



## CURSA DE 13 Km

Tens per davant 13 km de cursa, o sigui que... a córrer!

Comences davant del Pavelló Poliesportiu de Falset i després de creuar la carretera Nova segueixes recte per un camí carreter que et durà als túnels del barranc de la Vila, agafes el túnel de l'esquerra i després de passar-lo surts del barranc per la dreta, tot seguit gira a l'esquerra i tot passant per damunt de la boca de l'altre túnel vas a buscar el camí de les Muntanyes.

Gires a l'esquerra en arribar al camí de les Muntanyes i el segueixes fins a la Creu de Terme on aniràs recte, tot deixant la Creu a la teva esquerra. Et toca pujar uns 500 metres pel camí de les Muntanyes i després d'un gir sobtat de gairebé 180° baixar cap al barranc de Sant Gregori i el Pla del Castanyer. Des d'aquí comences una forta pujada que seguint un sender i després de passar per l'ermita de Sant Gregori i el Pla de la Creu et durà al Grau de les Torres. Cal pujar aquest grau i arribar al punt més alt de la cursa (600 m). Val la pena que et giris i gaudeixis de la panoràmica que es presenta al teu darrera, abans però, pensa de registrar el xip i si vols pots aprofitar per a beure una mica al primer avituallament líquid de la jornada. **Aquesta pujada entre el Pla del Castanyer i el final del Grau de les Torres serà cronometrada i qui faci millor temps en categoria masculina i femenina tindrà un premi**, cal però quedar entre els 20 primers homes o les 10 primeres dones de la general per a optar a aquest premi.

Ets al Km 2,6 i després d'haver gaudit de les vistes comences a baixar per una pista asfaltada que aviat es convertirà en un camí carreter que et farà arribar al Coll de Falset, gir a la dreta i per una pista asfaltada arribes a una cruïlla on has d'agafar el camí de la dreta, si anessis recte faries cap al Polvorí.

Ara el camí és carreter i altra vegada de terra. Arribaràs al km 4,9 després d'una baixada suau i trobaràs el segon avituallament líquid just quan has de girar a la dreta per a començar un sender que et durà al Coll de l'Eudalda (545 m). En aquest tram podràs gaudir d'unes excel·lents panoràmiques de la Mola, per una banda i de Marçà i la cubeta de Móra per l'altra.

Inicies ara una baixada pronunciada per un corriol que et durà al punt on trobes el camí Vell de Falset a la Torre de Fontaubella on has de girar a l'esquerra. T'espera una còmoda baixada per un sender fins al Km 7,6 on el sender es converteix en camí carreter que no agafarem. Cal que giris a la dreta per a continuar la baixada, ara força tècnica, per una trialera que et durà al fons del barranc on comences de nou a pujar, també per una trialera que al poc es transforma en un camí carreter, cal girar a l'esquerra. Just aquí trobaràs el tercer avituallament, amb menjar i beure.

Amb forces recuperades continues la cursa i entre planejar i pujar vas fent camí fins arribar a una pista forestal on caldrà girar a la dreta (si ho fessis a l'esquerra podries contemplar els emplaçaments on hi havia unes bateries d'artilleria durant la guerra del 36/39. Hauràs de tornar un altre dia!). La pista et durà fins a un pont que tu gairebé ni veuràs, però que mereix una parada i des d'allí, per una trialera aniràs pujant per la carena que et farà arribar al quart avituallament, aquesta vegada líquid. (km 10,5).



Des d'aquí un sender et durà fins al camí Vell de la Torre de Fontaubella a Falset on giraràs a l'esquerra per a baixar fins a la Creu de Terme (aquella que tot just al km 1 has trobat a l'inici de la cursa). Ja només queda desfer el camí del primer quilòmetre de la cursa per a passar el túnel en sentit contrari al de fa una estona i enfilat el camí carreter que et durà fins al Pavelló on acaba la cursa.

Un consell: torna un altre dia amb més calma i podràs gaudir del recorregut des d'una altra perspectiva, sense pressa i amb ganes de contemplar tots els racons i les panoràmiques que els nervis del dia de la cursa no t'han deixat gaudir com et mereixes.

Bona cursa!