectiva en Cesc filma la carretera, mentre explica quines son les seves sensacions i inquietuds.

Tall.

(zenital) GPG amb Dron, (PM) plans fixos i panoràmiques. So ambient.

ESC 13. EXT. TARDA. PRESA DE CAVALLERS

Un cop arribat al destí del trajecte, en Cesc explica que el dia encara no ha acabat. Tot i la suma de quilòmetres, en Cesc es mentalitza per fer l'últim esforç del dia. Està cansat, però confia en les seves capacitats i l'entrenament. Es prepara per l'últim cim del dia, aquest cop corrents.

Càmera subjectiva, PM/PP del Cesc. So ambient. Música de fons.

ESC 14. EXT. TARDA. PRESA DE CAVALLERS

En Cesc està al cim del Punta Alta. Està content perquè ja ha assolit una gran part del repte.

Fosa a negre. Intertítol "Dia 3"

Càmera subjectiva, PM/PP del Cesc. So ambient. Música de fons.

ESC 15. EXT. MATÍ. PRESA CAVALLERS

El Cesc es lleva i es prepara per al tercer i últim dia de repte. Com la resta de dies, es prepara i ràpidament s'allunya de la furgoneta fins a perdre's en els arbres del bosc.

Tall.

GPG amb Dron, (PG-PM) traveling seguiment de càmera amb gymball, (PM-PP) traveling seguiment càmera en mà, (PG) pla fix. So ambient.

ESC 16. EXT. DIA. REFUGI BESIBERRIS/CRESTA BESIBERRIS

En Cesc arriba al punt difícil i perillós del recorregut. Es percep la tensió i concentració. En Cesc comença a travessar la secció tècnica i aèria de la cresta dels Besiberris. És la part que més el preocupa. Aquest pas pot condicionar l'assoliment o no del projecte.

Amb imatges subjectives, ell explica a càmera (gopro) les sensacions. El paisatge és vertiginós.

Fosa encadenada.

(zentials, picats, normals) GPG-PG amb Dron, plans subjectius (PM-PP). So ambient. Quan s'inicia la escena escoltem el so ambient i els plans son tancats. Quan la travessa comença entra en PP la música de fons i passem a plans més oberts.

ESC 17. EXT. DIA. REFUGI MOLIÉRES

En Cesc ja és casi al tram final del recorregut del tercer dia de repte. Es percep el cansanci i l'il·lusió barrejats en el seu rostre. En Cesc mostra una sensació de lleugeresa, com si s'hagués tret un pes de sobre. Ja ha superat el tram difícil, ara només queda mentalitzar-se per aguantar els últims quilòmetres.

Tall.

GPG amb Dron, (PG-PM) traveling seguiment de càmera amb gymball, (PM-PP) traveling seguiment càmera en mà, (PG) pla fix. So ambient.

ESC 18. EXT. TARDA. VIELHA

En Cesc arriba al punt final del seu gran projecte. Arriba suat i cansat, però feliç de posar punt i final a aquest projecte. Han sigut uns dies durs, plens d'emocions, interrogants i esforç.

Abraça als seus acompanyants que l'han ajudat a fer realitat aquest projecte. La família també ha vingut a presenciar l'arribada i finalització d'aquest repte. S'abracen, somriuen i s'expliquen anècdotes.

Fosa a crèdits.

(PG-PM) traveling seguiment de càmera amb gymball, (PM-PP) traveling seguiment càmera en mà. Música de fons (3P fins que arriba a Vielha - 2P fins que escena acaba - PP abraçades finals i entren crèdits.

Si ell vol, concedeix unes paraules a càmera explicant què ha significat aquesta experiència per ell com a persona i com a esportista.

FI

Concepte global del Tractament

El Documental

El documental buscarà una estètica menys pulida, és a dir, buscarà un estil més natural i espontani potenciant la gravació de plans a “càmera en mà”. Aquest estil el podem veure en sèries de televisió com *Modern Family*, on també apreciem tècniques com la mirada a càmera dels actors i un estil de plans de caire documental i no pas de ficció.

La idea és allunyar-me dels cànons clàssics i *mainstream* de filmació, on predominen els plans fixes, que distancien l'espectador del personatge. L'objectiu és que, a través de la captació d'imatges pel mateix corredor amb càmeres esportives, i les imatges captades per l'equip tècnic, el documental tingui un estil realista i que per tant, es prioritzi captar la història i les emocions del protagonista.

Per tal d'emfatitzar aquest estil i crear una concordança entre el moviment intern del pla i l'extern del muntatge, l'equip de càmeres també haurà de prioritzar els travelings i plans de seguiment del corredor, per sobre dels plans fixes. Amb càmeres d'acció com GoPro, es captaran plans subjectius dels trams més tècnics i difícils del recorregut. Tot i això també s'utilitzaran alguns plans fixos per la filmació de plans generals del paisatge i moments amb menys acció interna.

Actualment l'equip està format per 3 càmeres. Això ens permetrà destinar cada càmera a una tasca i estil de pla i per tant assegurar que aconseguim les imatges que volem. La idea és destinar una càmera a plans més fixes i oberts per captar la espectacularitat del paisatge i l'entorn del protagonista. Això ens dóna la possibilitat de alliberar una tècnica i destinar-la, en les zones que estigui permès, a la gravació d'imatges amb dron. Les altres dos càmeres faran els plans de seguiment, una amb el pla més tancat que l'altra, i cadascuna des de un angle i posició diferent per captar com més perspectives possibles. Una de les càmeres realitzarà plans amb estabilització electrònica d'un Gymball i les altres dues utilitzaran un estabilitzador d'espatlla per aconseguir aquest estil de càmera en mà, però sense sacrificar massa l'estabilització i fluïdesa dels plans.

Quant a la tonalitat, es mantindrà càlida en la majoria d'escenes, excepte les nocturnes, on predominen els colors blaus per accentuar la sensació de fredor i nocturnitat. La calidesa predomina ja que el rodatge es farà a l'estiu i per tant, a banda de transmetre la calor i temperatures que està patint el protagonista, la calidesa dels plans ens ajudarà a transmetre una sensació de proximitat i tendresa amb els personatges.

El ritme del muntatge i el tipus de plans està determinat segons l'acció i context de cada escena. Aquestes indicacions tècniques es poden consultar al tractament desglossat per escenes i el guió tècnic-literari. Tot i això, a nivell global la intenció és que el ritme sigui ràpid i tallat, en concordança amb els moviments i sensacions del personatge. Al ser un documental on gran part del conflicte està determinat per la dificultat esportiva, predominen els plans tancats i primers plans de les reaccions del protagonista. Tot i això, al tractar-se d'un film on l'acció es desenvolupa en espais exteriors, també es potencien els plans generals per accentuar la grandesa de les muntanyes i l'escenari del personatge.

La inspiració i referències per escollir aquesta estètica són documentals i projectes com *Camí de l'Everest*, *Meru: Odisea en el Himalaya* i *The Dawn Wall*. Tots ells són documentals que narren aventures a la muntanya i utilitzen entrevistes tipus reportatge com a fil conductor i narradors dels films, però alhora han de recórrer a imatges gravades, per exemple amb càmeres esportives com *Gopro*, per poder narrar visualment la aventura, ja que sinó seria impossible captar segons quins moments.

El cas del documental *Repte Pirineus 3.000* és el mateix. Per la duresa i exigència del repte seria impossible que un equip tècnic pogués seguir el ritme del nostre protagonista. D'altra banda, com a directora, també valoro la importància que té pel documental el procés psicològic que fa el protagonista. Per tant, crec que serà més fàcil pel protagonista explicar sentiments més íntims quan estigui ell sol, que no pas davant d'un equip tècnic de quatre persones.

Per tant, tant per les exigències tècniques, com pels objectius narratius, com per la necessitat i intenció de voler transmetre al màxim la realitat i duresa del repte, com a directora prenc la decisió d'optar per aquesta estètica pel documental complet.

El tràiler

La idea original pel tràiler era utilitzar la història i vessant personal del projecte per crear interès als espectadors, però com que em trobo en la situació en què no puc adquirir aquestes imatges dels moments més tensos i personals del protagonista a temps per la entrega del projecte, he hagut d'optar per la segona opció. Per tant, finalment la estètica del tràiler és lleugerament diferent a la del documental complet. El tràiler busca imatges més impactants a nivell visual, alhora que busca crear expectativa, empatia amb el protagonista i interès pel projecte. Per tant l'objectiu del tràiler és mostrar imatges de paisatges i natura per crear un producte atractiu de veure, i en el seu moment obtenir finançament a través de plataformes de micromecenatge.

En definitiva, el tràiler potencia molt la gravació d'imatges de plans subjectius captats amb càmeres d'acció GoPro. Per donar un acabat més polit es prioritza la gravació de la *veu en off*.

Tractament desglossat per escenes

El Tractament desglossat per escenes és una eina útil al moment del muntatge i per vendre un projecte a un productora, ja que és un document on la pel·lícula es descriu en forma de prosa. Per tant és un document que ajuda a visualitzar de forma narrativa i artística una pel·lícula. En aquest cas, aquest document està dividit segons les escenes o seqüències que comparteixen una mateixa estètica o una unitat narrativa.

El text sota del títol descriu la escena o seqüències en forma de prosa, i posant atenció als detalls i descripció de l'entorns i emocions dels personatges. El text blau són les indicacions tècniques.

Els entrenaments, dia rere dia

Fa un dia de sol i calor d'estiu. Veiem unes muntanyes espectaculars sota un cel radiant amb pocs núvols que van passant davant els nostres ulls. Escoltem unes passes que s'acosten corrent. En Cesc està entrenant, corrent per la muntanya, com cada dia. S'escolten unes respiracions, que cada cop són més fortes i accelerades. Poc a poc escoltem que les seves petjades ressonen fort contra les pedres del camí de terra. La seva suor rellisca per les seves galtes. Les seves bames estan brutes de pols del camí. Escoltem la veu

del Cesc mentre explica què significa córrer per a ell, què ha hagut de sacrificar per poder dedicar-s'hi i la seva història personal.

A mida que avança la seqüència els plans es van tancant i el ritme de muntatge accelera. Plans estàtics amb trípod i de seguiment amb gymball. La tonalitat de l'escena és càlida.

CESC (OFF)

Sempre m'ha agradat la muntanya. Ho faig perquè és on em sento més en connexió amb la natura.

M'entreno cada dia, faci sol, fred, pluja o tempesta. És l'única manera de ensenyar el cos a estar i rendir al límit.

Perquè quan tu entrenes dones el 110% sabent que quan estiguis allà dalt donaràs el 50%.

La família i amics

El menjador de casa del Cesc és ampli però acollidor. Hi ha un gran finestral que permet entrar a la llum del sol i il·luminar tota l'habitació. Els prestatges estan plens de fotografies familiars i records de tots els viatges. Asseguts a la taula del menjador, amb un munt de fotografies antigues sobre la taula, els pares d'en Cesc ens parlen d'ell, de com era de petit, i de com va començar a fer muntanya. Ho expliquen amb tendresa. La Marta (45) és una dona de pèl curt i roig. És petita però enèrgica, concisa i es mostra orgullosa dels objectius i reptes que el seu fill ha aconseguit finalitzar. En Paco (48) és un home de poques paraules, però es mostra content de recolzar al seu fill un cop més.

Predominen els plans tancats i detalls. El ritme és lent. Plans fixos amb trípod amb petites panoràmiques i desenfocs.

MARTA

En Cesc de petit era molt mogut. Sempre havia d'estar fent alguna cosa, no podia estar quiet. Recordo el primer cop que

vam fer una excursió.

(...)

En Pau (23), un noi ros alt i prim. Amb cara riallera i desperta. És un molt bon amic d'en Cesc, són amics des de ben petits. En Pau també disfruta de la natura i l'esport, però no té gaire temps per practicar-lo. Ara en Pau decideix ajudar al seu amic en aquest gran projecte. En Pau ajudarà en Cesc en els avituallaments.

PAU

No sortia gaire de festa, preferia anar a entrenar i estar ell sol a la muntanya.

(...)

Referents i inspiració

Al mateix menjador de casa, però ara assegut al sofà, en Cesc explica quins són els seus exemples a seguir i quins altres reptes han inspirat el seu projecte. Mirant a càmera ho explica de forma determinada i quadriculada. Imatges d'en Kilian Jornet, Ueli Steck i altres alpinistes apareixen en pantalla a través de fosses encadenades. Explica amb concreció els seus objectius però no es perd en els detalls.

El ritme canvia, mentre parla dels seus referent els plans son lents i les transicions també. La música de fons acompanya el muntatge. Un cop comença a concretar el quilometratge i exigències del seu retpe, el ritme accelera. La tonalitat es manté càlida.

CESC (OFF)

La principal por que tinc és la cresta dels Besiberris.

(...)

Plans detall de les mans i rostre del Cesc. Busquem el nerviosisme i por en la seva mirada i gestos. El ritme torna a ralentir.

El repte comença

L'habitació és gran, però ara veu petita i desendregada per la quantitat de material i motxilles que hi ha al terra i sobre el llit. La persiana està baixada, però la llum del sol entra per les escletxes. En Cesc està concentrat endreçant i guardant material, roba i menjar a les motxilles.

Els plans son generals. Ara la tonalitat és més freda, degut a la llum de l'habitació i les persianes baixades.

CESC (OFF)

Em sento tranquil i amb ganes de començar. Suposo que quan demà soni el despertador els meus sentiments seran uns altres.
(...)

A l'ascensor de baixada al portal hi ha un silenci que és el resultat del nerviosisme i la concentració.

Fa un dia assolellat, són les quatre de la tarda d'un dia de juliol. El material està carregat al cotxe. Els pares i en Cesc en fan una abraçada curta i amb un adéu i un somriure es despedeixen.

El ritme és rapid, els plans són de curta durada. Plans Americans i Generals.

Arribada al punt d'inici

Àreu és un petit poble situat al Nord-Est del Pallars Sobirà. En Cesc arriba al pàrquing del poble al vespre. Mentre es comença a fer fosc, en Cesc i en Pau comencen a preparar el sopar al camping gas. Fa una lleugera brisa d'estiu i reina el silenci absolut. Mentre sopen amb la única llum dels seus frontals, en Cesc i en Pau parlen tranquil·lament però concentrats.

Pla mig i plans generals de l'entorns. Plans detall del mapa i gestos dels dos personatges. L'àudio és ambient però no

s'escolta el que diuen. Ritme de muntatge tranquil.

La ruta comença

Surt el sol, i poc a poc la llum va il·luminant les muntanyes i la vall. Sona el despertador i en Cesc de seguida s'aixeca, surt de la furgoneta amb cara de son però amb els ulls ben desperts. L'esmorzar és lleuger i ràpid. De forma inquieta en Cesc prepara el material, amb l'ajuda del Pau, i de seguida el perdem de vista entre els arbres.

A mida que avança la seqüència els plans es van tancant i el ritme de muntatge accelera. Plans estàtics amb trípod i de seguiment amb gymball. La tonalitat de l'escena és càlida.

La tècnica i estètica es manté durant els trams del recorregut al llarg dels 4 dies de repte. Plans fixos oberts i generals, per captar la immensitat del paisatge. Travelings de seguiment frontals i laterals amb estabilització de gymball. Pla mig i PP per captar les reaccions del protagonista.

Amb càmeres d'acció com GoPro, es captaran plans subjectius dels trams més tècnics i difícils del recorregut.

El final s'acosta

En Cesc arriba al punt difícil i perillós del recorregut. La tensió i l'emoció envaeixen l'escena. Darrere les muntanyes el sol es va ponent poc a poc, donant pas als últims raigs de sol del dia. En Cesc agafa el material necessari de la seva motxilla, respira profundament i comença a travessar la secció tècnica i aèria de la cresta dels Besiberris. És la part que més el preocupa. Aquest pas pot condicionar l'assoliment o no del projecte. Amb imatges subjectives, ell explica a càmera (gopro) les sensacions. El paisatge és vertiginós. Veiem els peus del Cesc caminant per la fina cresta.

Quan acaba aquesta secció una sensació de tranquil·litat envaeix, para un moment a admirar la posada de sol, i seguidament segueix amb la seva marxa.

(zentials, picats, normals) GPG-PG amb Dron, plans subjectius

(PM-PP). So ambient. Quan s'inicia la escena escoltem el so ambient i els plans son tancats. Quan la travessa comença entra en PP la música de fons i passem a plans més oberts. Quan la travessa acaba, i en Cesc mira la posta de sol, hi ha un tall en la música de fons; passem d'un moment "èpic" on la música i les imatges envaeixen l'espectador, a un moment de calma i reflexió.

Punt i final

Amb l'última llum de la tarda en Cesc arriba al cim del Molières. És l'últim cim de la seva aventura. Ara ja és casi al final del recorregut, i es pren uns moments per admirar el paisatge. Es percep el cansanci i l'il·lusió barrejats en el seu rostre. En Cesc mostra una sensació de lleugeresa, com si s'hagués tret un pes de sobre.

El següent que veiem és en Cesc arribant a la meta d'aquests 219 quilòmetres. Cansat i suat, transmet les sensacions a càmera, mentre en Pau l'ajuda a guardar el material.

Abraça als seus acompanyants durant el repte, família i amics.

Si ell vol, concedeix unes paraules a càmera explicant què ha significat aquesta experiència per ell com a persona i com a esportista.

Quan arriba al cim del Molières els plans són oberts i amb estabilització de càmera en mà. Quan arriba al cim nomé escoltem so ambient. Quan canviem de pla i el Cesc ja és fent els últims metres de recorregut, hi haurà un traveling de de seguiment amb gymball des del darrere (fins que puguem veure als familiars i amics esperant-lo a la meta). En aquest moment entrarà la música final i anirà in crescendo fins a acabar en PP quan la escena es talli i entrin els crèdits.

FI

1.3 PRODUCCIÓ

Pla de Rodatge

El Pla de Rodatge és la graella on l'equip tècnic podrà veure en quin ordre es gravaran les escenes, què s'ha de gravar a cada escena, els tipus de plans, el material necessari, etc.

Aquests documents es faran arribar per correu electrònic a tots els membres de l'equip tècnic i la productora. A més, uns dies abans del rodatge es faria una reunió prèvia amb tot l'equip per resoldre dubtes i coordinar a tots els membres.

DILLUNS 27 JULIOL					
HORARI	ESCENA	PLANS	CÀMERA	DESCRIPCIÓ	LOCALITZACIÓ
10 - 10:50H	ESC. 2 + ESC. 6A	plans tancats i detalls Plans fixos amb tripode amb petites panoràmiques i desenfocs. Plans recurs de la preparació de material	CAM1		
11-13:00H	ESC.2	PM / PP d'entrevista + plans tancats i detalls	CAM1	Assagut al sofà del menjador de casa, en Cesc explica com s'entrena física i mentalment	Menjador 1
	ESC. 4	PM / PP d'entrevista + plans tancats i detalls	CAM1	Fullejant llibres d'esportistes, en Cesc explica quins són els seus exemples a seguir	Menjador 1
	ESC. 5	imatges d'una animació en 2D PM / PP d'entrevista + plans tancats i detalls	CAM1	En Cesc presenta el seu repte concret. Plans detall de les mans i rostre del Cesc. Busquem el nerviosisme i por en la seva mirada i gestos.	Menjador 1
13 - 13:10H		plans recurs dels pares mirant fotografies	CAM1		Menjador 2
13:10 - 14:00H	ESC. 3	PM / PP d'entrevista Plans fixos amb tripode amb petites panoràmiques i desenfocs		Conexim la història del Cesc de petit Els seus pares ho expliquen amb tendresa mentre miren fotografies	
descans i temps per dinar					
15 -15:30H	ESC. 6A	(PM) Plans de seguiment amb càmera en mà. Plans fixos amb tripode amb petites panoràmiques i desenfocs.	CAM1	Mentre organitza i endreça el material, en Cesc explica com es sent	Habitació
16:00H	ESC. 6B	(PM) Plans de seguiment amb càmera en mà	CAM1	En Cesc, amb l'ajuda d'en Pau i la seva parella Ivi carrega tot el material i motxiller al cotxe	PORTAL
16:30H				Davant del portal de casa seva, dona una abraçada breu als seus pares i els diu adéu.	
19:15-20:15H	ESC. 7	Pia mig i plans generals de l'entorn Plans detall del mapa i gestos dels dos personatges	CAM 2	En Cesc arriba al pàrquing del poble al vespre. en Cesc i en Pau comencen a preparar el sopar	Àrea aparcament
20 - 21H		plans recurs del paisatge i localització timelapse posta de sol (?)	CAM 3		
CAM 1	LIDIA	FALTA ESCENA 3 _ ENTREVISTA PAU (a l'espera de la seva disponibilitat)			
CAM 2	SONIA				
CAM 3	IVI				
DRON	RAUL				

DIMARTS 28 JULIOL					
HORARI	ESCENA	PLANS	CÀMERA	DESCRIPCIÓ	LOCALITZACIÓ
07 - 07:30H		plans recurs (ESC. 8)	CAM 2		
07:30H	ESC. 8 + ESC. 0	Plans estàtics amb tripode i de seguiment amb gymball PM, PG	CAM 2	En Cesc es prepara per començar a córrer	Àrea aparcament
08H	ESC. 8	plans subjectius amb decies a càmera (osbueigs)	GOPRO	Agafa la bici i marxa pel camí	pista refu (12km) Refugi Vallferrera
		Plans fixos oberts i generals Travelings de seguiment frontals i laterals (gymball) Pla mig i PP per captar les reaccions	CAM 3 CAM 1 CAM 2		
11 - 11:30H	ESC. 9	GPO i PG, picats i zenitals (seguiment) Pla fix contrapicat, refugi de fons, cesc passa per davant de càmera Traveling seguiment càmera en mà (PM) (PG-PM) traveling seguiment de càmera amb gymball	Dron CAM 2 CAM 1 CAM 3	Arriba a un dels punts d'avituallament	Estany de Sotlle Estany de Estat
descans, temps per dinar					
15 -16H	ESC. 10	Traveling seguiment càmera en mà (PM) ((Traveling seguiment de càmera amb estabilització de gymball (PM - PP)))	CAM 1 CAM 3	en Cesc arriba al tram final del recorregut del primer dia	Refugi Vallferrera
15:30 - 16:30H		Pla fix frontal desde furgó / contrapla des del PAU PM entrevista, càmera en mà	mobil CAM 2		Àrea aparcament

DIMECRES 29 JULIOL					
HORARI	ESCENA	PLANS	CÀMERA	DESCRIPCIÓ	LOCALITZACIÓ
07 - 07:30H 7:30H	ESC. II	plans recurs (ESC. II) preparació material, ritual del mati càmera en mà (PM) seguiment del personatge	CAM 2 CAM 1	El Cesc es lleva i es prepara per al segon dia de repte. Es una persona molt metòdica i segueix la mateixa rutina tots els matins	Àreu, aparcament
8:00H 9:00 - 10:00H	ESC. II	plans fixos des del cotxe, panoràmiques, plans detall zenital i picat (PG) seguiment del personatge + algun pla fix	CAM 3 Dron	En Cesc agafa la bicicleta i s'allunya En Cesc pedala per la carretera	carretera àreu - cavallers
11:00H	ESC. I2	plans subjectius (gopro), paraules a càmera (estil càmera en mà)	GOPRO	explica quines son les seves sensacions	Pont de Suort
13 / 14:00H	ESC. I3	PM per entrevista amb càmera en mà plans detall de la cara del Cesc i les seves mans i peus	CAM 3 CAM 1	en Cesc explica que el dia encara no ha acabat Es prepara per l'últim cim del dia	Presa de Cavallers
descans, temps per dinar					
15 - 16:00H	ESC. I4	per confirmar dependent del permís plans subjectius del terreny, parlar a càmera Càmera subjectiva, PM/PP del Cesc	DRON GOPRO	En Cesc està al cim del Punta Alta. Està content perquè ja ha assolit una gran part del repte	Punta Alta
20:00H		plans mitges i detall del cesc i el pau parlant escoltem les veus però no entenem el que diuen clarament	CAM 2	en Pau i en Cesc, acaben de coordinar els últims detalls	Presa de Cavallers

DIJOUS 30 JULIOL					
HORARI	ESCENA	PLANS	CÀMERA	DESCRIPCIÓ	LOCALITZACIÓ
10:00 - 12:30H	ESC. I6	(xentials, picats, normals) GPG-PG amb Dron	Dron	En Cesc arriba al punt difícil i perillós del recorregut	Refugi Besiborris
		travelling amb gymball / càmer en mà	CAM 1		
		plans subjectius (PM-PP)	GOPRO	ell explica a càmera (gopro) les sensacions	
descans, temps per dinar					
14:00 - 14:30H	ESC. I7	Taveling seguiment de càmera amb estabilització de gymball (PM - PP)	CAM 3	En Cesc ja és casi al tram final del recorregut	cim del Molíeres
		plans subjectius (PM-PP)	GOPRO	del tercer dia de repte	
15H		travelling seguiment càmer en mà	CAM 2	En Cesc mostra una sensació de lleugeresa	Refugi Molíeres
				ara només queda mentalitzar-se per aguantar els últims quilòmetres	
17:00 - 19:00H	ESC. I8	PM entrevista, càmera en mà	CAM 2	En Cesc arriba al punt final del seu gran projecte	Vieira (túnel)
		Traveling seguiment càmera en mà (PM)	CAM 1	Abrapa als seus acompanyants	

Call Sheets

Els *Call Sheets* són els documents oficials per citar a les persones necessàries a la hora i localització de rodatge cada dia, ja que potser no són necessàries totes les càmeres durant totes les hores de rodatge.

S'enviaran per correu a tots el membres de l'equip tècnic abans de rodatge per assegurar que tothom té el recorregut estudia i que no hi hagi cap solapament de càmeres o algun punt sense cobrir.

DIRECCIÓ		Ivette Manylich 630 16 11 81								Tª MAX		Tª MIN		DIA		27/07/20	
PRODUCCIÓ		Laura Soler 680 95 99 16								PLUJA				LOCALITZACIÓ		TERRASSA - ÀREU	
														HORARI RODATGE		10 am - 20 pm aprox	
PLA DE RODATGE				MATERIAL RODATGE				PERSONATGES		LOCALITZACIÓ/ATREZZO							
10 - 12H		ESC. 6A		càmera entrevista, micro rode, lastolite x il·luminació, tripode, estabilitzador				Cesc		Habitació							
12 -13H		ESC. 2 + ESC. 4 + ESC. 5		càmera entrevista, micro rode, lastolite x il·luminació, tripode, estabilitzador				Cesc		Menjador 1							
13 - 14H		ESC. 3		càmera entrevista, micro rode, lastolite x il·luminació, tripode, estabilitzador				Marta i Paco		Menjador 2							
15 -15:30H		ESC. 6B		càmera en mà, estabilitzador, micro rode a càmera				Cesc, Marta, Paco		Portal de casa, carrer							
20 - 21H		ESC. 7		càmera fixa, tripode, (lastolite), micro de càmera				Cesc, Pau		Exterior (furgoneta)							
20 - 21H				plans recurs del paisatge i localització													
				timeplase posta de sol (?)													

DIRECCIÓ	Ivette Manyalich 630 16 11 81	ZONA PICA D'ESTATS					DIA	28/07/20
					Tª MAX	Tª MIN	LOCALITZACIÓ	ÀREU
PRODUCCIÓ	Laura Soler 680 96 99 16				PLUJA		HORARI RODATGE	7 am - 17 pm aprox
PLA DE RODATGE		MATERIAL RODATGE	PERSONATGES	LOCALITZACIÓ			Urgències	Hospital Nostra Sra. Meritxell Carrer dels Escalls, AD700 Escaldes-Engordany, Andorra
07 - 07:30H		plans recurs (ESC. 8)						
07:30H	ESC. 8 + ESC. 0	càmera en mà, micro rode, càmera fixa amb tripode de contrapicat	Cesc, Pau de fons	Àreu i, apracament			Transport	-
08 - 10H	ESC. 8	gopro, pla subjectiu	Cesc	pista refugi vallferrera				
11 - 11:30H	ESC. 9	GPS i PG amb Dron	Cesc	Estany de Sotillo			CONVOCATÒRIA EQUIP	
		Traveling seguiment contrapla càmera en mà (PM)		Estany Estat			CAM 1	06:00 am
		Traveling seguiment de càmera amb estabilització de gymball (PM - PP)					CAM 2	06:00 am
		Pia fix contrapicat, refugi de fons, cesc passa per davant de càmera					CAM 3	06:00 am
14 - 15H	ESC. 10	Traveling seguiment càmera en mà (PM)	Cesc	pista refugi vallferrera			CONVOCATÒRIA RODATGE	
		Traveling seguiment de càmera amb estabilització de gymball (PM - PP)					CAM 1	07 am
15:30 - 16:30H	ESC. 10	Pia fix frontal desde furgo / contrapla des del PAU	Cesc i Pau	Àreu i, apracament			CAM 2	07 am
		PM entrevista, càmera en mà					CAM 3	07 am

DIRECCIÓ	Ivette Manyalich 630 16 11 81	DIA DE BICI DE CARRETERA, ZONA VALL DE BOÍ					DIA	29/07/20
					Tª MAX	Tª MIN	LOCALITZACIÓ	ÀREU - SORT - PRESA CAVALLERS
PRODUCCIÓ	Laura Soler 680 96 99 16				PLUJA		HORARI RODATGE	7 am - 16 pm aprox (16 pm ?)
PLA DE RODATGE		MATERIAL RODATGE	PERSONATGES	LOCALITZACIÓ			Urgències	Francisco Alins Hospital Carrer de Suix, 18, 25520 Pont de Suert (E), Lleida
07 - 07:30H		plans recurs (ESC. 11) preparació material, ritual del matí ?						
7:30H	ESC. 11	zenital i picot amb Dron	Cesc, furgo i bici	Àreu			Transport	-
8:00H	ESC. 11	plans fixes des del cotxe, panoràmiques, plans detall	Cesc	Sort				
9:00 - 10:00H		imatges recurs del paisatge i del recorregut					CONVOCATÒRIA EQUIP	
11:00H	ESC. 12	plans subjectius (gopro), paraules a càmera (estil càmera en mà)	Cesc	Sort			CAM 1	06:00 am
13 - 14:00H	ESC. 13	PM per entrevista amb càmera en mà	Cesc	Presa Cavallers			CAM 2	06:00 am
		plans detall de la cara del Cesc i les seves mans i peus					CAM 3	06:00 am
15 - 16H	ESC. 13	plans subjectius del terreny, parlar a càmera	Cesc	Punta Alta			CONVOCATÒRIA RODATGE	
20H	ESC. 14	imatges recurs del Pau i en Cesc sopant, parlant, anant a dormir...	Cesc, Pau, Ivi	Presa Cavallers			CAM 1	07:00 am
							CAM 2	07:00 am
							CAM 3	07:00 am

DIRECCIÓ	Ivette Manyalich 630 16 11 81	TRAVESSA DELS BESSIBERRIS					DIA	30/07/20
					PREVISIÓ METEO	Tª MAX	Tª MIN	LOCALITZACIÓ
PRODUCCIÓ	Laura Soler 680 96 99 16				PLUJA			P. CAVALLERS - VIELHA
								05 am - 19/20 pm aprox
PLA DE RODATGE		MATERIAL RODATGE	PERSONATGES	LOCALITZACIÓ			Urgències	Francisco Alins Hospital Carrer de Suix, 18, 25520 Pont de Suert (E), Lleida
10:00 - 12:30H	ESC. 16	Dron, càmeram tripode, estabilitzador mà	Cesc	Refugi Besiberris				
14:00 - 14:30H	ESC. 17	gymball	Cesc	cim del Molíeres			Urgències	Esplau Val d'Aran Carrer Espitau, 5, 25530 Vielha, Lleida
15H	ESC. 17	Dron, càmeram tripode, estabilitzador mà	Cesc	Refugi Molíeres				
17:00 - 19:00H	ESC. 18	tot el material	Cesc, amics i familiars	Vielha (túnel)			CONVOCATÒRIA EQUIP	
							CAM 1	05:00 am
							CAM 2	05:00 am
							CAM 3	05:00 am
							CONVOCATÒRIA RODATGE	
							CAM 1	05:00 am
							CAM 2	05:00 am
							CAM 3	05:00 am

Permisos de gravació

Localitzacions

Actualment estic a l'espera de confirmació i acceptació de les sol·licituds enviades a la Generalitat i els Ajuntaments dels pobles del recorregut. Un cop tinguem el permís d'aquestes institucions el rodatge podrà passar a la fase de filmació. En cas negatiu, el rodatge no podrà realitzar-se de forma correcta i per tant s'haurà d'anul·lar.

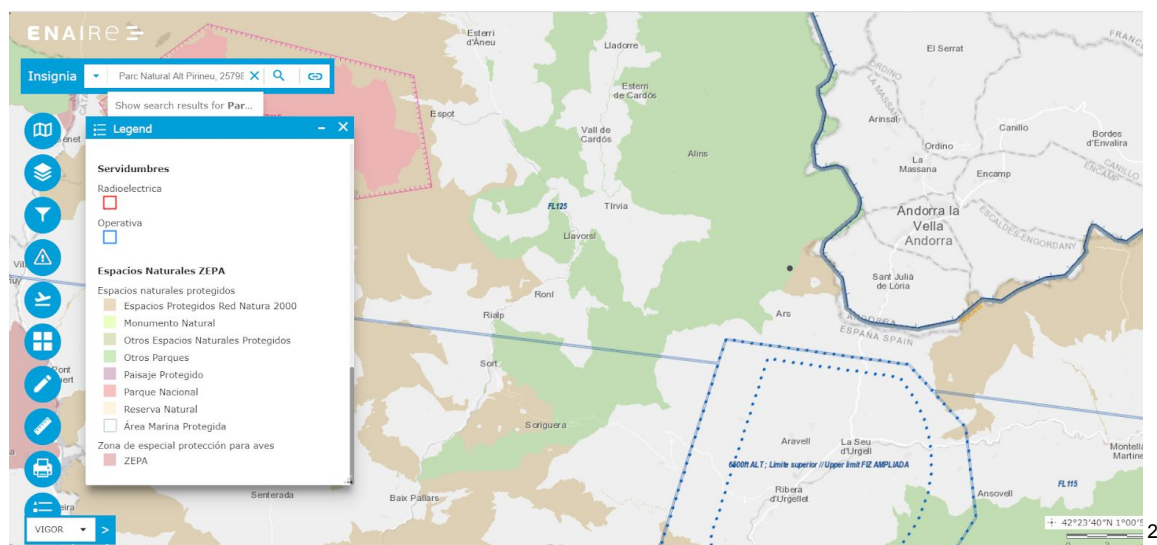
Dron

Quant a la gravació d'imatges amb dron, en Cesc passa per dos Parcs Naturals durant el seu recorregut. Segons la normativa vigent a l'estat espanyol, queda prohibit utilitzar drons en

aquests espais, a no ser que es compti amb permís del parc. Per tant en el meu cas, serà necessari posar-se en contacte amb els dos parcs per gestionar els permisos de vol i enregistrament d'imatges.

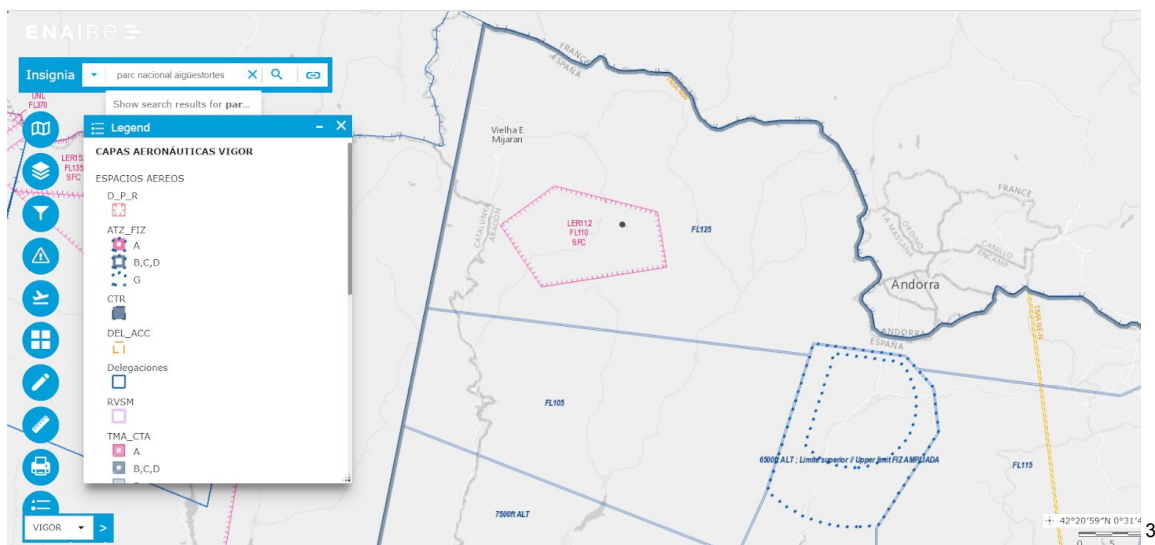
D'altra banda, cal tenir en compte que l'ús d'aquestes imatges seria professional i no d'ús recreatiu, ja que la intenció és treure benefici de la producció d'aquest documental. Per tant, a banda dels permisos per volar, la persona que piloti el dron haurà d'estar qualificada i per tant, estar donada d'alta com a operadora en l'Agència Estatal de Seguretat Aèria (AESA), tenir una assegurança de responsabilitat civil, tenir el títol de pilot de drons i tenir certificat mèdic en vigor.

1



¹ Font: <https://www.aerial-insights.co/blog/normativa-drones-espana/>

² Font: https://mossos.gencat.cat/es/consells_de_seguretat/per-pilotar-drons-recreatius/per-pilotar-drons-recreatius/#bloc3



1.4 POST-PRODUCCIÓ

Quant a l'estil de muntatge i altres, la informació està detallada a l'apartat de Tractament.

Quant a la música, utilitzaré la plataforma de *Free Music Archive*, ja que allà dispo de música de forma gratuïta i amb llicència d'ús per part del creadors. Tot i que la intenció és poder pagar per la música, i així està desglossat al pressupost, no és una de les prioritats i per tant aposto per aquesta plataforma. D'aquesta manera puc retallar costos de la fase de postproducció, i destinar-ne més a la fase de producció, que és on més necessaris són els recursos actualment.

La idea és escollir un màxim de cançons i utilitzar aquestes mateixes com a fil conductor de la història. S'escolliran cançons instrumentals de diferents gèneres per acompanyar els diferents moments de la història.

³ Font: <https://insignia.enaire.es/>

1.5 COMERCIALITZACIÓ

La fase de la distribució és aquella en la que el producte ja està rodat i muntat, i per tant es pot començar a distribuir a través de diverses plataformes per començar a recuperar la inversió i/o obtenir algún benefici econòmic.

La idea és dissenyar un cicle de distribució, també anomenat cicle d'exploació, que em permeti aprofitar al màxim totes les plataformes i mètodes disponibles, i per tant poder fer arribar al màxim públic possible el meu producte. Tot i que es tracta d'un documental de baix pressupost, la meva intenció és seguir el circuit tradicional, exceptuant algunes fases, per tal d'assegurar l'èxit.

El cicle d'exploació tradicional comença als festivals de cinema, on normalment s'escolleix un en concret on fer l'estrena. En el meu cas, aquesta fase està especificada en l'apartat anterior on està detallada la selecció de festivals on presentaré el documental, no només com a plataformes per optar a algun premi i així començar a recuperar la inversió, sinó com a plataformes i espais de difusió i establiments de contactes per futurs projectes.

Un cop s'acabi el cicle de festivals i presentacions, el proper pas a seguir serà la venda de drets d'emissió a les cadenes de televisió. Com en el cas dels festivals, el recorregut a seguir i opcions que em plantejo estan detallades a l'apartat anterior. Per últim, un cop esgotada la fase de festivals, i si tingués èxit la de televisió, passarem a la distribució a través de plataformes de *streaming*. Les plataformes i condicions de la venda de visualitzacions estan detallades a l'apartat anterior.

Justificació de la sortida de mercat

Esportistes mediàtics com Kilian Jornet i altres esportistes reconeguts arreu del món, s'han ajudat dels mitjans de comunicació i les xarxes socials per difondre un estil de vida més actiu i promoure l'esport a la natura. A través de l'èxit d'aquests esportistes o *influencers* de l'esport les marques i

empreses han vist un augment en l'interès en aquest nínxol de mercat, i per tant han començat a oferir productes i material de muntanya a preus més assequibles i per tant s'ha promogut i s'ha fet molt accessible l'esport a l'aire lliure. Per tant, podem veure que és un projecte amb un alt interès i sortida al mercat degut a aquest context, ja que podria interessar a marques de roba i material de muntanya, com a productores audiovisuals o cadenes de televisió.

A banda de l'interès general que podria tenir un producte audiovisual d'aquesta temàtica en qualsevol context, crec que és necessari avaluar el context més immediat. Ara, poc després del confinament causat per la pandèmia del Coronavirus, l'interès per l'esport a l'aire lliure ha crescut. I per tant, aquest és un altre indicador que afavoreix l'èxit comercial d'aquest documental.

Disseny de la distribució

Festivals

A partir d'una breu cerca dels festivals internacionals, nacionals i locals de la península he fet una selecció dels festivals temàtics on, tant per la proximitat territorial com per l'esperit i essència dels festivals, el projecte documental té més possibilitats de ser seleccionat.

Una part important d'aquesta fase de difusió i ingressos del projecte és escollir l'ordre de les estrenes. En el cas concret de *Repte Pirineus 3.000* la millor opció és realitzar una estrena a nivell nacional en un festival de temàtica de muntanya, com BCN Sports Film Festival, BBK Mendi Film Festival, Torelló Mountain Film o Cerdanya Film Fest.

Actualment la prioritat és presentar-lo a Torelló Mountain Film, ja que és un dels festivals més coneguts a Catalunya, i tot i no comptar amb grans premis econòmics, és una plataforma que

ens pot oferir molta difusió del projecte. D'altra banda, també contemplo l'opció d'estrenar el documental a BBK Mendi Film festival.

El cicle de festivals seguirà amb els altres festivals autonòmics, i finalment els nacionals.

TORELLÓ MOUNTAIN FILM

13 - 22 NOVEMBRE 2020

Una selecció dels millors films de temàtica de muntanya i naturalesa.

El Festival de Cinema de Muntanya i Aventura de Torelló es va fundar en 1983 amb el nom de Certamen de Cinema de Muntanya. Més de tres dècades després, és un dels festivals més importants del món en el seu gènere.

Cada any competeixen a Torelló els millors films d'àmbit internacional relacionats amb la muntanya i la naturalesa. L'ampli ventall de possibilitats que ofereixen les bases del festival permet que es projectin documentals de diverses temàtiques.

BBK MENDI FILM

04 - 13 DESEMBRE 2020

BBK Mendi Film Bilbao-Bizkaia és un Festival internacional de cinema de Muntanya, Aventura, Esports extrems i Naturalesa.

Nascut en 2008, el festival promociona durant tot l'any la cultura de muntanya en diferents ciutats i escoles, a través d'una activa comunitat cultural i muntanyenca.

BCN SPORTS FILM FESTIVAL

26 - 30 OCTUBRE 2020

Un dels principals objectius del BCN Sports Film 2020 és apropar el món audiovisual sobre temàtica esportiva i els seus valors al gran públic i, al mateix temps, oferir als mitjans de comunicació, directors de cinema, productores i distribuïdores especialitzades en temàtiques esportives un espai de diàleg que faciliti l'apropament i la reflexió entre els professionals del sector.

CERDANYA FILM FESTIVAL

01 - 09 AGOST 2020

Cerdanya Film Festival, Festival Internacional de Cinema de Cerdanya, és un Festival de caire generalista on participen els gèneres documental, ficció i animació, curtmétratges i llargmetratges, i que consisteix en seccions a competició internacional, seccions no competitives i activitats paral·leles.

ZINEBI. Festival Internacional de Cinema Documental i Curtmetratge de Bilbao.

13 - 20 NOVEMBRE 2020

ZINEBI és l'únic festival internacional de Classe A de l'Estat que la FIAPF (Federació Internacional d'Associacions de Productors de Films) reconeix des de 1974 en la categoria de curtmétratge i documental; a més, ZINEBI està acreditat per l'Acadèmia de Hollywood com a qualificador dels premis Oscar i també és qualificador per als premis BAFTA del cinema britànic i els premis Goya del cinema espanyol.

DOCUMENTA MADRID

04 - 10 MAIG 2020

DocumentaMadrid és el Festival Internacional de Cinema impulsat per l'Ajuntament de Madrid, amb la col·laboració dels principals espais culturals de la ciutat. És un espai de llibertat, descobriment i reflexió. Cineastes de tot el món, creadors, crítics, espectadors, pel·lícules nacionals i internacionals, caracteritzades per la llibertat creativa, i l'exploració de les noves formes de l'audiovisual, es donen cita a Madrid, per a estimular la creació, la mirada crítica i el debat ciutadà.

FESTIVAL INTERNACIONAL DE CINE D'OSCA

12 - 20 JUNY 2020

El Festival Internacional de Cinema d'Oscar té com a objectiu fomentar la cultura cinematogràfica a través del curtmétratge, descobrint aquelles propostes innovadores en aquest camp. Les tres categories opten als diferents Premis Dansaire que s'exposen en el Punt VIII i són qualificadors per als Premis Goya de l'Acadèmia de les Arts i les Ciències Cinematogràfiques d'Espanya i els Premis Oscars de The Academy.

Cadenes de Televisió

La venda dels drets d'emissió a cadenes de televisió és la segona fase de distribució del documental.

En aquest cas he optat per establir un primer contacte amb televisions com TV3, Betevé, Movistar+ i la Xarxa de Televisions Locals per tal de, en primer lloc, proposar una coproducció, i en segon lloc, sondejar l'interès de les cadenes en una possible futura compra.

La demostració de la rendibilitat d'aquest projecte documental dins dels canals esmentats són les diferents entrevistes a esportistes d'elit catalans com Kilian Jornet i Núria Picas, i l'emissió en diverses ocasions dels seus respectius documentals o productes audiovisuals.

A més, cal tenir en compte la situació més actual del context, on el desconfinament pel Covid-19 ha creat un augment en l'interès per l'esport a l'aire lliure. Aquest és un factor a tenir en compte, ja que podria ser un moment en el que més espectadors es mostraran més interessats en aquest contingut.

Plataformes de *Streaming*

Amazon Video i Vimeo on Demand són diferents plataformes de venda *online* i visualització de contingut audiovisual que recentment han creat opcions de venda i cobrament per visualització de contingut audiovisual de usuaris individuals. Tot i que serien opcions d'explotació vàlida com es pot comprovar en l'apartat de pressupost d'ingressos posteriorment, el documental hauria de tenir molt èxit i visibilitat en aquestes plataformes per tal d'obtenir beneficis. Per tant, no és un opció que valori en aquesta fase de producció del film.

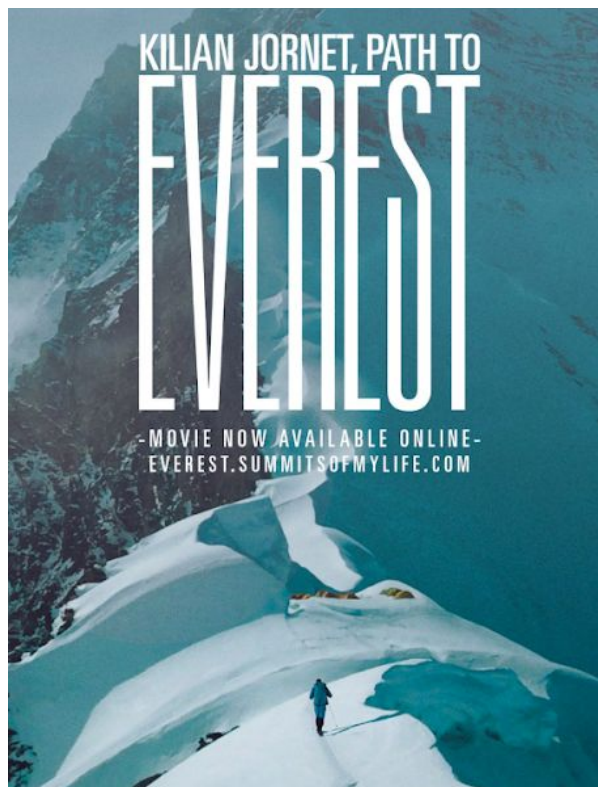
Disseny gràfic

Pel disseny de la portada de la pel·lícula, el logotip i altres, he utilitzat els meus coneixements bàsics adquirits en una assignatura del grau.

Com que una de les grans inspiracions del nostre protagonista és en Kilian Jornet, vaig decidir inspirar-me en la portada del seu últim documental *Path To Everest*.

En el cas de *Path To Everest*, el disseny i la tipografia donen importància a la paraula “Everest”, ja que aquesta és la gran fita que defineix el documental i l’objectiu del Kilian.

En el cas de Repte Pirineus 3.000, vaig buscar el mateix objectiu donant importància a la paraula “3.000” ja que és el número que defineix el meu documental i el repte del Cesc.



Disseny de la promoció

Estratègia de comunicació i publicitat

La proposta de publicitat del documental *Repte Pirineus 3.000* és a través de plataformes de crowdfunding i xarxes socials com Instagram i Facebook. A través d'aquestes plataformes es compartirà contingut promocional i publicitari del documental, com per exemple el tràiler, entrevistes, sorteigs d'entrades per l'estrena i altres per tal de crear interès en el producte i poder conèixer els interessos del nostre públic.

Al tractar-se d'un rodatge de baix pressupost, les principals eines i canals de publicitat seran les xarxes socials, tant el perfil del documental, com els perfils personals i/o professionals del

protagonista del film i de l'equip de rodatge. D'altra banda, les campanyes de *crowdfunding* també ens permetran realitzar tasques de difusió del projecte.

La tècnica d'utilitzar els perfils de xarxes socials dels membres de l'equip tècnic és una estratègia que, aportant petites gravacions o fotografies de moments del rodatge i la producció que no es veuran en el film, ens permetran aportar una visió de “darrere de les càmeres” que generarà la sensació de confiança i proximitat amb l'equip, alhora que ens permetrà generar expectativa pel documental.

Per definir una bona estratègia i assegurar l'èxit de les campanyes de finançament de projecte, cal establir uns objectius definits. En primer lloc és essencial fer un anàlisi de la situació, per així poder determinar quina és la millor estratègia. La millor manera de realitzar aquest anàlisi és fent un DAFO.

Debilitats: Baix pressupost, poc personal, poca experiència

Amenaces: Forta i gran quantitat de competència

Fortaleses: Bona història, equip amb carisma

Oportunitats: Donar-nos a conèixer com a cineastes i productores, guanyar experiència

A partir del DAFO, cal realitzar una llista amb les dades objectives de la competència i els meus objectius.

1. La meua competència crea continguts en format de vídeos i fotografies. La seva mitjana oscil·la entre un *post* cada dia o un cada 10 dies.

Per tant la meua estratègia és crear contingut en un format semblant i actualitzar els perfils de xarxes socials amb la mateixa freqüència que els meus competidors.

2. La temàtica dels vídeos i fotos de la meua competència està enfocada a fer publicitat dels seus continguts audiovisuals i de diferents esdeveniments relacionats amb les estrenes, entrevistes,...

El contingut de les nostres xarxes socials tindrà la mateixa temàtica que la de les nostres competidores, però amb la diferenciació que el nostre contingut serà de promoció d'un documental i no de productes.

3. La meua competència té presència a les xarxes socials de Instagram i Youtube.

Repte Pirineus 3.000 tindrà presència a Instagram i Facebook.

4. La meua competència són productores i esportistes independents.

Repte Pirineus 3.000 és un projecte autogestionat per una creadora independent. Això aporta proximitat, confiança i carisma.

Un cop analitzada la situació cal planificar els objectius de màrqueting a curt i llarg termini.

1. Aconseguir un mínim de 300 seguidors a Instagram i visites a la pàgina de Facebook abans de iniciar les campanyes de *crowdfunding*, per tant abans del 15 de juny.
2. Tenir un bon nivell de *engagement* i participació durant les campanyes de *crowdfunding*. Un mínim de 50 visites diàries als perfils durant els mesos de juny i juliol.
3. Mantenir *l'engagement* un cop finalitzades del campanyes de *crowdfunding*. Es farà a través de contingut de *Behind The Scenes* del rodatge del repte.

Disseny del pla de continguts de xarxes socials

El següent documental mostra la calendarització i estructura de la promoció i difusió dels esdeveniments on participarà al documental. La estratègia és mantenir l'interès dels nostres usuaris fins a la estrena del documental al novembre.

	SET. 1	SET. 2	SET. 3	SET. 4	SET. 5
MAIG	creació perfils xxss		difusió del projecte		
JUNY		promoció crowdfunding			
JULIOL			rodatge - posts Behind The Scenes + tràiler		
AGOST	posts Behind The Scenes + tràiler				
SETMEBRE	postproducció				
OBTUBRE					
NOVEMBRE	promo estrena		estrena	promo festival	
DESEMBRE	(BBK Mendi Film) Cluster AV catalunya				

1. 6 PRESSUPOST

Disseny del pla de finançament

Plataformes de *Crowdfunding*

A partir d'una breu cerca de les millors plataformes de *crowdfunding* he fet una selecció de les més assequibles i rendibles per al meu projecte documental. Analitzant les diferents propostes i plataformes he decidit apostar per TotSuma, ja que al ser una plataformes més especialitzada en projectes de cultura és les més adequada per aconseguir el finançament necessari per desenvolupar el documental.

Tot i el gran avantatge que suposarà comptar amb una plataforma de micromecenatge, la calendarització del projecte i la situació global de pandèmia suposaran una gran dificultat a superar. Degut al confinament i les condicions meteorològiques de les estacions, el protagonista haurà de realitzar el repte a finals de juliol. Però per poder tirar la campanya de micromecenatge endavant el tràiler haurà d'estar gravat prèviament. La campanya de *crowdfunding* començarà el 15 de juny.

D'altra banda, la situació de pandèmia global causada pel Coronavirus, exposarà a la població a un context de crisi econòmica molt gran i per tant no serà un bon moment per engegar una campanya de micromecenatge ja que el més probable serà que hi hagi poques donacions a projectes d'aquest tipus.

En aquest context i donades les dificultats esmentades anteriorment el més realista i segur és adoptar una estratègia per plantejar objectius econòmics assequibles per assegurar el cobrament i poder tenir més possibilitats de dur a terme el projecte.

Sponsors

Aquesta és una font de finançament menor ja que les aportacions econòmiques per part de les empreses normalment són petites o fins i tot només col·laboren aportant material i roba. En el cas concret d'aquest projecte, tot i que valoraríem molt l'ajuda amb material de muntanya, el que és més necessari són les aportacions econòmiques, ja que el nostre protagonista disposa de tot el material necessari, però les despeses que suposa aquest projecte són bastant significatives.

A banda de les consideracions anteriorment esmentades, no descarto buscar aquest tipus de col·laboració ja que pot afavorir en termes de obtenir contactes o difusió del projecte.

És important fer una bona selecció dels sponsors que poden encaixar millor amb el projecte i que puguin estar més interessats en participar. La selecció de possibles patrocinadors interessats en el projecte és: Salomon, Petzl, Camp Base, NutriTape, The Elements Food, Asics, Simond, Salewa, The North Face, Citroën, Xarxa de Refugis de l'Alt Pirineu, ...

Aquestes són les principals marques que podrien estar interessades en una relació de patrocini ja que apareixen en el documental, ja sigui com a material i roba de muntanya que utilitza el protagonista, com a diferents espais i refugis pels què transita.

Per tal de obtenir els privilegis d'una relació de patrocini amb aquestes marques s'enviarà un correu electrònic als respectius departaments de màrqueting i comunicació explicant el projecte, l'interès de patrocini i el benefici que pot obtenir la marca o l'empresa d'aquesta relació. Ademés, per complementar el correu, s'enviarà el tràiler adjuntat i un petit dossier explicant amb més detall el projecte i un petit desglossament del pressupost.

El model de correu electrònic a enviar a les diferents marques i empreses seria el següent:

“Barcelona, 08 de junio 2020

Concha Caja, Directora de Comunicación Citroën España,

Buenos días, espero que se encuentre muy bien. Aunque no tengo el placer de conocerla personalmente, me atrevo a ponerme en contacto con usted por este medio. Mi nombre es Ivette Mañalich, y soy la directora del documental *Reto Pirineos 3.000*.

La última semana de julio de 2020 llevaremos a cabo el rodaje de este nuevo documental *Reto Pirineos 3.000*. Este cuenta la historia de Cesc Martínez, un joven alpinista y *trailrunner*, que a lo largo de su carrera deportiva ha tenido que enfrentarse a muchas contradicciones y situaciones duras, tanto a nivel físico como psicológico. Ahora, con tan sólo 22 años, se propone un nuevo reto: encadenar las 11 cumbres de más de 3.000 metros de altura del pirineo catalán. La dificultad añadida llega al querer hacerlo en solo 3 días, en solitario y sin utilizar transporte con motor. En *Reto Pirineos 3.000* veremos como Cesc se prepara y cómo consigue acabar esta aventura de más de 324 km y 10.000 metros de desnivel.

Durante el reto nuestro protagonista utilizará una Berlingo Multispace que humildemente ha camperizado para poder transportar todo el material necesario, cocinar y dormir durante estos 4 largos y duros días.

Este es un proyecto que no dejará indiferente a nadie, es un proyecto que responde a los valores de marca de Citroën, tales como la creatividad, el optimismo y el espíritu de superación. Y porque de la misma forma que su compañía, veo al deporte como “un vehículo conductor”, en este caso para que Cesc pueda hacer realidad un sueño, y de la misma forma, motivar a las futuras generaciones de deportistas a superar las adversidades y luchar por sus objetivos.

Por estos motivos este puede ser un proyecto de su interés, y por eso me atrevo a pedirles su colaboración. En este caso concreto, la mejor solución para nosotros sería abastecimiento o la financiación del combustible.

Tanto nuestro protagonista, como todo el equipo técnico del rodaje, tendremos que recorrer muchos kilómetros en coche. Hemos calculado que el presupuesto necesario a destinar a gasolina y transporte para poder llevar a cabo el rodaje del documental es de 202€.

Por su puesto que, si contamos con su apoyo, el nombre de la empresa aparecerá en los créditos del documental y en todos los vídeos y *posts* promocionales. Además emplearemos la técnica del *product placement*, para que de una forma sutil pero clara, la marca y el producto se vean en

nuestro film y se pueda asociar su marca y productos a los valores y mensaje que transmitimos en nuestro proyecto: respeto a la naturaleza, trabajo duro y superación.

Me despido de usted y agradezco de antemano su atención a la presente y su apoyo.

Atentamente,

Ivette Mañalich”

Pressupost de Despeses

RESUM DE LES PARTIDES

partida _ GUIÓ I MÚSICA	150.00
partida _ EQUIP TÈCNIC	2,491.87
partida _ SUBTITULACIÓ	600.00
partida _ LLOGUER MATERIAL TÈCNIC	433.00
partida _ DIETES I ALTRES	461.87
partida _ ASSEGURANCES	630.00
partida _ PUBLICITAT I ALTRES	2,477.10
	7,243.84

PARTIDA DE MÚSICA I GUIÓ

Guió		
Drets d'autor	propietat intel·lectual (?)	
Música		150.00
Drets d'autor de les músiques	Creative Commons	150.00
	TOTAL	150.00

PARTIDA DE SALARIS DE L'EQUIP TÈCNIC

				IMPORT BRUT	IRPF	IMPORT NET
	salari mensual	salari setmanal	jornada completa / dia	1 set. 1/4 jornada	15%	
Direcció	2.497,60	419,3		419,30	62,90	356,41
Producció				482,40	72,36	410,04
Productor/a executiu/va	1.934,61	562,8	80,40	160,80	24,12	136,68
Director/a producció	1.934,61	562,8	80,40	321,60	48,24	273,36
Primer/a ajudant/a producció						
				901,70	135,26	766,45
Fotografia.				763,80		
Director/a fotografia	1441,35	419,3	59,90	239,60	35,94	203,66
Operador dron	1300,42	378,3	54,04	162,13	24,32	137,81
Operador càmera 1	1089,02	316,81	45,26	181,03	27,16	153,88
Operador càmera 2	1089,02	316,81	45,26	181,03	27,16	153,88
				763,80	114,57	649,23
Sò				0,00	0,00	0,00
Sonidista						
Ajudant de so						
Muntatge				826,38		
Muntadora imatge	1.652,75	480,8	68,69	826,38	123,96	702,42
Muntadora so					0,00	0,00
				826,38	123,96	702,42
				2.491,87	373,78	2.118,09
	TOTAL					

PARTIDA DE SUBTITULACIÓ

Doblatge i subtitulació		600,00
Subtitulació castellà		200,00
Subtitulació anglès		400,00
TOTAL		600,00

PARTIDA DE LLOGUER DE MATERIAL TÈCNIC

Maquinària i elements de rodatge		
Càmera 1 - PANASONIC PXW	inclou lloguer, IVA i asseg.	200.00
Càmera 2 - CANON 750D	amortització	4.00
Càmera 3 - CANON	amortització	4.00
Drone		150.00
Material il·luminació		0.00
Material d'estabilització 1		0.00
Material d'estabilització 2	Gimbal Zhiyun Crane 2	75.00
Material d'estabilització 3	Gimbal Zhiyun Crane 2	0.00
Equip de so 1	inclòs amb lloguer (mic. canó)	0.00
Equip de so 2		0.00
Equip de so 3		0.00
	TOTAL	433.00

PARTIDA DE DIETES, PERNOCTACIONS I DESPLAÇAMENTS

Localitzacions i desplaçaments			56.24
Localitzacions	Terrassa - Presa Cavallers -Terrassa	148 km	56.24
Gasolina			145.73
DIA 0 (anada)	Terrassa - Àreu	232 km	44.08
DIA 1	Àreu - Vallferrera - Àreu	24 km	4.56
DIA 2	Àreu - Presa de Cavallers	124 km + 10 km fins Boí x nit	25.46
DIA 3	Boí - Presa Cavallers - Vielha	10 km + 62 km	13.68
DIA 3 (tornada)	Vielha - Terrassa	305 km	57.95
			201.97
Hotels/Albergs		cost x nit en camping	139.90
Nits càmera 1	nit 0 + nit 1 -> 6,10/pers + 6,5/electricitat		30.90
Nits càmera 2	nit 2 -> 5,5/pers + 5,5/cotxe + 6,5/llum + 7/tenda		41.00
Nits càmera 3	nit 3 -> 17/pers		68.00
Dietes			120.00
Dietes càmera 1			40.00
Dietes càmera 2			40.00
Dietes càmera 3			40.00
			259.90
		TOTAL	461.87

PARTIDA DE PUBLICITAT I DISSENY

Publicitat		269
Material publicitari	campanya de crowdfunding + tràiler	149.10
Comunity Manager	equip de rodatge, direcció, protagonista,...	0.00
Perks (còpies x descarregar documental)		0.00
Disseny Gràfic	aprox 1,200 / mes -> 40€ / dia -> 3 dies de treball	120.00
Crowdfunding		1,908.00
Comissions TotSuma	5% del total (4.000€ aprox)	200.00
1,35% + IVA => 4,27€ de comissió x transacció	calculem que necessitem 400 aportacions de 10€	1,708.00
Distribució / Festivals	aprox 300€ x desplaçaments i altres	300.00
TOTAL		2,477.10

Pressupost d'Ingressos

Crowdfunding	TOTSUMA	4,500.00
Sponsors	càlcul aproximat	100.00
Televisions	drets d'emissió en llengües	1,200.00
	cat	300.00
	cast	900.00
Estrenes en físic		270.00
	Terrassa	80.00
	Barcelona	50.00
	Torelló	50.00
	Lleida i altres	50.00
	Vielha	40.00
Festivals	càlcul aproximat	600.00
		6,670.00

Balanç de pressupostos

En total, el cost de producció i comercialització de Repte Pirineus 3.000 és d'aproximadament 7.300€. Quant a ingressos, es preveu obtenir el 50% (4.500€) del pressupost necessari per a la producció a través de la campanya de micromecenatge, i la resta a través de la participació en festivals de cinema, la venda de drets d'explotació a cadenes de televisió i les estrenes i presentacions en físic del documental.

El balanç és negatiu ja que he inflat el càlcul de despeses tenint en compte que poden sorgir imprevistos, i he desinflat el d'ingressos per no comptar de forma segura amb algunes partides, com per exemple els premis de festivals.

CONCLUSIÓ

En primer lloc m'agradaria destacar tot el procés d'aprenentatge que aquest projecte m'ha permès. Tot i que ja era un projecte que tenia en ment abans de començar el TFG, esperar i realitzar-lo dins dels paràmetres d'aquest treball m'ha permès poder desenvolupar millor el projecte, i poder tenir les eines i el coneixement per poder, en un futur, comercialitzar-lo.

També m'agradaria donar les gràcies a l'assessorament i suport del meu tutor de TFG, ja que m'ha fet esforçar-me i a solucionar jo mateixa tots els imprevistos que anaven sorgint, però sempre disposat a donar un cop de mà.

D'altra banda, també m'agradaria fer una mica de crítica al pla d'estudis del Grau. Tot i que és cert que alguns coneixements aplicats en aquest treball els he adquirit en assignatures del Grau, moltes eines, plataformes i procediments no els hagues sapigut realitzar de forma correcta i/o professional si no hagués comptat amb un equip tècnic i de producció amb experiència la meu costat. Està clar que com a professionals no ho tindrem mai tot fet, però m'agradaria que es tingués en compte que, si hagués hagut de realitzar aquest treball únicament amb els coneixements de les assignatures del Grau, l'enfocament hagués sigut molt diferent.

Per finalitzar, aquest ha sigut un projecte que m'ha permès aprendre molt sobre el sector professional del món audiovisual, i m'ha brindat encara més confiança en mi mateixa i en el meu projecte per fer-lo públic i tirar endavant la seva producció i comercialització.

ANNEX

Pàgina principal de la campanya de micromecenatge a la plataforma Totsuma.

The screenshot shows the main page of a crowdfunding campaign on the Totsuma platform. The header includes the Totsuma logo and navigation links: 'navega', 'crea', 'aprèn', 'qui som', 'blog', and 'contacte'. The campaign title is 'Documental Repte Pirineus 3.000', with the subtitle 'UN PROJECTE DE ReptePirineus'. Below the title, there are buttons for 'EL PROJECTE', 'BLOG 0', and 'COMENTARIS 0'. A video player shows a trailer of the documentary, with a play button and a progress bar. To the right of the video player, there is a summary of the campaign: 12 SUMADORS, 380 € raised (with 4500 € needed), 41 days left, and an 8% completion rate. A green button labeled 'SUMA-HI 10 € MÍNIM' is at the bottom right of the video player area.

4

The screenshot shows the 'SINOPSIS' and 'APORTA-HI' sections of the crowdfunding page. The 'SINOPSIS' section contains the following text:

SINOPSIS
Un documental sobre la superació, la recerca dels límits personals i el retrobament amb les nostres arrels. En Cesc Martínez, un jove alpinista i trailrunner, està determinat a complir el seu somni.
Després de dedicar uns anys a la competició d'esports de resistència, en Cesc es planteja un repte per retrobar-se amb la senzillesa de la vida a la muntanya i les seves arrels. L'objectiu d'en Cesc és encadenar els 11 cims de 3.000 metres del Pirineu català, en 72 hores i sense utilitzar cap mena de transport a motor. Un repte que sense dubte posarà a prova les seves capacitats.
Al llarg dels més de 200 quilòmetres d'aquesta gran aventura, en Cesc haurà de superar obstacles inesperats, i ser capaç de superar els seus propis límits.

ON ANIRAN ELS DINERS?
Bàsicament necessitem els diners per pagar la gasolina dels trajectes, pagar els allotjaments en campings, poder comprar menjar i, com a director novell però compromesa amb la professió de l'audiovisual, m'agradaria poder pagar les hores de feina al meu súper equip tècnic i de producció, que m'ajudaran a tirar aquest projecte endavant.

EL PERQUÈ DEL DOCUMENTAL
Mostrant de la forma més realista i propera tota la preparació que requereix un projecte com aquest, el documental vol ser una eina de motivació per al jovent del territori. L'objectiu del documental és mostrar la disciplina i esforç d'un jove per aconseguir els seus objectius, i així motivar als nostres espectadors a lluitar per les seves grans metes, ja siguin a nivell esportiu, laboral o vital.
A banda del missatge encoratjador del documental, aquest també vol ser una plataforma per promoure l'esport a la natura, i alhora crear consciència sobre la bellesa i la preservació dels Parcs Naturals de Catalunya.
Actualment, amb el creixement de les competicions en muntanya, l'espai natural i l'esport a l'aire lliure s'han massificat, provocant que molta gent amb poc coneixement sobre la conservació i cura de la natura deixi petjada als nostres boscos.
La intenció és que sigui una eina per demostrar a les noves generacions d'esportistes

The 'APORTA-HI' section lists four contribution levels:

- APORTA-HI 10 €**
3 SUMADORS
Amb la meravellosa aportació de 10€ gaudiràs del plaer de veure el teu nom als agraïments del documental.
- APORTA-HI 20 €**
2 SUMADORS
Amb la meravellosa aportació de 20€ gaudiràs del plaer de veure el teu nom als agraïments del documental, i una estupenda carta d'agraïment per emmarcar :)
- APORTA-HI 30 €**
4 SUMADORS
Amb la meravellosa aportació de 30€ gaudiràs del plaer de veure el teu nom als agraïments del documental, una estupenda carta d'agraïment per emmarcar :), i a més seràs de les primeres persones en veure la pel·lícula.
- APORTA-HI 40 €**
1 SUMADOR (QUEDEN 19 DE 20 RECOMPENSES)
Amb la meravellosa aportació de 40€ gaudiràs del plaer de veure el teu nom als agraïments del documental, una estupenda carta d'agraïment per emmarcar :), i a més seràs de les primeres persones en veure la pel·lícula.

⁴ Font: <https://www.totsuma.cat/projecte/1805/documental-repte-pirineus-3.000>

One Pager per entregar a les productores audiovisuals

REPT PIRINEUS 3.000 DOCUMENTAL

UNA AVENTURA PER BUSCAR ELS LÍMITS, DEL COS I DE LA MENT.

En una societat on tot va massa depressa, un jove alpinista decideix embarcar-se en un projecte que el farà enfrontar-se i superar els límits del cos i de la ment.

Encadenar els 11 cims de més de 3.000 metres d'alçada del Pirineu català, en 72 hores, en solitari i sense cap transport a motor.

Un documental sobre la superació, la recerca dels límits personals, i el retrobament amb les nostres arrels. En Cesc Martínez, un jove alpinista i trailrunner, està determinat a complir el seu somni.

Al llarg dels més de 200 quilòmetres d'aquesta gran aventura, en Cesc haurà de superar obstacles inesperats, i ser capaç de superar els seus propis límits.

Quan arribi a la meta, es retrobarà amb l'essència d'aquell nen de 7 anys que va descobrir la muntanya per primer cop.

IVETTE MANYALICH
630 16 11 81
RETOPIRINEOS3000@GMAIL.COM

Dossier per enviar a les productores audiovisuals i cadenes de televisió

TÍTOL

Repte Pirineus 3.000

LOGLINE

En una societat on tot va massa depressa, un jove alpinista decideix embarcar-se en un projecte que el farà enfrontar-se i superar els límits del cos i de la ment.

SINOPSIS

Un documental sobre la superació, la recerca dels límits personals, i el retrobament amb les nostres arrels. En Cesc Martínez, un jove alpinista i trailrunner, està determinat a complir el seu somni.

Després de dedicar uns anys a la competició d'esports de resistència, en Cesc es planteja un repte per retrobar-se amb la senzillesa de la vida a la muntanya i les seves arrels. L'objectiu d'en Cesc és encadenar els 11 cims de 3.000 metres del Pirineu català, en 72 hores i sense utilitzar cap mena de transport a motor. Un repte que sense dubte posarà a prova les seves capacitats.

Al llarg dels més de 200 quilòmetres d'aquesta gran aventura, en Cesc haurà de superar obstacles inesperats, i ser capaç de superar els seus propis límits.

Quan arribi a la meta, es retrobarà amb l'essència d'aquell nen de 7 anys que va descobrir la muntanya per primer cop.

TEMA

En el documental veurem com un jove esportista, amant de la natura i els paisatges de Catalunya, ha de compaginar entrenaments de gran exigència física, juntament amb una preparació tècnica i psicològica específica.

Mostrant de la forma més realista i propera tota la preparació que requereix un projecte com aquest, el documental vol ser una eina de motivació per al jovent del territori. L'objectiu del documental és mostrar la disciplina i esforç d'un jove per aconseguir els seus objectius, i així motivar als nostres espectadors a lluitar per les seves grans metes, ja sigui a nivell esportiu, laboral o vital.

A banda del missatge encoratjador del documental, aquest també vol ser una plataforma per promoure l'esport a la natura, i alhora crear consciència sobre la bellesa i la preservació dels Parcs Naturals de Catalunya.

Actualment, amb el creixement de les competicions en muntanya, l'espai natural i l'esport a l'aire lliure s'han massificat, provocant que molta gent amb poc coneixement sobre la conservació i cura de la natura deixi petjada als nostres boscos.

La intenció és que sigui una eina per demostrar a les noves generacions d'esportistes que existeix una manera més pura i senzilla d'acostar-se a la muntanya.

PERFIL DEL PROTAGONISTA

En Cesc és una persona metòdica i molt exigent amb si mateix. Es podria dir que té una visió bastant pessimista envers la societat actual i com aquesta "gaudeix" de la natura. És una persona que ha trobat refugi en l'esport i la muntanya, i és per això que, sigui el repte que sigui, la importància que ell li dóna va més enllà d'aconseguir un nou rècord personal, sinó que la muntanya li permet trobar els seus propis límits, sense que aquests estiguin condicionats pel que diu la societat.

A través de la seva perseverança pot demostrar a les futures generacions que, qui realment té la capacitat d'aconseguir les coses som nosaltres mateixos, ningú més.

TRACTAMENT

El documental busca una estètica menys pulida i més natural i espontània, és a dir, buscant l'estil de càmera en mà, vist en sèries de televisió com Modern Family, on també apreciem tècniques com la mirada a càmera dels actors i un estil de plans de caire documental i no pas de ficció. La idea és allunyar-me dels cànons clàssics i mainstream de filmació, on predominen els plans fixes, que distancien l'espectador del personatge. L'objectiu és que, a través de la captació d'imatges pel mateix corredor amb càmeres esportives, i les imatges captades per l'equip tècnic, tinguin un estil realista i que per tant, prioritzin captar la duresa del repte i les emocions del protagonista.

L'equip de càmeres també haurà de prioritzar els travelings i plans de seguiment del corredor, ja siguin frontals o des del darrere. Amb càmeres d'acció com GoPro, es captaran plans subjectius dels trams més tècnics i difícils del recorregut. Tot i això també s'utilitzaran els plans fixos per la filmació de plans generals del paisatge i moments amb menys acció interna. Ademés, la intenció és comptar amb el permís de filmació amb Dron, i per tant aconseguir plans aeris i d'una estètica més cinematogràfica pels moments on la narrativa sigui més poètica i no predomini l'acció frenètica de la resta dels moments del documental.

Quant a la tonalitat, es mantindrà càlida en la majoria d'escenes, excepte les nocturnes, on predominen els colors blaus per accentuar la sensació de fredor i nocturnitat. La calidesa predomina ja que el rodatge es farà a l'estiu i per tant, a banda de transmetre la calor i temperatures que està patint el protagonista, la calidesa dels plans ens ajudarà a transmetre una sensació de proximitat i tendresa amb els personatges. Al ser un rodatge en exterior i en constant moviment, el control de la llum és més difícil. Per això, es prioritzaran els moments de rodatge on la llum sigui més difosa, com per exemple al matí i la tarda, quan el sol està més baix.

El ritme del muntatge i el tipus de plans està determinat segons l'acció i context de cada escena. Aquestes indicacions tècniques es poden consultar al tractament desglossat per escenes. Tot i això, a nivell global la intenció és que el ritme sigui ràpid i tallat, en concordança amb els moviments i sensacions del personatge. Al ser un documental on gran part del conflicte està determinat per la dificultat esportiva, predominen els plans tancats i primers plans de les reaccions del protagonista. Tot i això, al tractar-se d'un film on l'acció es desenvolupa en espais exteriors, també es potencien els plans generals per accentuar la grandesa de les muntanyes.

De cara al final, on sí que es donarà més importància a la reflexió personal del protagonista, el ritme passarà a ser més lent. El procediment serà el mateix en algunes escenes del primer acte on es presenten els personatges principals i el passat del protagonista.

HISTORIAL DE LA PRODUCTORA

En el meu cas concret són una persona i no pas una empresa. Sóc estudiant d'últim curs de Comunicació Audiovisual a la Universitat Autònoma de Barcelona.

Al llarg dels quatre anys de grau he realitzat altres projectes a més petita escala, com curtmètrages. Tot i això, el tercer curs, gràcies a una assignatura vaig tenir el plaer de poder realitzar un documental d'envergadura similar, "202, Ona Sociats". Sempre he sigut una apassionada dels documentals i pel·lícules de muntanya, alpinisme i aventures, però a partir d'aquest projecte em vaig enamorar encara més del procés que comporta un documental com aquest.

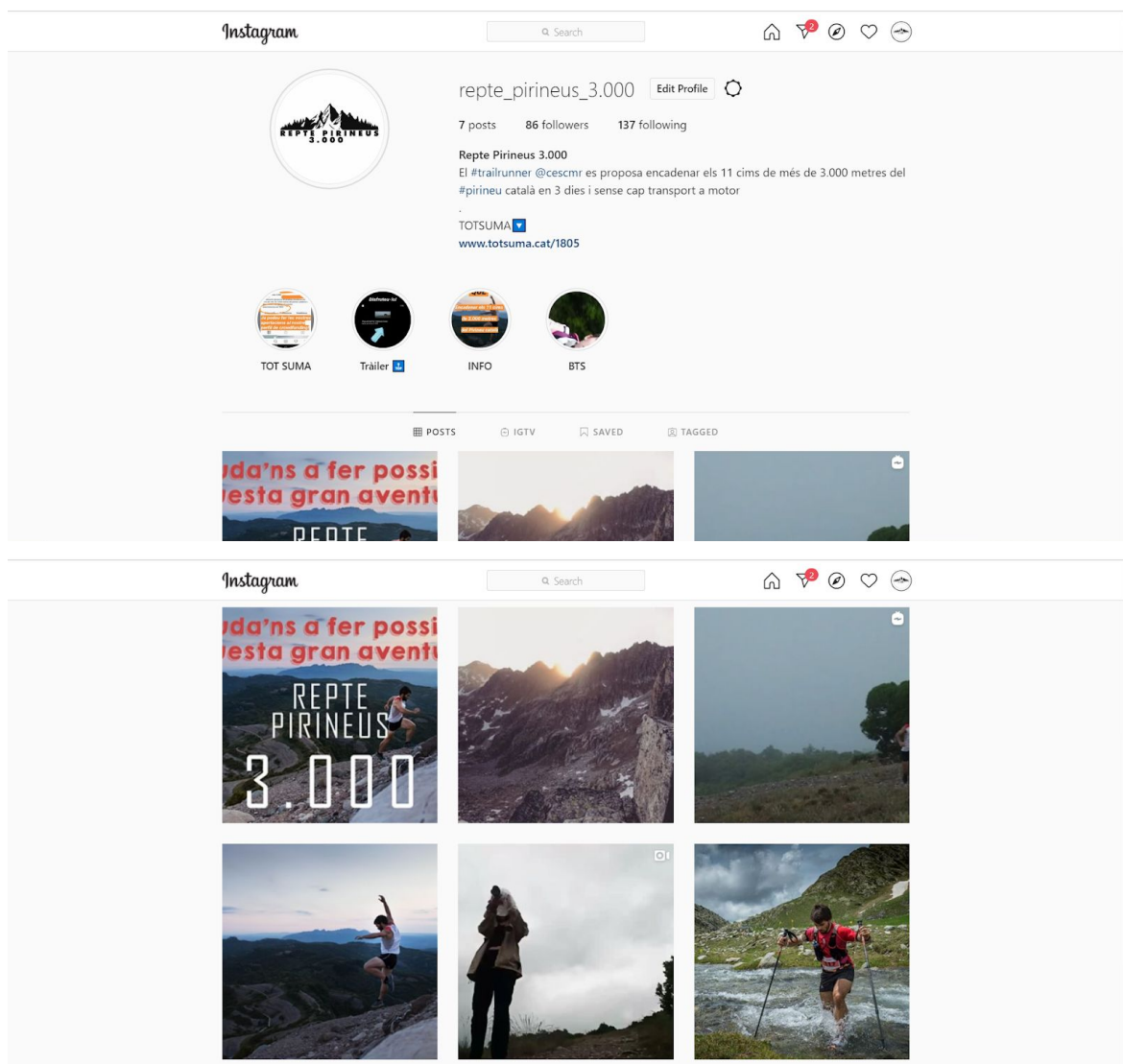
Aquesta proposta de projecte ha sigut el resultat de voler portar a la pràctica el meu Treball de Fi de Grau. Per raons de calendarització, i en última instància per la recent crisi sanitària, el meu TFG s'ha centrat en la part de pre-producció d'un documental, i per tant, per ara, té un caire més teòric. Però, tot i que la producció d'aquest documental ja s'escapa dels terminis d'entrega del TFG, sento una necessitat i motivació molt grans per dur-lo a terme.

PRESSUPOST

partida _ GUIÓ I MÚSICA	150.00
partida _ EQUIP TÈCNIC	2,491.87
partida _ SUBTITULACIÓ	600.00
partida _ LLOGUER MATERIAL TÈCNIC	433.00
partida _ DIETES I ALTRES	461.87
partida _ ASSEGURANCES	630.00
partida _ PUBLICITAT I ALTRES	1,623.10
	6,389.84

EQUIP TÈCNIC (adjuntant els currículums)

Perfils de xarxes socials



5

⁵ Font: https://www.instagram.com/repte_pirineus_3.000/



6

Memòria per entregar juntament amb la petició de permisos de gravació a la Generalitat

Em presento cordialment. El meu nom és Ivette Mañalich i sóc estudiant d'últim curs de Comunicació Audiovisual a la Universitat Autònoma de Barcelona. Actualment estic en procés de finalització del meu Treball de Fi de Grau, que consisteix en la producció i comercialització d'un projecte documental propi.

El documental Repte Pirineus 3.000 explica la història d'un jove trailrunner de tant sols 22 anys que es proposa enllaçar els 11 cims de més de 3.000 metres d'alçada del Pirineu català. A banda de superar aquesta gran quantitat de quilòmetres i desnivell, en solitari i amb el mínim material i recursos possibles, tenint en compte tot allò que és imprescindible per a que sigui una pràctica segura, pretén fer-ho només en 3 dies i sense utilitzar cap transport a motor per desplaçar-se d'un punt a l'altre.

L'objectiu i el plantejament d'aquest documental és mostrar que no cal formar part de l'elit esportiva, ni tenir grans recursos ni luxes per aconseguir els teus somnis.

En el documental veurem com un jove esportista, amant de la natura i els paisatges de Catalunya, ha de compaginar entrenaments de gran exigència física, juntament amb una preparació tècnica i psicològica específica.

Mostrant de la forma més realista i propera tota la preparació que requereix un projecte com aquest, el documental vol ser una eina de motivació per al jovent del territori. L'objectiu del

⁶ Font: <https://www.facebook.com/retopirineus3.000/>

documental és mostrar la disciplina i esforç d'un jove per aconseguir els seus objectius, i així motivar als nostres espectadors a aconseguir allò que més volen, ja sigui a nivell esportiu, laboral o vital.

A banda del missatge encoratjador del documental, també vull que sigui una plataforma per promoure l'esport a la natura, i alhora crear consciència sobre la bellesa i la preservació dels Parcs Naturals de Catalunya.

La intenció és que sigui una eina per demostrar a les noves generacions d'esportistes que existeix una manera més pura i senzilla d'acostar-se a la muntanya. Actualment, amb el creixement de les competicions en muntanya, l'espai natural i l'esport a l'aire lliure s'han massificat, provocant que molta gent amb poc coneixement sobre la conservació i cura de la natura deixi petjada als nostres boscos. El protagonista de Repte Pirineus 3.000 és un jove que demostra que és possible gaudir de la muntanya deixant la mínima petjada possible.

El documental també té la intenció d'inspirar al jovent a esforçar-se i dedicar hores i temps a allò que els fa feliços i els hi agrada, ja sigui guanyar una cursa de muntanya o tenir la valentia de escollir una professió arriscada.

Com ja esmento anteriorment, el repte consisteix en enllaçar, en tres dies, els 11 cims de més de 3.000 metres d'alçada del Pirineu català. El primer dia el nostre protagonista encadena els cims de Rodó de Canalbona, Punta Gabarró, Pica d'Estats, Pic Verdaguer, Montcalm i Sotllo al Pallars Sobirà. El segon dia recorre més de 119 quilòmetres en bicicleta de carretera per passar del Pallars Sobirà a l'Alta Ribagorça, i un cop allà ascendeix el cim del Punta Alta. I finalment, el tercer dia de repte fa la tècnica travessa de la cresta dels Besiberris (de nord a sud), corona el Pic de Comaloformo i per últim ascendeix el Tuc de Molieres a Vielha.

Concretament, la intenció és filmar en les zones properes als refugis, ja que l'equip de càmeres s'haurà de desplaçar a peu gran part del recorregut. La resta de trams del recorregut, el protagonista els farà amb l'única companyia d'una càmera esportiva GoPro. A més, també es farien alguns plans dels llocs més allunyats, com per exemple algun cim i coll de muntanya amb el Dron, des dels refugis.

Tot i que el dia 27 de juliol al vespre voldríem filmar alguns plans de recurs, com la posta de sol i altres, el primer dia de rodatge, si la situació actual i les fases de desescalada ho permeten, serà el 28 de juliol de 2020. Aquest dia les localitzacions de gravació que tenim previstes són el Pàrquing de La Molinassa, el Refugi de Vallferrera i l'Estany d'Estats.

El segon dia ens desplaçem per carretera, per tant gran part de la filmació del 29 de juliol serà en moviment. La intenció és trobar algun punt d'avituallament a la carretera L-510 i el seu pas pels municipis que formen part del Parc Natural de l'Alt Pirineu, des d'on filmar algún pla amb el Dron.

El tercer dia de rodatge, el 30 de juliol, tenim previsió de gravar al Refugi dels Besiberris, al Refugi de Molières i l'arribada a Vielha.

Com ja s'esmenta anteriorment en el document, les tècniques de filmació seran a través de càmeres en mà i càmeres amb trípodes. La intenció és pertorbar al mínim la fauna i flora de l'entorn, per tant els equips, tant de material com de persones, seran el mes reduïts possible. L'equip de rodatge serà de 5 persones com a màxim, afegint el protagonista del documental. A banda dels tres camarografs, comptem amb un vehicle per desplaçar-nos d'un punt a l'altre, fins on la normativa permeti. A partir d'allà l'equip es desplaçarà sempre a peu respectant els camins.

BIBLIOGRAFIA I WEBGRAFIA

Bosch, M. (2011), Una serie aborda la evolución del alpinismo y el creciente interés por los deportes de montaña. Recuperat de:

<https://www.lavanguardia.com/ocio/20110717/54187017799/una-serie-aborda-la-evolucion-del-alpinismo-y-el-creciente-interes-por-los-deportes-de-montana.html>

Anfitrite Álvarez, M. (2019), La emocionante historia de las carreras por montaña. Recuperat de:

<https://www.trailrun.es/cultura-trail/articulo/la-emocionante-historia-de-las-carreras-por-montana>

Ullé, J. (2019), Los orígenes del trailrunning. Recuperat de:

<http://www.carreraspopulares.com/noticia/los-origenes-del-trail-running>

Roma, F. (sense data) EsportpèdiaCat, Alpinisme. Recuperat de:

<https://www.enciclopedia.cat/ec-ec-19.xml>

Corredor de Montaña, (sense data), Once picos en 24 horas, el Reto Omegafort 3.000 de Arnau Julià. Recuperat de:

<https://corredordemontana.mundodeportivo.com/actualidad/item/once-picos-en-24-horas-el-reto-omegafort-3000-de-arnau-julia>

Desnivel, (2015), Ueli Steck completa en Les Écrins su desafío: 82 cuatromiles en 62 días. Recuperat de: <https://www.desnivel.com/alpinismo/ueli-steck-completa-en-les-ecrins-su-desafio-82-cuatromiles-en-62-dias/>

Martínez, T; Rodríguez, J; Suarez, L; (2017), Estrategia de Marketing para película documental “Retorno”. Recuperat de:

<http://repositorio.uniagustiniana.edu.co/bitstream/handle/123456789/105/CruzMartinez-TatianaAlejandra-2017.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

Delicado Adsuar, J. (2018), Las estrategias de marketing que utilizan las películas más exitosas. Recuperat de: <https://produccionaudiovisual.com/produccion-cine/estrategias-marketing-peliculas-mas-exitosas/>

Delicado Adsuar, J. (sense data), Cómo promocionar tu cortometraje o película en redes sociales. Recuperat de:

<https://vivirdelcine.com/como-promocionar-tu-cortometraje-o-pelicula-en-redes-sociales/>

Adame, A. (2019), Estrategia de marketing en las redes sociales: 8 tácticas que no te puedes perder. Recuperat de: <https://blog.hootsuite.com/es/estrategias-de-marketing-en-redes-sociales/>

Madruza López, J. (2016), Cómo crear un plan de contenidos paso a paso desde cero. Recuperat de: <https://es.semrush.com/blog/como-crear-plan-contenidos/>

Cine & Tele, (2016), Modelos para la distribución de documentales, aspectos a tener en cuenta.

Recuperat de:

<https://www.cineytele.com/2016/09/23/modelos-para-la-distribucion-de-documentales-aspectos-a-tenir-en-cuenta/>

BOE, (2020), ACTA DE LA COMISIÓN NEGOCIADORA DEL CONVENIO COLECTIVO REGULADOR DE LAS RELACIONES LABORALES ENTRE PRODUCTORES DE OBRAS AUDIOVISUALES Y LOS ACTORES QUE PRESTAN SUS SERVICIOS EN LAS MISMAS.

Recuperat de: <https://boe.es/boe/dias/2020/01/23/pdfs/BOE-A-2020-1050.pdf>

BOE, (2017), ACTA DE LA COMISIÓN NEGOCIADORA DEL CONVENIO COLECTIVO DE LA INDUSTRIA DE PRODUCCIÓN AUDIOVISUAL (TÉCNICOS). Recuperat de:

<http://www.shootinginspain.info/imagenes/documentos/tablas-salariales-tecnicos-2017-16-es.pdf>

BOE, (2015), ACTA DE LA REUNIÓN MANTENIDA POR LAS ORGANIZACIONES FIRMANTES DEL II CONVENIO COLECTIVO DE LA INDUSTRIA DE LA PRODUCCIÓN AUDIOVISUAL (TÉCNICOS). Recuperat de:

<https://www.boe.es/boe/dias/2015/01/30/pdfs/BOE-A-2015-814.pdf>

Aprender Cine, (2020), Guión técnico: plantilla, ejemplos y videotutorial. Recuperat de:

<https://aprendercine.com/guion-tecnico-audiovisual-plantilla/>

Aprender Cine, (2017), Guión literario: formato y plantilla. Recuperat de:

<https://aprendercine.com/guion-literario-formato-plantilla/>

Aprender Cine, (2020), Escaleta de guión: definición y ejemplos. Recuperat de:

escaleta <https://aprendercine.com/escaleta-definicion-ejemplos/>