

# **Turismo activo y territorio: las carreras de montaña en Cataluña**

**Treball Final de Grau de Geografia**

dirigido por el Dr. Francesc LOPEZ PALOMEQUE

Autora: Rosa Coloma Martín



Facultad de Geografía e Historia

Barcelona, Junio 2013



<b>ÍNDICE</b>	<b>Pág.</b>
1. Índice general .....	3
2. Índice de tablas, gráficos, mapas y foto.....	5
3. Índice de anexos.....	6
4. Índice de fichas.....	7

## **PRESENTACIÓN**

1. Introducción.....	9
2. ¿Por qué un estudio sobre las Carreras de Montaña?.....	10

## **PRIMERA PARTE: MARCO TEÓRICO**

### **CAPÍTULO I - MARCO CONCEPTUAL**

1.1. DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO.....	13
1.2. ÁREAS TEMÁTICAS DEL OBJETO DE ESTUDIO: conceptualización básica .....	13
1.2.1. Ocio, turismo y deporte popular.....	13
1.2.2. Turismo activo.....	14
1.2.2.1. Legislación <i>Decret 56/2003 (regulación turismo activo)</i> .....	15
1.2.2.2. Papel de las federaciones en la regulación del turismo activo.....	16
1.2.3. El medio natural .....	17
1.3. DESCRIPCIÓN DE LAS CARRERAS DE MONTAÑA.....	17
1.4. GEOGRAFIA DEL TURISMO.....	18

### **CAPÍTULO II - PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN**

2.1. OBJETIVOS.....	19
2.2. METODOLOGÍA Y FUENTES DE INFORMACIÓN.....	20
2.3. ESTADO DE LA CUESTIÓN.....	24

## **SEGUNDA PARTE: ANÁLISIS DE LAS CARRERAS DE MONTAÑA**

### **CAPÍTULO III - CARACTERÍSTICAS DE LAS CARRERAS DE MONTAÑA CATALANAS**

3.1. ANTECEDENTES, un poco de historia.....	31
3.2. CARACTERÍSTICAS: presentación de los rasgos básicos.....	34
3.2.1. Las Carreras de Montaña en cifras (2008-2012).....	36
3.2.2. Mapa de los diferentes escenarios.....	38
3.2.3. Localización por comarcas.....	41
3.2.4. Tipología de las carreras de montaña.....	50
3.2.5. Agentes y Actores en cifras.....	53
3.2.5.1. Organizadores.....	53

---

	<b>Pág.</b>
3.2.5.2. Patrocinadores y Colaboradores .....	57
3.2.5.3. Participantes .....	60
3.2.6. Dimensión medioambiental, socioeconómica y turística .....	61
<b>CAPÍTULO IV - CONCLUSIONES.....</b>	<b>67</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>75</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>79</b>
<b>FICHAS.....</b>	<b>99</b>

**INDICE DE TABLAS****Pág.**

<b>Tabla 1.</b> Evolución de las carreras de montaña catalanas (2008-2012).....	36
<b>Tabla 2.</b> Carreras de montaña catalanas por comarcas (2008-2012) Provincia Barcelona.....	41
<b>Tabla 3.</b> Carreras de montaña catalanas por comarcas (2008-2012) Provincia Girona.....	44
<b>Tabla 4.</b> Carreras de montaña catalanas por comarcas (2008-2012) Provincia Tarragona.....	46
<b>Tabla 5.</b> Carreras de montaña catalanas por comarcas (2008-2012) Provincia Lleida.....	48
<b>Tabla 6.</b> Tipología de las carreras de montaña según la distancia (m).....	50

**INDICE DE GRÁFICOS**

<b>Gráfico 1.</b> Evolución de las carreras de montaña catalanas (2008-2012).....	37
<b>Gráfico 2.</b> Carreras de montaña por comarcas (2008-2012) Barcelona .....	42
<b>Gráfico 3.</b> Carreras de montaña por comarcas (2008-2012) Girona .....	45
<b>Gráfico 4.</b> Carreras de montaña por comarcas (2008-2012) Tarragona .....	47
<b>Gráfico 5.</b> Carreras de montaña por comarcas (2008-2012) Lleida .....	49
<b>Gráfico 6.</b> Organizadores de las carreras de montaña (2012) .....	53
<b>Gráfico 7.</b> Conceptos interrelacionados con las carreras de montaña .....	67

**INDICE DE MAPAS**

<b>Mapa 1.</b> Escenario de las carreras de montaña catalanas .....	39
<b>Mapa 2.</b> Las carreras de montaña como fenómeno urbano.....	69

**INDICE DE FOTOS**

<b>Fotografía 1.</b> Corredors de la II Copa Sant Llorenç amb el Monastir de Sant Llorenç al fons..	32
---	----

	Pág.
Anexo 1. Carreras de montaña del <b>VALLES ORIENTAL</b> (provincia de Barcelona).....	81
Anexo 2. Carreras de montaña del <b>VALLES OCCIDENTAL</b> (provincia de Barcelona).....	82
Anexo 3. Carreras de montaña del <b>BAIX LLOBREGAT</b> (provincia de Barcelona).....	82
Anexo 4. Carreras de montaña del <b>BAGES</b> (provincia de Barcelona).....	83
Anexo 5. Carreras de montaña del <b>MARESME</b> (provincia de Barcelona).....	84
Anexo 6. Carreras de montaña del <b>BERGUEDÁ</b> (provincia de Barcelona).....	84
Anexo 7. Carreras de montaña del <b>GARRAF</b> (provincia de Barcelona).....	85
Anexo 8. Carreras de montaña de l' <b>ALT PENEDÉS</b> (provincia de Barcelona).....	85
Anexo 9. Carreras de montaña de l' <b>ANOIA</b> (provincia de Barcelona).....	86
Anexo 10. Carreras de montaña del <b>BARCELONÉS</b> (provincia de Barcelona).....	86
Anexo 11. Carreras de montaña de <b>OSONA</b> (provincia de Barcelona).....	87
Anexo 12. Carreras de montaña de l' <b>ALT EMPORDÁ</b> (provincia de Girona).....	88
Anexo 13. Carreras de montaña de la <b>SELVA</b> (provincia de Girona).....	89
Anexo 14. Carreras de montaña del <b>PLÁ DE L'ESTANY</b> (provincia de Girona).....	89
Anexo 15. Carreras de montaña de la <b>CERDANYA</b> (provincia de Girona).....	89
Anexo 16. Carreras de montaña del <b>BAIX EMPORDÁ</b> (provincia de Girona).....	90
Anexo 17. Carreras de montaña de la <b>GARROTXA</b> (provincia de Girona).....	90
Anexo 18. Carreras de montaña del <b>RIPOLLÉS</b> (provincia de Girona).....	91
Anexo 19. Carreras de montaña del <b>GIRONÉS</b> (provincia de Girona).....	91
Anexo 20. Carreras de montaña del <b>BAIX CAMP</b> (provincia de Tarragona).....	92
Anexo 21. Carreras de montaña del <b>BAIX EBRE</b> (provincia de Tarragona).....	92
Anexo 22. Carreras de montaña del <b>PRIORAT</b> (provincia de Tarragona).....	93
Anexo 23. Carreras de montaña del <b>TARRAGONÉS</b> (provincia de Tarragona).....	93
Anexo 24. Carreras de montaña de la <b>RIBERA D'EBRE</b> (provincia de Tarragona).....	93
Anexo 25. Carreras de montaña del <b>ALT CAMP</b> (provincia de Tarragona).....	94
Anexo 26. Carreras de montaña de la <b>CONCA DE BARBERÁ</b> (provincia de Tarragona).....	94
Anexo 27. Carreras de montaña del <b>MONTSIÀ</b> (provincia de Tarragona).....	94
Anexo 28. Carreras de montaña de la <b>TERRA ALTA</b> (provincia de Tarragona).....	94
Anexo 29. Carreras de montaña del <b>BAIX PENEDÉS</b> (provincia de Tarragona).....	95
Anexo 30. Carreras de montaña de l' <b>ALT URGELL</b> (provincia de Lleida).....	95
Anexo 31. Carreras de montaña de l' <b>ALTA RIBAGORÇA</b> (provincia de Lleida).....	95
Anexo 32. Carreras de montaña de les <b>GARRIGUES</b> (provincia de Lleida).....	95
Anexo 33. Carreras de montaña de la <b>NOGUERA</b> (provincia de Lleida).....	96
Anexo 34. Carreras de montaña del <b>PALLARS JUSSÁ</b> (provincia de Lleida).....	96
Anexo 35. Carreras de montaña del <b>PALLARS SOBIRÁ</b> (provincia de Lleida).....	96
Anexo 36. Carreras de montaña de la <b>SEGARRA</b> (provincia de Lleida).....	97
Anexo 37. Carreras de montaña del <b>SEGRIÁ</b> (provincia de Lleida).....	97
Anexo 38. Carreras de montaña del <b>SOLSONÉS</b> (provincia de Lleida).....	97
Anexo 39. Carreras de montaña de la <b>VALL D'ARAN</b> (provincia de Lleida).....	97

---

	<b>Pág.</b>
<b>I'Alta Ribagorça</b> .....	101
ficha nº 1 á 5 .....	102 á 106
<b>Vall d'Aran</b> .....	107
ficha nº 1 á 4 .....	108 á 111
<b>Pallars Jussá</b> .....	113
ficha nº 1 á 5 .....	114 á 118
<b>La Cerdanya</b> .....	119
ficha nº 1 á 6 .....	120 á 125
<b>I'Alt Urgell</b> .....	127
ficha nº 1 á 9 .....	128 á 136
<b>Pallars Sobirá</b> .....	137
ficha nº 1 á 10.....	138 á 147
<b>Ripollés</b> .....	149
ficha nº 1 á 13 .....	150 á 162
<b>Berguedá</b> .....	163
ficha nº 1 á 18 .....	164 á 181
<b>Solsonés</b> .....	183
ficha nº 1 .....	184
<b>Garrotxa</b> .....	185
ficha nº 1 á 12 .....	186 á 197



## PRESENTACION

### 1. Introducción

Que las ideas e inquietudes profesionales de los geógrafos tienen mucho que ver con sus propias experiencias vitales, es un hecho evidente y mi caso no es una excepción.

Mi contacto con la Geografía tiene que ver con una afición o hobby que he practicado toda la vida, el excursionismo. La montaña era en esa época una salida del hogar al cosmos a través de un centro excursionista.

La espeleología fue la primera actividad que practiqué desde el centro excursionista y fue la que me motivó a comprarme el primer libro de geografía sobre "el kars y su formación" en una edición divulgativa que se llamaba "¿qué sé?".

Los centros excursionistas, probablemente de manera inconsciente, estaban cerca de la Geografía por la necesidad de conocer el territorio donde se habita, la curiosidad por el entorno más cercano, por la utilización de mapas cartográficos y la brújula; aunque de una forma más superficial que profunda es una buena escuela para quien tiene curiosidad en esta disciplina.

En este sentido me viene muy bien la siguiente frase: *"Para alcanzar una frontera geográfica solo es necesario contar con un par de piernas fuertes; para alcanzar una frontera intelectual, se requiere una mente entrenada"* (Tuan, 2005).

La necesidad de entrenar la mente me llevó hasta la Facultad de Geografía e Historia hace unos veinte años donde conseguí hacer el primer ciclo completo y parte del cuarto curso de la licenciatura...., pero la vida profesional discurría por otros caminos y en aquella época la Geografía tenía pocas salidas profesionales como para dejar mi trabajo remunerado y aventurarme por una salida profesional geográfica.

Si aquella primera experiencia se convirtió en un detonante para acceder a la universidad, ahora veinte años después y sin presiones por conseguir un trabajo de geógrafa, simplemente por mantener la mente entrenada, las carreras de montaña son suficiente motivación para dedicar el trabajo de final de Grado en Geografía trabajando en un proyecto de investigación sobre ellas.

Para mí son un aliciente más a la hora de hacer turismo: ya sea local, nacional y también, internacional. En otros países donde el deporte está más arraigado socialmente, estas carreras son muy populares y siempre me he cuestionado si son rentables, si son fáciles de organizar, si contribuyen a la dinamización de las zonas por donde pasan ...

El turismo activo, familiar o de grupos, va en aumento y las carreras de montaña pueden catalogarse dentro de este tipo de turismo como actividades físico-deportivas y por este motivo tienen tratamiento diferente al turismo convencional. Hay un abanico tan grande de actividades físico-deportivas que se incluyen en turismo activo, que algunas de ellas deben regularse a través de las federaciones de cada especialidad.

## **2. ¿Porqué un estudio sobre las carreras de montaña?**

Desde la Federación Española de Montaña y Escalada (FEDME) han hecho un estudio sociológico sobre las carreras de montaña (2010) a nivel nacional desde la percepción, valoración y opinión de los diferentes colectivos sociales consultados.

Creo que faltan estudios que valoren las carreras de montaña en el territorio catalán, desde una perspectiva geográfica, como propulsor de un turismo de interior, que por su popularidad puede llegar al ámbito nacional y porque no? al internacional. Aquí todavía está en sus comienzos pero con mucho potencial si vemos el aumento progresivo de este tipo de carreras desde 2008 hasta la actualidad. Esta actividad puede ayudar a dinamizar ciertos municipios rurales cuyo principal atractivo es el medio natural donde se ubican.

En este sentido, las carreras de montaña ofrecen oportunidades: la estimulación de la oferta turística (hoteles, restaurantes, bares), la recuperación y mantenimiento de caminos de montaña en desuso. La utilización de estas rutas por foráneos alientan la práctica deportiva entre la población, principalmente los jóvenes y en consecuencia la potenciación de un desarrollo sostenible para ciertos municipios rurales.

Estas actividades, además de movilizar a los organizadores, a los corredores y sus familias, también atraen a otros espectadores que se desplazan interesados por seguir el desarrollo de la prueba.

Los espacios naturales son a menudo el destino elegido por muchos ciudadanos para el desarrollo de los deportes de montaña, donde la población rural en general, pastores, ganaderos, agricultores por un lado y montañeros, deportistas y urbanitas por otro, comparten el mismo espacio aunque cada uno lo entienda de forma diferente. Para unos es el espacio funcional, lugar de trabajo y de vida, para otros es el espacio de ocio y de goce estético.

En definitiva, las carreras de montaña pueden servir para poner en valor territorios en ocasiones olvidados que en algunos casos recobran, gracias a estas pruebas, un cierto dinamismo y permiten descubrir a los corredores foráneos un patrimonio natural y cultural que desconocían, así como los productos artesanales de la zona (Fedme, 2011).

**PRIMERA PARTE**

**MARCO TEÓRICO**



---

## CAPÍTULO I - MARCO CONCEPTUAL

### 1.1. DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO

El objeto de estudio de este proyecto de investigación son las carreras de montaña en Cataluña, fenómeno reciente que tiende a crecer dentro de una nueva demanda turístico-deportiva que busca experiencias singulares, una mezcla de turismo/ocio/deporte y familia; es debido al cambio en las motivaciones personales y pautas de consumo turístico actuales que se denominan "turismo activo". Se realizan en un marco incomparable, la montaña y zonas protegidas, pero a la vez vulnerable. La oferta está promovida principalmente por los centros excursionistas.

### 1.2. ÁREAS TEMÁTICAS DEL OBJETO DE ESTUDIO: Conceptualización básica.

#### 1.2.1. Ocio, turismo y deporte popular.

La interrelación entre los conceptos de ocio, turismo y deporte está en la base del turismo activo. Su definición y contextualización temporal nos permitirá comprender mejor la fenomenología del objeto de estudio.

En términos generales se considera "tiempo libre" al tiempo resultante tras el trabajo y el "ocio" como la porción de tiempo libre que se emplea en unas determinadas actividades u ocupaciones para descansar, recrearse, informarse, formarse, participar en actividades sociales, etc.

El turismo y el deporte son actividades para ocupar el tiempo de ocio, su interrelación puede propiciar el Turismo deportivo o el Deporte turístico.

*Turismo es un fenómeno social, cultural y económico relacionado con el movimiento de las personas (visitantes) a los lugares que se encuentran fuera de su lugar de residencia habitual con fines de ocio, personales o de negocios/profesionales por un período de tiempo consecutivo inferior a un año" (OMT, 2007)*

*Turista ...aquellos visitantes que pernoctan una noche o más en una localidad diferente a la de su residencia, para ejercitar cualquier actividad, salvo aquellas que son remuneradas en el lugar visitado... (Barrado y Calabuig, 2009)*

*Excursionista ... es el visitante que permanece en un destino menos de 24 horas...escapa habitualmente a las estadísticas ya que su paso no queda registrado, su presencia se registra a través de datos indirectos (autopistas, cajeros, parkings, etc.)... (Barrado y Calabuig, 2009)*

Deporte popular: ... *El deporte popular agrupa a cualquier actividad físico-deportiva, realizada de manera voluntaria, con el fin fundamental del recreo, mantenimiento, diversión, pasatiempo, placer, salud, etc. dentro de lo que se denomina "tiempo libre"....* (Campos Granell, 1984).

Cada individuo decide como dedicar su tiempo de ocio por lo que las transformaciones en la gestión propia del ocio generan modificaciones en el sector turístico.

El deporte popular, caracterizado por el *footing*, las carreras populares o los maratones populares, se han convertido en una actividad fácil de practicar y que ocupa un espacio importante en el consumo del ocio. La principal razón, sin duda, es el cambio de mentalidad de la sociedad actual respecto al ejercicio físico y también por el culto a la salud y al cuerpo. Se considera la educación física como un derecho del ciudadano para mejorar su calidad de vida (COE, 2004).

Turismo y deporte tienen en común un mismo consumidor en busca de una actividad lúdica y de disfrute, que en el caso del deporte está más dirigida a conseguir una meta y en el caso del turista a vivir una experiencia determinada. En el turismo deportivo, el deporte aparece como un complemento ideal de la oferta turística. En el deporte turístico, el turismo es una consecuencia del deporte.

### **1.2.2. Turismo activo**

El auge de estas actividades físico-deportivas y su vínculo con el sector turístico ha determinado la aparición de una tipología turística específica en la que la motivación principal es la práctica de estas actividades en la naturaleza: turismo activo o turismo de aventuras.

Las actividades que se incluyen en turismo activo, que anteriormente no se consideraban turísticas sino deportivas, ahora son afines al concepto de turismo por su "popularización" por un lado y al incremento de tiempo libre por parte de la sociedad, por otro.

La clasificación de estas nuevas actividades se puede realizar a partir de diversos criterios. Los más habituales son de base motivacional (práctica deportiva preferida, aventura, etc.) y los de base geográfica, según el ámbito donde se desarrollen estas actividades (aéreo, fluvial-marítimo o terrestre-montaña) como cita Serrano (2009) en el Atlas del Turisme a Catalunya.

La dualidad entre turismo y deporte es clara tanto desde un punto de vista conceptual como normativo como se indica en "La gestió del sector del turisme actiu a Catalunya" (2007):

*...La regulación del Turismo Activo en Cataluña, según "decret 56/2003", impulsado por la Conselleria d'Esports y no por la de Turismo, le confiere unas características específicas, al contrario que en otras autonomías; algunas de las modalidades de turismo activo quedan dentro de las órbitas de las federaciones deportivas, con sus propias normas y regulaciones....*

### **1.2.2.1. Legislación *Decret 56/2003 (Regulación turismo activo)*.**

La expansión de las empresas de turismo activo se ha producido en las dos últimas décadas por iniciativa de montañeros, escaladores, piragüistas, etc. en dedicarse profesionalmente a lo que hasta ese momento consistía una afición.

En los años noventa, los parlamentos de las diferentes comunidades autónomas no consideraron la necesidad de introducir este nuevo recurso turístico en las leyes de turismo aprobadas en ese momento.

Fue en Cataluña en 1991 cuando se publicó el Decreto 81/91 de 25 de marzo sobre "requisitos de empresas de organización de actividades deportivas de recreo y turísticas de aventura". Esta temprana regulación del sector, la convirtió en referencia para las demás comunidades autónomas.

Posteriormente, el Decreto 56/2003 de 4 de febrero impulsado por la Conselleria de l'Esport, regula las actividades físico-deportivas en el medio natural con finalidades recreativas y de ocio. Quedan incluidas en el ámbito de ésta regulación las actividades realizadas en el medio natural, que pueden resultar condicionadas por factores meteorológicos y que representan un cierto riesgo para las personas que las practican. Aunque quedan excluidas las competiciones organizadas por las federaciones deportivas u otras asociaciones deportivas debidamente registradas.

En el Artículo 2 de la citada ley se relacionan todas las actividades consideradas físico-deportivas. Las que nos interesan por nuestro estudio son las "Actividades en alta montaña" donde dice:

2.3. Excursionismo. Conjunto de las diversas actividades de montaña que no requieren de medios técnicos de progresión y protección, como senderismo, marchas y caminatas, travesías, ascensiones y acampada. Sólo se considera incluido en el ámbito de aplicación de este Decreto cuando se haga en alta montaña.

*(Modalidad deportiva de la Federación de Entidades Excursionistas de Cataluña-FEEC).*

### **1.2.2.2. Papel de las federaciones en la regulación del turismo activo.**

Desde el punto de vista deportivo ciertas actividades son competencia de las diferentes federaciones deportivas y el excursionismo es una de ellas. De ahí que algunas legislaciones hayan querido acotar con claridad la diferencia cuando la misma actividad la realiza una empresa o cuando la realiza un club o federación.

La Federación de Entidades Excursionistas de Cataluña (FEEC) es una federación que agrupa diferentes disciplinas derivadas de su modalidad deportiva que es el excursionismo y entre ellas figura las carreras de montaña. Es una entidad privada de utilidad pública, de interés cívico y sin ánimo de lucro.

Una de sus finalidades es hacer que el excursionismo catalán mantenga una relación constante entre el deporte y la cultura de nuestra tierra, a través del contacto con la naturaleza ya que según indican sus estatutos, ayuda a forjar el carácter de la persona.

Otro objetivo es fomentar el excursionismo en el ámbito de las comarcas, ciudades, pueblos, barrios, vecindario o colectividades a petición de las entidades o por propia iniciativa allí donde no haya una entidad excursionista.

También son sus objetivos coordinar y difundir aquellas acciones que efectúen las entidades excursionistas contra las transgresiones en el equilibrio del medio natural para asegurar el patrimonio colectivo.

Sus competencias específicas son la formación de los técnicos del deporte, de acuerdo con la escuela de l'Esport de la Generalitat de Catalunya, la homologación, calificación, control y tutela de las pruebas, competiciones y actividades de su modalidad deportiva, el excursionismo.

Acerca de las competiciones deportivas, éstas pueden ser federadas, patrocinadas o tuteladas por la FEEC, o no federadas, que son las que organiza cualquier entidad deportiva legalmente reconocida y tendrán carácter de "homologadas" si previamente han sido aceptadas por la FEEC.

Todas las competiciones, federadas o no, tienen la oficialidad derivada de la legitimidad de la entidad organizadora, pero forman parte del programa oficial de competiciones catalanas, únicamente las que así sean calificadas por la federación en su programación anual, de las que darán cuenta a la Secretaria General de l'Esport y a la Unión de Federaciones Deportivas Catalanas.

Toda actividad o competición deportiva federada obliga a la entidad organizadora, si sus características o particularidades lo exigen, a la concertación previa de una modalidad específica de seguro que cubra los eventuales daños y los perjuicios ocasionados a terceros con motivo de la celebración.

### **1.2.3. El medio natural**

Las áreas rurales y los pequeños municipios de montaña, que resisten o se adaptan a las nuevas funciones sociales, es donde se practican estas actividades y también son testimonio de los diferentes momentos históricos.

Según indica Serrano (2009) en el Atlas del Turisme a Catalunya, ....estas nuevas actividades inciden de forma desigual en la realidad de los pueblos rurales. El creciente interés por las actividades deportivas y turísticas realizadas en el medio natural justifican la actual oferta de actividades y productos turísticos en este medio. Todos estos cambios influyen sobre la percepción que tenemos de estos espacios y sobre el surgimiento de nuevos valores culturales, actividades económicas y problemas de cohabitación y gestión.

*.....el espacio rural y la montaña se convertirán en "objeto de deseo" de una sociedad eminentemente urbana.(...)....a lo largo del s.XX se produce una progresiva generalización del interés turístico y recreativo de la alta montaña, consecuencia a la vez que causa del incremento de la accesibilidad a este espacio. ... Los parques nacionales surgen casi más como un elemento para la mejora de los accesos, que con la finalidad proteccionista como evidencia la primera ley española de 1916. (Lage y González, 2009) en Deporte y posmodernidad.*

### **1.3. DESCRIPCIÓN DE LAS CARRERAS DE MONTAÑA**

Según la Federación Española de deportes de Montaña y Escalada (FEDME) las carreras de montaña son una modalidad deportiva que puede desarrollarse en alta, media y baja montaña. La distancia mínima para que un circuito sea considerado competición "oficial" es de 21 kilómetros, con un desnivel mínimo acumulado en subida de 1.000 metros. El recorrido de las competiciones será siempre por pistas y caminos no asfaltados, senderos, barrancos, etc. y el recorrido de la carrera no superará el 50% de pista transitable para vehículos.

Esta modalidad deportiva ha experimentado en los últimos años un espectacular crecimiento desde todos los puntos de vista: ha aumentado el número de carreras, la participación en las mismas, han aparecido los primeros equipos organizados y también han llegado los patrocinadores.

También existen las carreras de montaña no oficiales que pueden estar organizadas por los centros excursionistas y otras asociaciones de tipo lúdico-deportivas o de aventura, con otras distancias y una reglamentación específica. Los permisos para su práctica son directos entre el organizador y los agentes sociales.

#### **1.4. GEOGRAFÍA DEL TURISMO**

La interrelación de todos estos conceptos que se han mencionado hasta ahora, analizados como un sistema de objetos y un sistema de acciones (Milton Santos 2000) y que juntos expresan una realidad geográfica en el momento histórico actual, nos permite contextualizar el objeto de estudio del presente trabajo de investigación.

Los cambios de hábitos de la sociedad postindustrial, necesitada de experiencias nuevas para llenar su tiempo libre, generan unas pautas de consumo turístico denominado turismo activo, que nos servirá para analizar el territorio.

Identificamos como sistema de objetos, el medio natural como escenario de nuestra actividad de estudio y los municipios por donde pasan las carreras de montaña sujetos a cambios en el tiempo. Y como sistema de acciones, los agentes y actores que intervienen y los efectos de estos sobre el territorio.

En este sistema se dan intercambios verticales y horizontales: redes de información, legislación/regulación, instituciones especializadas, patrimonio natural y cultural, equipamientos e instalaciones de la comunidad local que favorecen la práctica de las carreras de montaña, la oferta y la demanda de las mismas, etc. etc.

La integración de este proyecto de investigación sobre las carreras de montaña en Cataluña tomando como variable explicativa y de análisis territorial el Turismo, se debe a la necesidad de dar coherencia al trabajo para que se identifique y asocie con otros trabajos efectuados de turismo activo.

## CAPITULO II - PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

### 2.1. OBJETIVOS

El objetivo general de este "Treball de Final de Grau" es profundizar en el conocimiento del turismo activo asociado a las actividades de ocio y deporte y, principalmente, caracterizar las carreras de montaña analizando los agentes/actores que intervienen y sus efectos sobre el territorio.

Se ha trabajado en las diferentes escalas, de la siguiente forma:

Escala espacial:

- a) el ámbito regional es Cataluña, marco geográfico donde se realizan las carreras de montaña objeto de estudio.
- b) el ámbito local, donde se realiza el estudio específico de unas carreras de montaña en concreto, seleccionando aquellas que por su tipología sean convenientes para la verificación de los objetivos de este trabajo de investigación.

Escala temporal:

- a) Realización de un inventario de cinco años (2008-2012) de todas las carreras de montaña en Cataluña.
- b) Temporalidad anual y estacional de las carreras.

Las tareas a realizar son:

- 1) Buscar antecedentes documentales de la fenomenología de las carreras de montaña en Cataluña, a lo largo de la historia.
- 2) Realización de un inventario de todas las carreras de montaña Catalanas en el periodo indicado, constatando su incremento en los años estudiados.
- 3) Identificar las diferentes tipologías de las carreras de montaña.
- 4) Localizar los escenarios más importantes donde se efectúan las carreras de montaña.
- 5) Identificar los agentes y los actores que intervienen.
- 6) Establecer los rasgos básicos de las carreras de montaña.

## 2.2. METODOLOGÍA Y FUENTES DE INFORMACIÓN

Todo trabajo de investigación exige un marco que explique los fundamentos teóricos en los que se basa y los conceptos utilizados en su desarrollo, para dar coherencia a todo el proyecto y que no quede como un trabajo aislado.

Ya hemos explicado en la parte de conceptualización del objeto de estudio: **Geografía del Turismo**, la metodología elegida para este trabajo de investigación. Los argumentos que justifican esta opción son:

- 1) La complejidad del tema de estudio, la necesidad de contextualización y acotación de los conceptos relacionados con el turismo activo.
- 2) La interacción entre el escenario de las carreras de montaña: medio natural y los municipios por donde pasan y las relaciones sociales, culturales y económicas que se generan.
- 3) La reglamentación en la utilización de los espacios naturales, a veces protegidos: legislación del turismo activo en general y específicos de las carreras de montaña.
- 4) La explicación de este fenómeno reciente, en base al postindustrialismo y el cambio de hábitos en la sociedad: del paro al ocio recreativo.

La propuesta metodológica nos lleva a buscar y analizar los datos disponibles, tanto generales como específicos sobre el objeto de estudio.

Intentaremos, a través de este trabajo de investigación, desvelar todo lo importante, verificable y observable a través de una selección de la información existente sobre el tema.

La utilización de las diferentes fuentes de información: tanto secundarias (bibliografía, estadística, internet, etc.) como primarias, elaboración de un listado de las carreras de montaña, tablas, gráficos, mapas y trabajo de campo para aquellos aspectos donde encontremos un vacío de información y que sea útil para los objetivos que nos hemos propuesto.

Esta investigación recoge las aportaciones bibliográficas desde la disciplina de la geografía y la del deporte.

Las fuentes consultadas pueden clasificarse en:

- **Fuentes primarias**, la obtención de información primaria en relación con las carreras de montaña, ha supuesto un gran trabajo debido a la dificultad para la elaboración del inventario de carreras de montaña entre los años 2008 al 2012.

El principal portal consultado para realizar esta tarea ha sido RUNEDIA, que recoge todas las carreras de montaña realizadas desde 2007 hasta la actualidad y es de ámbito nacional e internacional, en él figuran todas las carreras que voluntariamente inscriben sus organizadores.

Una vez en el portal, se selecciona la comunidad autónoma, en este caso CATALUÑA y el tipo de carrera, para este estudio de MONTAÑA. El portal de Runedia nos ofrece tres modalidades que son: montaña, travesía y caminata, esta última la descartamos de este trabajo porque se identifica más con senderismo o marcha y no es preciso correr para finalizarla.

Toda la información obtenida desde este portal, se ha recogido en un fichero de excel para cada año estudiado. El análisis de los diferentes años ha permitido elaborar tablas y gráficos explicativos acerca de la evolución de esta actividad. Luego nos hemos centrado en las carreras de 2012 para identificar sus características más relevantes, fin que perseguimos en este trabajo de investigación. En anexos se incluyen las tablas utilizadas, donde están relacionadas todas las carreras de 2012 por comarcas.

Una vez elaborado el fichero con el listado de las carreras de montaña celebradas en Catalunya en 2012, y dado el volúmen de carreras inventariadas que era necesario analizar, se ha creído conveniente realizar unas fichas para cada una de las carreras seleccionando solamente las que se celebraron en las comarcas de montaña. Esta selección ha sido conveniente por la necesidad de acotar la muestra ya que de otra manera no hubiera sido factible el análisis con el tiempo disponible ya que han sido muy laboriosas.

La información que se recoge en las fichas, se agrupan en cuatro apartados:

- 1) Características identificativas básicas donde he recogido información más específica de la carrera como es la fecha de realización, la distancia, la edición, el desnivel, etc.
- 2) Datos geográficos y medio-ambientales. La localización de la carrera, los municipios por donde pasa y la comarca a la que pertenecen son datos importantes que permite realizar análisis generales de los escenarios. También se recogen datos de la reglamentación de la carrera.
- 3) Agentes y actores que intervienen, está repartido por organizadores, colaboradores y participantes.
- 4) Observaciones es otro apartado donde recoger aquella información adicional o complementaria a alguno de los apartados anteriores.

Adjuntamos una muestra de la plantilla utilizada.



Todas las fichas correspondientes a una misma comarca, van precedidas de una hoja con datos relevantes de esa comarca, como son la superficie, la población y los municipios que pertenecen a la comarca. También se incluyen datos relativos al sector económico (alojamientos turísticos: nº de hoteles, campings y casas rurales, así como plazas de cada una de ellas), y al sector del deporte (espacios deportivos: pistas y campos polideportivos y salas deportivas).

Para finalizar la ficha se adjunta un perfil cartográfico correspondiente a alguna de las carreras documentadas.

La cumplimentación de estas fichas ha requerido un trabajo laborioso facilitado por internet, que ha supuesto una herramienta básica para la realización de este trabajo tanto por la información ofrecida sobre esta actividad y por cada una de las carreras consultadas, así como por la posibilidad de contactar con los diferentes organismos y empresas, que dado el volumen de carreras, de otra manera hubiera sido imposible.

Tanto el fichero (para todas las comarcas de Catalunya) como las fichas (para las comarcas de montaña) ha supuesto la recopilación de información de suma utilidad para llegar a los objetivos que nos proponíamos. La lectura transversal de toda la información, ha proporcionado datos para llegar a realizar una caracterización de las carreras de montaña fin que persigue este trabajo de investigación.

- **Fuentes secundarias** se basan en una bibliografía básica de las dos disciplinas implicadas, el deporte y la geografía.

La mayor parte de los títulos consultados en la disciplina del deporte, se relacionan con el campo de los deportes en la naturaleza y han sido elaborados por estudiosos de las ciencias de la actividad física y del deporte y sociólogos del deporte.

Han sido básicos para delimitar conceptualmente los deportes populares y de éstos los que se efectúan en la naturaleza. Ha sido necesario desplazarse hasta la biblioteca del INEF en Barcelona para la consulta de esta bibliografía específica.

El otro grupo importante de consultas se vincula con la geografía del turismo en general, que ha sido de gran interés para la definición y acotación de los conceptos relacionados con las tipologías turísticas existentes (turismo de sol y playa, turismo cultural y turismo creativo) y para conocer el papel que ocupa el turismo activo dentro de las mismas.

Las estadísticas, han sido consultadas para completar datos sobre las comarcas por donde circulan las carreras de montaña, referentes a la extensión de la comarca, la población, los

indicadores de la estructura económica (establecimientos hoteleros, campings, casas rurales) y de la estructura social (cultura, ocio y deportes).

Internet, la gran cantidad de información existente dentro de la red de Internet condiciona que ésta se haya conformado como una nueva fuente documental para ciertos estudios. Para este trabajo en particular, ésta ha sido una herramienta básica, tanto a nivel cartográfico (perfiles de ciertas carreras y mapas ya elaborados), como bibliográfico por la propia información ofrecida sobre el tema de estudio.

### 2.3. ESTADO DE LA CUESTIÓN: ALGUNAS REFERENCIAS BÁSICAS

Este trabajo de investigación sobre las carreras de montaña en Cataluña está vinculado al turismo activo. Aunque existe una dicotomía entre turismo deportivo vs deporte turístico, se puede ampliar y complementar información tanto desde el Turismo así como desde el Deporte.

Sin embargo, desde la disciplina del deporte existen pocos trabajos geográficos vinculados con las actividades recreativo-deportivas en el medio natural y desde la geografía se podría aportar bastante en la comprensión del hecho deportivo ya que su implicación en el territorio es evidente. Estas prácticas han sido analizadas desde otras disciplinas: sociología, ciencias de la actividad física y del deporte, etc.

Desde la geografía, encontramos algunos trabajos de investigación geográfica del deporte en el sXIX con Elissée Reclús, que presentó el críquet inglés dentro de su Geografía Universal. En el sXX John Rooney (1974) de la Universidad de Oklahoma (EE.UU.) presentó la primera "Geografía del deporte Americano". La Comisión de Turismo, deporte y ocio (1994) celebrada en Gran Bretaña, incitó el desarrollo de trabajos sobre el tema en Alemania y Países Nórdicos. En Francia, J.P. Augustin relaciona deporte y el medio urbano. En España, G.M. Jesús (1999) relaciona estas actividades con la naturaleza y abre un camino de investigación geográfica, según indica Luque Gil (2003) en su tesis doctoral.

La tesis doctoral de Ana M<sup>a</sup> Luque Gil (Málaga, 2003) aborda el tema en dos tomos titulados: "**Las Actividades recreativo-deportivas y el uso turístico del medio rural**" tomo I donde se tratan tres temas centrales, deporte, turismo y medio natural y el tomo II titulado "**Evaluación del Medio en relación con la práctica de actividades Turístico-Deportivas en la naturaleza**" donde se estudian las relaciones existentes entre las condiciones ambientales y las prácticas de turismo deportivo en la naturaleza, con un claro objetivo aplicado.

Esta tesis doctoral presenta una propuesta muy novedosa que es la valoración de la aptitud de un espacio para localizar nuevos usos recreativo-deportivos en contraposición a los estudios anteriores basados en el inventario, localización y recogida de información.

El objetivo de partida ha sido el estudio de ese segmento concreto de las actividades turísticas (las recreativo-deportivas) y sus implicaciones en el desarrollo sostenible del medio rural para obtener una propuesta coherente sobre cómo afrontar la evaluación de la capacidad del territorio, con relación a la práctica de algunas de las principales actividades recreativo-deportivas en el medio natural.

Está enfocado desde diferentes ángulos:

- 1) Desde el sector turístico, éste abarca el análisis en la vertiente tanto social (cambio de las actividades de ocio) como de la económica.
- 2) Desde la perspectiva territorial, valorando de estas actividades los posibles conflictos entre su vulnerabilidad y su revalorización como recurso turístico.
- 3) Desde la perspectiva de la planificación y como responde ésta al conflicto entre actividad y sostenibilidad en lo que se refiere a las actividades turísticas.

La pretensión es aportar un punto de partida que permita avanzar en el camino de las evaluaciones territoriales para usos deportivos planteando modelos metodológicos que sirvan de base en los procesos de planificación y ordenación en el territorio de determinadas actividades turísticas.

Esa pretensión supone seleccionar un método, habiendo optado en este caso por las técnicas de Evaluación Multi-criterio (un conjunto de técnicas orientadas a asistir a los procesos de toma de decisión, investigando un número de alternativas a la luz de múltiples criterios y objetivos en conflicto) dentro del SIG (Sistema de información geográfica). El propósito es llegar a valorar la **capacidad del territorio** en relación con las prácticas recreativo-deportivas, que se constituyen en objetivos concretos dentro del proceso de evaluación.

Este concepto de capacidad del territorio, se relaciona con otra serie de términos representativos, entre los que adquieren especial importancia el de **aptitud**, vocación potencial del territorio a los requerimientos impuestos por la actividad evaluada; **impacto**, efectos negativos de una actuación determinada sobre el medio y **restricción**, factores que son incompatibles con el uso analizado.

En resumen, con la investigación que plantea se ha realizado una aproximación inicial, básicamente descriptiva y deductiva, a la actualidad de las prácticas recreativo-deportivas en la naturaleza como producto turístico, y a los vínculos que presentan las mismas con el uso sostenible del medio rural. En un segundo apartado, se ha realizado una aportación básicamente metodológica con la que, por medio del uso de determinadas herramientas (Evaluación Multi-criterio y SIG), se ha pretendido generar un modelo de evaluación del territorio en relación con las prácticas recreativo-deportivas en la naturaleza.

Este trabajo es muy interesante y completo. Ella misma constata la falta de trabajos, de estadísticas en relación con el turismo y el deporte. Está centrado en el turismo activo en Andalucía, pero las carreras de montaña no están incluidas dentro de las actividades recreativo-deportivas en este estudio de investigación.

Desde la Federación de Montaña y Escalada (FEDME) existe un trabajo sobre las carreras de montaña, titulado "**Incidencia socio-económica y ambiental de las carreras por montaña en el medio rural y natural en España**" elaborado por un consejo científico asesor de las montañas (Madrid 2010). Junto con un convenio de colaboración con el Ministerio de Medio ambiente y Medio Rural y Marino (MARM) han realizado este estudio sociológico para determinar los impactos positivos y negativos que se desprenden de estas actividades según la percepción y opinión de diversos colectivos sociales, políticos y económicos proponiendo líneas de intervención para promocionar en algunos casos y reducirlos en otros.

El Consejo Asesor Científico de las Montañas está integrado actualmente por un equipo de 27 expertos y especialistas en diversas materias medioambientales, deportivas, jurídicas, sociales, etc., cuya coordinación está a cargo de Carlos Ferrís (Licenciado en Derecho especializado en medio ambiente).

El estudio está planteado con una metodología mixta, tanto de técnicas cuantitativas (cuestionario Delphi o de expertos) como cualitativas (entrevistas grupales a informantes cualificados y observaciones in situ de algunas carreras de montaña).

Es un estudio muy interesante, transversal e interdisciplinar y de ámbito estatal. El único que he encontrado que habla básicamente de las carreras de montaña.



**SEGUNDA PARTE**

**ANÁLISIS DE LAS CARRERAS DE MONTAÑA**



---

## **CAPÍTULO III - CARACTERÍSTICAS DE LAS CARRERAS DE MONTAÑA CATALANAS**

### **3.1. ANTECEDENTES, UN POCO DE HISTORIA**

Las carreras de montaña y la competición hace muchos años que se inventaron aunque en la actualidad haya habido tal explosión de carreras que parece una moda de nuestra época.

El Centro Excursionista de Catalunya fue pionero en muchas de estas carreras. Encontramos documentadas las primeras carreras en la revista Muntanya (2011), en un trabajo de investigación realizado por M. Vives i Teixidó con los boletines digitalizados del centro de 1891 a 1938 y que sintetizamos a continuación por su interés.

Según el artículo, las primeras carreras de resistencia en Catalunya datan de 1914 y se efectuaron en Sant Llorenç del Munt (entre las comarcas del Vallés Occidental y el Bages). Constituye el precedente de las carreras de montaña actuales.

Se organizaron con el objetivo de fomentar el excursionismo montañoso, el amor por nuestras sierras, para contribuir a su conocimiento y remarcar las excelencias de la vida en contacto con la naturaleza. Eran los inicios de la I GM y se valoraba la educación física y el fortalecimiento de la población como cualidades que se suponían que debían tener los soldados (hacia poco que en España se había impuesto el servicio militar obligatorio).

En esta primera actividad, que recibió sus críticas por la exigencia del recorrido, se propuso para combatir el individualismo, que se efectuara por equipos de tres personas y así uno por otro, compensarían el "delito de correr sin medida" o en caso de accidente uno se podía quedar mientras otro iba a pedir auxilio, también disponían de un tiempo neutral para recuperarse, cosa impensable en las carreras actuales.

Esta primera edición fue pionera en Catalunya y España, se inscribieron 30 equipos (90 personas), tomaron la salida 24 y terminaron 19. Los participantes eran del C.E. de Catalunya, de la Agrupación Excursionista de Catalunya, del C.E. de Terrassa, los Boy-Scouts, del Ateneu Enciclopèdic Popular, de la casa de la Família, de un club de natación (sin especificar) y de Ekskursu Fako, una entidad esperantista (el esperanto en aquella época parecía destinado a ser el idioma universal). El recorrido era de unos 21 Km y el equipo ganador tardó 1h 38'.

En la segunda edición de esta competición se incorporaron entidades como el F.C. Barcelona y el Club Natación Barcelona.

**Título: Corredors de la II Copa Sant Llorenç amb el Monastir de S.Llorenç al fons.**



**Fuente: Arxiu Fotogràfic del C.E.Catalunya**  
**Autor: Josep M<sup>a</sup> Co i de Triola (1915)**

La tercera edición fue llamada "La cursa montañera Argentona-Granollers" (1916), cambió de escenario y se fue hacia la Serralada de Marina. Se trata de una travesía entre el Vallés y el Maresme, pasando por dos castillos el de Burriac y la Roca del Vallés. Aquí se produce una división entre los participantes, los excursionistas formados por 22 equipos y los corredores ó atletas formados por 8 equipos.

La cuarta edición (1917) cambia el recorrido y se efectúa entre Llinárs y Arenys de Mar pasando por el Santuario del Corredor. Sigue disminuyendo la tendencia de los participantes en la categoría de corredores, en esta ocasión son 3 los equipos y en la de excursionistas se mantiene con 22.

La quinta y la sexta edición (1918-1919) se realizó de Palautordera a Mataró.

La séptima edición la denominan "Prova de Muntanya" (1920), pasa por el Montnegre y participaron 16 equipos.

La octava edición (1921) se dice en el boletín que es una marcha por montaña que en sus inicios en 1914 se consideraba como una carrera. El recorrido era de Sant Celoni hasta Arenys de Munt unos 20 Km e implicaba caminata ya que se descalificaron 2 equipos por haber corrido durante la prueba.

La novena edición (1922) es la última documentada en este boletín. Aquí se percibe un cambio en el tipo de actividad, el premio se lo llevaba el equipo excursionista que llegara el primero, que resultaba ser el mejor conocedor de la montaña. La "prueba" consistía en una marcha libre sobre un recorrido no señalizado, teniendo que elegir al azar entre cinco itinerarios que proponía la organización, lo que suponía estudiar bien el territorio. También exigía la presentación de una reseña de la carrera.

Aunque seguía prevaleciendo la velocidad también interviene el trabajo excursionista, el conocimiento del territorio que, dada la época en que estaban, suponía un gran mérito. Ya aparecen los primeros patrocinadores "Gal Mussons" fabricante de bandas La Nacional (algo parecido a los calcetines compresores que utilizan en la actualidad los corredores), ofreció la Copa al primer equipo ganador.

Esta es la historia de los inicios de la competición de montaña que nos relata M. Vives i Teixidó. Parece que inicialmente se optó por la carrera atlética pero fueron participando cada vez más excursionistas no corredores. Esta práctica competitiva evolucionó más adelante hacia las marchas técnicas, que se fueron diversificando en marchas de orientación, fueron desapareciendo las competitivas hacia las populares y más recientemente vuelven a aparecer las carreras atléticas por montaña y las marchas de resistencia.

En el listado de carreras de montaña efectuado para 2012 encontramos carreras con antigüedad. La que más ediciones tiene es la subida al Santuari de la Mare de Déu dels Àngels (Girona)<sup>1</sup> ya que en 2012 se realizó la edición 49. Nació en 1964 y hasta 1971 no se incorporaron mujeres. Esta prueba tiene un lado competitivo (para federados) y otro lúdico para aquellos que suben al santuario a pie después de los corredores.

La travesía de Viladrau-La Garriga<sup>2</sup> (Vallés Oriental), también tuvo en 2012 su cuarenta edición. Es un recorrido de 31 Km a realizar en siete horas y con un máximo de 1.000 participantes. Lo organiza el Centro Excursionista Garriguenc.

En Sant Feliu de Pallerols<sup>3</sup> (Garrotxa) se efectuó en 2012 la XXXVIII Pujada a la Salut, organizada por el Club de Atletismo Pescallunes.

Otra travesía de las clásicas es la Travessa del Montseny<sup>4</sup> (Vallés Oriental) con 36 ediciones a 2012. Catalogada como marcha excursionista de resistencia empezó a celebrarse en 1972 por la sección de montaña de la Taula de Joves Comtal. Son 47 Km aprox. que se han de realizar en doce horas. También desde el Centro Excursionista de Sant Celoni (CESC) se organiza la "Marxa pel Montseny" desde hace 35 años.

Con 33 años de antigüedad se celebra la "Marxa de la Primavera"<sup>5</sup> (La Selva), que desde el ayuntamiento de Arbúcies organiza y reúne unos 600 participantes que realizan corriendo o caminando unos 15 km.

Pero la más popular por su participación y con su treinta y tres edición en 2012 es la Matagalls-Montserrat<sup>6</sup> (Osona). Organizada por el Club Excursionista de Gracia, está considerada como marcha de resistencia no competitiva. Su objetivo es cubrir la distancia de 83.400 m en menos de 24h. con un máximo de 3.000 participantes.

Algunos medios de comunicación la han denominado la fiesta del excursionismo catalán por su magnitud ya que implica un gran esfuerzo de logística por parte de una comisión formada por 20 miembros durante todo el año y casi 300 voluntarios durante 36h el día de la celebración de la prueba.

---

<sup>1</sup> ver anexo 19, <sup>2</sup> ver anexo 1, <sup>3</sup> ver anexo 17, <sup>4</sup> ver anexo 1, <sup>5</sup> ver anexo 13, <sup>6</sup> ver anexo 11.

Además de los 3.000 participantes, hay que añadir a 1.500 acompañantes (edición 2004). La mayor parte de los participantes son de Cataluña y también del resto de la Península Ibérica, Islas Canarias, Andorra e incluso llegan participantes de Bielorrusia, EE.UU, Suiza, Italia, Escandinavia y del resto de países europeos<sup>7</sup>.

Es destacable la parte solidaria: INFANTS DEL RAVAL y el CASAL EURA reciben la comida sobrante de los avituallamientos del día de la travesía; lo patrocina la ONCE que participa con dos corredores invidentes y sus guías; Associació nens amb càncer (AFANOC) recibe el importe de las ventas del *merchandising* de la travesía (camisetas conmemorativas, buff, gorras) y numerosos patrocinadores como La Caixa, Coca-cola, Leche Pascual, Hospital General de Catalunya, Diputación de BCN, FEEC, Gencat, Ayuntamiento de Bcn, Ayuntamiento de Monistrol de Montserrat, entre otros.

El Hospital General de Cataluña junto con el Club Excursionista de Gracia, aprovechando las sinergias de ambas instituciones, han firmado un protocolo de colaboración a fin de promocionar las actividades preventivas en la naturaleza (excursionismo, senderismo, alpinismo, esquí de travesía, escalada) para conseguir aumentar el nivel de preparación, tanto técnica como física de los deportistas<sup>8</sup>.

Las carreras de montaña en Catalunya, que empezaron como una prueba atlética, fueron pasando a ser una actividad físico-deportiva que implicaba el conocimiento del territorio y fueron los Centros Excursionistas los promotores de esta idea. Estas carreras son las precursoras de las actuales carreras de montaña.

### 3.2. CARACTERÍSTICAS. PRESENTACIÓN DE LOS RASGOS BÁSICOS

Las carreras de montaña, también llamadas *trail running*, se practican en el medio natural, deben superar obstáculos diversos como rocas, raíces, ríos. Se desarrollan en zonas naturales con interés paisajístico, valles, montañas, desiertos. Se debe superar un desnivel de subida, de bajada o ambos y tienen como objetivo efectuar un recorrido señalizado por caminos de montaña, en el mínimo tiempo posible.

---

<sup>7</sup> y <sup>8</sup> según un artículo de la revista TRAIL dedicado a la Mm. (Septiembre-Octubre 2011) no. 38 "Un ultra de toda la vida: la Mm" pág. 52 á 54.

Ha sido difícil encontrar una definición que explique con exactitud que significa cada formato o modalidad para estas carreras, llegándose a confundir o mezclar ciertas palabras de origen inglés, que se utilizan muy usualmente en esta actividad. Presentamos algunas definiciones con respecto a la distancia de estas carreras.

**Km vertical.** Las carreras de formato Km vertical consisten en subir lo más rápidamente posible una montaña, son pruebas cortas y explosivas en las que el recorrido busca el camino más corto y directo para alcanzar la cumbre. Son muy atractivas por el público que reúne.

**Trail.** Nombre genérico de las carreras de montaña desde los 5 km hasta la media maratón, son cortas y por ello, las más populares.

**Media Maratón de Montaña.** Las carreras con formato de media maratón tienen una longitud de 21.097 m y se consideran carreras de fondo.

**Skyrunning.** Es una modalidad de carrera que consiste en ir cresteando, generalmente por cumbres superiores a 2000 m de altitud. Las distancias suelen ser largas y pueden llegar hasta el maratón.

**Maratón de montaña.** Modalidad de carrera de fondo de 42.192 m de distancia.

**Ultra trail.** Son carreras con distancias superiores a 50 Km y se realizan en una sola etapa (*non-stop*).

**Trails por etapas o carreras de aventura.** Estas carreras, por su larga distancia, se realizan en varias etapas que pueden ser en régimen de autosuficiencia o ser la organización quien se encargue de los avituallamientos.

Los organizadores de estas pruebas dan todo tipo de información del recorrido, perfil altimétrico, situación de los avituallamientos y material obligatorio que se ha de presentar el día de la carrera. Todo está en su página web. El día de la carrera hacen un "*briefing*" (anglicismo que significa dar instrucciones antes de la salida), donde se dan consejos técnicos y se controla el material obligatorio.

La forma en que los corredores acceden a estas pruebas, a veces no competitivas, ha cambiado mucho en nuestra era digital, la nueva tecnología ha dejado el mapa y la brújula como un objeto romántico del montañismo y ha adoptado el *Global Positioning System* (GPS) que con un solo aparato permite cargar el recorrido o "*track*" y el mapa, una forma eficaz para ir consultando el trayecto en caso de duda, si la señalización no es clara y en caso de niebla o mal tiempo. También proporciona datos específicos del recorrido (km, altitud, horas acumuladas, desniveles, calorías consumidas, etc. etc.) y es imprescindible en las carreras de gran recorrido o ultra trails. Aunque no está de más, y muchos organizadores lo aconsejan, es llevar un mapa de la zona o ir cargado con recambio de pilas para el GPS.

### 3.2.1. Las carreras de montaña en cifras

El presente estudio está basado en los datos sobre las carreras de montaña de los años 2008 á 2012, inscritas por los organizadores en el portal de internet RUNEDIA que constituye el portal más visitado por los corredores.

El listado de carreras efectuado nos permite reconocer, en primer lugar, el incremento espectacular que ha sufrido esta práctica en estos últimos años, casi se han triplicado el número de carreras en cinco años, es decir en 2008 contamos 162 y en 2012 contamos con 462.

Considerando el número de carreras nuevas, la primera edición que han ido surgiendo cada año, podemos decir que existe un incremento anual progresivo del 15% el año 2008, del 20% aprox. el 2009, 2010 y 2011 y casi un 30% en el 2012.

Se trata de una actividad que está de moda, que crea cierta adición por lo que cada vez hay más corredores dispuestos a realizar estas carreras y por supuesto hay unos agentes implicados receptivos a esta demanda.

Las 462 carreras que se realizaron en 2012, repartidas de forma lineal durante todo el año, supondrían 1,27 carreras cada día en algún punto del territorio catalán. Sin embargo y lógicamente, éstas se concentran en el fin de semana, algunas empiezan en viernes, las más largas que se hacen por etapas, y el resto se realizan en sábado o domingo o coincidiendo con alguna fiesta local ó autonómica.

En la **tabla 1** podemos comprobar esta evolución a lo largo del periodo estudiado.

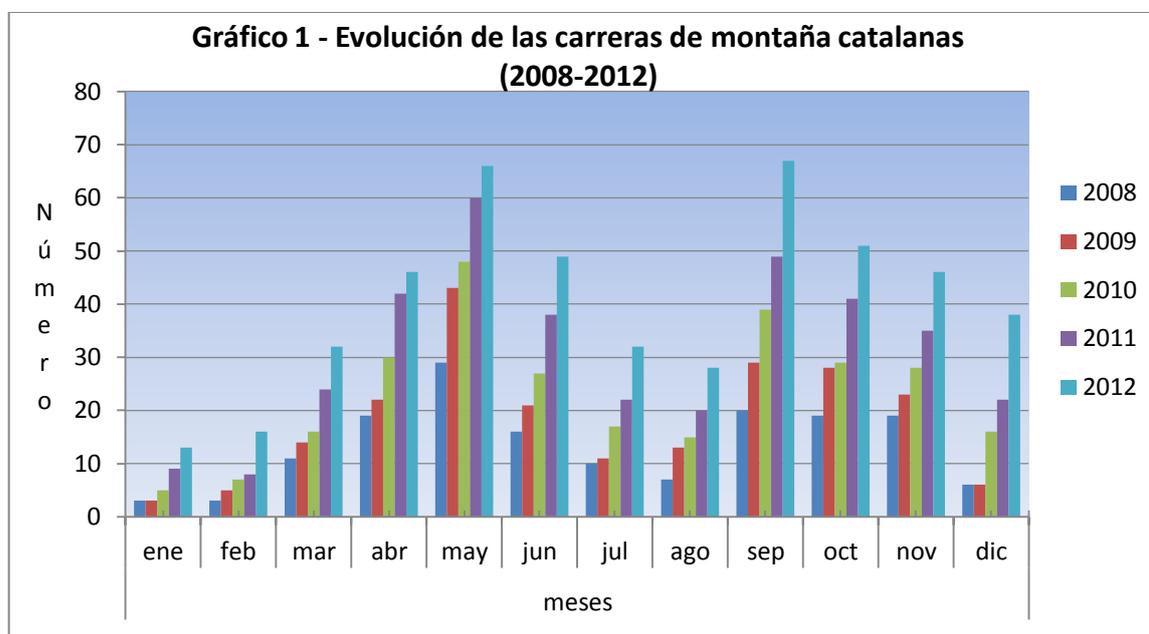
Tabla 1 - Evolución de las carreras de montaña Catalanas (2008-2012)													
años	meses												Total
	ene	feb	mar	abr	may	jun	jul	ago	sep	oct	nov	dic	
<b>2008</b>	3	3	11	19	29	16	10	7	20	19	19	6	<b>162</b>
<b>2009</b>	3	5	14	22	43	21	11	13	29	28	23	6	<b>218</b>
<b>2010</b>	5	7	16	30	48	27	17	15	39	29	28	16	<b>277</b>
<b>2011</b>	9	8	24	42	60	38	22	20	49	41	35	22	<b>370</b>
<b>2012</b>	12	15	31	46	<b>64</b>	48	25	27	<b>65</b>	51	45	33	<b>462</b>

Fuente: Elaboración propia a partir de RUNEDIA

Si consideramos el número de carreras por meses, se ve claramente dos picos máximos, comunes a todos los años que son Mayo y Septiembre. Julio y Agosto, los meses más calurosos, descienden en número, para volver a subir Septiembre.

Así mismo, coincidiendo todos los años, Enero y Febrero son los meses con menos carreras; son los meses más fríos.

En el **gráfico 1** se puede comparar el incremento anual del periodo estudiado agrupado por meses y también podemos observar la temporalidad estacional de las carreras.



Fuente: Elaboración propia a partir de RUNEDIA

Hay una clara concentración de las carreras en primavera y otoño, posiblemente motivado porque la temperatura es más suave y permite que las carreras sean menos exigentes.

Esta estacionalidad es debida a las características de nuestro clima mediterráneo, que según la altitud, la disposición de su relieve y la distancia al mar hace que en Cataluña haya una gran variedad climática:

- Clima mediterráneo de alta montaña que se localiza en los Pirineos, a partir de 1.500 m de altitud, está caracterizado por veranos frescos e inviernos muy fríos y precipitaciones irregulares en invierno en forma de nieve.
- Clima mediterráneo con tendencia continental ó de interior que se da en la mayor parte de la depresión central, son tierras bajas en el sector de poniente con veranos muy calurosos y los inviernos muy fríos y con escasas precipitaciones de 500 mm de media anual, con fuerte oscilación térmica.
- Clima mediterráneo con influencia marítima se localiza en toda la franja costera donde los veranos son menos calurosos y los inviernos suaves. Las precipitaciones no son muy abundantes normalmente por debajo de 700 mm de media anual.

- Clima atlántico que se localiza solo en la Vall d'Aran donde los vientos húmedos que vienen del atlántico hace que las precipitaciones se repartan a lo largo de todo el año. Los veranos son frescos y con escasa amplitud térmica y los inviernos son fríos.

Es importante tener en cuenta los elementos climáticos de temperatura y precipitación a la hora de organizar y de participar en una carrera de montaña ya que el nivel de dificultad que pueda tener por las condiciones del terreno y su perfil orográfico, pueden verse incrementadas si la temperatura es muy extrema. La lluvia puede hacer más difíciles los caminos aumentando el riesgo y hacer bajar el rendimiento de los corredores.

### **3.2.2. Mapa de los diferentes escenarios**

Cataluña está constituida por tres grandes conjuntos de relieve: 1) en el Norte la gran masa montañosa de los Pirineos donde se distinguen dos subunidades: el Pirineo axial y el Pre-Pirineo, lo que llamamos alta montaña. 2) las Cordilleras Litoral y Pre-litoral paralelas a la costa y 3) la Depresión Central. Estos tres grandes conjuntos, por sus características orográficas diferentes, condicionarán el tipo de carreras según el relieve del terreno por donde se practique.

Así, en el Pirineo axial se encuentra la parte más elevada con algunos picos que superan los 3000 m como la Pica d'Estats (3143 m), Comaloformo (3032 m), Moliers (3010 m), Puigmal (2909 m) entre otros.

El Pre-Pirineo es muy desigual, se encuentran las sierras de Boumort con una altitud de 2077 m y el Montsec d'Ares con 1676 m. En el Solsonés y Berguedá se encuentran el Pedraforca (2497 m) y la Serra del Cadí (2648 m), las Serras de Port del Compte (2378 m), los Rasos de Peguera (2067) y más al este tocando el Mediterráneo, encontramos relieves más bajos como el Montgrí (310 m).

Las cordilleras de la costa paralelas al mar Mediterráneo constituyen un sistema montañoso dividido en dos, la cordillera Pre-Litoral y la Litoral.

La Cordillera Pre-Litoral es la más interior y más elevada, donde se encuentran las Guillerries y el Montseny que cuenta con las elevaciones del Turó del Home ( 1707 m) y el Matagalls (1697 m), más al sur destacan la sierra de Sant Llorenç del Munt y de l'Obac (La Mola 1104 m) y Montserrat (Sant Jeroni 1236 m) . Esta sierra se divide en dos brazos uno que va hacia el sur y acaba cerca de la costa y el otro continua hacia el rio Ebro por el interior, donde hay sierras importantes como las Montañas de Prades (Baltassana 1202 m), la sierra L'Abella (1002 m), el Montsant (Roca Corbatera 1163 m) y la Serra de Cardó (942 m).

La Cordillera Litoral es un conjunto más pequeño situado paralelo a la costa. Encontramos las montañas de Begur y las Gavarres con su máximas elevaciones en Puig d'Arques 535 m y

Puig de Cadiretes 519 m; estos relieves acaban bruscamente en la costa formando pequeñas calas y acantilados. A partir de aquí, hacia el sur, las sierras del Montnegre (773 m), el Corredor (632 m) y la pequeña sierra de Collserola (Tibidabo 512 m) que se encuentra en medio del área más urbanizada de Cataluña entre el Barcelonés y el Vallés Occidental y más al sur encontramos el Garraf (Montau 658 m).

La Depresión Central situada entre los Pirineos y la Cordillera Pre-litoral es un amplio territorio de relieve diverso. Es una sucesión de altiplanos que van desde los 800 a 1000 m y que pierden altura hacia el SW hasta llegar a la depresión del Ebro.

Mapa 1. Escenario de las carreras de montaña catalanas



Fuente: ca.wikipedia.org y elaboración propia

En el mapa físico adjunto, podemos ver los escenarios donde se celebran las carreras de montaña. Atendiendo a esta división del territorio, esta actividad se distribuye de la siguiente manera:

a) En la zona del Pirineo y Pre-Pirineo, encontramos **83** Carreras de montaña:

Repartidas por las comarcas, en el Berguedà se celebran 18; en el Ripollès son 13; en la Cerdanya 6; en el Pallars Sobirà son 10; en el Pallars Jussà 5; en el Alt Urgell son 9; Vall d'Aran 4, en Alta Ribagorça son 5, Solsonés 1 y en la Garrotxa 12.

Las carreras que se celebran en alta montaña son más técnicas, ya que el relieve y los desniveles así lo exigen. También requiere un corredor más experimentado.

Es donde se dan las carreras más cortas (km vertical, cronoescaladas) de 200, 3000 ó 5000 m de distancia y también algunas de las más largas ó ultra trails como por ejemplo: 106 Km L'Emmona<sup>9</sup> ó 74 Km Meridià Verd<sup>10</sup> ambas en Sant Joan de les Abadesses (Ripollès) ; 82 Km Maxicots Extrem<sup>11</sup> en Rialp (Pallars Sobirà); 110 Km Transcat<sup>12</sup> en Saldes ó 85 Km Ultra Cavalls de Vent<sup>13</sup> en Bagá, ambas del Berguedà.

b) En la Depresión Central se realizan **13** Carreras de montaña:

Es la zona donde menos carreras encontramos, las 13 contabilizadas discurren entre las comarcas de les Garrigues donde se realizan 4; en la Noguera 5; La Segarra y el Segrià con 2 cada una.

La Depresión Central es una extensión de tierras con pocas estribaciones montañosas que derivan de la erosión del Ebro y sus afluentes. Zona de secano donde se realizan algunas carreras en la sierra de L'Abella (Les Garrigues) y en el Montroig (la Noguera).

c) En la zona Litoral se efectúan **366** Carreras de montaña:

Estas transcurren entre las comarcas de Alt Penedès con 20, Anoia con 12, Bages con 25, Baix Llobregat con 14, Barcelonès con 15, Garraf con 9, Maresme con 22, Osona con 17, Vallès Occidental con 20, Valles Oriental con 35, Alt Camp con 6, Baix Camp con 24, Baix Ebre con 16, Baix Penedès con 3, Conca de Barberà con 5, Montsià con 4, Priorat con 12, Ribera d'Ebre con 7, Tarragonés con 8 y Terra Alta con 4, Alt Empordà con 26, Baix Empordà con 18, Gironès con 21, La Selva con 19, Pla de l'Estany con 4.

En la zona litoral es donde se concentra más población y donde más demanda y oferta encontramos de la práctica de esta especialidad deportiva.

---

<sup>9</sup> y <sup>10</sup> ver anexo 18, <sup>11</sup> ver anexo 35, <sup>12</sup> y <sup>13</sup> ver anexo 6.

El **Montseny** es el escenario preferente y donde se realizan más carreras de montaña. También las que tienen más antigüedad según hemos visto en la historia de las carreras en Cataluña. **Montserrat** es otro escenario donde se realizan muchas carreras por la gran expectación que genera esta sierra tan singular. Desde numerosos municipios se realizan a modo de romería, carreras, marchas y caminatas; considerado un Santuario cultural y religioso para los catalanes. **Sant Llorenç del Munt i l'Obac** es otro escenario próximo y muy concurrido, especialmente La Mola. Podemos decir que esta es una actividad urbana que necesita un escenario natural como es la montaña.

### 3.2.3. Localización por comarcas

Como ya hemos constatado, la mayoría de carreras de montaña se realizan en la zona litoral es decir, en las provincias de Barcelona, Girona y Tarragona por ese orden.

En la **tabla 2** podemos ver las carreras de montaña de la provincia de Barcelona que suman un total de 207, su desglose por comarcas y la evolución en el periodo estudiado.

Provincia: BARCELONA	Comarcas	2008	2009	2010	2011	2012
	Alt Penedès	6	6	7	9	20
	Anoia	3	6	6	9	12
	Bages	8	11	15	20	25
	Baix Llobregat	7	10	11	12	14
	Barcelonès	8	11	12	15	15
	Berguedà	10	15	15	17	18
	Garraf	2	4	4	8	9
	Maresme	9	12	13	18	22
	Osona	8	12	13	16	17
	Vallès Occidental	12	12	13	16	20
	Vallès Oriental	22	23	29	33	35

Fuente: ca.wikipedia.org

Fuente: Elaboración propia a través de RUNEDIA

El Vallès Oriental cuyo escenario principal es el **Montseny** y el **Montnegre**, es donde encontramos más carreras, 35. Los municipios que más organizan son Aiguafreda, Sant Celoni, Granollers. *Ver anexo 1*

El Bages cuyo escenario principal es **Montserrat**, **Sant Llorenç del Munt i l'Obac**, es la segunda en número de carreras, 25. Manresa es la población donde más se organizan, seguida de Rajadell, Calders y Callús. *Ver anexo 4*

En el Maresme, con la **Serra de la Marina-Corredor**, se celebran 22 carreras siendo Mataró, Canet, Malgrat, Vilassar y Pineda de Mar las que más organizan. *Ver anexo 5*

En el Vallés Occidental se llevan a cabo 20 carreras. Los escenarios principales son **Sant Llorens del Munt i L'Obac** y **Collserola**. Los municipios que las organizan son Terrassa, Rubí, Cerdanyola del Vallés y Matadepera. *Ver anexo 2*

En el Alt Penedés se efectúan 20 carreras que se distribuyen por el **Garraf** y son Vilafranca del Penedés, Sant Sadurní d'Anoia, Olesa de Bonesvalls los municipios que más organizan. *Ver anexo 8*

La comarca del Berguedà está catalogada como territorio de montaña y se llevan a cabo 18 carreras que se realizan principalmente por el **Pedraforca** y los **Rasos de Peguera**. Las poblaciones desde donde más carreras salen son Berga, Bagá y Saldes. *Ver anexo 6*

Osona, cuyos escenarios son la **Vall de Sau** y **Collsacabra**, recoge 17 carreras organizadas principalmente en los municipios de Vidrà, Torelló, Taradell y Rupit. *Ver anexo 11*

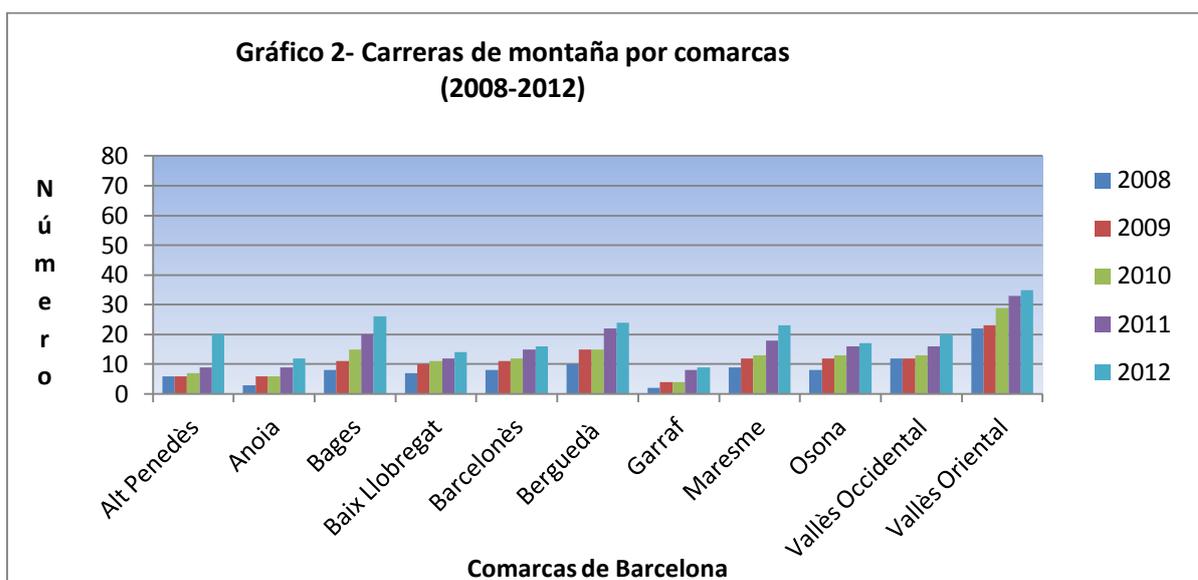
En el Baix Llobregat se realizan 14 carreras que discurren por las montañas de **Begues**, el **Garraf** y **Montserrat**, salen principalmente desde Collbató, Begues y Esparreguera. *Ver anexo 3*

En l'Anoia, con 12 carreras, son Capellades e Igualada los municipios que más organizan. *Ver Anexo 9*

En el Barcelonés se celebran 15 carreras de montaña, la mayoría se realizan por el **Parc de Collserola** y son Badalona, Santa Coloma de Gramanet y Barcelona los municipios desde donde se organizan las carreras. *Ver anexo 10*

El Garraf con 9, es la comarca con menos carreras en número, pero donde desde 2010 se realiza el Ultra Trail de Barcelona. Saliendo de Sitges está compuesta por cuatro pruebas de diferentes longitudes y ha cogido gran relevancia entre los aficionados locales, nacionales y extranjeros. *Ver anexo 7*

El **gráfico 2** nos permite comparar todas las comarcas de la provincia de Barcelona comprobando como ciertas comarcas han ido evolucionando a lo largo de los cinco años estudiados.



Fuente: Elaboración propia a través de RUNEDIA

Destaca l'Alt Penedès que ha triplicado el número de carreras debido a la organización de 13 nuevas carreras en el 2012, en el resto de comarcas, han ido aumentando de una forma más progresiva.

En el área metropolitana de Barcelona es donde se celebran más carreras de montaña. El Montseny, Sant Llorenç del Munt y Montserrat estarían dentro de la segunda corona metropolitana y tendrían el papel de pulmón de oxígeno y área verde de la metrópolis y objeto de deseo de los urbanitas para realizar sus actividades físicas en un medio natural próximo.

Girona es la segunda provincia donde se efectúan mayor número de carreras de montaña, en total son 119.

En la **tabla 3**, comprobamos cuales son las comarcas de Girona con más carreras y su evolución en el periodo estudiado.

En l'Alt Empordà con 26 carreras, tiene dos escenarios principales: la Serra de **l'Albera** con Espolla, Cistella y Albanyà como municipios más organizadores, y el **Cap de Creus** donde las poblaciones son Llança, Roses, l'Escala. *Ver anexo 12*

Por el Gironès se realizan 21 carreras. El escenario principal son las **Gavarres**, siendo Girona y Besanó las principales poblaciones organizadoras. *Ver anexo 19*

Provincia: GIRONA	Comarcas	2008	2009	2010	2011	2012
	Alt Empordà	5	5	8	14	26
	Baix Empordà	3	5	10	12	18
	Cerdanya	1	2	3	5	6
	Garrotxa	1	2	4	8	12
	Gironès	3	4	5	9	21
	La Selva	10	13	13	13	19
	Pla de l'Estany	1	1	1	1	4
	Ripollès	6	9	12	15	13
	Fuente: ca.wikipedia.org					

Fuente: Elaboración propia a partir de RUNEDIA

El Ripollès, por su orografía, corresponde a la zona de territorios de montaña. Se efectúan 21 carreras y son Ribes de Freser y Sant Joan de les Abadesses los municipios desde donde salen algunas de las carreras. *Ver anexo 18*

En el Baix Empordà, donde se sitúa el **Montgri** y sierra de **l'Ardenya** se celebran 18 carreras. *Ver anexo 16*

La Selva, con Las **Guilleries**, **Montseny** y **Costa Brava** también concentran 19 carreras. *Ver anexo 13*

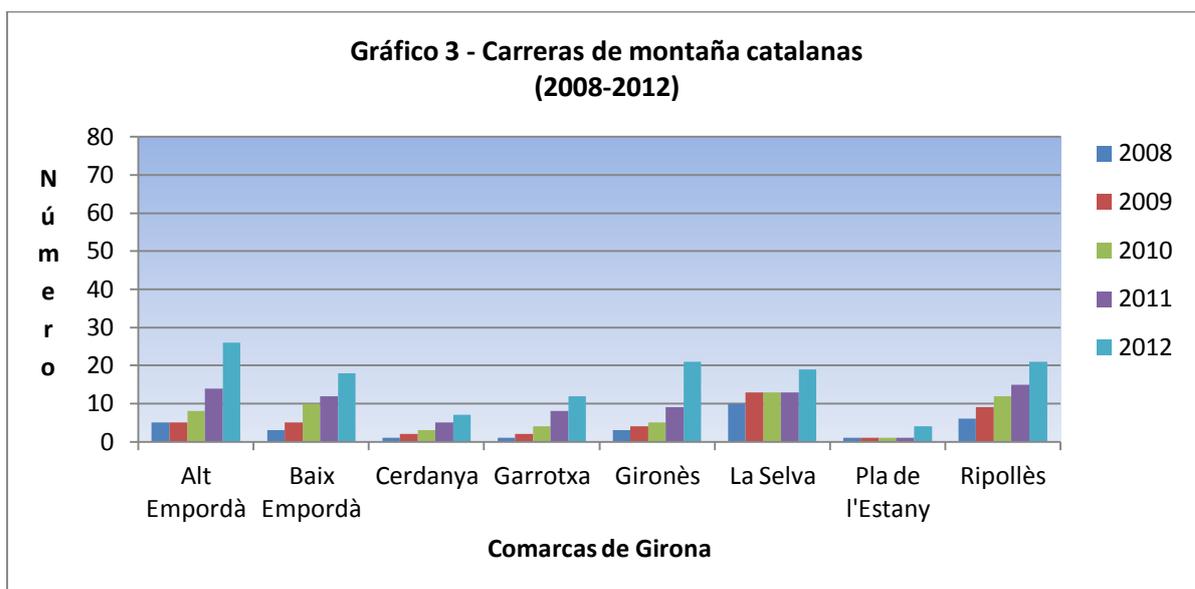
El Pla del Estany con 4 carreras, ha mantenido una carrera de montaña con 29 años de antigüedad hasta 2011 y en 2012 ha aumentado en tres más. *Ver anexo 14*

La Cerdanya también corresponde a los territorios de montaña, tiene dos carreras de ultra fondo 216 y 85 Km y de km vertical con un total 6 carreras. *Ver anexo 15*

En la Garrotxa catalogada también como territorio de montaña, se llevan a cabo 12 carreras y sus escenarios son **Puigsacalm** y **Los Volcanes de Olot**. *Ver anexo 17*

En el **gráfico 3** se puede apreciar la relación entre las comarcas de la provincia de Girona y su evolución en el periodo estudiado.

Vemos en el Alt Empordà y el Gironés que durante el 2012 han aumentado considerablemente el número de carreras, el resto también acusa este empujón al alza, pero en menor medida.



Fuente: Elaboración propia a partir de RUNEDIA

La Selva y Pla de l'Estany que se mantenían estables, también se disparan en 2012.

La Cerdanya se mantiene en una progresión ascendente así como el Ripollés.

En la provincia de Girona, tres comarcas están consideradas áreas de montaña (La Cerdanya, el Ripollés y la Garrotxa) con escenarios de alta montaña, este grupo cuenta con 31 carreras. El resto, el Gironés, Alt y Baix Empordá cuyos escenarios son Litorales Cap de Creus, L'Albera y les Gavarres, cuentan con 88 carreras.

La provincia de Tarragona, tiene un total de 89 carreras de montaña, y podemos destacar de la **tabla 4** lo siguiente:

En el Baix Camp donde se localizan las **Montañas de Prades** y **Serra de Cardó** se realizan 24 carreras. *Ver anexo 20*

El Baix Ebre le sigue con 16 carreras siendo el escenario principal, los **Ports de Beseit (Mont Caro)** y la **Serra de Cardó**. *Ver anexo 21*

En el Priorat se llevan a cabo 12 carreras que se desarrollan por la **Serra del Montsant**. Cornudella de Montsant y Ulldemolins son municipios desde donde salen. *Ver anexo 22*

En el Tarragonés se efectúan 8 carreras y sus escenarios próximos son la **Riera de Gaia**. Tarragona es el municipio principal de donde salen estas carreras. *Ver anexo 23*

En la Ribera d'Ebre son 7 las carreras que se celebran por las **Montañas de Tivissa**. Rasquera y Mora d'Ebre son los municipios organizadores. *Ver anexo 24*

**Tabla 4- Carreras de montaña catalanas por Comarcas (2008-2012)**

Provincia: TARRAGONA		2008	2009	2010	2011	2012
 <p style="text-align: center;">Fuente: ca.wikipedia.org</p>	Alt Camp	2	3	3	4	6
	Baix Camp	7	8	11	18	24
	Baix Ebre	5	6	11	16	16
	Baix Penedès	2	2	2	2	3
	Conca de Barberà	1	4	3	4	5
	Montsià	2	4	5	5	4
	Priorat	4	6	7	10	12
	Ribera d'Ebre	1	2	5	5	7
	Tarragonès	0	3	5	9	8
	Terra Alta	1	1	2	2	4

Fuente: Elaboración propia a partir de RUNEDIA

En el Alt Camp se celebran 6 carreras que circulan por **Mont-Ral** y **Miramar**. Ver *anexo 25*

En la Conca de Barberà se realizan 5 carreras por las **Muntanyas de Prades** y **Parc natural de Poblet**, desde los municipios de Montblanc y Poblet. ver *anexo 26*

En el Montsià son 4 las carreras y los escenarios son los **Ports de Beseit** y **Serra de Montsià**. Sant Carles de la Ràpita, La Sénia, Alcabar, Ulldecona, son algunos de sus municipios. Ver *anexo 27*

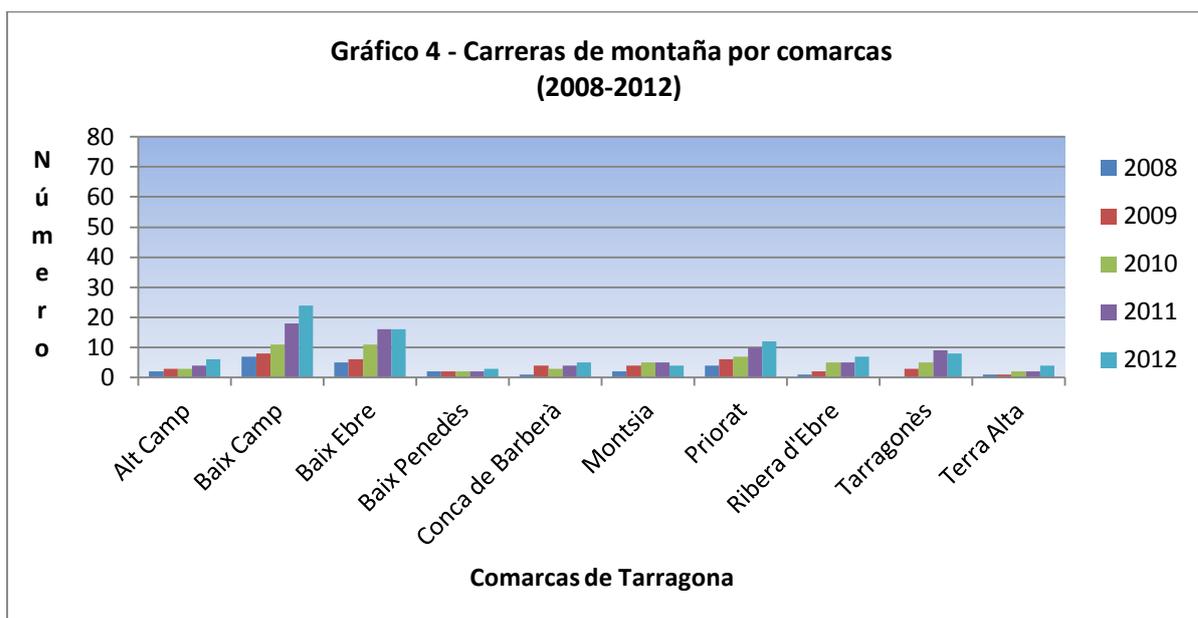
En la Terra Alta se realizan 4 carreras por los **Port de Beseit** y **Massaluca (Rio Matarraña)**. Gandesa y Horta de Sant Joan son los municipios desde donde se organizan. Ver *anexo 28*

En el Baix Penedés son 3 y se practican en la **Serra de MontMell**. Siendo el Vendrell, Banyeres del Penedés y Sant Jaume dels Domenys algunos de sus municipios organizadores. Ver *anexo 29*.

Podemos ver la relación entre las comarcas de la provincia de Tarragona en el **gráfico 4** a lo largo del periodo estudiado, donde se destaca:

El Baix Camp, es el que más carreras de montaña organiza, luego le sigue el Baix Ebre y el Priorat.

En descenso El Montsià y el Tarragonés, que contrasta con la tendencia general de incremento en carreras de montaña.



Fuente: Elaboración propia a partir de RUNEDIA

En la provincia de Tarragona están más marcadas las carreras de montaña por sus escenarios. Estos adquieren protagonismo, siendo la **Serra de Prades** y del **Cardó** en el Baix Camp, la **Serra del Montsant** en el Priorat y los **Ports de Beseit** en el Baix Ebre, las que concentran más carreras.

Las comarcas de Lleida están bien diferenciadas, al norte las consideradas áreas de montaña cuyos escenarios son los valles y picos del Pirineo Occidental y las del sur, de media y baja montaña, donde se realizan pocas carreras, o ninguna, como ocurre en las comarcas de l'Urgell y Pla d'Urgell.

El total de carreras de montaña de la provincia de Lleida son 47, como podemos comprobar en la **tabla 5**, de ella destacamos:

El Pallars Sobirà donde se ubica el **Parc Nacional de Aigües Tortes i Sant Maurici**, es el que tiene más carreras, 10 y los municipios más implicados son Espot, Tavascan, Àreu, Tírvia, Ribera de Cardós y Rialp. *Ver anexo 36*

L'Alt Urgell también se celebran 9 carreras y sus escenarios son **Serra Boumort** y **Coll de Nargó**. Organyà, Sorribes de la Vansa, Pont de Bar, Ossera, Tavèrnoles y Oliana son algunos municipios desde donde salen estas carreras. *Ver anexo 31*

En l'Alta Ribagorça se realizan 5 carreras desde los municipios de Pont de Suert, Barruera, Vilaller y Taüll. *Ver anexo 32*

**Tabla 5- Carreras de montaña catalanas por comarcas (2008-2012)**

Provincia: LLEIDA	Comarcas	2008	2009	2010	2011	2012
	Alt Urgell	4	5	7	9	9
	Alta Ribagorça	0	2	3	4	5
	Garrigues	1	2	4	4	4
	Noguera	0	0	3	4	5
	Pallars Jussà	0	0	1	4	5
	Pallars Sobirà	4	4	7	8	10
	Pla d'Urgell	0	0	0	0	0
	Segarra	2	2	2	2	2
	Segria	0	0	0	0	2
	Solsonès	0	0	0	1	1
	Urgell	0	0	0	0	0
	Vall d'Aran	1	1	2	3	4

Fuente: ca.wikipedia.org

Fuente: Elaboración propia a partir de RUNEDIA

En el Pallars Jussà se llevan a cabo 5 carreras y los municipios desde donde salen son La Pobla de Segur, Capdella, Talarn y Figuerola d'Orcau. *Ver anexo 34*

En la Vall d'Aran se efectúan 4 carreras y los municipios son Unha, Bausen, Es Bordes, Vielha. *Ver anexo 39*

Les Garrigues realiza 4 carreras desde los municipios de Borges Blanques y La Pobla de Cérvoles. *Ver anexo 32*

La Noguera también realiza 5 carreras desde los municipios de Sant Llorens de Montgai y Vilanova de Meiá. *Ver anexo 33*

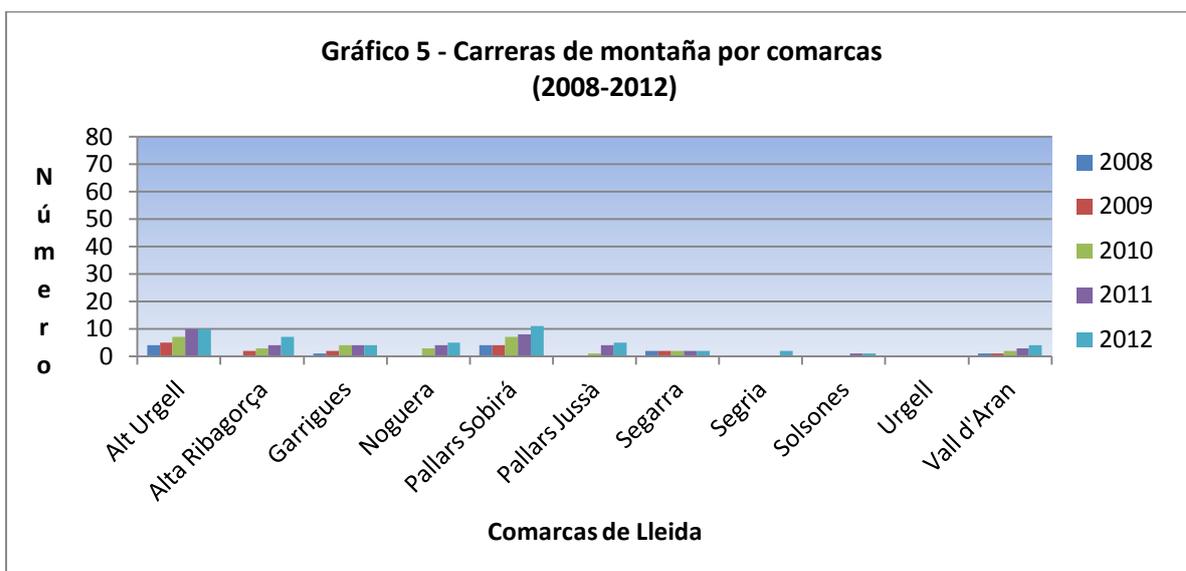
En la Segarra son 2 carreras, una en Cervera y otra en Sanahuja. *Ver anexo 36*

En el Segrià también se llevan a cabo 2 carreras que salen desde Roselló y Almatret. *Ver anexo 37*

El Solsonès solo 1 que sale de Castellar de la Ribera. *Ver anexo 38*

El **gráfico 5** nos muestra la relación de las comarcas entre sí y su evolución en el periodo estudiado.

Existe una clara distinción entre las comarcas de norte donde se ubica el Pirineo y las del sur con la Depresión Central. Aunque en general el número de carreras es más limitado, sin embargo son de gran interés para los aficionados porque los paisajes son de alta montaña y eso aporta un valor y aliciente a esta actividad.



Fuente: Elaboración propia a partir de RUNEDIA

En la Depresión Central con las comarcas de Urgell, Segrià, Segarra y Noguera la incidencia de esta actividad es mínima en comparación con las comarcas del norte.

- 1) La zona litoral es donde más carreras de montaña se realizan por eso decimos que es una actividad urbana cuyo objeto de deseo es la montaña y que la Serralada Litoral y Pre-Litoral son un escenario cercano para su realización. Los desplazamientos que se generan pueden ser de una mañana para la realización de la prueba o aprovechar todo el día con la familia o colegas en un entorno natural.
- 2) La zona del Pirineo y Pre-pirineo y las comarcas de montaña, no tienen tantas carreras, se necesita más desplazamiento y más especialización por el tipo de relieve. Los desplazamientos pueden justificar una estancia de fin de semana en el lugar donde se desarrolla la prueba o por sus alrededores.
- 3) Podemos decir que hay cierta especialización del territorio con referencia a las carreras de montaña: Comarcas de Montaña de Pirineo, pre-Pirineo y montañas de Tarragona, tienen menos carreras pero son más técnicas por el tipo de relieve; las comarcas litorales concentran más carreras y son más populares.

### 3.2.4. Tipología de las carreras de montaña

#### Carreras según la distancia

La distancia de las carreras de montaña es muy variable como ya hemos comprobado, y es un criterio básico a la hora de determinar la dureza o dificultad de un recorrido.

Encontramos la más corta de 2012 en la Alta Ribagorça<sup>14</sup> de 200 m y la más larga de 216.000 m en la Cerdanya<sup>15</sup>, entre ambas encontramos los 5.000, los 10.000 m, la media maratón, el maratón y un sin fin de distancias más hasta llegar a los ultra trails.

Las carreras más cortas suelen coincidir en espacios naturales de alta montaña y con fuerte desnivel, son los llamados Km vertical, son cortas en km ( 1.000 o 5.000), pero intensas por el desnivel, también pueden ser carreras cortas simplemente. Con menos de 5 Km encontramos 19 carreras de montaña.

**Tabla 6. Tipología de las carreras de montaña según la distancia (m)**

<5.000	.....	19	Km vertical
5.000-21.000	.....	245	trail
21.097	.....	38	media maratón
21.100-42.000	.....	90	trail
42.195	.....	10	Maratón
42.200-100.000	.....	50	Ultra trail
>100.000	.....	10	Ultra trail

Entre 5.000 y 21.000 m hay 245 carreras o trail de montaña. Son las más numerosas, asequibles a quien se quiere iniciar en esta práctica, para entreno de los trails de distancias más largas o simplemente para disfrutar de esta actividad en un paraje singular .

Fuente: elaboración propia

A partir del medio maratón, con una distancia de 21.097 m, se consideran carreras de fondo. Se han encontrado 38 carreras de este formato.

El maratón con 42.195 m se consideran carreras de fondo o larga distancia, en 2012 se efectuaron 10 maratones de montaña.

Con más de 100 Km encontramos 10 carreras que se realizaron por las comarcas del Baix Ebre, Garraf, Garrotxa, La Selva, Alt Urgell, Cerdanya, Ripollés, dos en el Berguedá y una en Priorat.

#### Carreras según la topografía

Junto con la distancia, la topografía es el elemento que mayor dificultad puede aportar a las carreras y su factor esencial son los desniveles, a mayor desnivel, mayor dificultad. Para ello es de mucha utilidad, conocer el perfil de la carrera que generalmente lo proporciona la organización.

<sup>14</sup> Consultar ficha número 2 de Alta Ribagorça. "Skygames-sky speed"

<sup>15</sup> Consultar ficha número 3 de la Cerdanya. "Volta a la Cerdanya ultrafons" VCUF

Siguiendo el criterio del desnivel, encontramos cuatro carreras cuya característica es que empiezan en la montaña y acaban en el mar. Aunque el perfil no es homogéneo, hay una tendencia hacia desnivel negativo, como ejemplos en el Ripollés tenemos el "Meridià Verd" que va de Sant Joan de les Abadesses al Masnou recorriendo 73,970 Km<sup>16</sup>.

En el Maresme encontramos dos: "la Marxassa" que va del Montseny a Mataró con 65,180 km de distancia y "la Travessa de Viladrau a Llanereras" de 52 Km<sup>17</sup>. " Vallmar" en el Vallés Oriental, va de Granollers a Mataró recorriendo 30 Km<sup>18</sup>.

Con desnivel positivo solo, encontramos el Km vertical y las crono-escaladas. Sirva como ejemplos las dos en el Vall d'Arán<sup>19</sup>.

### **Carreras de Montaña al lado del Mar**

Otra tipología de nuestras carreras de montaña atendiendo a su localización en municipios de la costa, son aquellas que transcurren muy cerca del mar aún estando catalogadas de montaña, a veces incluso bajan hasta la playa. Esto se debe a las características de nuestra costa que es acantilada. Estas carreras son muy atractivas porque permite correr por la montaña teniendo el mar muy cerca. De éstas características he encontrado 35 carreras. En el Garraf<sup>20</sup> "La ultra trail de Barcelona" que sale de Sitges y es de 106 Km. En el Baix Empordà<sup>21</sup> encontramos 12 carreras al lado del mar que salen de Santa Cristina d'Aro, de Llafranc, de l'Estartit y de Bagur. En el Alt Empordà<sup>22</sup> encontramos 7 carreras que salen de Portbou, Llança, Cap de Creus, Rosas y l'Escala. En el Maresme<sup>23</sup> encontramos otras 6 que salen de Canet, Malgrat, Vilassar y Pineda de Mar, Mataró y Llanereras.

Según la Generalitat de Catalunya Tossa de Mar (La Selva) está catalogado como municipio de zona de montaña, estando al lado del mar.

### **Carreras Solidarias**

Unas 37 carreras de montaña tienen fines benéficos, que representa un 8% del total. La comarca más solidaria es l'Alt Penedés<sup>24</sup> con 6 carreras en las que parte de su recaudación es para una causa solidaria, aunque sin especificar a quien la donan. En Girona es para la Marató de TV3<sup>25</sup>. La menos solidaria es la provincia de Lleida donde ninguna carrera tiene este fin benéfico. La provincia de Barcelona cuenta con 23 carreras solidarias.

Cuando dos o más personas se unen y colaboran mutuamente para conseguir un fin común, hablamos de solidaridad, un valor de gran trascendencia para el género humano.

---

<sup>16</sup> ver anexo 18, <sup>17</sup> ver anexo 5, <sup>18</sup> ver anexo 1, <sup>19</sup> ver anexo 39, <sup>20</sup> ver anexo 7, <sup>21</sup> ver anexo 16, <sup>22</sup> ver anexo 12, <sup>23</sup> ver anexo 5, <sup>24</sup> ver anexo 8, <sup>25</sup> ver anexo 19.

### Carreras Temáticas

Un 10% de las carreras de montaña inventariadas, tienen su origen o una motivación en enseñar su patrimonio histórico, poblados ibéricos, restos arqueológicos, ermitas, castillos, fuentes.... ó su paisaje singular, como son la Fageda y los Volcanes de Olot<sup>26</sup>.

Encontramos numerosos ejemplos y muy variados, desde las viñas de Vilafranca<sup>27</sup> hasta la carrera de los 15 pueblos de Es Bordes<sup>28</sup>, cuyo fin es recuperar la conexión de los pueblos del valle a través de los antiguos caminos en desuso o hasta la carrera de los dólmenes<sup>29</sup> ó las conocidas Porta del Cel o Carros de foc<sup>30</sup>. Otros ejemplos serían la carrera sobre el "cami de les trinxeres" antiguos caminos de la guerra civil que organiza La Pobla de Segur<sup>31</sup> u otras en memoria de personajes locales importantes<sup>32</sup>.

La Marxa per la Independencia de Ull de Ter y de Torroella de Montgri, l'Enmona historia de una Abadessa<sup>33</sup>, Marxa per la Pau en Badalona<sup>34</sup>, Cursa Neardental en Capellades<sup>35</sup>, l'ultim maqui o Cavalls de vent<sup>36</sup>, las Barraques de Vinya en Manresa<sup>37</sup> etc etc. y así hasta unas 49 carreras.

La asociación de Raiers en la Pobla de Segur<sup>38</sup> efectúan una media maratón "La espardenyada" como recuperación de la memoria histórica dels raiers de la Noguera Pallaresa.

Intencionalidad de dar a conocer la historia, el patrimonio natural o artístico de una zona o localidad a la hora de organizar ciertas carreras de montaña.

### Carreras nocturnas

Aunque todas las carreras de ultra-trails que se hacen en menos de 24h ya supone un tramo del recorrido de noche, hay otro tipo de carrera que su finalidad o su aliciente es precisamente hacer el trayecto de noche. Tienen otro tipo de motivación: disfrutar de una aventura, una buena experiencia o pueden servir para hacer prácticas para un posible ultra trail. Se necesita un material diferente, reflectante, hay que llevar luz frontal y hay que ser visto, por lo que suelen ponerse una luz roja detrás. A veces se organizan en noches de luna llena.

Encontramos más en las comarcas litorales: por ejemplo en Barcelona y por Collserola, se celebran dos diferentes en Septiembre<sup>39</sup>, o de Poblet a Prades se realiza "the cister's night experience"<sup>40</sup>. Y hasta 25 carreras más, lo que supone un 6% del total.

---

<sup>26</sup>ver anexo 17, <sup>27</sup>ver anexo 8, <sup>28</sup>ver anexo 39, <sup>29</sup>ver anexo 12, <sup>30</sup>ver anexo 35, <sup>31</sup>ver anexo 34, <sup>32</sup>ver anexo 27, <sup>33</sup>ver anexo 18, <sup>34</sup>ver anexo 10, <sup>35</sup>ver anexo 9, <sup>36</sup>ver anexo 6, <sup>37</sup>ver anexo 4, <sup>38</sup>ver anexo 34. <sup>39</sup>ver anexo 10, <sup>40</sup>ver anexo 27.

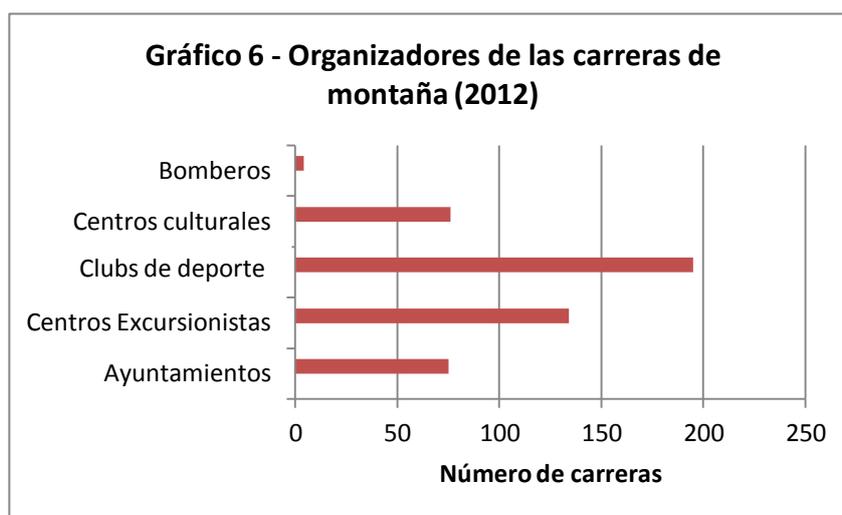
### 3.2.5. Agentes y actores en cifras

Entre los principales agentes y actores que intervienen en las carreras de montaña podemos hacer tres grupos, uno serían los organizadores, otro lo integrarían los patrocinadores y los colaboradores y el tercer grupo los participantes.

Para poder realizar este análisis de los agentes y actores y debido a la complejidad de buscar información para cada una de las 462 carreras de montaña que se celebraron en 2012 en Cataluña, he elaborado unas fichas para cada una de las carreras realizadas en los territorios de montaña que según la Generalitat corresponde a las comarcas de La Vall d'Aran, Alta Ribagorça, Pallars Jussà y Pallars Sobirà, Alt Urgell, Cerdanya, Ripollés, Berguedá, Solsonés y la Garrotxa.

#### 3.2.5.1. Los organizadores

Con respecto a la organización de las carreras de 2012 estudiadas, he recogido en el **gráfico 6** los principales agentes:



Fuente: elaboración propia

#### 1) Clubs de deporte

Los que más generan esta actividad (40%) son los centros, clubs, empresas o asociaciones deportivas, desde cualquier disciplina, no solo desde el atletismo sino también clubs de BTT, hockey, fútbol, natación. etc.

En este grupo encontramos empresas que se dedican a organizar carreras de montaña como por ejemplo:

- **Ocisports serveis esportius, S.L.** tiene su sede en la Poble de Claramunt (Anoia) y se encarga de la prestación de servicios vinculados a la práctica deportiva, desde su más amplia acepción técnica y práctica, en escuelas y patronatos municipales de deportes, para empresas, etc. Se encarga de organizar los Skygames en la Alta Ribagorça, *ver ficha 2 al 5*.
- **La nova Fita** ofrece servicios de orientación y actividades en la naturaleza desde la seguridad y la protección del medio ambiente (actividades formativas, de ocio, para empresas, etc.) organizan la carrera de montaña sobre nieve del Pallars Sobirà, *ver ficha 1*.
- **Sender y Traça, S.L.** con sede en Martinet (Lleida) también es otra empresa dedicada a la organización del ultra fons de la Cerdanya (*ver ficha 3 y 4*) entre otros.
- **Diedre** tienen su sede en Vic y es una tienda de ropa técnica que organiza carreras de montaña en la Garrotxa (*ver fichas 10 y 11*) como **Intemperie** situada en Barcelona que organiza una carrera en Sant Joan de les Abadesses (*Ripollés ver ficha 3*).
- **Mountain Runners Berguedà** es una asociación deportiva que se fundó en el 2004 por un grupo de amigos amantes del deporte de montaña, y que desde 2011 forman parte del censo de organizadores de actividades físico-deportivas en el medio natural (*ver fichas del Berguedà*).
- **Espai Kilian** hace cinco años que organizan trail running en un circuito de cuatro carreras, por donde entrena el corredor de élite Kilian Jornet.
- **Otros** clubs de atletismo de Bagá, de Olot, club ciclista de la Garrotxa, club de esquí del Berguedà y de la Poble de Segur organizan también carreras de montaña.

Alguna de estas empresas especializadas en organizar eventos físico-deportivos en la naturaleza fue creada para dar una cobertura de calidad y para la formación de monitores, debido a la fuerte demanda que genera el turismo activo.

## 2) Los centros excursionistas

El 28% de las carreras estudiadas están organizadas por los centros excursionistas, que supone otro importante grupo generador de las carreras de montaña documentadas.

La comarca donde más carreras organizan es en el Ripollés, donde he encontrado 9 y en contrapartida las que menos organizan es en Alta Ribagorça y el Solsonés con solo una.

En el Pallars Sobirà (*ver fichas 3 y 5*) curiosamente los centros excursionistas que organizan las carreras no son de la comarca, son de Lleida capital (Centre Excursionista de Lleida) y de Barcelona (Agrupació Excursionista de Catalunya).

En la comarca de la Cerdanya se realiza un trail en Lles de Cerdanya organizado por el Centro Excursionista de Sant Cugat del Vallés (Barcelona).

Los refugios de montaña, que facilitan la práctica del montañismo y son titularidad de las federaciones autonómicas, clubes de montaña, instituciones públicas o empresas particulares, también son organizadores de carreras de montaña, ofreciendo circuitos de dos, tres o más refugios. Consiste en recorrer el parque natural donde se encuentran ubicados con la obligatoriedad de pasar por cada uno de ellos. Ejemplos: en el Parque natural del Cadi-Moixeró se realiza "Cavalls de Vent" (*Berguedà-ficha 7*), en el Parc Nacional de Aigües Tortes i Sant Maurici se celebra Carros de Foc (*Pallars Sobirà-fichas 2 y 6*) y por el Parc natural del Alt Pirineu y l'Ariège transcurre La Porta del Cel (*Pallars Sobirà-ficha 4*).

Escenario atractivo el del Pirineo para los urbanitas, donde las comarcas de La Cerdanya y el Pallars Sobirà son objeto de deseo para los corredores de Barcelona y Lleida, que a través de los centros excursionistas se organizan carreras de montaña en esa ubicación.

### 3) Los ayuntamientos

Un 15% de las carreras de montaña las organizan los ayuntamientos, bien directamente o a través de una empresa especializada.

El ayuntamiento de Rialp (*Pallars Sobirà- ficha del 8 al 10*) organiza el Rialp Maxicots Extrem en varios formatos. En su página web podemos encontrar información de la carrera en el link de "esports d'aventura" en su municipio y desde allí clicando en "webs de interés".

Así mismo el ayuntamiento de Talarn (*Pallars Jussà-ficha 4*) celebra la carrera "Cuca de Llum" coincidiendo con su fiesta mayor el 15 de Agosto, aunque no lo indica expresamente en su página web. El ayuntamiento de Darnius organiza el 15 de Septiembre otra carrera también nocturna (*Garrotxa-ficha 8*).

Los ayuntamientos de l'Alt Urgell (*ver fichas 1, 7, 8 y 9*) entre ellos Coll de Nargó, Oliana y Tavèrnoles también organizan sus carreras. Aunque en sus páginas web no he encontrado información explícita sobre ellas.

El ayuntamiento de Vilallonga de Ter organiza un maratón de montaña "Setdellonga" (*Ripollès-ficha 9*) el 1 de Julio.

El ayuntamiento de Olvan (*Berguedá-ficha 17*) tiene link de turismo en su página web y deriva a Indomit que es un "centre d'aventura" que organiza los deportes de aventura en el municipio.

Los ayuntamientos son organizadores de carreras de montaña, sin embargo no se pueden consultar a posteriori en sus páginas web, excepto en el caso de Rialp en el Pallars Sobirà. Algunos ayuntamientos más grandes tienen un link de turismo o de deportes de aventura.

#### 4) Agrupaciones culturales

En este grupo incluimos asociaciones de vecinos, la comisión de fiestas del pueblo, collas castelleras o fundaciones que pueden también organizar una carrera de montaña, con una proporción del 16%.

Como ejemplos tenemos el Hotel Masella en Alp (*La Cerdanya-ficha 2*) que organiza una carrera de 10 km en Mayo.

El camping la Borda del Pubill en Ribera de Cardós (*Pallars Sobirà -ficha 7*) organiza una carrera de 5 Km por el Parque Nacional de Aiguas Tortes.

La asociación de Raiers en la Pobla de Segur (*Pallars Jussá-ficha 1*) efectúa un medio maratón "La espardenyada" como recuperación de la memoria histórica dels raiers de la Noguera Pallaresa.

Los voluntaris del Vall d'Aran también organizan una carrera y caminata para dar a conocer los caminos entre los 15 pueblos del valle (*ver ficha no. 3*).

Els Bastions (*Ripollés-fichas 5 y 6*) organizan los trails y ultratrails en la vall de Nuria en el mes de Junio. En su página web hay ofertas de alojamiento y descuentos en el cremallera de Nuria para los acompañantes. El éxito de su organización se debe a la cantidad de voluntarios que se ofrecen a colaborar (casi 100).

Mala Petja (*La Garrotxa-ficha 4*) organiza un ultra trail solidario para la Cruz Roja. Los Ticox's (*Garrotxa- fichas 6 y 12*) también organizan una carrera nocturna y la San Silvestre en Les Planes d'Hostoles e Intermon-Oxfam también organiza un trailwalker solidario (*Garrotxa-ficha 2*).

La Comissió de Festes de l'Aristot en Pont de Bar (*Alt Urgell-fichas 5 y 6*) organiza unas carreras atléticas coincidiendo con la Fiesta Mayor del pueblo.

Los Bomberos suelen organizar carreras tanto de montaña como de asfalto en una proporción del 1% en 2012.

Las agrupaciones culturales, hacen que las carreras de montaña sean además de deportivas, sociales. Son las encargadas de dar a conocer el patrimonio cultural del municipio o de dar una motivación solidaria a esta actividad.

Una de las funciones de los centros excursionistas repartidos por el territorio, sería la de organizar carreras de montaña en zonas especializadas como es el Pirineo. En cambio, en el Pirineo se han creado empresas de deporte de aventura especializadas en la organización in situ de eventos deportivos. También los grupos de amigos afines a la práctica del trail se juntan para organizar carreras como els bastions, ticox's, etc.

### 3.2.5.2. Los patrocinadores y colaboradores

En las carreras de montaña encontramos tres tipos de agentes involucrados que son los promotores, los patrocinadores y colaboradores, estas funciones también las pueden ejercer las instituciones.

A veces quedan todas mezcladas como colaboradores y otras lo especifican de forma más clara; de todas formas, definimos la función del patrocinador, promotor y colaborador y quien los utiliza.

- *Un patrocinador es alguien que paga para contribuir a ese evento concreto, porque le interesa asociarlo a su marca y a su imagen, por tanto, es a cambio de publicidad.*

Así por ejemplo, como patrocinador de la cursa "cami a les trinxeres" organizada por el CEPS "Club esqui Pobla de Segur encontramos a muchos agentes socioeconómicos (bares, restaurantes, fondas, cafeterías) y marcas como Copirineo, Nutrisport, Tuga (sport wear) de la Pobla de Segur, localidad donde se efectúa la carrera. *Ver ficha 2 del Pallars Jussà.*

En Alt Urgell además de las instituciones y los agentes socioeconómicos, aparece la marca de ropa deportiva LA FUMA. *Ver fichas 1 y 2*

En el Pallars Sobirà patrocinan las instituciones, marcas de deportes, bebidas energéticas y marcas de alimentación. *Ver fichas 1, 2, 3, 5 y 6*

En el Ripollés patrocinan las marcas asociadas a la actividad: Grifone, Intemperie, Suunto, etc. y también las instituciones y marcas de alimentación. *Ver fichas 3, 4, 6 y 12*

En el Berguedá los patrocinadores son agentes socioeconómicos de Berga y marcas que se van repitiendo como editorial Alpina, Salomón, etc. *Ver fichas 4, 5, 7*

En la Garrotxa sus patrocinadores son DKV seguros, abogados y agua de la Garrotxa "Sant Aniol" e instituciones. *Ver fichas 2 y 8*

*- El promotor es la persona que hace las diligencias necesarias para lograr algo.*

Como promotor hemos encontrado ADRR Ribagorça Románica que es una asociación formada por 14 ayuntamientos de la ribagorça catalana y aragonesa. Su principal objetivo es contribuir al desarrollo rural sostenible como promotor de los SkyGames. (Ver *Alta Ribagorça-ficha 4*).

CEPS "Club esquí Pobla de Segur" promociona la "Espardenyada" que está organizada por la asociación de Raiers de la Noguera Pallaresa. (*Pallars Jussà-ficha1*)

*- Un colaborador es alguien (persona física o jurídica) que da un donativo, a título voluntario. La publicidad será entonces un detalle de gratitud y cortesía.*

Los colaboradores son los que más encontramos en las carreras estudiadas. Pueden ser las instituciones, los agentes socioeconómicos del municipio donde se realizan las carreras, y las marcas deportivas, energéticas asociadas a esta actividad.

El 67% de las carreras de montaña estudiadas reciben apoyo de los agentes socioeconómicos y el 33% no reciben ningún apoyo de sus agentes socioeconómicos.

Hay colaboradores de todo tipo desde bancos, terapeutas, fotógrafos, hoteles, restaurantes, comercios, casas rurales, editoriales Alpina-Piolet, revistas Trail, Caldea (Andorra), Cruz Roja, incluso la Universidad Ramón Llull, Blanquerna.

También intervienen medios de difusión. TV y radios locales, revistas, periódicos.

#### **a) Las instituciones**

La función de las instituciones pueden ser de promotores o colaboradores, sin especificar y están presentes en casi todas las carreras.

El 80% de las carreras de montaña, reciben apoyo de las instituciones locales (Ayuntamientos, Consells Comarcals, Parcs Naturals, Diputaciones, Patronatos de Turismo, etc.). Como ya hemos visto, muchos ayuntamientos organizan o son promotores o colaboran si las carreras pasan por sus municipios.

El 20% que no recibe apoyo de las instituciones locales, lo recibe de los agentes socioeconómicos (comercios, bares, hoteles y marcas relacionadas con la actividad) en un 10%, el otro 10% no tiene apoyos ni de instituciones ni de agentes socioeconómicos.

Hay un 10% de las carreras de montaña que no reciben apoyo de otras entidades o quizás no constan en el tríptico informativo de la carrera o en su página web.

Un 15% solo recibe apoyo de las instituciones locales, y no consta otro tipo de colaboración de los agentes económicos ni sociales, como ejemplo tenemos que los

skygames de l'Alta Ribagorça solo reciben este apoyo. También en la Garrotxa, la Vall d'Aran y el Berguedà .

Las instituciones autonómicas están menos representadas, sobre el 50% de las carreras reciben el apoyo de la Generalitat de Catalunya desde el Departament d'Esports o el de la Juventut, el FEEC "Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya" y el FAM "Federación Aragonesa de Montañismo" (ver *Alta Ribagorça-Ficha 2*), la "Unió Consells esportius de Catalunya" (UCEC) están representados apoyando alguna de las carreras.

Otras instituciones presentes son el Meteocat, Protecció civil de Ripoll, Bombers de la Generalitat y de otros municipios. En el Ripollés encontramos el apoyo de Spai País Valencia (ver *Ripollés-ficha 13*) que es una entidad que pretende agrupar a los valencianos residentes en Catalunya y que quieren contribuir a la recuperación cultural del País Valencià.

Instituciones internacionales también están presentes en alguna de las carreras de la Cerdanya, he encontrado la "Communauté de Communes de Pyrénées Cerdagne" (ver *ficha 3*) y en l'Alta Ribagorça la ISF "International skyrunning federation" (ver *ficha 2*).

### **3.2.5.3. Los participantes**

Ha resultado laborioso obtener información acerca de los participantes de estas carreras. Si bien lo más fácil ha sido conocer el número de participantes y cuantos han finalizado la prueba ya que esta información la proporciona la organización junto con el tiempo de llegada.

Conseguir información de la procedencia ha sido casi imposible para la mayoría de carreras estudiadas, solo las carreras que estaban adscritas al FEEC, tenían esta información y otras a través de su centro excursionista (imprescindible para tener el carnet de la federación y así el seguro en carrera). En general es un dato incompleto.

Sin embargo, con los datos recogidos podemos hacernos una idea del número de corredores que participan en estas pruebas y saber su difusión local, autonómica, nacional o internacional.

Con respecto a la participación, el 30% de las carreras tienen menos de 100 participantes. El 40% tienen menos de 200. El 11% menos de 300. El 4% menos de 400 participantes. El 1% menos de 500 participantes. El 1% más de 500 participantes. Y el 13% no están documentadas.

Predominan las carreras con pocos participantes, con < 200 representan el 70% de las carreras.

La que más participantes tienen con 551, es la La Olla de la Vall de Nuria (ver *Ripollés-Ficha 10*) organizada por el Centro Excursionista de Vic y la siguiente en participación con 475, está en la Cerdanya (ver *ficha 5*) y se organiza desde Barcelona por el Centro Excursionista de Sant Cugat del Vallés.

En cuanto a la participación, los ultra trails y las cronoescalas, son las que menos participantes tienen. Aumenta el número considerablemente cuando las carreras son de distancia intermedias.

Algunas de las carreras estudiadas tienen participación internacional. Las celebradas en la Alta Ribagorça han participado corredores extranjeros, nacionales y en mayor proporción catalanes. Así mismo en el Pallars Jussà y El Pallars Subirà, en el Alt Urgell, Ripollés y Cerdanya encontramos participación extranjera en algunas carreras.

En cuanto a la procedencia, con los datos con que contamos, también podemos hacer un poco de análisis. Los skygames de alta Ribagorça son los que más variada participación tienen (locales, catalanes, nacionales e internacionales). Ver *fichas pág. 102*

Referente a los participantes locales o de la comarca, encontramos que en el Berguedà es donde este número es superior a los catalanes de cualquier comarca, motivado posiblemente porque organizan unas carreras triangulares entre tres municipios del Berguedà (Olvan, Sant Jordi de Cercs y Vilada). Ver *fichas pág. 164*

Los participantes catalanes son la mayoría en todas las carreras, únicamente en los skygames y en el formato de media maratón (skyRace) hay tantos catalanes como nacionales. Ver *fichas pág. 102*

La Garrotxa es la comarca que menos información de este tipo ofrece. Ver *fichas pág. 186*

Los campeonatos mundiales Skygames celebrados en l'Alta Ribagorça por su carácter internacional atraen a corredores franceses y andorranos por proximidad .

Aquí sería importante reseñar, que en la zona estudiada, por sus características orográficas que condicionan la seguridad, ésta se limita a un número muy reducido de participantes. Dándose la circunstancia que la mayoría de ellas cierran sus inscripciones con muchos meses de antelación por haber alcanzado el cupo máximo admitido por la organización.

Mientras que en la zona litoral, donde también se alcanza el número de participantes con mucha antelación, el número máximo admitido es muy superior. Como ejemplo podemos poner la Matagalls-Montserrat que admite 3000 participantes.

### 3.2.6. Dimensión medioambiental, socioeconómica y turística

El escenario que demandan las carreras de montaña es el medio natural y estos en su mayor parte son patrimonio de las zonas rurales: los paisajes, ríos, lagos, montañas, bosques, valles. Para su realización las carreras de montaña no necesitan infraestructuras propias y pueden rentabilizar infraestructuras ya construidas. Su espacio es la naturaleza, bien utilizando los antiguos caminos que servían de comunicación entre pueblos de un valle ó caminos históricos en desuso. No contaminan, son las piernas y la voluntad de los corredores el motor que las hace posible.

Un efecto negativo de las carreras de montaña puede venir por la masificación el día de la prueba. Acondicionar espacios donde estacionar los coches de los corredores, de sus acompañantes y de los visitantes puede crear problemas en el espacio público. Los cierres puntuales de tráfico para que pase la carrera, pueden producir molestias en los usuarios de una carretera o para los que no se han informado sobre el evento; todo dependerá de la buena organización y eso significa una buena coordinación e información entre los agentes implicados.

Los organizadores junto con los técnicos ambientales locales deben elaborar estrategias de utilización del territorio que permitan proteger la integridad del paisaje, de los ecosistemas y los procesos naturales y culturales que se manifiestan a través de él. Los lugares de destino deberían estimar su capacidad de carga y en consecuencia adoptar las medidas necesarias para que la oferta turístico-deportiva, no exceda de esa capacidad.

Los propios organizadores de las carreras de montañas elaboran una **reglamentación** que va dirigida a los corredores e implica una serie de medidas de buenas prácticas y otras de sanción o descalificación en caso de hacer caso omiso al reglamento.

La limitación de participantes en una carrera y la limitación de pruebas en un espacio natural, es ya un modo de preservar el medio ambiente. Cada carrera por sus características tienen un máximo de participantes al que se llega por la combinación entre la capacidad de la organización de manejarlo con éxito y la capacidad del territorio de absorber esa actividad sin sufrir consecuencias de degradación. La masificación, los espectadores y los coches pueden generar problemas y desbordar el espacio público.

Otro aspecto es la utilización de materiales respetuosos con el medio ambiente al señalar el recorrido, como pueden ser las cintas de celulosa, las pinturas biodegradables y posteriormente, la retirada de todo testimonio de la carrera. Debe quedar el espacio natural utilizado sin el menor rastro de la actividad realizada.

La instalación de contenedores para reciclar los residuos, la limpieza de las zonas de avituallamiento y el uso de vasos no desechables que deben llevar los corredores hace que el volumen de residuos sea menor.

Todo esto queda reflejado en el reglamento que se realiza para cada carrera y que se encuentra en un lugar visible de la página web informativa, donde todos los corredores lo pueden y deben leer. Otras reglamentaciones menos explícitas, quedan complementadas cuando hacen referencia al reglamento para carreras de montaña elaborado por el FEEC.

El medio natural se ha convertido en un recurso de enorme importancia a la hora de atraer turismo y las carreras de montaña, por sus características, pueden generar una importante actividad económica local. El turismo deportivo lo podemos considerar como motor de desarrollo socioeconómico porque permite generar flujos de turismo hacia los destinos de naturaleza.

Desde este punto de vista, existe un compromiso público y privado en la realización de las carreras de montaña que hemos podido comprobar en el apartado de agentes y actores implicados.

La propia comunidad autónoma catalana ha realizado importantes inversiones económicas para mejorar la vida en la montaña y favorecer el turismo, a través de una mejora considerable del conjunto de infraestructuras como las vías de acceso (las carreteras), de servicios varios de alojamiento (hoteles, campings, casa rurales) y equipamientos (pistas, campos y salas polideportivas), como podemos comprobar en las fichas de las diferentes comarcas estudiadas. Todo ello favorece la realización de ciertos eventos deportivos tanto en invierno como en verano y todas estas infraestructuras y equipamientos, tanto las deportivas como las sociales, son un beneficio para el municipio, para la comarca y para los turistas que visitan esos destinos.

La colaboración entre distintas comunidades autónomas (catalana y aragonesa) es una buena estrategia. Partiendo de unos elementos geográficos comunes como es el Pirineo y otros culturales como el Románico, se unen para potenciar el desarrollo rural sostenible a través de la Asociación para el desarrollo de la Ribagorça Románica (ADRR) que agrupa a 14 ayuntamientos de la Ribagorça catalana y aragonesa. Esta asociación que favorece y facilita el turismo de montaña promueve los Skygames "campeonatos del mundo de skyrunning".

Las carreras de montaña pueden servir de laboratorio científico para ciertas investigaciones sobre la salud. El proyecto SUMMIT "Salut en el ultrafondo y maratones del corredor" (*ver ficha 3 de la Cerdanya*), tiene como objetivo determinar si la población que practica ejercicio de larga duración y gran intensidad tiene más riesgo sobre la salud en comparación con la población sedentaria y la población moderadamente activa. Con la participación de los corredores voluntarios, este proyecto generará información inédita de los mecanismos

implicados en la respuesta/adaptación al esfuerzo y patologías asociadas todavía desconocidas que darán lugar a avances en la medicina deportiva, influyendo en las políticas sanitarias de salud pública y el bienestar de la población.

Desde el compromiso privado muchas marcas deportivas, bebidas energéticas, calzados y ropa técnica están dispuestos a colaborar para asociar sus marcas a estos eventos.

Algunos ejemplos nacionales relacionando marcas de ropa muy consolidadas con eventos de montaña y aventura son: la Columbia Raid Series 2012 que se celebra en el País Vasco y Navarra, la Trail Aneto by Trangoworld que se celebra en el Valle de Benasque desde 2008, la TRI-NEU Gore-Tex que se celebrará en el Pirineo Aragones y Andorra o la NorthFace Trans Gran Canaria.

Tiendas que se instalan en estos municipios para dar salida a cierta demanda de productos técnicos, influenciados por las carreras de montaña y deportes de aventura en la naturaleza, pero sobre todo por el "look" montañero o el estilo deportivo muy utilizado también en las ciudades.

Las empresas encargadas de organizar estos eventos, aunque pueden tener la sede social en otro municipio, como hemos comprobado, pueden generar empleo local, puntual o estacional. La preparación de monitores y los entrenamientos de los corredores generan cierta actividad nada despreciable. La estrategia de crear ligas de carreras de montaña entre diferentes municipios dentro de la comarca, da pie a crear un calendario y alargar estas competiciones generando una dinámica de afición y continuidad.

Hemos visto ejemplos de lo señalado en casi todas las comarcas estudiadas:

- Lliga Pallaresa de Curses de Muntanya implica a nueve municipios de la comarca del Pallars Jussà (*ver fichas del 1 al 5*).
- Campionat Ripollès de Curses de Muntanya (*ver fichas 1, 2, 4 y 9*).
- Triangular Curses del Berguedà con tres municipios que participan (*ver fichas 1, 2 y 3*).
- Campionat Maqui entre las comarcas de Bages y el Berguedà (*Berguedà-fichas 16 y 17*).
- Circuit Curses de Muntanya per la Garrotxa que organiza el Consell Esportiu de la Garrotxa (*ver fichas 1, 5, 7 y 9*).

Y desde la "Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya" FEEC también se organizan carreras de montaña con distintos formatos:

- Copa Catalana de Curses de Muntanya donde participan las comarcas del Berguedà (*fichas 5 y 9*), Ripollès (*ficha 4*) y Alta Ribagorça (*ficha 1*).

- Copa Catalana de Caminadas de Resistencia. ( ver *Cerdanya ficha 5*).
- Copa Catalana de Ultra Resistencia. Alt Urgell (*ficha 1*) y Ripollés (*fichas 7 y 8*).
- Copa Catalana de Curses Verticals. Pallars Sobirà (*ficha 3*).

Siguiendo con el compromiso privado y viendo la cantidad de colaboradores locales que participan en ciertas carreras, como son las panaderías, charcuterías, tiendas de comestibles, peluquerías, bares, talleres mecánicos, fotógrafos, terapeutas, compañías de seguros, etc. etc. etc. todos los agentes quedan afectados por estar en un destino turístico deportivo y de alguna manera les interesa y beneficia. Algunos medios de difusión ayudan a que el evento tenga unas proporciones mayores a través de la retransmisión por TV local de la llegada, por radio o una crónica en el periódico local.

La participación ciudadana en esta actividad es importante y remarcable, existe una complicidad social con ciertos eventos, como es "el voluntariado". Sin ellos posiblemente estas pruebas no podrían llevarse a cabo ya que el volumen de gente que envuelve a estas competiciones es importante si se quiere tener una buena organización. Son personas que trabajan desinteresadamente. A través de la asociación o club deportivo al que pertenecen, ayudan y colaboran a que la organización y la prueba en sí misma, sea un éxito. En función de los perfiles de los voluntarios, montañero, andador o urbano, se les adjudican las diferentes misiones: información y seguridad, control, cronometraje, asistencia, avituallamiento, entre las más destacadas. Quizás la que es más valorada por los participantes es la de "animadores", encontramos testimonio de estos voluntarios en la Volta a la Cerdanya Ultra Fons (*ficha 3*) y en el Ripollés (*Ficha 9*).

Según se ha ido exponiendo, esta actividad trae consigo una estimulación de la oferta turística.

Las carreras de montaña se complementan bien con el turismo de nieve. Se amplía el abanico turístico de invierno a primavera, verano y otoño, lo que crea un impulso a la desestacionalización del turismo de montaña, creándose así un centro turístico para todo el año. Desde el punto de vista turístico, se trata de conseguir diferentes motivos para visitar un pueblo o un territorio.

Además de movilizar a los organizadores, a los corredores y sus familias, también atrae a otros espectadores que se desplazan interesados por seguir el desarrollo de la prueba.

En los ultra trails (de 24 horas de duración o más), la misma organización se encarga de la estancia de los acompañantes y de situarlos en sitios de paso para el mejor seguimiento de la carrera. Para ello es necesario una buena infraestructura en servicios de alojamiento y restauración, hoteles, campings, casas rurales, etc.

La administración pública catalana está apostando con fuerza por la implementación de un turismo deportivo como emblema de calidad y sostenibilidad, considerando el deporte y el turismo como indicadores y motores de modernización socioeconómica.

Desde la Agencia Catalana de Turisme se diseñó la marca "Destino de Turismo Deportivo". La imagen de este sello de calidad y de especialización del destino, establece una serie de requisitos que afectan a 13 deportes y están orientados a la preparación de las localidades para recibir turismo deportivo. Con esta distinción de marca de calidad hemos encontrado carreras en las siguientes comarcas:

- Alta Ribagorça (ficha 1)
- Pallars Jussà (ficha 3)
- Alt Urgell (fichas 1, 3, 4)
- Ripollès (fichas 3, 4, 12)
- La Cerdanya (ficha 3, 5)
- Berguedà (ficha 4,5, 9)



También hemos encontrado una proyección internacional incipiente en la celebración de los skyGames Campeonatos Mundiales de Skyrunning (*ver fichas en Alta Ribagorça*).

Los Pirineos, zona fronteriza entre España, Francia y Andorra, es una zona que facilita la colaboración para la organización de estos eventos y la participación de corredores de estos países si la organización, los equipamientos y las infraestructuras lo merecen.



## CAPÍTULO IV - CONCLUSIONES

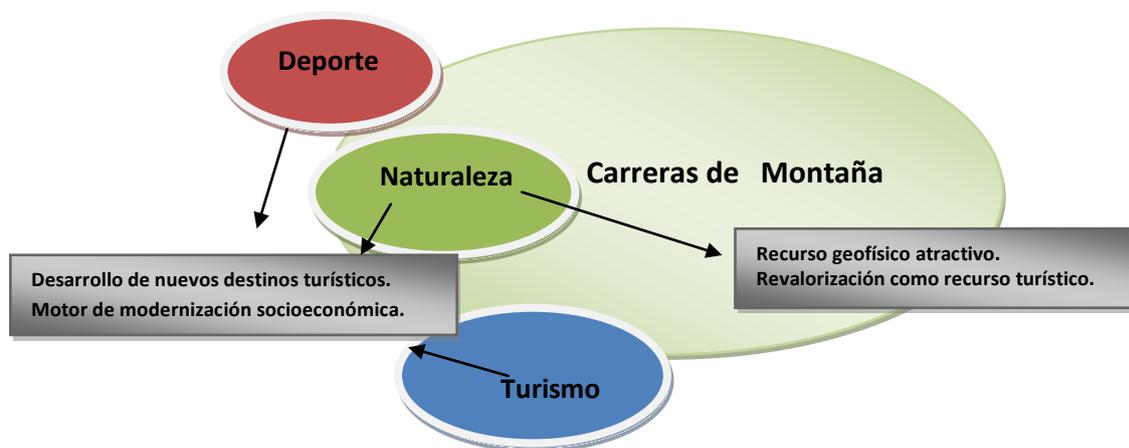
Mostraremos como conclusiones las ideas y los hechos más importantes que se han ido extrayendo de la descripción de las carreras de montaña expuesta en los capítulos anteriores. Éstas han ido surgiendo a través de las lecturas de la bibliografía, de la propia investigación por una lado y del análisis de los datos por otro.

Todo el trabajo desarrollado hasta ahora ha tenido como objetivo general el profundizar en el conocimiento del turismo activo asociado a las actividades físico-deportivas y hacer una caracterización de las carreras de montaña analizando los agentes y actores que intervienen y sus efectos sobre el territorio, como quedó expuesto en el apartado de objetivos.

Una vez culminada esa tarea más descriptiva, he agrupado en 6 puntos los rasgos más característicos y de mayor interés de las carreras de montaña y de nuestro territorio, que paso a valorar.

### 1) CONCEPTOS QUE ENCONTRAMOS INTERRELACIONADOS CON LAS CARRERAS DE MONTAÑA.

Gráfico 7. Conceptos interrelacionados con las carreras de montaña



### Aumento de la relación entre Turismo y Deporte como consecuencia de los cambios de hábitos en el consumo y disfrute del tiempo libre.

Estamos viviendo unos momentos difíciles de cambios tanto económicos como sociales, la crisis económica, el aumento del paro, no hay trabajo fijo para todos como ocurría en épocas anteriores y eso genera mucho tiempo libre. Si el trabajo productivo ha sido el factor que ha fundamentado la sociedad contemporánea, ahora el eje vertebrador pasa a ser el ocio creativo.

El ocio lo utilizamos para el desarrollo de habilidades y capacidades: entrenamientos, aprendizaje. La actual cultura del tiempo libre, que tiene sus fundamentos en una sociedad basada en el conocimiento, la innovación y la capacidad de aprendizaje, propicia el desarrollo de nuevas dimensiones en el campo del ocio, desde la lúdica y la festiva hasta la creativa, llegando a la solidaria y la ambiental. (Antón y González, 2008) en "A propósito del turismo (pág. 89).

La preocupación por la salud y la actividad física está dentro de este tiempo de ocio, porque correr es saludable. El deporte ha entrado en nuestras vidas y entre ellos está el *running* o *trail running* (correr o correr por montaña) que es una actividad que ha llegado con la crisis y el aumento de tiempo libre.

Parece que es una moda que ha venido para quedarse y que se ve favorecida por tres factores, porque correr es económico (no necesitas ir a un gimnasio), es inmediato (puedes practicarlo a la hora que quieras y donde quieras) y saludable (recomendado para bajar peso y para ciertas patologías) <sup>41</sup>.

Las vacaciones ya no son un paréntesis para el descanso. Ahora las vacaciones se han repartido durante todo el año y se han convertido en espacios para el aprendizaje y el desarrollo personal y la búsqueda de productos más auténticos.

La necesidad de evadirse de la ciudad, huir de la rutina y del agobio de las grandes ciudades, de los ruidos... Correr por la montaña es una actividad deportiva vinculada a la naturaleza, el bosque, el paisaje y la naturaleza en general, permite relajarte practicando el deporte que te gusta.

La búsqueda de nuevas experiencias implica una demanda más sofisticada y exigente. Esto es debido a que el turista actual, el de última generación, es ya un viajero experimentado, inquieto y activo que busca experiencias enriquecedoras en sus viajes. Después del turismo de sol y playa y del turismo cultural, centrado en museos y rutas monumentales, llega el turismo creativo. Existen posibilidades infinitas, tantas como la imaginación de los clientes<sup>42</sup>.

---

<sup>41</sup> Según el artículo de **Lorena Ferro** publicado por la Vanguardia el 26/04/2013 "*Eva Ferrer Vidal-Barraquer: Correr es barato, por eso está de moda*" *La especialista en medicina del deporte publica un libro en el que explica cómo ser un buen 'runner'*.

<sup>42</sup> Según el artículo de **Belinda Saile** publicado en el PAIS-VIDA&ARTES el 05/12/2013 "*Turistas de última generación*"

**Escenario principal: la naturaleza recurso geofísico atractivo.**

En la actualidad existe una clara demanda de bienes medioambientales y éstos son en su mayor parte patrimonio de las zonas rurales: paisajes, ríos, lagos, montañas, bosques, valles, gastronomía, artesanía, arquitectura tradicional, fiestas populares, etc. etc. En la posesión de estos bienes medioambientales puede estar el futuro del medio rural.

El turismo activo y entre ellos las carreras de montaña como actividad físico-deportiva, se pueden considerar como motor de desarrollo socioeconómico porque permite generar flujos de turismo hacia los destinos de naturaleza desde la ciudad que es la generadora de la demanda.

**Naturaleza+Deporte+Turismo activo = Desarrollo de nuevos destinos turísticos y motor de modernización socioeconómica.**

Dentro de nuestro territorio, encontramos destinos más especializados, como es el Pirineo y Pre-Pirineo donde se pueden realizar más actividades dentro del turismo activo porque se dan ciertas condiciones que no se dan en otros lugares (ej.: se puede practicar el rafting en la cabecera de los ríos) y también carreras de montaña porque hay más desnivel y eso incrementa la dificultad a la vez que la motivación.

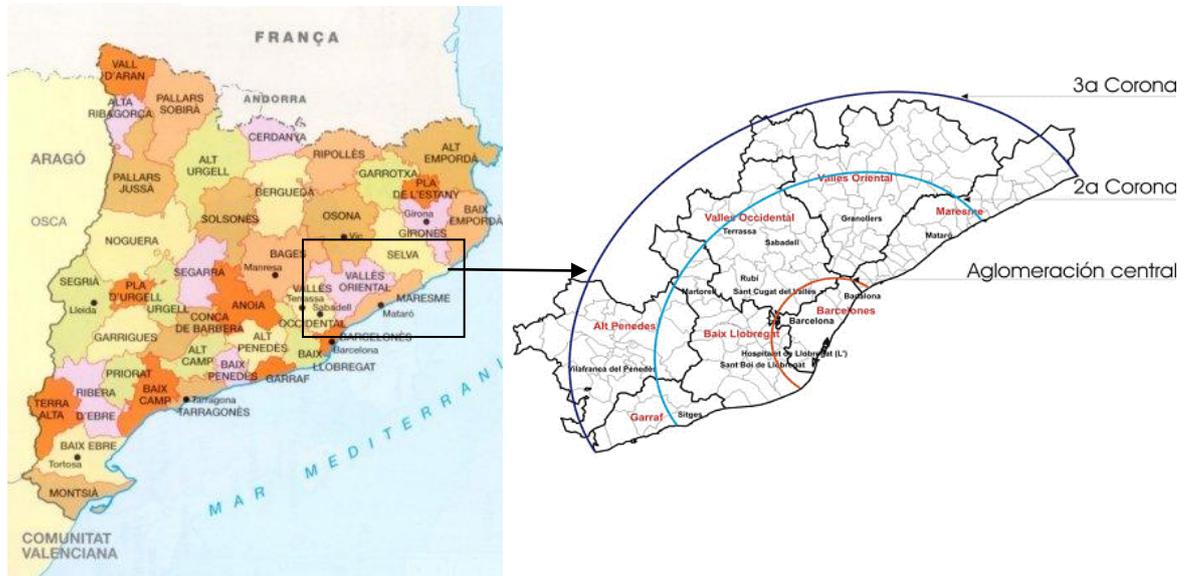
Ya empezamos a ver algunas muestras creativas en algunos hoteles que se están especializando (pagar solo por el tiempo consumido), encaja muy bien con la tipología de cliente deportista. Alojamientos especializados para deportistas teniendo en cuenta sus exigencias nutricionales, horarios de entrenamiento, preparación de picnics, servicio de masajes, etc. una buena idea que puede ir extendiéndose por este sector<sup>43</sup>.

---

<sup>43</sup> Según el artículo de **Antonia Justicia** publicado en la Vanguardia el 12/04/2013. *"45 hoteles de Barcelona ofrecen sus habitaciones por horas para turistas. La especialización del sector irrumpe en el floreciente colectivo de 'runners' urbanos y ciclistas..."*

## 2) FENÓMENO URBANO QUE NECESITA UN ESCENARIO NATURAL: LA MONTAÑA. GENERANDO UN TURISMO DE INTERIOR QUE BUSCA EL CONTACTO CON LA NATURALEZA.

Mapa 2. Las carreras de montaña como fenómeno urbano



Fuente: wikipedia y elaboración propia

En la zona litoral, según hemos comprobado es donde se hacen más carreras de montaña (80%) que coincide con la zona más poblada y es en el área metropolitana de Barcelona donde se concentran el 34% de ellas.

El Montseny, Sant Llorenç del Munt y Montserrat son los escenarios más utilizados estando localizados dentro de la segunda corona metropolitana y tendrían el papel de pulmón de oxígeno y área verde de la metrópolis y objeto de deseo de los urbanitas para realizar sus actividades físicas en un medio natural próximo.

Los desplazamientos que se generan para realizar esta actividad, pueden ser de una mañana para la realización de la prueba o aprovechar el día entero con la familia o colegas en un entorno natural. Con referencia al territorio encontramos cierta especialización. Serían las comarcas de montaña y las áreas de montaña de Tarragona donde se celebran menos carreras ya que por las características del relieve necesita un corredor más experimentado.

En contraposición tenemos las comarcas litorales donde ya hemos dicho que se concentran más carreras, aquí los relieves son más suaves lo que se traduce en más carreras y más participación.

Los desplazamientos a estas zonas más especializadas, pueden justificar una estancia de fin de semana en el lugar donde se desarrolla la prueba o por sus alrededores.

En general, podemos decir que las carreras de montaña generan flujos de turismo interno, que van desde las ciudades al medio natural, promocionando los destinos turísticos de interior y revalorizando los recursos del territorio. En particular y refiriéndonos al territorio y a sus atributos de calidad, existe una especialización con respecto a las carreras de montaña que permite catalogar a ciertos territorios con una marca de calidad.

Las ciudades las podemos considerar como zonas emisoras y receptoras. Ellas mismas lo están potenciando organizando maratones y medias maratones por recorridos urbanos. Sin embargo el placer de correr por un espacio natural es el paso siguiente. Es pasar de entrenar por el parque a correr por la montaña y en este sentido las comarcas de montaña y áreas de montaña son zonas receptoras de esta actividad.

### **3) LA ESTACIONALIDAD DE LAS CARRERAS DE MONTAÑA DEBIDO AL CLIMA**

Hemos visto una clara concentración de las carreras en primavera y otoño, posiblemente motivado porque la temperatura es más suave y permite que las carreras sean menos exigentes.

Este dato es importante porque se amplía el abanico turístico de montaña. Si en ella predomina el turismo de nieve en invierno, con las carreras de montaña se amplía a primavera, verano y otoño, lo que crea un impulso a la desestacionalización del turismo de montaña, creándose así un centro turístico para todo el año.

Se trataría de encontrar múltiples motivaciones para visitar un pueblo, una zona o una región.

### **4) LAS CARRERAS DE MONTAÑA TIENEN UNA GESTIÓN PRINCIPALMENTE LOCAL, DONDE ESTÁN IMPLICADOS DESDE LA POBLACIÓN Y LAS INSTITUCIONES LOCALES HASTA LAS AUTONÓMICAS = ACTIVIDAD SOSTENIBLE.**

Existe una colaboración intensa tanto del sector público como de la iniciativa privada.

La actividad físico-deportiva ligada a la oferta turística puede contribuir a proyectos específicos de desarrollo local, como por ejemplo el estímulo de una zona rural deprimida, como fuente de ingresos alternativos para los Parques Naturales o para complementar y amortizar zonas de servicios ya existentes.

Las carreras de montaña potencian unos modelos de desarrollo socioeconómico sostenible ya que no necesitan una infraestructura específica para su realización. Entendiendo este proceso de desarrollo sostenible por el cual se satisfacen unas necesidades económicas,

sociales, de diversidad cultural y de un medio ambiente sano de la actual generación, sin ponerlo en riesgo a las generaciones futuras según se define en el informe Bruntland (1987) y que se asumió en la Declaración de Río de 1992.

#### **5) PARALELISMO ENTRE EMPRESAS ORGANIZADORAS Y LOS CENTROS EXCURSIONISTAS.**

He encontrado un cierto solapamiento de la función que realizan ambos tipos de entidades, unas desde la gestión privada y otras desde la agrupación cultural.

Ambas tienen en común la organización de las carreras de montaña, la preparación de monitores de las diferentes actividades que se pueden realizar en la montaña pero cada uno tiene su público, los centros excursionistas lo limitan a sus socios y gente federada y las empresas organizadoras a dar cobertura de calidad al turista activo y de aventura en general.

Hemos encontrado que una de las funciones de los centros excursionistas repartidos por el territorio sería la de organizar carreras de montaña en zonas especializadas como es el Pirineo. Sin embargo es en el Pirineo donde se han creado más empresas de deporte de aventura especializadas en la organización in situ de eventos deportivos.

La legislación de turismo activo, ley 56/2003 realizada desde la Consellería d'Esports, deja al margen las competiciones organizadas por las federaciones deportivas, u otras asociaciones deportivas debidamente registradas que pasan a legislarse por las diferentes federaciones, en nuestro caso la federación de montaña FEEC a nivel catalán.

En este sentido, las carreras de montaña no tienen la misma legislación que el turismo activo por su carácter competitivo, quizás por eso no las encontramos en los estudios de las diferentes actividades que conforman el turismo activo.

Uno de los motivos para legislar todas las actividades que componen el turismo activo era la necesidad de garantizar la seguridad de las personas que lo practican.

Los socios federados ya tienen incluido en la cuota la cobertura de la seguridad por accidente y si este evento se realiza desde una entidad privada, es necesario cumplimentar con una póliza de seguro que cubra los gastos de curación, rescate y traslado en caso de accidente.

#### **6) VOLUNTARIADO, LABORATORIO CIENTÍFICO, SOLIDARIDAD.**

Las carreras de montaña pueden servir para la realización personal desde otros ámbitos, no solo del deportivo. Desde los voluntariados hasta el proyecto SUMMIT "Salud en el ultra fondo y maratones del corredor", encontramos en las carreras de montaña acciones

solidarias y recogemos como ejemplo el proyecto de Intermón Oxfam trailwalker cuyo objetivo es luchar contra la pobreza y la injusticia en el mundo.

Desde 1996 que cogió la organización del trailwalker en Hong Kong, su celebración se ha ido extendiendo a otros países en los que Oxfam está presente como Gran Bretaña, Australia, Nueva Zelanda, Japón, Bélgica y Canadá entre otros<sup>44</sup>.

---

<sup>44</sup>Revista **TRAIL** (Enero/Febrero 2011) no. 34 "*El trailwalker llega a España*" pág. 32 á 35.



---

**BIBLIOGRAFÍA**

**ANTON, S. Y GONZÁLEZ, F. (Coord.) (2008):** *A propósito del turismo. La construcción social del espacio turístico*. Editorial UOC. Barcelona.

**BARRADO, D y CALABUIG, J. (Eds.)(2009):** *Geografía Mundial del Turismo*. Editorial Síntesis, Madrid.

**CAZORLA PRIETO, Luis Maria y doce más (1984):** *Deporte popular/Deporte de elite. Elementos para la reflexión*. Ayuntamiento de Valencia. "Atletismo popular-atletismo de elite" por Jose Campos Granell.

**CENTRE EXCURSIONISTA DE CATALUNYA** "Arxiu fotogràfic"

Autor: Josep M<sup>a</sup> Co i de Triola (1915)

Título: Corredors de la II Copa Sant Llorenç amb el monastir de Sant Llorenç al fons. web: <http://www.cec.cat/areadocumental>

**COMITE OLIMPICO ESPAÑOL (COE) (2004)**. web: <http://www.coe.es>

**FEEC (2012)**"Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya" web: <http://www.feec.cat/>

**FEDME (2010):** *Incidencia socioeconómica y ambiental de las carreras por montaña en el medio rural y natural en España*. Consejo científico asesor de las montañas. web: <http://www.fedme.es/>

**GENCAT** "Secretaría General de l'Esport". web: <http://www20.gencat.cat/portal/site/sgel/>

**GENCAT** "La gestió del sector del turisme actiu a catalunya" (2007) web: [http://www20.gencat.cat/docs/empresaiocupacio/20%20-%20Turisme/Observatori%20turisme/Recerca%20i%20estudis/Documents/Arxius/doc\\_57136868\\_1.pdf](http://www20.gencat.cat/docs/empresaiocupacio/20%20-%20Turisme/Observatori%20turisme/Recerca%20i%20estudis/Documents/Arxius/doc_57136868_1.pdf)

**IDESCAT** "Institut d'Estadística de Catalunya" web: <http://www.idescat.cat/emex/>

**INE** "Instituto Nacional de Estadística" web: [http://www.ine.es/prensa/eet\\_prensa.htm](http://www.ine.es/prensa/eet_prensa.htm)

**Decreto 56/2003** de 4 de Febrero por el que se regulan las actividades físico-deportivas en el medio natural. web: [http://www.barranquismo.net/paginas/reglamentos/catalunya/Decreto\\_56-2003\\_actividades\\_fisico-deportivas\\_medio\\_natural.pdf](http://www.barranquismo.net/paginas/reglamentos/catalunya/Decreto_56-2003_actividades_fisico-deportivas_medio_natural.pdf)

---

**LÓPEZ PALOMEQUE, F.** (Director científico) y **SÁNCHEZ AGUILERA, D.** (Directora Técnica) (2009): *Atlas del Turismo a Catalunya. Mapa Nacional de l'Oferta i els Productes Turístics*, Departament d'Innovació, Universitats i Empresa. Generalitat de Catalunya. Barcelona. web: <http://www.atlesturismecatalunya.cat/>

**LUQUE GIL, Ana M<sup>a</sup>** (2003): *Las actividades recreativo-deportivas y el uso turístico del medio rural*. T. DOCTORAL. Màlaga. web: <http://www.biblioteca.uma.es/bbl/doc/tesisuma/16276607.pdf>

**MINISTERIO DE INDUSTRIA, COMERCIO Y TURISMO, SECRETARIA GENERAL DE TURISMO**, "Estudio de la situación de la legislación de turismo activo en España" (2007) web: [www.aktiba.info/admin/intranet/descarga-blog.php?documento...](http://www.aktiba.info/admin/intranet/descarga-blog.php?documento...)

**MOSQUERA GONZALEZ, M<sup>a</sup> José y tres más** (2003): *Deporte y postmodernidad*. VII Congreso AEISAD (Madrid). *Los usos deportivos y recreativos del monte en la sociedad postindustrial* por Xesús A. Lage Picos, Manuel González Fernández.

**NASARRE SARMIENTO, J.M.** (2006) "La regulación de las empresas de Turismo Activo" Estudios Turísticos n0. 169-170 p.103-111. web: <http://www.iet.tourspain.es/img-iet/Revistas/RET-169-170-2006-pag103-111-97574.pdf>

**ORGANIZACION MUNDIAL DE TURISMO (OMT)**. Versión web: [unwto.org/es](http://unwto.org/es)

**PANAREDA i CLOPES, J.M.** (1996): *Resum de geografia física de Catalunya*. Editorial Eumo

**PROYECTO SUMMIT** (2012), web: <http://www.emmaroca.com>

**RACIONERO, Luis** (1983): *Del paro al Ocio*. Anagrama (Barcelona)

**SANTOS, Milton** (2000): *La naturaleza del espacio. Técnica y tiempo. Razón y emoción*. Ariel (Barcelona)

**TUAN, Yi Fu** (2005) "Cosmos y Hogar, un punto de vista cosmopolita" Melusina (Barcelona)

**VERA REBOLLO, F.** (Coord.); **LÓPEZ PALOMEQUE, F.**; **MARCHENA, M. J.** y **ANTON, S.** (2011): *Análisis territorial del turismo y planificación de destinos turísticos*, Editorial Tirant Lo Blanch, Valencia.

**WIKIPEDIA**, web: <http://es.wikipedia.org>

---

**Hemeroteca:**

EL PAIS-NEGOCIOS

**Paul Krugman** 16/12/2012 . Profesor de economía de Princeton y Premio Nobel 2008  
*"Robots y capitalistas sin escrúpulos"*

EL PAIS-VIDA&amp;ARTES

**Belinda Saile** 05/05/2013. *"Turistas de última generación"*

LA VANGUARDIA. COM (OCIO):

**Antonia Justicia.** 12/04/2013. *"45 hoteles de Barcelona ofrecen sus habitaciones por horas para turistas. La especialización del sector irrumpe en el floreciente colectivo de 'runners' urbanos y ciclistas | El precio medio por un alojamiento de tres horas está entre 35 y 45 euros"*.

<http://www.lavanguardia.com/ocio/20130412/54372270146/hoteles-barcelona-habitaciones-por-horas.html>

**Lorena Ferro.** 26/04/2013 *"Eva Ferrer Vidal-Barraquer: Correr es barato, por eso está de moda" La especialista en medicina del deporte publica un libro en el que explica cómo ser un buen 'runner'"* <http://www.lavanguardia.com/vida/20130426/54372820983/ferrer-vidal-barraquer-moda-correr.html>

**Revistas:**

**REVISTA MUNTANYA** (Juny 2011) no. 895 "Corrent per la muntanya" pág. 20 á 27.

**TRAIL** (Enero/Febrero 2011) no. 34 "El trailwalker llega a España" pág. 32 á 35.

**TRAIL** (Sepbre-Octubre 2011) no. 38 "Un ultra de toda la vida: la Mm" pág. 52 á 54.



# **ANEXOS**

Listado de las carreras de montaña por  
comarcas



**ANEXO 1 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL VALLES ORIENTAL (Provincia de Barcelona)**

	Nombre	Fecha	metros	e	municipio
1	Travessa Viladrau-La Garriga	13/02/2012	32.000	41	La Garriga
2	Cursa de Muntanya Ascens a Sant Sadurní	11/03/2012	21.000	1	Sant Feliu Codines
3	XVI Cursa de Muntanya de la Vall del Congost	18/03/2012	42.000	16	Aiguafreda
4	XVI Cursa de Muntanya de la Vall del Congost	18/03/2012	21.000	16	Aiguafreda
5	Cursa nocturna dels mussols	24/03/2012	11.800	4	Sant Quirze del Vallès
6	Caminada d'Aiguafreda	15/04/2012	19.000	12	Aiguafreda
7	Trail 30Passes	29/04/2012	22.000	1	Vilalba Saserra
8	3/4 marató Pic del Vent	29/04/2012	31.500	1	Caldes de Montbuy
9	Trinxacames	06/05/2012	14.000	1	Vallromanes
10	Caminada de Resistència Parets - Montserrat	12/05/2012	55.000	9	Parets dels Vallès
11	Serralada de Marina	13/05/2012	21.000	14	Mollet del Vallès
12	Travessa del Montseny	20/05/2012	45.800	36	Aiguafreda
13	ASICS-Trail Sant Esteve ( Montseny )	27/05/2012	27.500	3	Sant Esteve Palautordera
14	ASICS-Speed Trail Sant Esteve.	27/05/2012	13.000	1	Sant Esteve Palautordera
15	Marxa-passeig pel Montnegre	29/05/2012	21.000	7	La Batlloria
16	Cursa Nocturna les Ànimes del Purgatori	11/06/2012	15.000	2	Aiguafreda
17	VallMar-Mataró	01/07/2012	30.000	1	Granollers
18	Marxa Llarga Popular Sant Pere de Vilamajor	04/07/2012	16.000	3	Sant Pere Vilamajor
19	Marxa Curta Popular Sant Pere de Vilamajor	04/07/2012	9.000	3	Sant Pere Vilamajor
20	29ena Cursa de Cabanyes (curta)	16/09/2012	5.000	29	Sant Fost de Campcentelles
21	Marxa de la Roca	18/09/2012	15.000	31	La Roca del Vallès
22	Cursa de Muntanya de l'Ametlla del Vallès	30/09/2012	10.000	1	L'Ametlla del Vallès
23	Cinc cims cinc horitzons	14/10/2012	42.000	2	El Montseny
24	Marxa Popular de Montornès	28/10/2012	8.000	16	Montornès del Vallès
25	Marxa pel Montseny	06/11/2012	22.000	35	Sant Celoni
26	Marxa pel Montseny (curta)	06/11/2012	14.000	35	Sant Celoni
27	Marató del Montseny	11/11/2012	42.000	3	Sant Esteve Palautordera
28	VII Cursa de Muntanya de Castellterçol	18/11/2012	11.000	7	Castellterçol
29	La Semi (Collformic-Cànoves)	25/11/2012	20.000	14	Granollers
30	Matagalls-Granollers	27/11/2012	41.000	23	Granollers
31	Trencacames El Mon	02/12/2012	15.000	1	Granollers
32	Marxa per LA MARATÓ a Sant Celoni	04/12/2012	12.000	1	Sant Celoni
33	Marxa per la Marató TV3	10/12/2012	14.000	8	La Roca del Vallès
34	Cursa CF Cànoves	16/12/2012	17.000	22	Cànoves
35	La Neorural 23km 1300+	16/12/2012	23.000	1	Sta. Maria de Martorelles

Solidarias

Nocturnas

Temáticas

Montaña-Mar

Destino Montserrat

Municipio de Mar

+ de 100 Km

+ ediciones

**ANEXO 2 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL VALLES OCCIDENTAL** (Provincia de Barcelona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipio
1	II Cursa Muntanya Castellbisbal	22/01/2012	10.000	2	Castellbisbal
2	II Cursa Muntanya Castellbisbal	22/01/2012	22.000	2	Castellbisbal
3	Cursa de Muntanya Mont-Rodon	05/02/2012	12.000	5	Matadepera
4	Cursa de Muntanya de Terrassa	16/12/2012	10.000	3	Terrassa
5	Cursa del Rodal de Sabadell	18/03/2012	15.800	2	Sabadell
6	<b>Travessa Rubí - Montserrat</b>	18/03/2012	37.000	1	Rubi
7	<b>Travessa Castellar del Vallès-Montserrat</b>	01/04/2012	33.000	19	Castellar del Vallès
8	<b>Ruta de les Ermites</b>	15/04/2012	47.000	11	Castellar del Vallès
9	Cursa de Muntanya de Rubí	08/05/2012	11.000	12	Rubi
10	<b>Travessa solidària Barberà del Vallès - la Mola</b>	13/05/2012	25.000	6	Barberà del Vallès
11	<b>Cursa de muntanya Jocs interempreses</b>	20/05/2012	13.600	20	Cerdanyola del Valles
12	<b>Marcha Rubí Memorial Manuel León</b>	05/06/2012	13.000	4	Rubi
13	<b>Cursa de muntanya Torneig Hockey Solidari</b>	09/06/2012	12.100	1	Matadepera
14	<b>1a Cursa de Muntanya Minyons de Terrassa (Larga)</b>	16/06/2012	11.460	1	Terrassa
15	<b>1a Cursa de Muntanya Minyons de Terrassa (Curta)</b>	16/06/2012	5.000	1	Terrassa
16	Cursa de la Campana. Cursa de Muntanya	26/06/2012	14.500	5	Vacarisses
17	<b>Cursa i Caminada dels Poblatos Ibèrics</b>	22/07/2012	9.300	6	Cerdanyola del Valles
18	Pujada i baixada a Cadafalch	25/09/2012	15.000	16	Castellar del Vallès
19	XVIII Marató de Montaña de Catalunya	28/10/2012	42.195	18	Sant Llorenç Savall
20	Mitja Marató de Sant Llorenç	28/10/2012	21.095	13	Sant Llorenç Savall

**ANEXO 3 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL BAIX LLOBREGAT** (Provincia de Barcelona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	<b>Marxa del Montserratí</b>	05/02/2012	22.000	5	Esparraguera
2	Ruta del Sol Blau	25/03/2012	19.500	7	Torrelles de Llobregat
3	Cursa Popular Vila del Papiol	01/05/2012	10.000	10	El Papiol
4	<b>Cursa de l'Alba</b>	14/05/2012	24.000	25	Collbató
5	<b>Travessa Almeda-Montserrat</b>	26/05/2012	53.000	14	Cornellà de Llobregat
6	<b>Cursa de la Roca Negra 2 / Memorial Ricard Verge</b>	27/05/2012	21.300	1	Sant Boi de Llobregat
7	Cursa el Diable 12 km	03/06/2012	12.000	4	Martorell
8	1a Cursa de Muntanya a Sant Andreu de la Barca	21/07/2012	13.000	1	Sant Andreu de la Barca
9	Cursa de muntanya de Sant Climent de Llogregat	04/08/2012	10.000	9	Sant Climent de Llgat
10	<b>Ruta de les X Ermites.</b>	22/09/2012	52.000	3	Begues
11	<b>Caminada Collbató</b>	07/09/2012	24.000	4	Collbató
12	<b>Cursa Bombers Begues</b>	04/11/2012	15.000	1	Begues
13	<b>Cursa per la Vida contra el Càncer El Prat</b>	13/11/2012	5.000	4	El Prat de Llobregat
14	<b>Marxa del Garraf</b>	11/11/2012	45.000	18	Gavá

**ANEXO 4 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL BAGES (Provincia de Barcelona)**

	<b>Nombre</b>	<b>Fecha</b>	<b>metros</b>	<b>e</b>	<b>municipio</b>
1	Circuit Arcs (Callús)	08/01/2012	11.400	1	Callús
2	Cursa popular de muntanya "2 turons"	15/01/2012	11.700	10	Moia
3	Circuit Arcs (Súria)	22/01/2012	15.000	1	Suria
4	Cursa de Muntanya-Cronoescalada Collbaix	04/03/2012	14.000	3	Manresa
5	Cursa de Muntanya de Manresa	25/03/2012	16.600	5	Manresa
6	Cursa Sotabranques	06/04/2012	12.000	1	Sant Feliu Sasserra
7	<b>Cursa Punk-trail de Fonollosa</b>	06/05/2012	23.600	1	Canet de Fals
8	<b>Travessa de Montserrat</b>	20/05/2012	22.000	14	Montserrat
9	I Cursa de muntanya de Castelltallat	20/05/2012	13.500	2	Castelltallat
10	<b>Gràcia-Montserrat</b>	02/06/2012	63.000	25	Montserrat
11	Cursa de La Marxa dels Tres Pics	03/09/2012	21.100	11	Navás
12	"Cursa de Muntanya "La Popular"	10/09/2012	10.050	4	Calders
13	1/2 Marató de Muntanya "La Popular"	09/09/2012	21.095	4	Calders
14	Transenyera 2012	11/09/2012	13.000	2	Castellvell i el Vilar
15	Cursa del sot	22/09/2012	11.820	2	Monistrol de Calders
16	8ª Cursa de Vallhonestà i minicurses	23/09/2012	10.000	8	Sant Vicenç de Castellet
17	III Cursa dels Cabirols	25/09/2012	18.000	4	Avinyó
18	2a cursa 2.0	09/10/2012	10.800	3	Pinedes de Castelnou
19	<b>Cursa de Muntanya Barraques de Vinya</b>	21/10/2012	23.000	5	Manresa
20	Corriols de Guardiola	21/10/2012	10.000	1	Sant Salvador de Guardiola
21	Circuit Arcs (Rajadell)	25/11/2012	15.000	1	Rajadell
22	Bell Race 10 km	02/12/2012	10.000	3	Sallent
23	Circuit Arcs (Aguilar de Segarra)	09/12/2012	15.000	2	Aguilar de Segarra
24	<b>Cursa del Gall</b>	16/12/2012	12.500	3	Sant Fruitos de Bages
25	Circuit Arcs -(Callús)	18/12/2012	13.000	1	Callús

**ANEXO 5 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL MARESME (Provincia de Barcelona)**

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Marxa per a la Salut Mental Orrius 2012	15/01/2012	9.000	1	Orrius
2	Cabrilenca Camines o Corres ?	26/02/2012	20.000	6	Cabrils
3	Marxa Popular Canet de Mar	08/05/2012	14.000	14	Canet de mar
4	Marxa Popular d'Arenys de Mar	29/05/2012	12.000	34	Arenys de Mar
5	1ª Marxa nocturna de Sant Cebrià de Vallalta	04/08/2012	12.000	1	Sant Cebria de Vallalta
6	Cursa del Miner de Ferro	15/08/2012	12.000	2	Malgrat de Mar
7	VIII Burriac atac	08/09/2012	17.000	8	Vilassar de Mar
8	L' Enrucada Tiana et mou	15/09/2012	11.600	2	Tiana
9	Ronda Nocturna	17/09/2012	9.000	3	Canyamars
10	Montnegre Race trail 22k	14/10/2012	22.000	1	Arenys de Munt
11	Montnegre Race 10k	14/10/2012	10.000	1	Arenys de Munt
12	La Marxassa (Montseny-Mataró)	20/10/2012	65.180	18	Mataró
13	I Canet Trail	21/10/2012	14.100	1	Canet de Mar
14	Travessa Viladrau-Llavaneres	10/11/2012	52.000	20	Llavaneres
15	Cursa de muntanya Castell de Burriac	13/11/2012	26.100	10	Argentona
16	Marxa pel Montnegre	25/11/2012	14.000	4	Pineda de Mar
17	Marxa pel Montnegre	26/11/2012	20.000	4	Pineda de Mar
18	Marxa Popular de Llavaneres (Cursa)	27/11/2012	14.000	26	Llavaneres
19	MontalTreck -Marxa Popular	02/12/2012	20.000	4	Sant Vicenç de Montalt
20	XXIV Cursa Popular de Nadal	25/12/2012	2.200	34	Mataró
21	Marxa La Patxanga de Sant Esteve	26/12/2012	6.500	10	L'Avella
22	Sant Silvestre Mataró Night Trail	31/12/2012	12.000	1	Mataró

**ANEXO 6 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL BERGUEDA (Provincia de Barcelona)**

	Nombre	Fecha	metros	e	Municipios
1	Cursa Casserres	11/04/2012	15.600	2	Caserres
2	St. Jordi de Cercs	15/04/2012	14.000	2	Sant Jordi de Cercs
3	Cursa Vilada - Picancel	15/04/2012	14.500	3	Vilada
4	VII Marató de Muntanya de Berga	27/05/2012	42.195	7	Berga
5	Cursa d'Alta Muntanya de Berga	27/05/2012	20.000	4	Berga
6	XXVIII - Pujada de Bagà a Coll de Pal	29/05/2012	19.000	29	Bagà
7	Cavalls del Vent	06/06/2012	82.000	10	Berga
8	Berga - Rasos - Berga	12/06/2012	25.000	14	Berga
9	VII Cursa pedraforca-Saldes	10/07/2012	14.200	7	Saldes
10	TRANS-CAT	09/09/2012	110.000	1	Saldes
11	Ultra Cavalls del Vent	29/09/2012	84.840	3	Bagà
12	Espai Kilian	07/10/2012	14.000	1	Castellar de n'hug
13	IV Volta La Maria - La cursa de muntanya d'Avià	21/10/2012	15.500	4	Avià
14	Rasos-Manresa	27/10/2012	82.000	21	Castellar de Riu
15	Berga-Santpedor	11/11/2012	55.000	28	Berga
16	Els Tossals (Campionat Maqui)	11/11/2012	14.000	1	L'Espunyola
17	L'últim Maqui (Campionat Maqui)	25/11/2012	19.000	2	Olvan
18	Cursa de Queralt	16/12/2012	12.500	2	Queralt

**ANEXO 7 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL GARRAF (Provincia de Barcelona)**

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	1er Sprint Vertical Pic de l'Àliga	10/03/2012	3.000	1	Canyelles
2	4a Cursa de Muntanya Pic de l'Àliga	11/03/2012	16.200	4	Canyelles
3	La Talaia, Cursa de Muntanya	22/04/2012	22.000	8	Vilanova i la Geltru
4	La Talaia, Cursa de Muntanya (curta)	22/04/2012	12.800	8	Vilanova i la Geltru
5	STBCN	28/04/2012	21.000	2	Sitges
6	HTBCN	28/04/2012	73.000	2	Sitges
7	UTBCN	28/04/2012	106.000	2	Sitges
8	Trail de Barcelona	15/05/2012	66.000	2	Sitges
9	Cursa de la Varema Puig de Tiula	11/09/2012	13.000	4	Cubelles

**ANEXO 8 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL ALT PENEDES (Provincia de Barcelona)**

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	SQM X-TRAIL	15/04/2012	16.000	1	Sant Quintí de Mediona
2	Marxa de resistència 7 cims	06/05/2012	58.000	8	Torrelles de Foix
3	Cursa del Castell Olèrdola - Moja	08/05/2012	14.900	13	Olèrdola
4	KUMUNPACA	17/06/2012	17.500	1	Sant Sadurni d'Anoia
5	Cursa Muntanya 10 km Torrelavit	09/07/2012	10.000	33	Torrelavit
6	Cursa de la vinya	02/09/2012	10.000	14	Sant Llorenç d'Hortons
7	CAMIKURSA	23/09/2012	10.000	1	Sant Cugat Sesgarrigues
8	CAMIKURSA	23/09/2012	21.000	1	Sant Cugat Sesgarrigues
9	Trail Senders del Penedès	30/09/2012	12.700	1	Les Cabanyes
10	Trail senders del Penedès	30/09/2012	5.500	1	Les Cabanyes
11	Cursa solidària de muntanya Trans Gelida	09/10/2012	13.800	2	Gelida
12	Cursa dels millors amics 10k	07/10/2012	10.000	1	Sant Joan de Mediona
13	Cursa dels millors amics 5k	07/10/2012	10.000	1	Sant Joan de Mediona
14	Marxa de les Bonesvalls - MB14	21/10/2012	14.000	1	Olesa de Bonesvalls
15	Marxa de les Bonesvalls - MB30	21/10/2012	28.500	1	Olesa de Bonesvalls
16	Cursaroca	13/11/2012	15.700	2	Sant Martí Sarroca
17	Pujada a l'Ermida de Sant Pau de Vilafranca	02/12/2012	10.400	3	Vilafranca del Penedès
18	Se m'n refum	02/12/2012	42.000	1	Sant Sadurni d'Anoia
18	Se m'n refum	03/12/2012	14.000	1	Sant Sadurni d'Anoia
20	Cursa Vinyes del Penedès	18/12/2012	12.000	1	Vilafranca del Penedès

**ANEXO 9 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL ANOIA** (Provincia de Barcelona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Botifarrunner 2012	26/02/2012	20.500	4	La Llacuna
2	Yeticursa hivernal de l'espelt	11/03/2012	16.000	1	Odena
3	Tuga Trail Castellolí	01/05/2012	15.600	4	Castellolí
4	Cursa senyora de Tous	01/07/2012	19.500	2	Sant Martí de Tous
5	Cross Cabrera d'Anoia	13/08/2012	10.000	13	Cabrera d'Anoia
6	Cros-Pi-S o Cursa de la Síndria	21/08/2012	2.500	8	Igualada
7	PunkTrail de Calaf - Curta-	01/09/2012	12.000	1	Calaf
8	PunkTrail de Calaf - Llarga-	01/09/2012	25.000	1	Calaf
9	Tuga Trail Castellolí '11	11/09/2012	15.600	4	Castellolí
10	<b>Cursa Muntanya caminada popular . Fira Septiembre</b>	25/09/2012	18.000	9	Igualada
11	Cursa de muntanya Santa Candia Amunt	09/10/2012	13.900	2	Santa Candia
12	<b>Cursa del Neandertal</b>	23/10/2012	16.000	3	Capellades

**ANEXO 10 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL BARCELONÈS** (Provincia de Barcelona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	<b>Kronoescalada dels Mossos</b>	01/04/2012	6.500	5	Santa Coloma Gnet
2	Cros de Muntanya de Can Caralleu	21/04/2012	12.000	12	Barcelona
3	La Pujada al Tibidabo	19/05/2012	9.000	3	Barcelona
4	Pujada a les Dues Pedres	22/05/2012	10.500	21	Santa Coloma Gnet
5	L'Endimoniada	04/06/2012	18.000	2	Badalona
6	<b>Caminada nocturna</b>	14/07/2012	10.000	1	Santa Coloma Gnet
7	<b>Barcelona Midnight Trail</b>	08/09/2012	14.000	1	Barcelona
8	<b>5ª nocturna de Collserola.</b>	29/09/2012	53.500	5	Barcelona
9	Marató Parc de Collserola	07/10/2012	42.195	14	Barcelona
10	Mitja Marató Parc de Collserola	07/10/2012	21.095	15	Barcelona
11	<b>XI Marxa per la Pau Serralada de Marina</b>	14/10/2012	17.000	11	Badalona
12	II Media Marató Serralada de Marina	21/10/2012	21.095	2	Santa Coloma Gnet
13	II Cursa Serralada de Marina	21/10/2012	10.000	2	Santa Coloma Gnet
14	<b>1ª Cursa Tibidabo TrailRun</b>	27/10/2012	6.000	1	Barcelona
15	Cursa CEC - Collserola Mitja Marató	02/12/2012	21.095	22	Barcelona

**ANEXO 11 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL OSONA** (Provincia de Barcelona)

	<b>Nombre</b>	<b>Fecha</b>	<b>metros</b>	<b>e</b>	<b>municipios</b>
1	Cursa dels Gitanos - 22 km	04/03/2012	22.000	2	Taradell
2	Cursa dels Gitanos - 10 km	04/03/2012	10.000	2	Taradell
3	Cursa del Roc Gros	01/04/2012	21.000	1	Hostalets de Balenya
4	Pels camins dels matxos	22/04/2012	62.000	11	Torelló
5	Caminada del Vidranès	20/05/2012	20.000	4	Vidrà
6	XXIII Cursa de Muntanya 3 Comarques	03/06/2012	26.500	23	Alpens
7	Puigmoltó	19/06/2012	12.000	5	Sant Bartomeu de Grau
8	1ª Cursa de Cau de Guilles	22/07/2012	23.000	1	Sant Julia de Vilatorca
9	1ª Cursa de Cau de Guilles	22/07/2012	11.000	1	Sant Julia de Vilatorca
10	"Cursa de la Guilla, 23k"	29/08/2012	23.000	4	Folgueroles
11	"Cursa de la Guilla, 10k"	29/08/2012	10.000	4	Folgueroles
12	Cursa de Muntanya Ciutat de Vic	11/09/2012	21.000	4	Vic
13	<b>Matagalls-Montserrat</b>	<b>15/09/2012</b>	<b>85.000</b>	<b>33</b>	<b>Coll Formic</b>
14	<b>Travessa Matagalls - Vic</b>	06/11/2012	33.000	32	Vic
15	Rupit-Taradell	18/11/2012	43.500	31	Rupit
16	Caminada Guillerries- Calldetenes	27/11/2012	12.000	17	Calldetenes
17	Cursa de Na'Dalt a Bellmunt	25/12/2012	3.800	3	Sant Pere de Torelló

**ANEXO 12 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL ALT EMPORDA (Provincia de Girona)**

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	<b>Zona mitja marató de l'Albera (Llança)</b>	22/01/2012	22.000	2	Llança
2	<b>Mitja marató de muntanya xtrem-Vilamaniscle</b>	29/01/2012	21.300	1	Vilamaniscle
3	Cursa i marxa de l'Albera-Espolla	12/02/2012	14.000	1	Espolla
4	Marxa Salines-Bassegoda	13/03/2012	14.000	3	Cistella
5	Runtrail Albanya	25/03/2012	15.000	1	Albanya
6	<b>Cursa nocturna de les bruixes de Llers ...</b>	31/03/2012	13.500	1	Llers
7	Mitja Marató de Muntanya d'Agullana la suada	06/04/2012	21.000	7	Agullana
8	<b>Bena Marxa de resistència del Cap de Creus de Llança</b>	07/04/2012	87.000	8	Llança
9	<b>International Trail Roses-Cap de Creus</b>	06/05/2012	42.000	1	Roses
10	<b>International Trail Roses-Cap de Creus</b>	07/05/2012	24.000	1	Roses
11	<b>International Trail Roses-Cap de Creus</b>	08/05/2012	12.000	1	Roses
12	<b>Marxa dels Dolmens</b>	15/05/2012	13.000	29	La Jonquera
13	terç marató cursa-marxa muntanya de Terrades	03/06/2012	14.000	1	Terrades
14	Mitja marató muntanya xtrem Cantallops	17/06/2012	21.000	2	Cantallops
15	<b>Travessa Roses-L'Escala</b>	29/07/2012	15.000	1	Roses
16	Cursa del Fau	12/08/2012	21.500	5	Maçanet de Cabrenys
17	<b>Anims Empordà Cursa Solidaria</b>	15/08/2012	18.000	1	Cantallops
18	<b>Anims Empordà Cursa Solidaria</b>	16/08/2012	12.000	1	Cantallops
19	Pujada cronometrada La Jonquera - Sta. Llúcia	04/09/2012	3.400	3	La Jonquera
20	Cursa de muntanya Avinyonet de Puigventós	11/09/2012	10.000	2	Avinyonet de Puigventós
21	Cursa de muntanya XTREM - Cantallops	12/10/2012	12.500	1	Cantallops
22	<b>II Tramun-Trail L'Escala</b>	28/10/2012	21.098	2	L'Escala
23	Marxa popular Viladamat	18/11/2012	12.000	1	Viladamat
24	<b>Puja i baixa - Portbou</b>	25/11/2012	15.000	2	PortBou
25	<b>Half Trail Colera - CURSA SOLIDARIA</b>	02/12/2012	21.000	2	Colera
26	Cursa popular barri Nova Estació	09/12/2012	10.000	3	Figueres

**ANEXO 13 - CARRERAS DE MONTAÑA DE LA SELVA** (Provincia de Girona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Marxa Pirates del Rocà amb (cursa munt)	30/01/2012	20.000	2	Santa Coloma Farners
2	MaraTrail "Anar-hi nant"	26/02/2012	45.900	1	Bonmati
3	1/2 Marató Salvatge	04/03/2012	21.095	9	Sant Hilari Sacalm
4	Marató Salvatge de les Guilleries	04/03/2012	42.195	9	Sant Hilari Sacalm
5	Puigdefrou exhaust	16/04/2012	16.000	2	La Cellera de Ter
6	La Vall del Matagalls	23/04/2012	26.280	2	Viladrau
7	Marxa de la Primavera	13/05/2012	15.000	33	Arbucies
8	Costa Brava Xtrem Running / Xtrem	18/05/2012	135.000	4	Blanes
9	Costa Brava Xtrem Running / Selva Marítima	18/05/2012	25.000	4	Blanes
10	2Piks Mitja marato de Muntanya	27/05/2012	21.095	1	Anglès
11	Marxa Popular de l'Escarlet	03/06/2012	11.800	30	Vidreres
12	Trescada Riells-Sta. Fe	29/07/2012	22.000	5	Riells
13	Makisada, marxa popular de Sils	11/09/2012	26.000	4	Sils
14	Cursa/Marxa de Sant Hilari Sacalm	18/09/2012	9.000	28	Sant Hilari sacalm
15	Marxa Nocturna	08/10/2012	11.000	9	Arbucies
16	Marxa Popular Associació de Veïns de Breda	12/10/2012	10.000	14	Breda
17	I Cursa de Muntanya de la Ratafia	11/11/2012	25.000	1	Santa Coloma Farners
18	Marxa Popular de les Masies	13/11/2012	13.500	25	Maçanet de la Selva
19	XIV Marxa Popular de Tordera	06/12/2012	20.000	16	Tordera

**ANEXO 14 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL PLA DE L'ESTANY** (Provincia de Girona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Open Trail Tradeinn	05/02/2012	20.000	1	Quart
2	Mitja Marató de muntanya Vilademuls	18/03/2012	21.000	1	Vilademuls
3	I Cursa de Muntanya de Banyoles	20/05/2012	23.000	1	Banyoles
4	Marxa de Navata	09/10/2012	17.700	29	Navata

**ANEXO 15 - CARRERAS DE MONTAÑA DE LA Cerdanya** (Provincia de Girona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Cronoescalada de Meranges Espai Kilian	29/05/2012	4.500	3	Meranges
2	III Marxa Popular 10 km de Masella	28/05/2012	10.000	4	Alp
3	Volta Cerdanya Ultrafons	08/06/2012	216.000	1	Puigcerdá
4	Volta Cerdanya Ultrafons	09/06/2012	85.000	1	Martinet
5	Marxa Cap de Rec	16/06/2012	51.200	6	Lles de Cerdanya
6	Espai Kilian	02/09/2012	30.000	2	Lles de Cerdanya

**ANEXO 16 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL BAIX EMPORDA (Provincia de Girona)**

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Marxa Xino-Xano	09/04/2012	20.000	34	Bellcaire d'Emporda
2	Marxa de les Guilles (Larga)	22/04/2012	20.600	7	Fonteta
3	Montgri'ndependència: CATcursa de muntanya	22/04/2012	21.097	2	Torroella de Montgri
4	cursa de muntanya de quermany	13/05/2012	11.000	1	Pals
5	Pujada al Far de St. Sebastià a Llafranc	03/06/2012	10.300	8	Llafranc
6	Cursa Trail Les Medes	12/06/2012	13.000	4	Estartit
7	Marxa Popular Puja i Baixa de Begur	26/06/2012	13.000	3	Begur
8	Sa Guilla	25/08/2012	21.000	4	Santa Cristina d'Aro
9	Trail La Vall	23/09/2012	22.000	1	Bellcaire d'Emporda
10	I Trail Running Puig de Ses Cadiretes	29/09/2012	17.000	1	Tossa de Mar
11	Radikal Marbrava 7.0; Calella-Formigues-Llafranc	07/10/2012	7.000	4	Llafranc
12	L'Escrucó	04/10/2012	12.000	2	Castell D'Aro
13	Marxa popular de Muntanya l'Ardenya	06/12/2012	10.000	3	Santa Cristina d'Aro
14	Mitja de Muntanya l'Ardenya	08/12/2012	21.095	3	Santa Cristina d'Aro
15	Marató de Muntanya l'Ardenya	08/12/2012	42.195	3	Santa Cristina d'Aro
16	Marató i mitja de Muntanya l'Ardenya	08/12/2012	63.000	3	Santa Cristina d'Aro
17	Marxa dels nassos	29/12/2012	12.000	1	Palamós
18	Marxa de les Guilles (Curta)	22/04/2012	10.500	7	Fonteta

**ANEXO 17 - CARRERAS DE MONTAÑA DE LA GARROTXA (Provincia de Girona)**

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Mitja marató de muntanya corre pel cor de la Fageda	15/04/2012	21.095	3	Olot
2	Intermón Oxfam Trailwalker	05/05/2012	100.000	2	Olot
3	Tramunrun	03/06/2012	31.300	1	Les Planes d'Hostoles
4	Mala Petja - UltraTrail Solidari del Fluvià	16/06/2012	95.000	1	Hostalets d'en Bas
5	XXXVII Pujada a la Salut	19/06/2012	3.000	38	Sant feliu de Pallerols
6	Cursa nocturna de muntanya de les Planes d'Hostoles	14/07/2012	10.000	1	Les Planes d'Hostoles
7	Cursa popular Verntallat - El Mallol	26/08/2012	9.000	2	Vall d'en Bas
8	Cursa nocturna pujada al mirador de la Tortuga	15/09/2012	12.000	2	Darnius
9	Volta pels Volcans d'Olot	25/09/2012	13.500	4	Olot
10	III Puigsacalm Extrem Mountain Marathon	21/10/2012	42.195	3	Sant Esteve d'en Bas
11	Cursa de Muntanya del Puigsacalm	21/10/2012	25.500	1	Sant Esteve d'en Bas
12	Sant Silvestre de muntanya de les Planes d'Hostoles	29/12/2012	10.000	2	Les Planes d'Hostoles

**ANEXO 18 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL RIPOLLES** (Provincia de Girona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	marató hivernal de Campdevanol	19/02/2012	42.000	1	Campdevanol
2	cursa hivernal de Campdevanol	19/02/2012	15.500	1	Campdevanol
3	<b>Meridià Verd a peu INTEMPERIE-Masnou</b>	29/04/2012	73.970	9	Sant Joan de les Abadesses
4	<b>Cursa Muntanya Mossos d'Esquadra Sant Amand</b>	01/05/2012	22.700	10	Ripoll
5	Els Bastions Trail	02/06/2012	50.000	1	Nuria
6	Els Bastions Ultra Trail	02/06/2012	85.000	2	Ribes de Freser
7	<b>Ultra Trail de l'Emmona</b>	16/06/2012	106.000	3	Sant Joan de les Abadesses
8	Travessa Núria-Queralt	30/06/2012	92.000	22	Nuria
9	La Setdellonga - Marató de Muntanya	01/07/2012	43.000	4	Vilallonga de Ter
10	Vª Clàssica a l'olla de Vall de Núria	17/07/2012	22.000	6	Ribes de Freser
11	<b>1a Marxa cap a la Independència</b>	21/07/2012	110.000	1	Ull de Ter
12	XIII Cursa d'alta Montanya Taga 2040 Evo	16/09/2012	26.300	13	Sant Joan de les Abadesses
13	Cursa La Marrana	30/09/2012	21.000	1	Setcases

**ANEXO 19 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL GIRONÉS** (Provincia de Girona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	<b>Cursa Nocturna de Rocacorba</b>	04/02/2012	22.000	1	Canet d'Adri
2	<b>Cursa Nocturna de Rocacorba</b>	04/02/2012	10.000	1	Canet d'Adri
3	<b>Pujada als Àngels</b>	18/03/2012	9.200	49	Girona
4	Cursa del Parc de les Pedreres	22/04/2012	21.000	2	Girona
5	25 Marxa de Bescanó	22/04/2012	18.000	25	Bescanó
6	III Cursa de Muntanya de les Gavarres	29/04/2012	23.000	3	Sant Martí Vell
7	Marxa Popular Sant Martí Vell	29/04/2012	13.000	4	Sant Martí Vell
8	<b>Cursa de les Gavarres Astrid-21</b>	20/05/2012	20.000	1	Girona
9	Cursa Popular de Sant Roc	27/05/2012	10.000	21	Vilablareix
10	Montfullada - marxa popular de Montfullà	17/06/2012	15.000	2	Montfullà
11	Cursa de muntanya de Montjuic	15/09/2012	11.000	1	Girona
12	Cursa de muntanya de Girona - TRANS GAVARRES	04/11/2012	24.000	1	Girona
13	Cursa de muntanya de Girona - TRANS GAVARRES	04/11/2012	12.000	1	Girona
14	Cursa de muntanya de Girona - TRANS GAVARRES	04/11/2012	55.000	1	Girona
15	Cursa De Muntanya De Girona	05/11/2012	11.320	2	Girona
16	Cursa De Muntanya De Girona	06/11/2012	23.000	2	Girona
17	XXV Marxa Popular d'Estanyol	19/11/2012	19.000	26	Bescanó
18	<b>Trail nocturna Girona-Gavarres</b>	24/11/2012	15.000	1	Girona
19	Ultra Trail Girona-Gavarres	24/11/2012	80.000	1	Girona
20	<b>Marxa Popular Solidaria per La Marató de Tv3</b>	16/12/2012	15.000	1	Bescanó
21	<b>Pujada Nadalena a Sant Grau Correr o BTT</b>	25/12/2012	5.000	1	Bescanó

**ANEXO 20 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL BAIX CAMP** (Provincia de Tarragona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Cursa de Muntanya Pujada a la Portella	04/03/2012	18.400	2	L'hospitalet de l'Infant
2	Marxa Muntanyes de Prades	24/03/2012	67.700	9	La Selva de Camp
3	Cursa Muntanya d'Almoster del Camp	15/04/2012	17.600	4	Almoster
4	Caminada Muntanya d'Almoster del Camp	15/04/2012	14.600	2	Almoster
5	Marxa Riudoms - La Mola - Riudoms	29/04/2012	52.000	9	Riudoms
6	Cursa de Muntanya Vilaplana-La Mussara	13/05/2012	15.500	5	Vilaplana
7	Marxa dels Dips	19/05/2012	61.000	2	Pratdip
8	II Marato/Mitja Marató La Baronia	27/05/2012	42.195	2	Riudecanyes
9	II Marato/Mitja Marató La Baronia	27/05/2012	21.095	2	Riudecanyes
10	El Brogit de la Vall: l'Almogàver Autosuficient	28/05/2012	67.700	3	Capafons
11	<b>Cursa i Caminada "Seminocurna de Prades"</b>	30/06/2012	16.500	1	Prades
12	<b>Nocturna de les Borges del Camp</b>	02/07/2012	14.650	3	Las Borges del Camp
13	<b>Cursa (curta) de Muntanya Ermita de Barrulles</b>	15/07/2012	10.450	5	Capafons
14	<b>Cursa (llarga) de Muntanya Ermita de Barrulles</b>	16/07/2012	17.200	5	Capafons
15	Vandekames, circuito azul	04/08/2012	11.000	2	Vandellós
16	Vandekames, circuito negro	04/08/2012	24.000	2	Vandellós
17	<b>Cursa de Muntanya Ermita de Barrulles</b>	04/09/2012	10.450	6	Capafons
18	UT Muntanyes de la Costa Daurada	15/09/2012	90.000	1	Prades
19	trailSERIES Prades (Cursa+caminada)	15/09/2012	10.759	1	Prades
20	Half UTMCD	15/09/2012	44.000	1	Prades
21	Trail Prades	15/09/2012	20.750	1	Prades
22	Cursade Castellvell del Camp	02/10/2012	12.500	5	Castellvell de Camp
23	Cursa Muntanya Riudecanyes Escornalbou	15/10/2012	17.950	2	Riudecanyes
24	8a Crono-Pujada al Puig d'en Cama	28/10/2012	3.950	8	La selva de Camp

**ANEXO 21 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL BAIX EBRE** (Provincia de Tarragona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Cursa "Les II Torres"	15/01/2012	23.000	3	Campredó
2	III Cursa del Pastisset	29/01/2012	26.000	3	Benifallet
3	<b>La Nocturneta</b>	09/03/2012	23.000	2	Xerta
4	<b>El Trail de les Fonts</b>	10/03/2012	70.000	2	Xerta
5	<b>La Cursa de les Fonts</b>	11/03/2012	27.000	5	Xerta
6	<b>Ultra Trail de les Fonts</b>	10/03/2012	105.000	1	Xerta
7	Cursa de Panxampla	15/04/2012	23.000	2	Alfara de Carles
8	Cursa del vent	13/05/2012	22.500	3	Reguers
9	Cursa de Muntanya de Paüls	29/05/2012	23.100	12	Paüls
10	Marató de Muntanya de la Cursa del Llop	02/06/2012	32.500	20	Tortosa
11	Mitja Marató de la Cursa del Llop (Caro)	02/06/2012	21.097	20	Tortosa
12	Cursa de la Marcenca de Bitem	26/06/2012	23.000	2	Tortosa
13	<b>Cursa Nocturna dels Cocons</b>	28/07/2012	24.000	1	Tivenys
14	Marxa del Port	18/01/2012	21.000	24	Paüls
15	KM vertical Roquetes	19/11/2012	7.000	3	Roquetes
16	KM i pico vertical Cim de Caro	19/11/2012	7.000	4	Roquetes

**ANEXO 22 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL PRIORAT** (Provincia de Tarragona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Cursa de bombers voluntaris - Curta	06/05/2012	15.000	2	Cornudella de Montsant
2	Cursa bombers voluntaris - llarga	06/05/2012	26.000	2	Cornudella de Montsant
3	Cursa de muntanya de Cornudella - Siurana	11/07/2012	21.800	5	Cornudella de Montsant
4	Cronoescalada a La Mola	23/09/2012	3.097	3	Torre de Fontaubella
5	VI Carrera de Montaña Vila de Falset	11/09/2012	22.000	6	Falset
6	VI Carrera de Montaña Vila de Falset	11/09/2012	13.000	6	Falset
7	Cronoescalada a La Mola i Caminada Popular	23/09/2012	6.787	3	Torre de Fontaubella
8	UT Serra de Montsant (UTSM)	20/10/2012	100.000	4	Cornudella de Montsant
9	Trail Serra de Montsant	20/10/2012	26.500	4	Cornudella de Montsant
10	ULTRA-HALF UTSM	20/10/2012	44.000	1	Cabacés
11	Les ermites trailSERIES	04/11/2012	26.000	1	Ulldemolins
12	Les ermites trailSERIES cursa/marxa	04/11/2012	14.000	1	Ulldemolins

**ANEXO 23 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL TARRAGONÈS** (Provincia de Tarragona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	1ª Marxa Castells del Baix Gaià	29/01/2012	24.000	1	Altafulla
2	Cursa Muntanya Nocturna Font d'En Garrot	25/02/2012	10.000	1	Pallaresos
3	Cursa de muntanya Pont del Diable	15/04/2012	10.000	3	Tarragona
4	1ª Cursa de Muntanya Boscos de Tarragona	06/05/2012	20.000	1	Tarragona
5	Cursa muntanya el Catllar	15/05/2012	20.000	4	El Catllar
6	V Cursa de muntanya de Vespella de Gaià	03/08/2012	6.800	4	Vespella de Gaia
7	La Riera de Gaia en cursa	02/12/2012	21.000	4	La Riera de Gaia
8	La Riera en Cursa	09/12/2012	9.000	4	La Riera de Gaia

**ANEXO 24 - CARRERAS DE MONTAÑA DE RIBERA D'EBRE** (Provincia de Tarragona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Cursa de Muntanya Lo Frare Ginestar	12/02/2012	22.300	2	Ginestar
2	IV Cursa la Cameta Coixa	26/02/2012	20.000	4	Miravet
3	Trail 42K Rasquera-Tortosa.	27/05/2012	42.195	1	Rasquera
4	1er Descens vertical	14/07/2012	1.000	1	Mora d'Ebre
5	Cursa d'iniciacio pares i fills. Cami de Sirga	15/07/2012	4.000	3	Mora d'Ebre
6	Marxa Camí de sirga	15/07/2012	9.000	3	Mora d'Ebre
7	VII Cursa de Montanya de Tivissa	14/10/2012	23.400	7	Tivissa

**ANEXO 25 - CARRERAS DE MONTAÑA DE L'ALT CAMP** (Provincia de Tarragona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	VI Mitja Marató de Muntanya de Mont-ral	11/03/2012	21.097	6	Mont-ral
2	<b>Cursa i Caminada Bràfim – Ermita de Loreto</b>	18/03/2012	14.300	9	Brafim
3	Pujada a Miramar	05/06/2012	11.830	31	Valls
4	Cursa i Caminada Muntanya Alforja	26/08/2012	14.950	4	Alforja
5	Cursa de muntanya EL REPLÀ	30/09/2012	13.500	1	Pla de Santa Maria
6	Cursa els dos cims de Querol	18/11/2012	17.500	1	Querol

**ANEXO 26 - CARRERAS DE MONTAÑA DE LA CONCA DE BARBERÀ** (Provincia de Tarragona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Cursa i caminada Santa Coloma de Queralt	29/04/2012	14.000	6	Santa Coloma de Queralt
2	<b>Pujada a l'Ermita de Sant Joan</b>	24/06/2012	9.500	20	Montblanc
3	<b>Poblet-Prades NOCTURNA (the cister's night experience)</b>	04/08/2012	20.000	1	Poblet
4	Cursa i Caminada de Conesa	30/09/2012	15.230	2	Conesa
5	Pujada al nas del gegant	09/12/2012	2.120	1	Montblanc

**ANEXO 27 - CARRERAS DE MONTAÑA DE MONTSIÀ** (Provincia de Tarragona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	<b>Pujada a la Foradada</b>	04/03/2012	22.000	4	Sant Carles de la Ràpita
2	3ª Marató de la Fageda	29/04/2012	43.000	3	La Sénia
3	<b>VI Pujada al Montsià Memorial Francesc Bort</b>	25/09/2012	31.000	6	Alcanar
4	V Cursa de Muntanya d'Ulldecona	28/10/2012	24.000	5	Ulldecona

**ANEXO 28 - CARRERAS DE MONTAÑA DE TERRA ALTA** (Provincia de Tarragona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	5ª Cursa de muntanya Serra de les Fites	01/04/2012	21.000	5	La Pobla de Massaluca
2	Marxa Senderista Espantarrucs	08/05/2012	33.000	3	Gandesa
3	I Cursa per Muntanya LA SERENA	12/11/2012	24.000	1	Gandesa
4	Cursa de les Roques	27/11/2012	25.000	4	Horta de Sant Joan

**ANEXO 29 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL BAIX PENEDEÈS** (Provincia de Tarragona)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Marxa pels camins del Penedès	15/04/2012	12.000	26	Banyeres del Penedès
2	Cursa de muntanya del Centreex	29/04/2012	10.650	1	Sant Jaume dels Domenys
3	Marxa Trenkakames	06/10/2012	82.000	5	El Vendrell

**ANEXO 30 - CARRERAS DE MONTAÑA DE L'ALT URGELL** (Provincia de Lleida)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	ultra trail Coll de Nargó	02/06/2012	101.000	3	Coll de Nargó
2	Arruix de Santa Fe	02/06/2012	5.000	4	Organya
3	2ª Verticalarp	23/06/2012	6.000	2	Sorribes de la Vansa
4	Cursa de muntanya d'Ossera	21/07/2012	11.000	12	Ossera
5	Trobada atlética muntanya d'Aristot_OPEN	01/09/2012	5.000	6	Pont de Bar
6	Trobada atlética muntanya d'Aristot_PRO	01/09/2012	12.000	6	Pont de Bar
7	Cursa Sant Galderic-Tavernoles	16/10/2012	10.000	5	Tavernoles
8	Cursa dels Nassos Oliana (10k)	31/12/2012	10.000	2	Oliana
9	Cursa dels Nassos Oliana (5k)	31/12/2012	5.000	2	Oliana

**ANEXO 31- CARRERAS DE MONTAÑA DE ALTA RIBAGORÇA** (Provincia de Lleida)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	La Faiada	29/04/2012	21.095	3	Pont de Suert
2	SkyGames – SkySpeed	30/06/2012	200	1	Taüll
3	SkyGames – Km.Vertical	30/06/2012	3.000	1	Barruera
4	SkyGames – SkyRace	08/07/2012	21.000	1	Vilaller
5	SkyGames – SkyMarathon	08/07/2012	42.195	2	Vilaller

**ANEXO 32- CARRERAS DE MONTAÑA DE GARRIGUES** (Provincia de Lleida)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	V Transllena	18/08/2012	13.300	5	La Pobla de Cérvoles
2	4a Travessa Les Borges Blanques - Montblanc	26/08/2012	51.400	4	Borges Blanques
3	III Trail Running Arbeca	27/11/2012	32.000	3	Arbeca
4	III Trail Running Arbeca	27/11/2012	15.000	3	Arbeca

**ANEXO 33 - CARRERAS DE MONTAÑA DE NOGUERA** (Provincia de Lleida)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	III Cursa de muntanya Trail Montroig	03/06/2012	26.000	3	Sant Llorenç de Montgai
2	Trailmontroig (cursa curta)	03/06/2012	14.000	3	Sant Llorenç de Montgai
3	1ª Cursa de Muntanya Perseguint la Perdiu	08/09/2012	9.000	1	Vilanova de Meiá
4	TRAILMONTROIG (Mitja marató)	02/10/2012	21.000	3	Sant Llorenç de Montgai
5	TRAILMONTROIG (cursa curta)	02/10/2012	14.000	3	Sant Llorenç de Montgai

**ANEXO 34 - CARRERAS DE MONTAÑA DE PALLARS JUSSÀ** (Provincia de Lleida)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Espardenyada	02/07/2012	16.000	4	La Pobla de Segur
2	Cursa camí a les trinxeres	21/07/2012	5.000	2	La Pobla de Segur
3	III Vertical Cabanera	28/07/2012	5.220	3	Capdella
4	Cursa Cuca de Llum	11/08/2012	18.500	2	Talarn
5	La quatre rocs	19/08/2012	14.200	1	Figuerola d'Orcau

**ANEXO 35 - CARRERAS DE MONTAÑA DE PALLARS SOBIRÀ** (Provincia de Lleida)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	NIXTrail	01/04/2012	34.000	1	Espot
2	IX Cuita al Sol-Milla Vertical	09/06/2012	5.500	9	Areu
3	La Porta del Cel en 24 hores	15/06/2012	65.000	2	Tavascán
4	Cursa d'Alta Muntanya La Ribalera	17/06/2012	39.000	1	Tírvia
5	Carros de Foc (sky run; + 24h)	29/06/2012	55.000	6	Aiguastortes
6	Marxa popular La Borda del Pubill	11/08/2012	5.200	1	Ribera de Cardós
7	Carros de Foc (sky run; en - 24h)	26/08/2012	55.000	7	Aiguastortes
8	Rialp Matxicots Extrem / Marató / Popular	15/09/2012	82.000	3	Rialp
9	Rialp Matxicots Extrem / Marató / Popular	15/09/2012	42.195	3	Rialp
10	Rialp Matxicots Extrem / Marató / Popular	16/09/2012	15.000	3	Rialp

**ANEXO 36 - CARRERAS DE MONTAÑA DE LA SEGARRA** (Provincia de Lleida)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	<b>Marxa dels Castells de la Segarra</b>	11/03/2012	54.000	13	Cervera
2	"Alta Segarra, Cursa de muntanya"	10/04/2012	24.000	5	Sanahuja

**ANEXO 37 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL SEGRIA** (Provincia de Lleida)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Trenka Cames de Rosselló	01/07/2012	13.500	1	Roselló
2	I Cursa de Muntanya els Tossals d'Almatret	23/09/2012	21.000	1	Almatret

**ANEXO 38 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL SOLSONÉS** (Provincia de Lleida)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Mitja Marató L'Obaga	30/04/2012	21.000	2	Castellar de la Ribera

**ANEXO 39 - CARRERAS DE MONTAÑA DEL VALL D'ARAN** (Provincia de Lleida)

	Nombre	Fecha	metros	e	municipios
1	Kilómetro Vertical Pui de Unha	04/08/2012	3.000	1	Uhna
2	III Carrera de Montaña Boscarlac	11/08/2012	10.200	3	Bausen
3	<b>Corsa e Caminada des 15 pobles</b>	26/08/2012	21.095	15	Es Bordes
4	Vertical Aran KM1	02/10/2012	5.200	2	Vielha



# **FICHAS**

de las carreras de montaña de 2012 que se han  
celebrado en las comarcas de montaña de  
Catalunya



## ALTA RIBAGORÇA (Lleida)

### (A) Datos de la comarca .....

Extensión: 426,90 Km<sup>2</sup>

Municipios: Pont de Suert, La vall de Boí, Vilaller



4.235 (2012)	48/2.024	5/1.110	72/438	23
--------------	----------	---------	--------	----

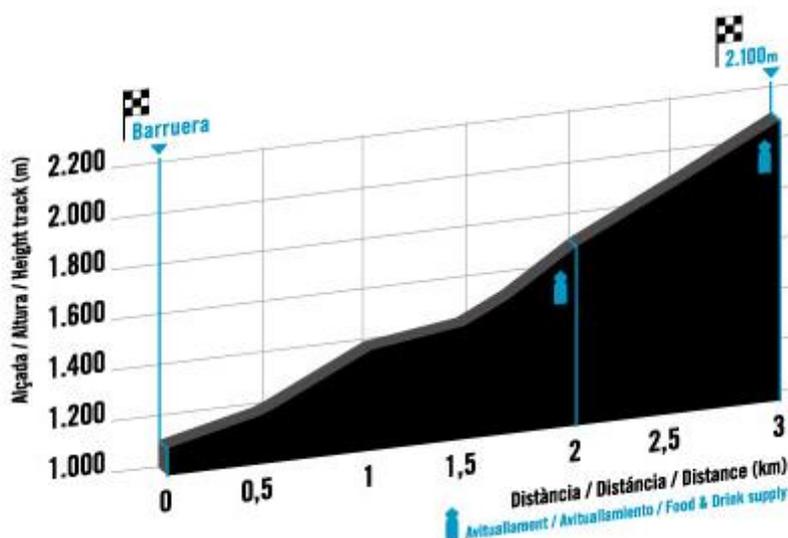
Fuente: Idescat.cat

### (B) Relación de Carreras de Montaña.....

Carreras de Montaña de la comarca de Alta Ribagorça (Lleida) 2012					
Nombre de las Carreras	Fecha	m	e	Municipio	Organizador
1. <a href="#">La Faiada</a>	29-abr	21.095	3	Pont de Suert	C.E. Alta Ribagorça
2. <a href="#">SkyGames – SkySpeed</a>	30-jun	200	1	Taüll	Ocisport/R.Románica
3. <a href="#">SkyGames – Km.Vertical</a>	30-jun	3.000	1	Barruera	Ocisport/R.Románica
4. <a href="#">SkyGames – SkyRace</a>	8-jul	21.000	1	Vilaller	Ocisport/R.Románica
5. <a href="#">SkyGames – kyMarathon</a>	8-jul	42.195	2	Vilaller	Ocisport/R.Románica

Fuente: elaboración propia a partir de RUNEDIA

### (C) Cartografía: Perfil del Sky Games - Km Vertical (ficha no. 3) .....



Fuente: [http://www.ocisport.net/skygames/competicio.php?id\\_my=74](http://www.ocisport.net/skygames/competicio.php?id_my=74)

**FICHA no. 1**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**LA FAIADA**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
29/02/2012		4 h	21.095 m.	2008
<b>Tipo carrera:</b>	Copa Catalana Cursas de Muntanya			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.350	<b>Negativo</b>	1.350
<b>Punto salida</b>	Pont de Suert	<b>Punto llagada</b>	Pont de Suert	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	12 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	La Faiada de Malpàs			
<b>Municipios:</b>	Pont de Suert			
<b>Comarca:</b>	<b>ALTA RIBAGORÇA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Pont de Suert	<b>Población Final:</b>	Pont de Suert	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	FEEC cursas de montaña			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	CEAR "club excursionista Alta Ribagorça"			
	Pagina web: <a href="http://www.elpontdesuert.cat/">http://www.elpontdesuert.cat/</a>			
<b>Promueve:</b>	Ayuntamiento de Pont de Suert			
<b>Colaboradores:</b>	ECEM "Centre de Formació de tècnics esportius"			
	Supermercat PLUSFRESC			
	Fisio3A			
	Boi Taüll resort			
	Bombers voluntaris Pont de Suert			
	Consell esportiu Alta Ribagorça			
	Sport MARSOL i YETI Sports			
	Caldes de Boi agua mineral			
<b>Difusión:</b>	Radio GUM FM			
	Sports i calçat JAMIEJUAN			
	CEFAR comex			
	FEEC			
	L'Esport mou Cat.			
	Transport Sanitari Cat.			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 300	<b>Inscritos:</b> 131	<b>Llegados:</b> 107	
	<b>% Locales:</b> 4%	<b>% Otros:</b> Catalanes	94%	
		<b>Nacionales</b>	1%	
		<b>Internacionales</b>	1%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Copa Catalana de Cursas de Muntanya organizadas por la FEEC				

FICHA no. 2

Nombre de la Carrera de Montaña:

**SkyGames –km.Vertical**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
30/06/2012		XX	3.000	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Campeonatos del mundo SKYGAME 2012			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.000	<b>Negativo</b>	1.000
<b>Punto salida</b>	Barruera	<b>Punto llagada</b>	Barruera	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	xx€	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Roies de Cardet (2.444 m)			
<b>Municipios:</b>	Barruera			
<b>Comarca:</b>	<b>ALTA RIBAGORÇA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Barruera	<b>Población Final:</b>	Barruera	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">FEEC cursas de montaña km vertical</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	<b>Ociesport</b>			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.ociesport.com/">http://www.ociesport.com/</a>			
<b>Promueve:</b>	<b>ADRR - Ribagorça Románica</b>			
<b>Colaboradores:</b>	FEDME			
	FEEC			
	FAM "Federación Aragonesa de Montañismo"			
	Patronat de Turisme de la Vall de Boi			
	Ribagorça autentic Pirineus			
	Ociesport			
	Buff Grifone			
	ISF "International skyrunning federation"			
	CDS "			
	Once " 4% participantes"			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> xxx	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 209	
	<b>% Locales:</b> 7%	<b>% Otros:</b> Catalanes	80%	
		<b>Nacionales</b>	8%	
		<b>Internacionales</b>	5%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Los <b>SkyGames</b> son los Campeonatos del Mundo de Skyrunning que se celebran con una periodicidad de 4 años.				
Italia y Andorra han sido los anteriores y exige que las competiciones se celebren en escenarios montañosos situados a un nivel de 2.000 m.s.n.m. y zonas con gran oferta hotelera y de servicios.				

FICHA no. 3

Nombre de la Carrera de Montaña:

**SkyGames – SkySpeed**

Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
30/06/2012		XX	200 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Campeonatos del mundo SKYGAME 2012			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	100	<b>Negativo</b>	100
<b>Punto salida</b>	Taüll	<b>Punto llegada</b>	Pla de l'Ermita - Taüll	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	15€	
Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>	Pla de l'Ermita			
<b>Municipios:</b>	Taüll			
<b>Comarca:</b>	ALTA RIBAGORÇA			
<b>Población Inicio:</b>	Taüll	<b>Población Final:</b>	Taüll	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	FEEC cursas de montaña km vertical			
Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>	<b>Ociesport</b>			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.ociesport.com/">http://www.ociesport.com/</a>			
<b>Promueve:</b>	ADRR - Ribagorça Románica			
<b>Colaboradores:</b>	FEDME			
	FEEC			
	FAM "Federación Aragonesa de Montañismo"			
	Patronat de Turisme de la Vall de Boi			
	Ribagorça autentic Pirineus			
	Ociesport			
	Buff Grifone			
	ISF "International skyrunning federation"			
	CDS			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos: xxx</b>	<b>Inscritos: xxx</b>	<b>Llegados: 84</b>	
	<b>% Locales: 7%</b>	<b>% Otros: Catalanes</b>	39%	
		<b>Nacionales</b>	42%	
		<b>Internacionales</b>	12%	
(4) Observaciones				
OCISPORT CONSULTING, S.L. con sede en Madrid, se dedica a la actividad de instalaciones deportivas, Escuelas de deporte y servicios de perfeccionamiento del deporte. con 14 años de actividad.				

FICHA no. 4

Nombre de la Carrera de Montaña:

**SkyGames – SkyRace**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
08/07/2012		XX	21.000 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Campeonatos del mundo SKYGAME 2012			1.350
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.350 m	<b>Negativo</b>	m.
<b>Punto salida</b>	Vilaller	<b>Punto llegada</b>	Vilaller	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	45€
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Pico Comadelo			
<b>Municipios:</b>	Vilaller			
<b>Comarca:</b>	ALTA RIBAGORÇA			
<b>Población Inicio:</b>	Vilaller	<b>Población Final:</b>	Vilaller	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	FECC cursas de montaña			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Ociesport			
	<b>Página web:</b> <a href="http://www.ociesport.com/">http://www.ociesport.com/</a>			
<b>Promueve:</b>	ADRR - Ribagorça Románica			
<b>Colaboradores:</b>	FEDME			
	FECC			
	FAM "Federación Aragonesa de Montañismo"			
	Patronat de Turisme de la Vall de Boi			
	Ribagorça autentic Pirineus			
	Ociesport			
	Buff Grifone			
	ISF "International skyrunning federation"			
	CDS			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos: xxx</b>	<b>Inscritos: xxx</b>	<b>Llegados: 185</b>	
	<b>% Locales: 10%</b>	<b>% Otros: Catalanes</b>	41%	
		<b>Nacionales</b>	46%	
		<b>Internacional</b>	3%	
<b>(4) Observaciones</b>				
<b>Ribagorça románica (ADRR)</b> asociación formada por 14 ayuntamientos de la Ribagorça catalana y aragonesa. Su principal objetivo es contribuir al desarrollo rural sostenible. Es una unidad limítrofe Pirenaica coherente geográficamente, cultural y socioeconómica y el románico es el elemento común que articula este proyecto.				

FICHA no. 5

Nombre de la Carrera de Montaña:

**SkyGames – SkyMarathon**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora desalida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
08/07/2012		XX	42.195 m	2011
<b>Tipo carrera:</b>	Campeonatos del mundo SKYGAME 2012			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	3.000 m	<b>Negativo</b>	3.000 m.
<b>Punto salida</b>	Vilaller	<b>Punto llegada</b>	Vilaller	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	60 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Pic de Llauset (2.910 m)			
<b>Municipios:</b>	Vilaller			
<b>Comarca:</b>	<b>ALTA RIBAGORÇA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Vilaller	<b>Población Final:</b>	Vilaller	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	FEEC cursas de montaña			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	<b>Ociesport</b>			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.ociesport.com/">http://www.ociesport.com/</a>			
<b>Promueve:</b>	<b>ADRR - Ribagorça Románica</b>			
<b>Colaboradores:</b>	FEDME			
	FEEC			
	FAM "Federación Aragonesa de Montañismo"			
	Patronat de Turisme de la Vall de Boi			
	Ribagorça autentic Pirineus			
	Ociesport			
	Buff Grifone			
	ISF "International skyrunning federation"			
	CDS			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos: xxx</b>	<b>Inscritos: xxx</b>	<b>Llegados: 200</b>	
	<b>% Locales: 5%</b>	<b>% Otros: Catalanes</b>	35%	
		<b>Nacionales</b>	52%	
		<b>Internacionales</b>	8%	
<b>(4) Observaciones</b>				

## VALL D'ARAN (Lleida)

### (A) Datos de la comarca.....

Extensión: 633,6 Km<sup>2</sup>

Municipios: Arres, Bausen, Bossòst, Es Bòrdes, Canejan, Les, Naut Aran, **Vielha** e Mijaran, Vilamòs.



10.056 (2012)

109/6.371

9/3.069

16/148

34

Fuente: Idescat.cat

### (B) Relación de Carreras de montaña.....

Carreras de Montaña de la Comarca de Vall d'Aran (Lleida) 2012						
Nombre de la Carrera	Fecha	m	e	Municipio	Organizador	
1. Kilómetro Vertical Pui de Unha	4-ago	3.000	1	Uhna	C.E. de Aràn	
2. III Carrera de Montaña Bosclarac	11-ago	10.200	3	Bausen	C.E. de Aràn	
3. Corsa e Caminada des 15 pobles	26-ago	21.095	15	Es Bordes	Volentaris Val d'Aran	
4. Vertical Aran KM1	2-oct	5.200	2	Vielha	AIARASMI 4X4	

Fuente: elaboración propia a partir de RUNEDIA

### (C) Cartografía: Perfil de la Corsa e Caminada des 15 pobles (ficha no. 3)..



Fuente: <http://www.corsa15pobles.org/planos/planos.html>



FICHA no. 2

Nombre de la Carrera de Montaña:

**BOSCARLAC**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
11/08/2012		2:30h	10.500 m	2010
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	Positivo	1.000 m.	Negativo	1.000 m.
<b>Punto salida</b>	Bausen	<b>Punto llegada</b>	Bausen	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>		12 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Bosque de Carlac			
<b>Municipios:</b>	Bausen			
<b>Comarca:</b>	<b>VALL D'ARAN</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Bausen	<b>Población Final:</b>	Bausen	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">feec y fedme para circuitos de montaña</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Centre Excursionista d'Aràn			
	<b>Página web:</b> <a href="http://boscarlac.blogspot.com.es/">http://boscarlac.blogspot.com.es/</a>			
	-			
	Ajuntament de Bausen			
	<b>Página web:</b> <a href="http://bausen.ddl.net/">http://bausen.ddl.net/</a>			
<b>Colaboradores:</b>	Hormatges TARRAU			
	Camin Reiau "Val d'Aran" 33 pobles 150 km			
	FEEC			
	La Caixa			
	Deportur "adventure sports"			
	Pastas Gallo			
	Montgarri outdoor			
	Taverna Pajareta - Vall d'Aran			
	ARANTEC, enginheria			
	INTERSPORT			
	explorayourlimits.com			
	La Trastienda			
	EUTSI, centro de fisioterapia i quiromassatge			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 120	<b>Inscritos:</b> 120	<b>Llegados:</b> 105	
	<b>% Locales:</b> xx%	<b>% Otros:</b> Catalanes	x%	
		Nacionales	x%	
		Internacionales	x%	
<b>(4) Observaciones</b>				

FICHA no. 3

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Corsa des 15 pobles**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
26/07/2012		5:00h	21.097 m	1997
<b>Tipo carrera:</b>	Media maratón de montaña			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.300 m.	<b>Negativo</b>	1.200 m.
<b>Punto salida</b>	Es Bordes	<b>Punto llegada</b>	Vielha	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	15 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Vall d'Aran			
<b>Municipios:</b>	Es Bordes, Benós, Arro, Arres de Jos, Arres de Sos, Vilammós, Begós Arrós, Aubert, Betlan, Montcorfbau, Mont, Vilac, Vielha			
<b>Comarca:</b>	<b>VALL D'ARAN</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Es Bordes	<b>Población Final:</b>	Vielha	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	- <a href="#">feec Y fedme para circuitos de montaña</a>			
<b>Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Volentaris Vall d'Aran			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://www.corsa15pobles.org/corsa/corsa.html">http://www.corsa15pobles.org/corsa/corsa.html</a>		
<b>Promueve:</b>	Vall d'Aran, era essencia dels Pirineos Ajuntament de Vielha-Mijaran Conselh Generau d'Aran			
<b>Colaboradores:</b>				
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 500	<b>Inscritos:</b> 179	<b>Llegados:</b> 105	
	<b>% Locales:</b> xx%	<b>% Otros:</b> Catalanes	x%	
		<b>Nacionales</b>	x%	
		<b>Internacionales</b>	x%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Salida desde Vielha en autobús hacia es Bordes donde empieza la carrera.				
Recuperación de los antiguos caminos que unían los pueblos del Valle.				

FICHA no. 4

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Vertical Aran KM1**

(1) Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
07/10/2012		h	5.200 m	2010
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.200 m.	<b>Negativo</b>	1.200 m.
<b>Punto salida</b>	Vielha	<b>Punto llegada</b>	Vielha	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>		5 €
(2) Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>	Tuc Montcorbison (2.174 m)			
<b>Municipios:</b>	Vielha			
<b>Comarca:</b>	<b>VALL D'ARAN</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Vielha	<b>Población Final:</b>	Vielha	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">feec Y fedme para circuitos de montaña</a>			
(3) Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>	AIARASMI 4x4			
	<b>Página web:</b> <a href="mailto:aiarasmi@aiarasmi.com">aiarasmi@aiarasmi.com</a>			
	<a href="http://www.corredordemontana.com/component/content/article/173-actualidad/4668-la-vertical-aran-kilometro-1-una-buena-ocasion-para-conocer-vielha.html">http://www.corredordemontana.com/component/content/article/173-actualidad/4668-la-vertical-aran-kilometro-1-una-buena-ocasion-para-conocer-vielha.html</a>			
<b>Colaboradores:</b>	LAFUMA			
	LURBEL			
	CHOKU			
	ETH GALIN REIAU			
	MILLET			
	Coto marzo			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> x	<b>Inscritos:</b> x	<b>Llegados:</b> x	
	<b>% Locales:</b> xx%	<b>% Otros:</b> Catalanes	x%	
		<b>Nacionales</b>	x%	
		<b>Internacionales</b>	x%	
(4) Observaciones				
No hay información de los participantes, ni la reglamentación				



## PALLARS JUSSÀ (LIEIDA)

### (A) Datos de la comarca .....

**Extensión:** 1.343,1 Km<sup>2</sup>

**Municipios:** Abella de la Conca, Castellar de Mur, Conca de Dalt, Gavet de la Conca, Isona i Conca Dellà, Llimiana, **La Pobla de Segur**, Salàs de Pallars, Sant esteve de la Sarga, Saroca de Bellera, Senterada, Talarn, La Torre de Capdella, Tremp.



14.113 (2012)	20/712	5/1.794	60/476	40
---------------	--------	---------	--------	----

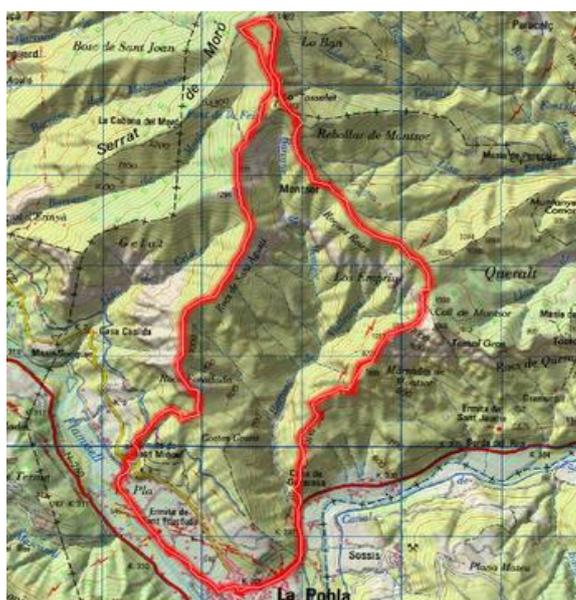
Fuente: Idescat.cat

### (B) Relación de carreras de montaña.....

Carreras de Montaña de la Comarca del Pallars Jussà (Lleida) 2012					
Nombre de la Carrera	Fecha	m	e	Municipio	Organizador
1. <b>Espardenyada</b>	2-jul	16.000	4	La Pobla de Segur	Associació Raies
2. <b>Cursa camí a les trinxeres</b>	21-jul	5.000	2	La Pobla de Segur	Club d'Esqui Pobla de S.
3. <b>Vertical Cabanera</b>	28-jul	5.220	3	Capdella	Club d'Esqui Pobla de S.
4. <b>Cursa Cuca de Llum</b>	11-ago	18.500	2	Talarn	Ajuntament Talarn
5. <b>La quatre rocs</b>	19-ago	14.200	1	Figuerola d'Orcau	

Fuente: elaboración propia a partir de RUNEDIA

### (C) Cartografía, Perfil de la Espardenyada (ficha no. 1) .....



Fuente: <http://espardenyada.blogspot.com.es/p/track.html> <http://espardenyada.blogspot.com.es/p/track.html>

**FICHA no. 1**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Espardenyada**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
30/06/2012		h	21.000 m	2008
<b>Tipo carrera:</b>	Lliga Pallaresa de Curses de Muntanya			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.000 m	<b>Negativo</b>	1.000 m
<b>Punto salida</b>	La Pobla de Segur	<b>Punto llegada</b>	La Pobla de Segur	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	10 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Roc de Sant Aventí (1.482 m)			
<b>Municipios:</b>	La Pobla de Segur			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS JUSSÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	La Pobla de Segur	<b>Población Final:</b>	La Pobla de Segur	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	- <a href="#">Correpallars</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Associació Cultural ELS RAIERS de la Noguera Pallaresa <b>Pagina web:</b> <a href="mailto:raiers@elsraiers.cat">raiers@elsraiers.cat</a>			
<b>Promueve:</b>	CEPS "Club esquí Pobla de Segur" <b>Pagina web:</b> <a href="http://www.ceps.cat/">http://www.ceps.cat/</a>			
<b>Colaboradores:</b>	PUIGSERVER, Agricultura ecológica MILLET, mountain by experience "roba de montanya" BUSSETUS, roba técnica POBLALIMENT, S.L. distribución de alimentación CAL TOMAS, vedella ecológica LICORS PORTET, Ratafia dels raiers			
<b>Instituciones:</b>	Ara Lleida, Diputació de Lleida Consell Comarcal del Pallars Jussà Consell Comarcal del Pallars Sobirà La Vall Fosca Ajuntament de la Pobla de segur Ajuntament Conca de Dalt Ajuntament de la Tore de Capdella Ajuntament de Talarn Ajuntament de Rialp			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> x	<b>Inscritos:</b> x	<b>Llegados:</b> 166	
	<b>% Locales:</b> 11 %	<b>% Otros:</b> Catalanes	87%	
		Nacionales	1%	
		Internacionales	1%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Como conmemoración de la diada dels raiers (cultural)				

**FICHA no. 2**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Cursa camí a les trinxeres**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
21/07/2012		h	5.000 m	2011
<b>Tipo carrera:</b>	Lliga Pallaresa de curses de Muntanya			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	800 m	<b>Negativo</b>	800 m
<b>Punto salida</b>	Aramunt	<b>Punto llagada</b>	Aramunt	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	gratuita	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Cim Sant Corneli			
<b>Municipios:</b>	Aramunt (Conca de Dalt)			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS JUSSÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Aramunt	<b>Población Final:</b>	Aramunt	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	Correpallars			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	CEPS "Club d'esqui de Pobla de Segur"			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.ceps.cat">www.ceps.cat</a>			
<b>Patrocinador:</b>	COPIRINEO			
	CASA JULIA, Agroturisme			
	CASA LEONARDO, pernocta y restauración			
	CAL PORTALÉ, restauración			
	EL XIRINGUITO, Bar			
	fonda CAN FASERSIA			
	CAL TOMAS, vedella ecológica			
	TUGA, active wear			
	LA FUSTERIA, cafetería			
<b>Instituciones:</b>	Consell Comarcal del Pallars Jussà i Pallars Sobirà			
	La Vall Fosca			
	Ajuntament de la Pobla de segur			
	Ajuntament Conca de Dalt			
	Ajuntament de la Torre de Capdella			
	Ajuntament de Talarn			
	Ajuntament de Rialp			
	Ara Lleida, Diputació de Lleida			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> x	<b>Inscritos:</b> 158	<b>Llegados:</b> 131	
	<b>% Locales:</b> 33 %	<b>% Otros:</b> Catalanes	66%	
		Nacionales	0%	
		Internacionales	1%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Carácter cultural y de reencontrar los caminos antiguos escenarios de la guerra civil				

**FICHA no. 3**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Vertical Cabanera**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
21/07/2012		h	5.200 m	2011
<b>Tipo carrera:</b>	Lliga Pallaresa dE curses de Muntanya Campionat de Catalunya de curses verticals			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.463 m	<b>Negativo</b>	1.463 m
<b>Punto salida</b>	Capdella	<b>Punto llagada</b>	Capdella	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	gratuïta	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Cim Montsent de Pallars			
<b>Municipios:</b>	Capdella			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS JUSSÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Capdella	<b>Población Final:</b>	Capdella	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">Correpallars</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	CEPS "Club d'esqui de Pobla de Segur"			
	<b>Página web:</b>	<a href="http://www.ceps.cat">www.ceps.cat</a>		
<b>Patrocinador:</b>	COPIRINEO			
	TUGA, active wear			
	NUTRISPORT			
<b>Colaboran:</b>	Bombers voluntaris la Pobla de Segur			
	Unió de Federació sportivas de Cat.			
	Feec			
	<b>Catalunya qualitat</b>			
	Forn de pa FELIP			
	Casa Alonso			
<b>Instituciones:</b>	Ajuntament de Senterada			
	La Vall Fosca			
	Ajuntament de la Pobla de segur			
	Generalitat de Cat. Dptmt d'esports			
	Consell Esportiu Pallars Jussà			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> x	<b>Inscritos:</b> 243	<b>Llegados:</b> 227	
	<b>% Locales:</b> 14 %	<b>% Otros:</b> <b>Catalanes</b>	85%	
		<b>Nacionales</b>	0%	
		<b>Internacionales</b>	1%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Comida para los acompañantes.				

**FICHA no. 4**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Cursa Cuca de Llum**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
11/08/2012		h	21.000 m	2011
<b>Tipo carrera:</b>	Lliga Pallaresa de curses de Muntanya			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.027 m	<b>Negativo</b>	1.027 m
<b>Punto salida</b>	Talarn	<b>Punto llegada</b>	Talarn	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	20 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Santa Engracia i Gurb			
<b>Municipios:</b>	Talarn			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS JUSSÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Talarn	<b>Población Final:</b>	Talarn	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">Correpallars</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Ajuntament de Talarn <b>Pagina web:</b> <a href="http://www.talarn.cat">www.talarn.cat</a>			
<b>Patrocinador:</b>	TUGA, active wear Calçats PRATS Distribucions MARCH Casa Badia Banc Sabadell Licors Portet Copirineo Grimpada, aventure Cerveza Sant Miguel Casa Sunyer, embotits			
<b>Colaboran:</b>	Bombers de Tremp CEPS "Centre d'esqui Pobla de Segur" Consell Esportiu Pallars Jussà Diputació de Lleida			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> x	<b>Inscritos:</b> 141	<b>Llegados:</b> 125	
	<b>% Locales:</b> 18 %	<b>% Otros:</b> Catalanes	82%	
		Nacionales	0%	
		Internacionales	0%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Carrera de montaña nocturna.				
Coincide con la Festa Major.				

**FICHA no. 5**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**La quatre rocs**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
19/08/2012		h	14.200 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Lliga Pallaresa de curses d Muntanya			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	600 m	<b>Negativo</b>	600 m
<b>Punto salida</b>	Figuerola d'Orcau	<b>Punto llagada</b>	Figuerola d'Orcau	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	10 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>				
<b>Municipios:</b>	Figuerola d'Orcau-Basturs-Sant Roma-Conques			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS JUSSÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Figuerola d'Orcau	<b>Población Final:</b>	Figuerola d'Orcau	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	- <a href="#">propias de la carrera</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>				
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://quaterocs.blogspot.es/">quaterocs.blogspot.es/</a>		
<b>Colaboran:</b>	Anna Isanta, terapeuta			
	Casa rural Ramona (Conques)			
	Casa Antenti (Suterranya-LI)			
	Casa Ramón, lo xolís (embotits)			
	Xic's Cal Borrech, celler restaurant			
	Fisuterapia Susana Ortega			
	Mushroom.Lleida			
	Puirol, electricidad y climatización			
	Los trofeos.com			
	Querol sports			
	Bussetus			
	Unidad psicológica Coaching deportivo			
	UltraLleida			
	Terradets Hotel			
	lopallars.tv			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 200	<b>Inscritos:</b> xx	<b>Llegados:</b> 72	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xx%	
		<b>Nacionales</b>	0%	
		<b>Internacionales</b>	0%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Prensa y TV local				

## CERDANYA (GIRONA)

### (A) Datos de la Comarca .....

Extensión: 546,7 Km<sup>2</sup>

**Municipios:** Alp, Bellver de Cerdanya, Bolvir, Das, Fontanals de Cerdanya, Ger, Guils de Cerdanya, Isòvol, Lles de Cerdanya, Llivia, Meranges, Montellà i Martinet, Prats i Sansor, Prullans, Puigcerdá, Riu de Cerdanya i Urús.



19.047 (2012)	65/2.026	7/4.524	52/363	59
---------------	----------	---------	--------	----

Fuente: Idescat.cat

### (B) Relación de carreras de montaña .....

Carreras de Montaña de la Comarca de Cerdanya (Girona) 2012					
Nombre de la Carrera	Fecha	m	e	Municipio	Organizador
1.Cronoescalada de Meranges	29-may	4.500	3	Meranges	espai Kilian
2.Marxa Popular 10 km de Masella	28-may	10.000	4	Alp	Alp Hotel Masella
3.Volta Cerdanya Ultrafons (VCUF)	8-jun	216.000	1	Puigcerdá	Sender i Traça SL
4.Volta Cerdanya Ultrafons	9-jun	85.000	1	Martinet	Sender i Traça SL
5.Marxa Cap de Rec	16-jun	51.200	6	Lles de Cer.	C.M. Sant Cugat V.
6.Marxa Lles de Cerdanya	2-sep	30.000	2	Lles de Cer.	espai Kilian

Fuente: Elaboración propia a través de RUNEDIA

### (C) CARTOGRAFIA (Perfil de la VOLTA CERDANYA ULTRAFONS (VCUF) ficha no. 3.....



Fuente: <http://www.ultrafons.com/vcuf.htm>

**FICHA no. 1**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Cronoescalada de Meranges**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
29/05/2012		h	4.500	2010
<b>Tipo carrera:</b>	Trail running trofeu EKN (cuatre curses)			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	960 m	<b>Negativo</b>	960 m
<b>Punto salida</b>	Meranges	<b>Punto llagada</b>	Meranges	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	17 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales</b>				
<b>Localización:</b>	Pedradreta (2.490)			
<b>Municipios:</b>	Meranges			
<b>Comarca:</b>	<b>CERDANYA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Meranges	<b>Población Final:</b>	Meranges	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propio de la carrera</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Espai Kilian <b>Pagina web:</b> <a href="http://www.espaikilian.com/meranges.htm">http://www.espaikilian.com/meranges.htm</a> Ajuntament de Meranges <b>Pagina web:</b> <a href="http://webspobles.ddgi.cat/sites/meranges/default.aspx">http://webspobles.ddgi.cat/sites/meranges/default.aspx</a>			
<b>Colaboran:</b>	Ajuntament de Meranges Ajuntament de Castellar de n'Hug Ajuntament de Lles de Cerdanya Ajuntament de Montellà i Martinet AHCC, Associació hotels i camping de la Cerdanya Gool tracking, Natura aventura Refugi Cap del Rec Summits of my life Habit Cerdanya Editorial Piolet Caldo Aneto, Nutrisport Felc to min, bebida energética Fisiocren, solugel Live moviments Oriol Batista, fotógrafo			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 300	<b>Inscritos:</b> 124	<b>Llegados:</b> 62	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xx%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				



**FICHA no. 3**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Volta Cerdanya Ultrafons VCUF**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
7 al 9/06/2012		56:00 h	216.000 m	2008
<b>Tipo carrera:</b>	Carrera de Ultrafondo			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	10.000 m	<b>Negativo</b>	10.000 m
<b>Punto salida</b>	Puigcerdà	<b>Punto llegada</b>	Puigcerdà	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	140 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	La Cerdanya			
<b>Municipios:</b>	Puigcerdá-Saillagouse-Llivia-Ger-Martinet-Bellver-Puigcerdá			
<b>Comarca:</b>	<b>CERDANYA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Puigcerdá	<b>Población Final:</b>	Puigcerdá	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	FEEC, carreras de ultrafondo			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Sender i Trasá, S.L.			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.ultrafons.com/index.htm">http://www.ultrafons.com/index.htm</a>			
	Poliesportiu de Puigcerdá			
<b>Soporte:</b>	Consell Comarcal de la Cerdanya			
	Communauté de Communes de Pyrénées Cerdagne			
	Catalunya calidad			
	Ara Lleida			
	FEEC i Unió de Federacions Esportives d Catalunya i FEDME			
	GENCAT, esports.cat			
	Costa Brava, Pirineu de Girona			
	Ferrocarril de la Generalitat			
	Parc Natural Cadi-Moixeró			
	Powerade, Agua Bona,			
	La fuma			
	Vista óptica			
	Creaciones gráficas Canigó			
	Campus Cerdanya			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 600	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 18	
	<b>% Locales:</b> x %	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b>	x%
			<b>Nacionales</b>	x%
			<b>Internacionales</b>	x%
<b>(4) Observaciones</b>				
Voluntariado				
Información de alojamiento y restauración por todo el recorrido				
Proyecto SUMMIT, salud en el ultrafondo y maratones del corredor				

**FICHA no. 4**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Volta Cerdanya trail VCT**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
7 al 9/06/2012		24 h	85.000 m	2008
<b>Tipo carrera:</b>	Carrera de Ultrafondo			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	4.000 m	<b>Negativo</b>	4.000 m
<b>Punto salida</b>	Martinet	<b>Punto llegada</b>	Puigcerdà	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	80 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	La Cerdanya			
<b>Municipios:</b>	Martinet-Bellver-Prats-La Molina-Puigcerdà			
<b>Comarca:</b>	<b>CERDANYA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Martinet	<b>Población Final:</b>	Puigcerdà	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">FEEC, carreras de ultrafondo</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Sender i Trasà, S.L.			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.ultrafons.com/index.htm">http://www.ultrafons.com/index.htm</a>			
	Poliesportiu de Puigcerdà			
<b>Soporte:</b>	Consell Comarcal de la Cerdanya			
	Communauté de Communes de Pyrénées Cerdagne			
	Catalunya calidad			
	Ara Lleida			
	FEEC i Unió de Federacions Esportives d Catalunya i FEDME			
	GENCAT, esports.cat			
	Costa Brava, Pirineu de Girona			
	Ferrocarril de la Generalitat			
	Parc Natural Cadi-Moixero			
	Powerade, Agua Bona,			
	La fuma			
	Vista optica			
	Creaciones gráficas Canigó			
	Campus cerdanya			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 600	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 64	
	<b>% Locales:</b> x %	<b>% Otros:</b> Catalanes	x%	
		<b>Nacionales</b>	x%	
		<b>Internacionales</b>	x%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Voluntariado				
Proyecto SUMMIT, investigación en salud				
Información de alojamiento y restauración por todo el recorrido				

**FICHA no. 5**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Marxa Cap de Rec**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
16/06/2012		15 h	51.200 m	2008
<b>Tipo carrera:</b>	Copa Catalana de Caminadas de Resistencia			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	2.513 m	<b>Negativo</b>	2.513 m
<b>Punto salida</b>	Lles de Cerdanya	<b>Punto llagada</b>	Refugi Cap de Rec	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	17 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Refugi Cap de Rec (1987 m)			
<b>Municipios:</b>	Lles de Cerdanya			
<b>Comarca:</b>	<b>CERDANYA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Lles de Cerdanya	<b>Población Final:</b>	Lles de Cerdanya	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propio de la carrera</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Club Muntanyec Sant Cugat			
	<b>Pagina web:</b> <a href="mailto:cmsc@clubmuntanyec.org">cmsc@clubmuntanyec.org</a>			
<b>Colaboran:</b>	Ajuntament de Sant Cugat			
	Ajuntament de Lles de Cerdanya			
	Comú d'Escaldes Engordany			
	FEEC			
	Generalitat de Cat. Dpt d'esports			
	<b>Catalunya Qualitat</b>			
	Unió de Federacions esportives d Cat.			
	Mountain wildeness cat			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 500	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 475	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	99%	
		<b>Nacionales</b>	0%	
		<b>Internacionales</b>	1%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Se organiza desde Sant Cugat del Vallés				

## FICHA no. 6

Nombre de la Carrera de Montaña:

## Marxa Lles de Cerdanya

(1) Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
02/09/2012		h	30.000 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Trail running Trofeu EKN (cuatro curses)			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	930 m	<b>Negativo</b>	930 m
<b>Punto salida</b>	Cap de Rec	<b>Punto llegada</b>	Lles de Cerdanya	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>Parte recaudación solidaria</b>		<b>Precio:</b>	17 €
(2) Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>	Pollineres (2.155 m)			
<b>Municipios:</b>	Lles de Cerdanya			
<b>Comarca:</b>	<b>CERDANYA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Lles de Cerdanya	<b>Población Final:</b>	Lles de Cerdanya	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propio de la carrera			
(3) Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>	Espai Kilian			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.espaikilian.com/llescursa.htm">http://www.espaikilian.com/llescursa.htm</a>			
<b>Colaboran:</b>	Ajuntament de Meranges			
	Ajuntament de Castellar de n'Hug			
	Ajuntament de Lles de Cerdanya			
	Ajuntament de Montellà i Martinet			
	AHCC, Associació hotels i camping de la Cerdanya			
	Gool tracking, Natura aventura			
	Refugi Cap del Rec			
	Summits of my life			
	Habit cerdanya			
	Editorial Piolet			
	Caldo Aneto, Nutrisport			
	Felc to min, bebida energética			
	Fisiocren, solugel			
	Live moviments			
	Oriol Batista, fotógrafo			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> xxx	<b>Inscritos:</b>	xxx	<b>Llegados:</b> 70
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b>	x%
			<b>Nacionales</b>	x%
			<b>Internacionales</b>	x%
(4) Observaciones				
Carrera solidaria, no puedo averiguar la causa				
Voluntariado				



## ALT URGELL (Lleida)

### (A) Datos de la Comarca.....

**Extensión:** 1.447,50 Km<sup>2</sup>

**Municipios:** Alàs i Cerc, Arsèquel, Bassella, Cabó, Cava, Coll de Nargó, Estamariu, Fígols i Alinyà, Josa i Tuixèn, Montferrer i Castellbò, Oliana, Organya, Peramola, El Pont de Bar, Ribera d'Urgellet, La Seu d'Urgell, Les Valls d'Aguilar, Les Valls de Valira, La Vansa i Fornols.



21.386 (2012)	43/1.528	9/2.505	81/570	52
---------------	----------	---------	--------	----

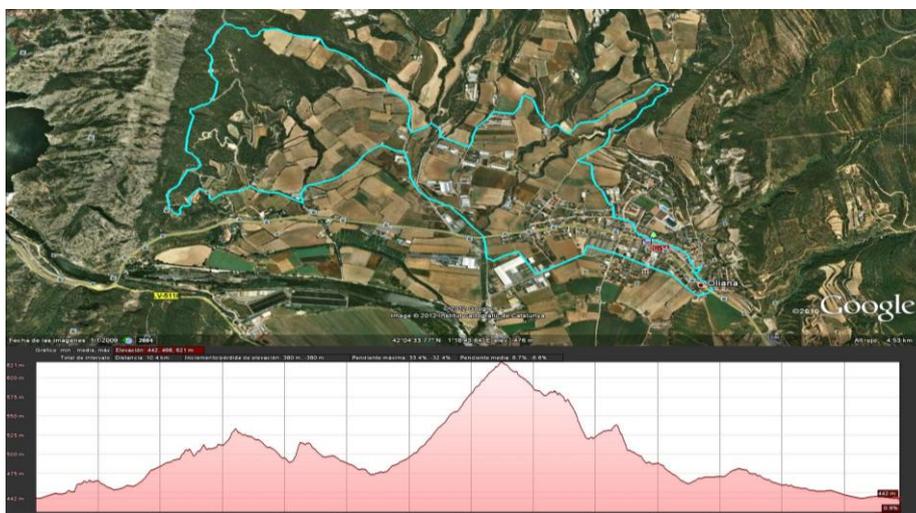
Fuentes: idescat.cat

### (B) Relación de Carreras de montaña.....

Carreras de Montaña de la Comarca de Alt Urgell (Lleida) 2012					
Nombre de la Carrera	Fecha	m	e	Municipio	Organizador
1. Ultra trail Coll de Nargó	2-jun	101.000	3	Coll de Nargó	Ajuntament Coll de N.
2. Arruix de Santa Fe	2-jun	5.000	4	Organya	Bombers V. d'Organyà
3. Verticalarp	23-jun	6.000	2	Sorribes de la Vansa	Refugi la Vansa
4. Cursa de muntanya d'Ossera	21-jul	11.000	12	Ossera	Atlet. Fond. Tarrega
5. Trobada at. muntanya d'Aristot_OPEN	1-sep	5.000	6	Pont de Bar	Comissió de festes d'Aristot
6. Trobada at. muntanya d'Aristot_PRO	1-sep	12.000	6	Pont de Bar	Comissió de festes d'Aristot
7. Cursa Sant Galderic-Tavernoles	16-oct	10.000	5	Tavernoles	Ajuntament Tavernoles
8. Cursa dels Nassos Oliana (10k)	31-dic	10.000	2	Oliana	Ajuntament d'Oliana
9. Cursa dels Nassos Oliana (5k)	31-dic	5.000	2	Oliana	Ajuntament d'Oliana

Fuente: elaboración propia a partir de RUNEDIA

### (C) Cartografía: Perfil de la Cursa dels Nassos (Ficha no. 8) .....



Fuente: <http://cursadelsnassos.blogspot.com.es/>

## FICHA no. 1

Nombre de la Carrera de Montaña:

**ultra trail Coll de Nargó**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
02/06/2012		24:00h	101.000 m	2010
<b>Tipo carrera:</b>	Copa catalana carreras ultra resistencia			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	4.200 m	<b>Negativo</b>	4.200 m
<b>Punto salida</b>	Coll de Nargó	<b>Punto llegada</b>	Coll de Nargó	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	60 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Muntanya d'Alinya			
<b>Municipios:</b>	Coll de Nargó-Fenollet-Montanisell-Boxols-Caborriu-Gabarra-Cortiuda-Aubens-Valldarques-			
<b>Comarca:</b>	<b>ALT URGELL</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Coll de Nargó	<b>Población Final:</b>	Coll de Nargó	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	FEEC, carreras ultrasistencia			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Ajuntament Coll de Nargó			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://collnargo.ddl.net/">http://collnargo.ddl.net/</a>			
	<a href="http://www.utcollnargo.blogspot.com.es/">http://www.utcollnargo.blogspot.com.es/</a>			
<b>Patrocinadores:</b>	LA FUMA			
	Ara Lleida, Diputació de Lleida			
	Marca Catalunya, qualitat			
	Unió Federaciones esportives de Cat			
	GENCAT, esport cat			
<b>Colaboradores:</b>	PODOBIO, sport solutions			
	FEEC			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	<b>300</b>	<b>Inscritos:</b>	<b>78</b>
	<b>% Locales:</b>	5 %	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b>
				95%
			<b>Nacionales</b>	x%
			<b>Internacionales</b>	x%
<b>(4) Observaciones)</b>				

**FICHA no.2**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Arruix de Santa Fe**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
02/06/2012		1:45h	5.000 m	2009
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	670 m	<b>Negativo</b>	670 m
<b>Punto salida</b>	Organya	<b>Punto llegada</b>	Ermita Santa Fé	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	10 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Ermita Santa Fé (1210 m)			
<b>Municipios:</b>	Organya			
<b>Comarca:</b>	<b>ALT URGELL</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Organya	<b>Población Final:</b>	Organya	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">FEEC, carreras montaña y propio</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Bombers Voluntaris d'Organya <b>Pagina web:</b> <a href="http://bombersorganya.cat">http://bombersorganya.cat</a> Club parapent pirenaic, UEUrgellenca			
<b>Colaboradores:</b>	Ajuntament d'Organya Consell Comarcal Alt Urgell Diputació de Lleida Parapent Organya Ajuntament de Figols i Alina IDAPA, Institut pel desenv. De l'Alt Pirineu i Aran			
<b>Patrocinadors:</b>	GRIFONE, Embotits UBACH; Carboniques Alt Urgell, S.A. Nordic sport; WALA; Bar restaurant EL PORTAL Caldo ANETO; Restaurante CAL BORDA; X-Pirience L'acordeo d'Organya; Trumfos de cambrils; Espai BIKE CALDEA; ISDIN; Bar-Resturant CAL JESUS Restaurants: LA CABANA; CAL L'ELENA; ELS FOGONS Terra d'escudella; Restaurant TRES PONTS; Taverna d'Organya Alpesport: taller XAVI; Parc Olímpic del Segre; Promotur Organya; FEEC; GAM Café bar NANDO; Cal RAFELO..... +++++			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	<b>300</b>	<b>Inscritos:</b>	<b>xxx</b>
	<b>% Locales:</b>	22 %	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b> 70%
			<b>Nacionales</b>	1%
			<b>Internacionales</b>	7% (Andorra)
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no.3**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**2ª Verticalarp**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
23/06/2012		0h	6.000 m	2010
<b>Tipo carrera:</b>	Circuit FER, curses catalanes			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.000 m	<b>Negativo</b>	670 m
<b>Punto salida</b>	Sorribas de la V.	<b>Punto llegada</b>	Refugi de l'Arp	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	15 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Pistas d'esqui TUXENT-LAVANSA			
<b>Municipios:</b>	Sorribas de la Vansa			
<b>Comarca:</b>	<b>ALT URGELL</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Sorribas de la V.	<b>Población Final:</b>	Sorribas de la V.	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	FER			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Refugi de la Vansa <b>Pagina web:</b> <a href="http://refugidelarp.cat">http://refugidelarp.cat</a>			
<b>Colaboradores:</b>	Consell Comarcal Alt Urgell Diputació de Lleida FEEC SALOMON IDAPA, Institut pel desenv. De l'Alt Pirineu i Aran GRIFONE marca CATALONIA GENCAT, sports cat Unió Federacions esportives cat CALDEA Coccetania edicions Editorial ALPINA Hotel Balneari SANTS VICENÇ Parc Olímpic del Segre			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> xxx	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados: 86</b>	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	99%	
		<b>Nacionales</b>	1%	
		<b>Internacionales</b>	x%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 4**

Nombre de la Carrera de Montaña: **Cursa de muntanya d'Ossera**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
21/07/2012		0h	11.000 m	2001
<b>Tipo carrera:</b>	Circuit FER, curses catalanes			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	600 m	<b>Negativo</b>	600 m
<b>Punto salida</b>	Ossera	<b>Punto llegada</b>	Ossera	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	10 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Pistas d'esqui TRUXENT-LAVANSA			
<b>Municipios:</b>	Ossera			
<b>Comarca:</b>	<b>ALT URGELL</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Ossera	<b>Población Final:</b>	Ossera	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	FER			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Club Atletisme Fondistes de Tárrega			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.fondistestarrega.com">http://www.fondistestarrega.com</a>			
<b>Colaboradores:</b>	Consell Comarcal Alt Urgell			
	Diputació de Lleida			
	FEEC			
	SALOMON			
	IDAPA, Institut pel desenv. De l'Alt Pirineu i Aran			
	GRIFONE			
	marca CATALONIA			
	GENCAT, sports cat			
	Unió Federacions esportivas cat			
	CALDEA			
	Coccetania edicions			
	Editorial ALPINA			
	Hotel Balneari SANTIS VICENÇ			
	Parc Olímpic del Segre			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> xxx	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados: 96</b>	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xx%	
		<b>Nacionales</b>	x%	
		<b>Internacionales</b>	x%	
<b>(4) Obseraciones</b>				

**FICHA no .5**

Nombre de la Carrera de Montaña: **Trobada atlètica muntanya d'Aristot\_OPEN**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
01/09/2012		2:00h	5.000 m	2007
<b>Tipo carrera:</b>	Circuit FER			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	150 m	<b>Negativo</b>	150 m
<b>Punto salida</b>	Pont de Bar	<b>Punto llegada</b>	Pont de Bar	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	4 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>				
<b>Municipios:</b>	Pont de Bar			
<b>Comarca:</b>	<b>ALT URGELL</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Pont de Bar	<b>Población Final:</b>	Pont de Bar	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">Propias del circuito FER</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Comissió de festes d'Aristot			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://www.trobada-aristot.org/2012">http://www.trobada-aristot.org/2012</a>		
<b>Colaboradores:</b>	FEEC-Circuit fer.cat			
	Gasseossilla.org			
	Unió Escursionista Urgellenca			
	Organya Bombers			
	Congelats NADAL			
	Ajuntament de Pont de Bar			
	La Caixa; Caixa Penedès			
	Pirineus TV; Segre.com; Radio Seu			
	Hotel Balneari SANTS VICENÇ			
	Polleria Urgelia			
	Editorial ALPINA			
	Creu Roja seu d'Urgell			
	Parc Olímpic del Segre			
	Aransa; Cadi; Grifone; caldo Aneto; SANEX; Gallo			
	Hotel campig Musser-Cerdanya y ++++++			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	<b>350</b>	<b>Inscritos:</b>	<b>xxx</b>
	<b>% Locales:</b>	<b>xx %</b>	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes xx%</b>
			<b>Nacionales</b>	<b>x%</b>
			<b>Internacionales</b>	<b>x%</b>
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 6**

Nombre de la Carrera de Montaña: **Trobada atlètica muntanya d'Aristot\_PRO**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
01/09/2012		2:30h	12.000 m	2007
<b>Tipo carrera:</b>	Circuit FER			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	604 m	<b>Negativo</b>	604 m
<b>Punto salida</b>	Pont de Bar	<b>Punto llegada</b>	Pont de Bar	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	8 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>				
<b>Municipios:</b>	Pont de Bar			
<b>Comarca:</b>	<b>ALT URGELL</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Pont de Bar	<b>Población Final:</b>	Pont de Bar	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	FER			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Comissió de festes d'Aristot			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.trobada-aristot.org/2012">http://www.trobada-aristot.org/2012</a>			
<b>Colaboradores:</b>	Gasseossilla.org			
	Circuit fer.cat			
	Unió Escursionista Urgellenca			
	Organya Bombers			
	FEEC			
	Aristot.net			
	Ajuntament de Pont de Bar			
	La Caixa; Caixa Penedès			
	Pirineus TV; Segre.com; Radio Seu			
	Hotel Balneari SANTS VICENÇ			
	Polleria Urgelia			
	Editorial ALPINA			
	Creu Roja seu d'Urgell			
	Parc Olímpic del Segre			
	Aransa; Cadi; Grifone; caldo Aneto; SANEX; Gallo			
	Hotel campig Musser-Cerdanya y ++++++			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	350	<b>Inscritos:</b>	xxx
	<b>% Locales:</b>	xx %	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b>
				xx%
			<b>Nacionales</b>	x%
			<b>Internacionales</b>	x%
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 7**

Nombre de la Carrera de Montaña: **Cursa Sant Galderic-Tavèrnoles**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
21/10/2012		2:30h	10.000 m	2008
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	250 m	<b>Negativo</b>	250 m
<b>Punto salida</b>	Tavèrnoles	<b>Punto llegada</b>	Tavèrnoles	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>		15 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>				
<b>Municipios:</b>	Tavèrnoles			
<b>Comarca:</b>	<b>ALT URGELL</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Tavèrnoles	<b>Población Final:</b>	Tavèrnoles	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	FER			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Ajuntament de Tavèrnoles			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.cursasantgalderic.blogspot.com.es">http://www.cursasantgalderic.blogspot.com.es</a>			
<b>Suport:</b>	Diputació de Barcelona			
	Consell Comarcal d'Osona			
<b>Colabora:</b>	Club natació Vic-Etb			
	Fanatik, botiga online			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 250	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 132	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xx%	
		Nacionales	x%	
		Internacionales	x%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 8**

Nombre de la Carrera de Montaña: **Cursa dels Nassos Oliana (10k)**

Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
30/12/2012		2:30h	10.000 m	2011
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	250 m	<b>Negativo</b>	250 m
<b>Punto salida</b>	Oliana	<b>Punto llegada</b>	Oliana	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>		9 €
Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>				
<b>Municipios:</b>	Oliana			
<b>Comarca:</b>	<b>ALT URGELL</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Oliana	<b>Población Final:</b>	Oliana	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>				
Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>				
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://cursadelsnassos.blogspot.com.es/">http://cursadelsnassos.blogspot.com.es/</a>			
<b>Suport:</b>	Ajuntament d'Oliana			
	Atletisme Lleida			
	Oliana runners			
<b>Colabora:</b>				
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 300	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 101	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xx%	
		Nacionales	x%	
		Internacionales	x%	
(4) Observaciones				

**FICHA no. 9**

Nombre de la Carrera de Montaña: **Cursa dels Nassos Oliana (5k)**

Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
30/12/2012		1:30h	5.000 m	2011
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	250 m	<b>Negativo</b>	250 m
<b>Punto salida</b>	Oliana	<b>Punto llegada</b>	Oliana	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>		9 €
Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>				
<b>Municipios:</b>	Oliana			
<b>Comarca:</b>	ALT URGELL			
<b>Población Inicio:</b>	Oliana	<b>Población Final:</b>	Oliana	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>				
Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>	Pagina web: <a href="http://cursadelsnassos.blogspot.com.es/">http://cursadelsnassos.blogspot.com.es/</a>			
<b>Suport:</b>	Ajuntament d'Oliana Atletisme Lleida Oliana runners			
<b>Colabora:</b>				
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 300	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 170	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xx%	
		Nacionales	x%	
		Internacionales	x%	
(4) Observaciones				

## PALLARS SOBIRÀ (Lleida)

### (A) Datos de la comarca .....

Extensión: 1.377,9 km<sup>2</sup>

Municipios: Alins, Alt Àneu, Baix Pallars, Espot, Esterri d'Àneu, Esterri de Cardòs, Farrera, La Guingueta d'Àneu, Lladorre, Llavorsí, Rialp, Soriquera, Sort, Tírvia, Vall de Cardòs.



7.457 (2012)	61/2.899	21/7.674	98/684	45
--------------	----------	----------	--------	----

Fuente: Idescat.cat

### (B) Carreras de montaña .....

Carreras de Montaña de la Comarca del Pallars Sobirà (Lleida) 2012					
Nombre de la Carrera	Fecha	m	e	Municipio	Organizador
1. NIXTrail	1-abr	34.000	1	Espot	La Nova Fita
2. Carros de Foc (open; +24h)	2-jun	55.000	10	Aiguastortes	Carros de Foc
3. IX Cuita al Sol-Milla Vertical	9-jun	5.500	9	Areu	C.E. Lleida
4. La Porta del Cel en 24 hores	15-jun	65.000	2	Tavascán	A. La Porta del Cel
5. Cursa d'Alta Muntanya La Ribalera	17-jun	39.000	1	Tírvia	A. Ex. Catalunya
6. Carros de Foc (sky run-24h)	29-jun	55.000	6	Aiguastortes	Carros de Foc
7. Marxa popular La Borda del Pubill	11-ago	5.200	1	Ribera de Cardós	Camping La Borda del P.
8. Rialp Matxicots Extrem	15-sep	82.000	3	Rialp	Ajuntament de Rialp
9. Rialp Matxicots Extrem	15-sep	42.195	3	Rialp	Ajuntament de Rialp
10. Rialp Matxicots Extrem	16-sep	15.000	3	Rialp	Ajuntament de Rialp

Fuente: elaboración propia a partir de RUNEDIA

### (C) Cartografía. .... Perfil de la maratón de montaña "Rialp Matxicots Extrem" Ficha no. 10



Fuente: [http://www.turisrialp.cat/matxicots/wpcontent/uploads/Altimetria\\_Matxicots\\_marato.jpg](http://www.turisrialp.cat/matxicots/wpcontent/uploads/Altimetria_Matxicots_marato.jpg)

FICHA no. 1

Nombre de la Carrera de Montaña:

**NIXTrail**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
01/04/2012		5:30 h	34.000 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Carrera sobre nieve			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.800 m	<b>Negativo</b>	1.800 m
<b>Punto salida</b>	Esport	<b>Punto llegada</b>	Esport	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	25 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Parque Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici			
<b>Municipios:</b>	Esport			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS SOBIRÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Esport	<b>Población Final:</b>	Esport	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propia de la carrera			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	La Nova Fita			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://nixtrail.lanovafita.com/">http://nixtrail.lanovafita.com/</a>			
<b>Patrocina:</b>	ICEBUG, calzado de running			
	Ajuntament d'Esport			
<b>Colabora:</b>	Esport esqui			
	FGC, Ferrocarriles de la Generalitat			
	ICBREAKER, roba técnica			
	Recuperation sport, bebida isotonica			
	COMPRESORT			
	CAMELBACK			
	INTEMPERIE,			
	Caldo ANETO			
	Revista TRAIL			
	Revista CORRICOLARI es CORRER			
	Editorial ALPINA			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> xxx	<b>Inscritos:</b> 45	<b>Llegados:</b> 42	
	<b>% Locales:</b> x %	<b>% Otros:</b> Catalanes	x%	
		<b>Nacionales</b>	x%	
		<b>Internacionales</b>	x%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Información de alojamiento				

**FICHA no. 2**

Nombre de la Carrera de Montaña: **Carros de Foc (open: +24h)**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx.		Fecha creación
02/06/2012		llegada	distancia	2002
Tipo carrera:		Libre entre 1/6 al 29/9 - Recorrer los 9 refugios (5 á 7 días)		
Desnivel:		Positivo	4.700 m	Negativo 4.700 m
Punto salida		Refugio	Punto llegada	Mismo refugio salida
Nivel solidario:		no	Precio:	50 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
Localización:		Parque Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici		
Municipios:				
Comarca:		<b>PALLARS SOBIRÀ</b>		
Población Inicio:		Población Final:		
Reglamentación y m-ambiente:		propia de la carrera		
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
Organizador:		Carros de Foc, Vielha		
		Pagina web: <a href="http://www.carrosdefoc.com/">http://www.carrosdefoc.com/</a>		
Patrocina:		MARMOT		
		POWERBAR		
		CAMELBAK		
		COMPEED		
		TAULL ORGANICS		
		Caldo ANETO		
Colabora:		Conselh Generau d'Aran		
		Parque Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici		
		FECC		
Participantes:		Máximos: xxx	Inscritos: xx	Llegados: xx
		% Locales: x %	% Otros: Catalanes	x%
			Nacionales	x%
			Internacionales	x%
<b>(4) Observaciones</b>				
Modalidad para hacerla en más de 24h y has de ir sellando o registrándote en los refugios				

**FICHA no. 3**

Nombre de la Carrera de Montaña: **IX Cuita al Sol-Milla Vertical**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
09/06/2012		3:00 h	5.500 m	2003
<b>Tipo carrera:</b>	Copa Catalana de Curses Verticals-Persegin el sol			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.680 m	<b>Negativo</b>	1.680 m
<b>Punto salida</b>	Areu	<b>Punto llegada</b>	Areu	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>		30 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Vall Ferrera (Cim Monteixo 2.905)			
<b>Municipios:</b>	Areu			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS SOBIRÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Areu	<b>Población Final:</b>	Areu	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">FEEC cursas verticals</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Centre Excursionista de Lleida <b>Pagina web:</b> <a href="http://www.cel.cat/">http://www.cel.cat/</a>			
<b>Promotor:</b>	EMD d'Areu Ajuntament d'Alins-Vall Ferrera			
<b>Institucions:</b>	Gencat, dpt de Agricultura i medi natural Diputació de Lleida Ajuntament de Lleida Pays d'Auzat et du Vicdessos Parc Natural de l'Alt Pirineu			
<b>Colabora:</b>	Hotel Vallferrera; Aparthotel Areu; Camping Pica d'Estats Revista TRAIL i SALOMON i BUFF Componentes Electronicos TELESA Mat. De Construcción CERVOS Hospital de Santa Maria Hotel Montaña i Salaria			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 400	<b>Inscritos:</b> xx	<b>Llegados:</b> 20	
	<b>% Locales:</b> 10 %	<b>% Otros:</b> Catalanes	85%	
		Nacionales	5%	
		Internacionales	0%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Salida a las 17:00 y llegada a las 20:00 .				

**FICHA no. 4**

Nombre de la Carrera de Montaña: **La Porta del Cel en 24 hores**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
15/06/2012		24:00 h	65.000 m	2010
<b>Tipo carrera:</b>	Recorrido 4 refugios "Graus-Certasca-Pinet-Ferrera"			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	5.500 m	<b>Negativo</b>	5.500 m
<b>Punto salida</b>	Refugi Graus	<b>Punto llegada</b>	Refugi de Graus	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	30 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales</b>				
<b>Localización:</b>	Parc Natural de l'Alt Pirineu i l'Ariège			
<b>Municipios:</b>	Tavascan			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS SOBIRÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Tavascan	<b>Población Final:</b>	Tavascan	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propia de la carrera</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Assosiació LA PORTA DEL CEL <b>Pagina web:</b> <a href="mailto:centrealpi@laportadelcel.com">centrealpi@laportadelcel.com</a>			
<b>Promotor:</b>				
<b>Instituciones:</b>				
<b>Colabora:</b>				
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> xxx	<b>Inscritos:</b> xx	<b>Llegados: 28</b>	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	89%	
		<b>Nacionales</b>	11%	
		<b>Internacionales</b>	0%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 5**

Nombre de la Carrera de Montaña: **Cursa d'Alta Muntanya La Ribalera**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
17/06/2012		9:00 h	39.000 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Cursa d'alta muntanya			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	2.800 m	<b>Negativo</b>	2.800 m
<b>Punto salida</b>	Tirvia	<b>Punto llegada</b>	Tirvia	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	35 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Parc Natural de l'Alt Pirineu			
<b>Municipios:</b>	Tirvia-Farrera-Os de Civis-Vall Ferrera			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS SOBIRA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Tirvia	<b>Población Final:</b>	Tirvia	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propia de la carrera</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Agrupació Excursionista Catalunya <b>Pagina web:</b> <a href="http://cursademuntanyaribalera.blogspot.com.es/">http://cursademuntanyaribalera.blogspot.com.es/</a>			
<b>Patrocinadores:</b>	Diputació de Lleida "Ara Lleida" Esports BALMAT ESTRELLA DAMM FEEC GAES, centres auditius GENCAT, Secretaria Gral. D'esports VERI, l'aigua del Pirineu			
<b>Colaboradores:</b>	Associació Esportiva PALLARS CACAO LAT i SANTIVERI Calzados BOREAL Complex piscinas Tirvia Consell Comarcal Alt Urgell i Pallars Sobirà Grifone Parc Natural de l'alt Pirineu Rialp Matxicots, carrera de montaña Rutes pels cims dels Països Catalans			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> xxx	<b>Inscritos:</b> xx	<b>Llegados: 44</b>	
	<b>% Locales:</b> 14 %	<b>% Otros:</b> Catalanes	82%	
		<b>Nacionales</b>	2%	
		<b>Internacionales</b>	2%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 6**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Carros de Foc (sky run-24h)**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
29/06/2012		24:00 h	55.000 m	2007
<b>Tipo carrera:</b>	Recorrer los 9 refugios dentro del Parque nacional de Aiguas tortes			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	4.700 m	<b>Negativo</b>	4.700 m
<b>Punto salida</b>	Refugio	<b>Punto llegada</b>	Mismo refugio	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	36 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Parque Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici			
<b>Municipios:</b>				
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS SOBIRA</b>			
<b>Población Inicio:</b>		<b>Población Final:</b>		
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propia de la carrera</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Carros de Foc, Vielha			
	<b>Página web:</b>	<a href="http://www.carrosdefoc.com/">http://www.carrosdefoc.com/</a>		
<b>Patrocina:</b>	Marmot			
	PowerBar			
	Camelbak			
	Compeed			
	Taüll Organics			
	Caldo ANETO			
<b>Colabora:</b>	Conselh Generau d'Aran			
	Parque Nacional d'Aiguestortes i Estany de sant Maurici			
	FEEC			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	338 (2011)	<b>Inscritos:</b>	xx
	<b>Llegados:</b>	xx		
	<b>% Locales:</b>	xx %	<b>% Otros:</b>	Catalanes xx%
			Nacionales	x%
			Internacionales	x%
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 7**

Nombre de la Carrera de Montaña: **Marxa popular La Borda del Pubill**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
11/08/2012		2:00h	5.200 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	200 m	<b>Negativo</b>	200 m
<b>Punto salida</b>	Camping	<b>Punto llegada</b>	Camping la Borda del Pubill	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	10 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Parque Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici			
<b>Municipios:</b>	Ribera de Cardòs			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS SOBIRÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>		<b>Población Final:</b>		
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propia de la carrera			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Camping la Borda del Pubill			
	<b>Página web:</b>	<a href="http://www.campinglabordadelpubill.com">http://www.campinglabordadelpubill.com</a>		
<b>Patrocina:</b>				
<b>Colabora:</b>				
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	<b>200</b>	<b>Inscritos:</b>	<b>185</b>
	<b>Llegados:</b>	<b>166</b>	<b>% Locales:</b>	xx %
	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b>	99%	
		<b>Nacionales</b>	1%	
		<b>Internacionales</b>	x%	
<b>(4) Observaciones)</b>				

**FICHA no. 8**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Rialp Matxicots Extrem**

Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
15/09/2012		24:00h	82.000 m	2010
<b>Tipo carrera:</b>	Carrera en semisuficiencia			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	7.000 m	<b>Negativo</b>	7.000 m
<b>Punto salida</b>	Rialp	<b>Punto llegada</b>	Rialp	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>	45 €	
Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>	Vall d'Assua			
<b>Municipios:</b>	Rialp-Sorre-Llesui-Careguè-Escàs-Surp-Rodès, Tavernoles, Rialp			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS SOBIRÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>		<b>Población Final:</b>		
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propia de la carrera</a>			
Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>	Ajuntament de Rialp			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.rialp.cat/">http://www.rialp.cat/</a>			
<b>Colaboradores:</b>	Ara Lleida, Diputació de Lleida			
	Parc natural de l'alt Pirineu			
	Consell Comarcal del Pallars Sobirà			
	Gencat, Parc Aigüestortes			
	Indústries de la fusta SEBASTIA			
	SEFOCATS, S.L., serveis forestal de cat			
	Carnisseria UBACH			
	ASSUA, receptiu turistic Pallars Sobirà			
	WALA, GIRO, Grup Areny			
	Caldo Aneto, VITAE			
	Noguera Pinyol			
	San Miguel			
	Spiridon			
	Trosdesort; PLUSFRESC			
	Hotel VICTOR, Bar JANO; XAREL.LO pub;			
	Farmacia Marta Gento ..... ++++			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 250	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 84	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	90%	
		<b>Nacionales</b>	10%	
		<b>Internacionales</b>	x%	
(4) Observaciones				

**FICHA no. 9**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Rialp Matxicots Marató**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
15/09/2012		14:00h	42.195m	2010
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	3.500 m	<b>Negativo</b>	3.500 m
<b>Punto salida</b>	Rialp	<b>Punto llegada</b>	Rialp	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>		35 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Vall d'Assua			
<b>Municipios:</b>	Rialp-Llesui-Careguè-Escàs-Surp-Rialp			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS SOBIRÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Rialp	<b>Población Final:</b>	Rialp	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propia de la carrera</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Ajuntament de Rialp			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.rialp.cat/">http://www.rialp.cat/</a>			
<b>Colaboradores:</b>	Ara Lleida, Diputació de Lleida			
	Parc natural de l'alt Pirineu			
	Consell Comarcal del Pallars Sobirà			
	Gencat, Parc Aiguestortes			
	Indústries de la fusta SEBASTIA			
	SEFOCATS, S.L., serveis forestal de cat			
	Carnisseria UBACH			
	ASSUA, receptiu turístic Pallars Sobirà			
	WALA, GIRO, Grup Areny			
	Caldo Aneto, VITAE			
	Noguera Pinyol			
	San Miguel			
	Spiridon			
	Trosdesort; PLUSFRESC			
	Hotel VICTOR, Bar JANO; XAREL.LO pub;			
	Farmacia Marta Gento ..... +++++			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	<b>250</b>	<b>Inscritos:</b>	<b>xxx</b>
2011 (96)	<b>% Locales:</b>	5 %	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b> 91%
			<b>Nacionales</b>	0%
			<b>Internacionales</b>	4%
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 10**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Rialp Matxicots Popular**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
15/09/2012		5:00h	15.000 m	2010
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.300 m	<b>Negativo</b>	1.300 m
<b>Punto salida</b>	Rialp	<b>Punto llegada</b>	Rialp	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>		20 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Vall d'Assua			
<b>Municipios:</b>	Rialp-Careguè-Escàs-Surp-Rodès-Rialp			
<b>Comarca:</b>	<b>PALLARS SOBIRÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Rialp	<b>Población Final:</b>	Rialp	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propia de la carrera			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Ajuntament de Rialp			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.rialp.cat/">http://www.rialp.cat/</a>			
<b>Colaboradores:</b>	Ara Lleida, Diputació de Lleida			
	Parc natural de l'alt Pirineu			
	Consell Comarcal del Pallars Sobirà			
	Gencat, Parc Aiguestortes			
	Indústries de la fusta SEBASTIA			
	SEFOCATS, S.L., serveis forestal de cat			
	Carnisseria UBACH			
	ASSUA, receptiu turistic Pallars Sobirà			
	WALA, GIRO, Grup Areny			
	Caldo Aneto, VITAE			
	Noguera Pinyol			
	San Miguel			
	Spiridon			
	Trosdesort; PLUSFRESC			
	Hotel VICTOR, Bar JANO; XAREL.LO pub;			
	Farmacia Marta Gento ..... ++++			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 300	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 166	
	<b>% Locales:</b> 32 %	<b>% Otros:</b> Catalanes	64%	
		<b>Nacionales</b>	4%	
		<b>Internacionales</b>	0%	
<b>(4) Observaciones</b>				



## RIPOLLÈS (Girona)

### (A) Datos de la comarca.....

Extensión: 956,6 Km<sup>2</sup>

**Municipios:** Campdevanol, Campelles, Camprodón, Gombren, Llanars, Les Lloses, Mollò, Ogassa, Pardines, Planoles, Queralbs, Ribes de Freser, Ripoll, Sant Joan de les Abadesses, Sant Pau de Segúries, Setcases, Toses, Vallfogona de Ripollès y Vilallonga de Ter.



26.268 (2012)	62/2.108	13/4.263	119/872	87
---------------	----------	----------	---------	----

Fuente: Idescat.cat

### (B) Listado de Carreras de montaña.....

Carreras de Montaña de la Comarca del Ripollès (Girona) 2012					
Nombre de la Carrera	Fecha	m	e	Municipio	Organizador
1. maratón hivernal de Campdevanol	19-feb	42.000	1	Campdevanol	G.Ex.Campdevanol
2.cursa hivernal de Campdevanol	19-feb	15.500	1	Campdevanol	G.Ex.Campdevanol
3.Meridià Verd a peu INTEMPERIE	29-abr	73.970	9	S.Joan Abadesses	A. Esport. Intemperie
4.Cursa Mossos d'Esquadra Sant Amand	1-may	22.700	10	Ripoll	C.Ex Ripoll
5.Els Bastions Trail	2-jun	50.000	1	Nuria	Els bastions
6.Els Bastions Ultra Trail	2-jun	85.000	2	Ribes de Freser	Els bastions
7.Ultra Trail de l'Emmona	16-jun	106.000	3	S.Joan Abadesses	U.Ex.S. Joan Abadesses
8.Travessa Núria-Queralt	30-jun	92.000	22	Nuria	A.M. Berguedans
9.La Setdellonga - Marató de Muntanya	1-jul	43.000	4	Vilallonga de Ter	Ajunt.Vilallonga Ter
10.Clàssica a l'olla de Vall de Núria	17-jul	22.000	6	Ribes de Freser	U.Ex. de Vic
11.Marxa cap a la Independència	21-jul	110.000	1	Ull de Ter	U.Ex. de Vic i A.Nal.Cat
12.Cursa d'alta Montanya Taga 2040 Evo	16-sep	26.300	13	S.Joan Abadesses	U.Ex.S.Joan Abadesses
13.Cursa La Marrana	30-sep	21.000	1	Setcases	Club Ex. MADTEAM

Fuente: elaboración propia a partir de RUNEDIA

### (C) Cartografía, Perfil de Meridià Verd (ficha no. 3).....



fuentes: <http://www.intemperie.es/media/upload/arxius/club/8MV/altimetre%20def.jpg>

## FICHA no. 1

Nombre de la Carrera de Montaña: **Marató hivernal de Campdevanol**

(1) Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx.		Fecha creación
		llegada	distancia	
19/02/2012		8:00h	42.195 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Campionat del Ripollès de Curses de Muntanya			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	2.750 m	<b>Negativo</b>	2.750 m
<b>Punto salida</b>	Campdevanol	<b>Punto llegada</b>	Campdevanol	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>Parte solidaria</b>	<b>Precio:</b>	30 €	
(2) Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>	Serralada de Montgrony			
<b>Municipios:</b>	Campdevanol			
<b>Comarca:</b>	<b>RIPOLLÈS</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Campdevanol	<b>Población Final:</b>	Campdevanol	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propio de la carrera</a>			
(3) Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>	G.E.C. Grup Excursionista Campdevanol			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://www.gec-campdevanol.org">http://www.gec-campdevanol.org</a>		
<b>Colabora:</b>	FEEC			
	Meteocat			
	ValldeNuria.cat			
	La Molina			
	Masella			
	Vallter 2000			
	Tornasol aventura			
	Ski&Mountain, botiga online			
	Agua de Ribes			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 250	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 111	
	<b>% Locales:</b> 17 %	<b>% Otros:</b> Catalanes	79%	
		<b>Nacionales</b>	4%	
		<b>Internacionales</b>	0%	
(4) Observaciones				
Solidaria				

## FICHA no. 2

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Cursa hivernal de Campdevanol**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
19/02/2012		5:00h	15.000 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Campionat del Ripollès de Curses de Muntanya			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	850 m	<b>Negativo</b>	850 m
<b>Punto salida</b>	Campdevanol	<b>Punto llegada</b>	Campdevanol	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>		15 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Serralada de Montgrony			
<b>Municipios:</b>	Campdevanol			
<b>Comarca:</b>	<b>RIPOLLÈS</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Campdevanol	<b>Población Final:</b>	Campdevanol	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propio de la carrera</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	G.E.C. Grup Excursionista Campdevanol			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.gec-campdevanol.org">http://www.gec-campdevanol.org</a>			
<b>Colabora:</b>	FEEC			
	Meteocat			
	ValldeNuria.cat			
	La Molina			
	Masella			
	Vallter 2000			
	Tornasol aventura			
	Ski&Mountain, botiga online			
	Aigua de Ribes			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos: 250</b>	<b>Inscritos: xxx</b>	<b>Llegados: 123</b>	
	<b>% Locales: 10 %</b>	<b>% Otros: Catalanes</b>	90%	
		<b>Nacionales</b>	0%	
		<b>Internacionales</b>	0%	
<b>(4) Observaciones</b>				

## FICHA no. 3

Nombre de la Carrera de Montaña: **Meridià Verd a peu INTEMPERIE**

(1) Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
29/04/2012		17:00h	73.970 m	2004
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	Positivo	2.362 m	Negativo	2.362 m
<b>Punto salida</b>	Sant J. Abadesses	<b>Punto llegada</b>	Viladrau	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	30 €
(2) Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>	S.Joan Abadesses-Vallfogona-Vidrà-S.Pere Torellò-S.Martí Sescorts-Roda de Ter-Savassona- S.Julià de Vilatorta- Viladrau			
<b>Municipios:</b>	S.Joan Abadesses- Vallfogona- Vidrà- S.Pere Torellò- S.Martí Sescorts- Roda de Ter- Savassona- S.Julià de Vilatorta- Viladrau			
<b>Comarca:</b>	RIPOLLÈS			
<b>Población Inicio:</b>	S.Joan Abadesses	<b>Población Final:</b>	Viladrau (Osona)	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">Comitè Català de marxes de Resistecia</a>			
(3) Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>	Associació Esportiva Intemperie			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://www.intemperie.es/club/activitats/any_2012">www.intemperie.es/club/activitats/any_2012</a>		
<b>Patrocinadors:</b>	Grifone			
	Intemperie			
	Probike			
<b>Colabora:</b>	Suunto			
	Isostar			
	Caldo ANETO			
	Centre Santa Marta CIEP, Centre d'Innovació Educativa del Parc			
	Agua de Ribes			
<b>Support:</b>	Diputació de Barcelona			
	Diputació de Girona			
	L'esport mou Cat			
	Marca Catalunya			
	FECC			
	Ajuntament de la baronia/Vila de Sant Joan de les Abadesses			
	Ajuntament de Vidrà i Ajuntament de Viladrau			
	Ajuntament de Sant Julià de Vilatorta			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 400	<b>Inscritos:</b>	xxx	<b>Llegados:</b> xxx
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b>	Catalanes	xx%
			Nacionales	x%
			Internacionales	x%
(4) Observaciones				

## FICHA no. 4

Nombre de la Carrera de Montaña: **Cursa Muntanya Mossos d'Esquadra Sant Amand**

(1) Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
06/05/2012		4:00h	22.700 m	2000
<b>Tipo carrera:</b>	Campionat Ripollés de Curses de Muntanya			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	683 m	<b>Negativo</b>	683 m
<b>Punto salida</b>	Ripoll	<b>Punto llegada</b>	Ripoll	
<b>Nivel solidario:</b>	no	<b>Precio:</b>		25 €
(2) Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>	Sant Amand (1832 m)			
<b>Municipios:</b>	Ripoll			
<b>Comarca:</b>	RIPOLLÈS			
<b>Población Inicio:</b>	Ripoll	<b>Población Final:</b>	Ripoll	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propia de la cursa</a>			
(3) Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>	Comissaria de Ripoll i Club Excursionista Ripoll			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://www.clubexcursionistaripoll.com">http://www.clubexcursionistaripoll.com</a>		
<b>Support:</b>	FECC			
	Marca Catalunya			
	GENCAT, departament d'esports			
	Unió de Federacions esportives de Cat			
<b>Colaboran:</b>	GUI, Llar i muntanya			
	Condi; Esclat; Fruitas MERCADER, S.L.; Fruitas CAPDEVILA			
	Embotits D'Oix			
	La Caixa; Caixa Penedès; Caja MADRID			
	Galletas BIRBA			
	Coca-Cola; Aigua de RIBES;			
	Editorial ALPINA			
	Sports PELLICER; Ski & Mountain; Sports MM 2000			
	Protecció Civil Ripollès			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	<b>Inscritos:</b>	<b>Llegados:</b>	
-2011	300	xxx	163	
	<b>% Locales:</b>	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b>	80%
			<b>Nacionales</b>	0%
			<b>Internacionales</b>	0%
(4) Observaciones				

## FICHA no. 5

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Els Bastions Trail**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
02/06/2012		20:00h	50.000 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Els Bastions Sky Races			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	3.000 m	<b>Negativo</b>	4.500 m
<b>Punto salida</b>	Nuria	<b>Punto llegada</b>	Ribes de Freser	
<b>Nivel solidario:</b>	no			<b>Precio:</b> 63 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Vall de Ribes			
<b>Municipios:</b>	Ribes de Freser			
<b>Comarca:</b>	<b>RIPOLLÈS</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Ribes de Freser	<b>Población Final:</b>	Ribes de Freser	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propio de la carrera</a>			
<b>Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Els Bastions			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://www.elbastions.com">http://www.elbastions.com</a>		
<b>Colaboradors:</b>	LA FUMA			
	Editorial ALPINA			
	Caldo ANETO y Estrella DAMM			
	Aigua de Ribes i Cobega			
	Vins Duc de Foix			
	Vall de Nuria			
	Girona, Patronat de Turisme			
	Diputació de Girona			
	Protecció Civil Ripoll			
	Pirineu Actiu			
	Artesans Vall de Ribes			
	Ajuntament Ribes de Freser			
	Ajuntament de Campelles			
	Ajuntament de Pardines			
	Ajuntament de Planoles			
	Consell Comarcal del Ripollès			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 250	<b>Inscritos:</b> 155	<b>Llegados:</b> 126	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	97%	
		<b>Nacionales</b>	1%	
		<b>Internacionales</b>	2%	
<b>(4) Observaciones</b>				

## FICHA no. 6

Nombre de la Carrera de Montaña:

Els Bastions Ultra Trail

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx.		Fecha creación
		Llegada	distancia	
02/06/2012		24:00h	85.000 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Els Bastions Sky Races			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	6.200 m	<b>Negativo</b>	6.200 m
<b>Punto salida</b>	Ribes de Freser	<b>Punto llegada</b>	Ribes de Freser	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	78 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Vall de Ribes			
<b>Municipios:</b>	Ribes de Freser			
<b>Comarca:</b>	RIPOLLÈS			
<b>Población Inicio:</b>	Ribes de Freser	<b>Población Final:</b>	Ribes de Freser	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propio de la carrera			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Els Bastions			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://www.elsbastions.com">http://www.elsbastions.com</a>		
<b>Patrocinadors:</b>	LA FUMA			
	Editorial ALPINA			
	Caldo ANETO			
	Estrella DAMM			
<b>Colabora:</b>	Aigua de Ribes			
	Cobega			
	Vins Duc de Foix			
	Vall de Nuria			
	Girona, Patronat de Turisme			
	Diputacio de Girona			
<b>Support:</b>	Protecció Civil Ripoll			
	Pirineu Actiu			
	Artesans Vall de Ribes			
	Ajuntament Ribes de Freser			
	Ajuntament de Campelles			
	Ajuntament de Pardines			
	Ajuntament de Planoles			
	Consell Comarcal del Ripollès			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 150	<b>Inscritos:</b> 115	<b>Llegados:</b> 60	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	92%	
		<b>Nacionales</b>	5%	
		<b>Internacionales</b>	3%	
<b>(4) Observaciones</b>				

## FICHA no. 7

Nombre de la Carrera de Montaña:

Ultra Trail de l'Emmona

(1) Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
16/06/2012		36:00h	106.000 m	2009
<b>Tipo carrera:</b>	Copa Catalana ultra resistencia			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	8.500 m	<b>Negativo</b>	8.500 m
<b>Punto salida</b>	S.J.Abadesses	<b>Punto llegada</b>	Sant Joan Abadesses	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	78 €
(2) Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>	Serra de Cavallera-Capçaleres Ter i Freser-Serra de Montgrony			
<b>Municipios:</b>	Sant Joan de les Abadesses			
<b>Comarca:</b>	RIPOLLÈS			
<b>Población Inicio:</b>	S.J.Abadesses	<b>Población Final:</b>	Sant Joan Abadesses	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propio de la carrera</a>			
(3) Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>	Unió Excursionista Sant Joan de les Abadesses			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.emmona.cat">www.emmona.cat</a>			
<b>Colaboradors i amics:</b>	OVERSTIM, nutrició esportiva			
	Caldo ANETO			
	Knorr, Calvè, Flora, Borges			
	Podopie			
	Haribo			
	TUGA, active wear			
	moto club abadesses			
	vall de nuria			
	club triatlò de sant joan abadesses			
	forn artesà MAS PALOU			
	<a href="http://refrescat.cat">refrescat.cat</a>			
	<a href="http://sportsvicious.com">sportsvicious.com</a>			
	<a href="http://corredors.cat">corredors.cat</a>			
	Corredor de montaña			
	Tierra vertical			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 400	<b>Inscritos:</b> 270	<b>Llegados:</b> 181	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	93%	
		<b>Nacionales</b>	1%	
		<b>Internacionales</b>	6%	
(4) Observaciones				

## FICHA no. 8

Nombre de la Carrera de Montaña:

Travessa Núria-Queralt

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
30/06/2012		24:00h	92.000 m	1990
<b>Tipo carrera:</b>	Copa Catalana ultra-resistencia			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	5.800 m	<b>Negativo</b>	7.100 m
<b>Punto salida</b>	Nuria	<b>Punto llegada</b>	Berga	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>	<b>Precio:</b>	70 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>				
<b>Municipios:</b>	Queralt-La Molina-Bagà-Berga			
<b>Comarca:</b>	RIPOLLÈS			
<b>Población Inicio:</b>	Queralt	<b>Población Final:</b>	Berga (Berguedà)	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	Copa Catalana Feec-Lafuma de Curses d'Ultraresistència			
<b>Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Associació de Muntanyecs Berguedans			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://www.92km.com">http://www.92km.com</a>		
<b>Colaboradors:</b>	FEEC			
	GENCAT-Esportcat			
	Unió de federacions esportives de Cat			
	LA FUMA			
	Berga Resort			
	Hotel CAL NEN, restaurant			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	<b>500</b>	<b>Inscritos:</b>	<b>154</b>
	<b>% Locales:</b>	xx %	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b>
				97%
			<b>Nacionales</b>	1%
			<b>Internacionales</b>	2%
<b>(4) Observaciones</b>				

## FICHA no. 9

Nombre de la Carrera de Montaña: **La Setdellonga - Marató de Muntanya**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada		Fecha creación
01/07/2012		10:00h	42.195 m	2008
<b>Tipo carrera:</b>	Campionat Ripollés de Curses de Muntanya			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	m	<b>Negativo</b>	m
<b>Punto salida</b>	Vilallonga de Ter	<b>Punto llegada</b>	Vilallonga de Ter	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	25 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Vilallonga de T.-Tregurà-El Catllar-Llebro-Abella-Vilallonga de T.			
<b>Municipios:</b>	Vilallonga de T.-Tregurà-El Catllar-Llebro-Abella-Vilallonga de T.			
<b>Comarca:</b>	<b>RIPOLLÈS</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Vilallonga de T	<b>Población Final:</b>	Vilallonga de Ter	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>				
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Ajuntament de Vilallonga de Ter			
	<b>Página web:</b> <a href="http://www.vilallongadeter.cat/">http://www.vilallongadeter.cat/</a>			
<b>Colaboradores:</b>	Grup de Muntanya Vall de Camprodón			
	GENCAT-Esportcat			
	Sport Nabes			
	Sports Vivac			
	Galetes Birba			
	Fruitas Capdevila			
	Voluntaris de Vilallonga			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 500	<b>Inscritos:</b> 154	<b>Llegados:</b> 93	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	100%	
		<b>Nacionales</b>	0%	
		<b>Internacionales</b>	0%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Voluntariado				

## FICHA no. 10

Nombre de la Carrera de Montaña:

Clàssica a l'olla de Vall de Núria

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
14/07/2012		5:00h	22.000 m	2006
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.940 m	<b>Negativo</b>	1.940 m
<b>Punto salida</b>	Santuari de Nuria	<b>Punto llegada</b>	Santuari de Nuria	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	30 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Vall de Nuria			
<b>Municipios:</b>	Queralbs			
<b>Comarca:</b>	RIPOLLÈS			
<b>Población Inicio:</b>	Queralbs	<b>Población Final:</b>	Queralbs	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>				
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Unió Excursionista de Vic i Vall de Núria			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.unioexcursionistavic.org">www.unioexcursionistavic.org</a>			
<b>Colaboradors:</b>	Vall de Nuria			
	Unió Excursionista de Vic			
	Feec			
	Ajuntament de Queralbs			
	GENCAT, agencia catalana de la juventut			
	GENCAT, SECRETARIA GENERAL D'ESPORT			
	Ajuntament de Vic			
	Serveis de manteniment del Pirineu			
	ORS, atenció integral a la salut			
	Camp IV, online			
	INTERSPORT			
	Muntanyas de llibres			
	Plataforma PRO seleccions esportives catalanes			
	Editorial ALPINA			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos: 600</b>	<b>Inscritos: xxx</b>	<b>Llegados: 551</b>	
	<b>% Locales: xx %</b>	<b>% Otros: Catalanes</b>	100%	
		<b>Nacionales</b>	0%	
		<b>Internacionales</b>	0%	
<b>(4) Observaciones</b>				

## FICHA no. 11

Nombre de la Carrera de Montaña: **1a Marxa cap a la Independència**

(1) Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
21/07/2012		24:00h	110.000 m	2012
Tipo carrera:	Marxa de resistencia			
Desnivel:	Positivo	1.747 m	Negativo	3.387 m
Punto salida	Refugi Ull de Ter	Punto llegada	Roda de Ter	
Nivel solidario:	no	Precio:	30 €	
(2) Datos geográficos y medio-ambientales:				
Localización:				
Municipios:	Setcases-Vilallonga de T.-Llanars-Camprodón-Sant Pau d seguries-Sant Joan de les Abadesses-Ripol-La Farga de Bebie-Sant Quirze de Besora-Borgonya-Torelló-Les Masies de Voltregà-Manlleu i Roda de Ter.			
Comarca:	<b>RIPOLLÈS</b>			
Población Inicio:	Setcases	Población Final:	Roda de Ter	
Reglamentación y m-ambiente:	Propia de la carrera			
(3) Agentes/Actores que intervienen:				
Organizador:	Unió Excursionista de Vic-Assambela Nacional Cat-Ski Club Camprodón			
	Página web:	<a href="http://www.lamarxa.cat/">http://www.lamarxa.cat/</a>		
	Página web:	www.unioexcursionistavic.org		
Colaboradors:	Radio Manlleu FM			
	BONPREU i ESCLAT			
	Diari de MANLLEU			
	Ajuntament de Roda de Ter			
	Ajuntament de Manlleu			
	Ajuntament de Vic			
	Radio Ripoll			
	Sports MANLLEU			
	Ajuntament Sant Quirze de Besora			
	INTERSPORT			
	eixdigital.cat			
	Plataforma PRO seleccions esportives catalanes			
	Ajuntament de Setcases			
	Grup excursionista MANLLEU			
Participantes:	Máximos: xxx	Inscritos: xxx	Llegados: xxx	
	% Locales: xx %	% Otros: Catalanes	xxx%	
		Nacionales	xx%	
		Internacionales	xx%	
(4) Observaciones				

## FICHA no. 12

Nombre de la Carrera de Montaña: **XII Cursa d'alta Montanya Taga 2040 Evo**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
16/09/2012		00:00h	26.300 m	2000
<b>Tipo carrera:</b>	Campionat Cat de curses de muntanya individual			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.718 m	<b>Negativo</b>	1.718 m
<b>Punto salida</b>	S.J.Abadesses	<b>Punto llegada</b>	S.J.Abadesses	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	26 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Cim del TAGA (2040)			
<b>Municipios:</b>	Sant Joan de les Abadesses			
<b>Comarca:</b>	<b>RIPOLLÈS</b>			
<b>Población Inicio:</b>	S.J.Abadesses	<b>Población Final:</b>	S.J.Abadesses	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	FEEC de curses de muntanya			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Unió Excursionista Sant Joan Abadesses			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://www.taga2040.com">http://www.taga2040.com</a>		
<b>Suport</b>	FEEC			
<b>Institucional:</b>	<b>Marca Catalunya</b>			
	Ajuntament de la Baronia/Vila de Sant J.Abadesses			
	Ajuntament d'Ogassa			
	L'Esport mou Cat			
	Consell Comarcal del Ripolès			
	Seguretat civil			
	Diputació de Girona			
	Bombers de la Generalitat			
	Unió Federacions esportives de Cat			
<b>Patrocinadors:</b>	Galetas BIRBA; Caldo ANETO; casa TIO; Pinsos NUTRIBÓ			
	Fruitas CAPDEVILA; isdin; ruta del Ferro; Club TRIATLO Sant Joan;			
	PHARMATON; Le monde des curses; MARATHON sport; JULBO			
	editorial ALPINA; ULISSUS librería viajes; revistaTrail			
	CorreMonts; La bolsa del Corredor; BESTART; BUFF; BIVRAN;			
	DANONE; COCA-COLA, Llet NOSTRA; Aigua de RIBES			
	Sports NABES, TRI esports; SALOMON; SKI & MOUNTAIN;			
	GYM sports life; LURBEL; PIRINAT; AUTO PELLICER			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 400	<b>Inscritos:</b> 407	<b>Llegados:</b> 370	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xxx%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				

## FICHA no. 13

Nombre de la Carrera de Montaña:

Cursa La Marrana

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
30/09/2012		4:30h	21.000 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.300 m	<b>Negativo</b>	1.300 m
<b>Punto salida</b>	Vallter 2000	<b>Punto llegada</b>	Vallter 200	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	20 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Cim del TAGA (2040)			
<b>Municipios:</b>	Setcases			
<b>Comarca:</b>	<b>RIPOLLÈS</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Setcases	<b>Población Final:</b>	Setcases	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>				
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Club Excursionista MADTEAM			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.cursalamarrana.cat/">http://www.cursalamarrana.cat/</a>			
<b>Colaboradores:</b>	BARRABES.com			
	BCN cookies, COCA-COLA , Refrescat			
	TUGA wear , Vallter			
	Powerbar			
	Aigua de Ribes, Caldo ANETO			
	LURBEL; JULBO wear; CES "Centre Ex. Setcases"			
	SPORT TIMMING			
	Filmexplora			
	Ajuntament de Setcases i Vilallonga de Ter			
	Spai Pais Valencia			
	Mancomunitat Vall de Camprodón i Consell Comarcal del Ripollès			
	COSSETANEA, edicions; Editorial ALPINA i PIOLET			
	Llibreria Horitzons			
	RespirFix; RUNBcn; CAMP BASE; GR ZERO;			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 150	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 149	
	<b>% Locales:</b> 20 %	<b>% Otros:</b> Catalanes	76%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	4%	
<b>(4) Observaciones</b>				

## BERGUEDÀ (BARCELONA)

### (A) Datos de la comarca .....

Extensió: 1.185,2 km<sup>2</sup>

**Municipios:** Avià, Bagà, Berga, Borreda, Capolat, Casserres, Castell de l'Areny, Castellar de n'Hug, Castellar de Riu, Cercs, L'Espunyola, Figols, Gironella, Gisclarfeny, Guardiola de Berguedà, Gòsol, Montclar, Montmajor, La Nou de Berguedà, Olvan, La Poblà de l'Illet, Puig-reig, La Quar, Sagàs, Saldes, Sant Jaume de Frontanya, Sant Julià de Cerdanyola, Santa Maria de Merlès, Vallcebre, Vilada, Viver i Serateix.



41.202 (2012)

50/1.261

19/6.738

135/1.232

133

Fuente: Idescat.cat

### (B) Relación de carreras de montaña .....

Carreras de Montaña de la Comarca del Berguedà (Barcelona) 2012					
Nombre de la Carrera	Fecha	m	e	Municipio	Organizador
1.Cursa Casserres	11-mar	15.600	2	Casserres	A.E.Mountainrunners
2.St. Jordi de Cercs	25-mar	14.000	2	S.Jordi de Cercs	A.E.Mountainrunners
3.Cursa Vilada - Picancel	15-abr	14.500	2	Vilada	A.E.Mountainrunners
4. Marató de Muntanya de Berga	27-may	42.195	7	Berga	A.E.MountainRunners
5.Cursa d'Alta Muntanya de Berga	27-may	20.000	4	Berga	A.E.Mountainrunners
6. Pujada de Bagà a Coll de Pal	29-may	19.000	29	Bagà	C.Amics de l'Atlet. Bagà
7.Cavalls del Vent	6-jun	82.000	10	Berga	refugis i Parc Natural
8.Berga - Rasos - Berga	12-jun	25.000	14	Berga	Club Esquí Berguedà
9. Cursa Pedraforca-Saldes	10-jul	14.200	7	Saldes	A.E.Mountainrunners
10.TRANS-CAT	9-sep	110.000	1	Saldes	klassmark Trail
11.Ultra Cavalls del Vent	29-sep	84.840	3	Bagà	Salomon nature trails
12.Espai Kilian	7-oct	14.000	1	Castellar de n'Hug	<b>Espai Kilian</b>
13.IV Volta La Maria	21-oct	15.500	4	Avià	CIESC
14.Rasos-Manresa	27-oct	82.000	21	Castellar de Riu	C.E.Ulldecona
15.Berga-Santpedor	11-nov	55.000	28	Berga	C.Excursionista 2x2
16.Els Tossals	11-nov	14.000	1	L'Espunyola	Outcat
17.L'últim Maqui	25-nov	19.000	2	Olvan	Ajuntament Olvan
18. Cursa de Queralt	16-dic	12.500	2	Queralt	A.E.Mountainrunners

Fuente: elaboración propia a partir de RUNEDIA

### (C) Cartografía:



(Ficha no. 10)



Fuente: <http://www.trans-cat.com/#!bergad/cd3l>

**FICHA no. 1**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Cursa Casserres**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
11/03/2012		3:00h	15.600 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Triangular curses del Berguedà			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	515 m	<b>Negativo</b>	515 m
<b>Punto salida</b>	Casserres	<b>Punto llegada</b>	Casserres	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	16 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>				
<b>Municipios:</b>	Casserres			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Casserres	<b>Población Final:</b>	Casserres	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propio de la carrera</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Agrupació Esportiva Mountainrunners del Berguedà <b>Pagina web:</b> <a href="http://www.mountainrunners.eu">http://www.mountainrunners.eu</a>			
<b>Colaboradors:</b>	Assamblea de Joves de Casserres Ajuntament de Casserres Masia Els Fontirons			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 200	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 105	
	<b>% Locales:</b> 63 %	<b>% Otros:</b> Catalanes	37%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 2**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**St. Jordi de Cercs**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada		Fecha creación
25/03/2012		3:00h	13.740 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Triangular curses del Berguedà			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	740 m	<b>Negativo</b>	740 m
<b>Punto salida</b>	S.Jordi de Cercs	<b>Punto llegada</b>	Sant Jordi de Cercs	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	16 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>				
<b>Municipios:</b>	Sant Jordi de Cercs			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	S.Jordi de Cercs	<b>Población Final:</b>	Sant Jordi de Cercs	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propio de la carrera			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Agrupació Esportiva Mountainrunners del Berguedà			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.mountainrunners.eu">http://www.mountainrunners.eu</a>			
<b>Colaboradors:</b>	Ajuntament de Cercs			
	El Tossalet			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos: 200</b>	<b>Inscritos: xxx</b>	<b>Llegados: 100</b>	
	<b>% Locales: 90 %</b>	<b>% Otros: Catalanes</b>	10%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 3**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Cursa Vilada - Picancel**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
25/04/2012		3:00h	14.500 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Triangular curses del Berguedà			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	950 m	<b>Negativo</b>	950 m
<b>Punto salida</b>	Vilada	<b>Punto llegada</b>	Vilada	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	16 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Serra de Picancel i les Canals de Sant Miquel			
<b>Municipios:</b>	Vilada			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Vilada	<b>Población Final:</b>	Vilada	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propio de la carrera</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Agrupació Esportiva Mountainrunners del Berguedà			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.mountainrunners.eu">http://www.mountainrunners.eu</a>			
<b>Colaboradors:</b>	Ajuntament de Vilada			
	Ajuntament de la Quar			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 200	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 101	
	<b>% Locales:</b> 63 %	<b>% Otros:</b> Catalanes	37%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 4**

Nombre de la Carrera de Montaña: **VII Marató de Muntanya de Berga**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
27/05/2012		8:00h	42.195 m	2006
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	2.930 m	<b>Negativo</b>	2.930 m
<b>Punto salida</b>	Berga	<b>Punto llegada</b>	Berga	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	35 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Serra d'Encija i Rasos de Peguera			
<b>Municipios:</b>	Berga			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Berga	<b>Población Final:</b>	Berga	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propio de la carrera</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Agrupació Esportiva Mountainrunners del Berguedà <b>Pagina web:</b> <a href="http://www.mountainrunners.eu">http://www.mountainrunners.eu</a>			
<b>Patrocinadors:</b>	CALLUS, Carburants-pneumàtics Estudi Juridic Economic, Seraros i Associats, consultors Masia Els Fontirons			
<b>Colaboradors:</b>	El Tossalet Valldan, embotits tradicionals Tandem esports Cal Blasi Escuela de masaje manual Zanuy snacks Rasos de Pequera Salomon L'esport mou cat; <b>Marca CATALUÑA</b> ; FEEC; Alter-esports L'Alt Berguedà Ajuntament de Berga, Saldes, Figols, Cercs Ajuntament de Castellar del Riu Club Atleti Berga Club Alpí Gironella			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 250	<b>Inscritos:</b> 229	<b>Llegados:</b> 205	
	<b>% Locales:</b> xxx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	100%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 5**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Cursa d'Alta Muntanya de Berga**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
27/05/2012		6:00h	20.000 m	2009
<b>Tipo carrera:</b>	Copa Catalana de Curses de Muntanya			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.500 m	<b>Negativo</b>	1.500 m
<b>Punto salida</b>	Berga	<b>Punto llegada</b>	Berga	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	33 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Coll d'Estela			
<b>Municipios:</b>	Berga			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Berga	<b>Población Final:</b>	Berga	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	FEEC i propio de la carrera			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Agrupació Esportiva Mountainrunners del Berguedà <b>Pagina web:</b> <a href="http://www.mountainrunners.eu">http://www.mountainrunners.eu</a>			
<b>Patrocinadors:</b>	CALLUS, Carburants-pneumatics Estudi Juridic Economic, Seraros i Associats, consultors			
<b>Colaboradors:</b>	El Tossalet Valldan, embotits tradicionals Tandem esports Cal Blasi Escuela de masaje manual Zanuy snacks Rasos de Pequera Salomon L'esport mou cat; <b>Marca CATALUÑA</b> ; FEEC; Alter-esports Consorti turisme L'Alt Berguedà Ajuntament de Berga, Saldes, Figols, Cercs Ajuntament de Castellar del Riu Club Atleti Berga Club Alpi Gironella			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	<b>Inscritos:</b>	<b>Llegados:</b>	
	250	124	123	
	<b>% Locales:</b> xxx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	100%	
		Nacionales	xx%	
		Internacionales	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				

## FICHA no. 6

Nombre de la Carrera de Montaña:

XXVIII - Pujada de Bagà a Coll de Pal

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
12/05/2012		3:00 h	19.000	1984
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	2.300 m	<b>Negativo</b>	2.300 m
<b>Punto salida</b>	Bagà	<b>Punto llegada</b>	Coll de Pal	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	8 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Coll de Pal (2.104)			
<b>Municipios:</b>	Bagà			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Bagà	<b>Población Final:</b>	Bagà	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>				
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Club Amics de l'Atletisme Bagà			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.atletisme.net/">http://www.atletisme.net/</a>			
<b>Colaboradors:</b>	Ajuntament de Bagà i Guardioa de Berguedà			
	Alsina Graells, S.L.			
	Acertec (Gerard Mas)			
	Associació de voluntaris de Protecció Civil de Navàs			
	ACP Bagà			
	Unió de Fedracions esportives de Cat			
	ARQUIESTUDI, Arquitecte Tècnic Jordi Noguera			
	Assegurances Jesús Cubillas			
	Auto Escola Cadí			
	Auto Servei Pedrals; Rosell			
	Bar Restaurent EL PUNT			
	Bastareny Parc, S.L.			
	B-Grup; Cal COMPANYÓ			
	Carnisseria ADELA; Cobega COCA-COLA; Combustibles BALSARENY			
	Comercial CABALLÈ i MOLI DEL CASTELL			
	Consell Comarcal del Berguedà			
	Parc Natural del Cadi-Moixero			
	Perruqueria Unisex GOLDWELL i Abel-Inma			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 500	<b>Inscritos:</b>	<b>Llegados:</b> 68	
	<b>% Locales:</b> 14 %	<b>% Otros:</b> Catalanes	85%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	1%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 7**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Cavalls del Vent**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
06/06/2012		24:00 ó 36:00 h	82.000	2002
<b>Tipo carrera:</b>	Circular entre los 8 refugios, en ocho días, 24:00h o 36:00 h. Libre opción desde el 6 de Junio al 24 de Septiembre			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	5.200 m	<b>Negativo</b>	5.200 m
<b>Punto salida</b>	1. Refugi	<b>Punto llegada</b>	Tornar al 1 refugi triat	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	43 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Parc Natural Cadi-Moixeró			
<b>Municipios:</b>				
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Berga	<b>Población Final:</b>	Berga	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propia			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Refugis i Parc natural <b>Pagina web:</b> <a href="http://cavallsdelvent.com">http://cavallsdelvent.com</a>			
<b>Patrocinadors:</b>	Salomon Editorial Alpina Tandem Sports Suunto			
<b>Colaboradors:</b>	L'Alt Berguedà Ultra cavalls de Vent Cerdanya FEEC UEC Llibreria Horitzons Ultra trail du Montblanc			
<b>Institucions:</b>	Ajuntament de Bagà i Bellver de Cerdanya Ajuntament de Gisclareny i Guardiola de Berguedà Ajuntament de Martinet-Montellà i Riu de Cerdanya Ajuntament de Saldes i Urús			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos: xxx</b>	<b>Inscritos: xxx</b>	<b>Llegados: xxx</b>	
	<b>% Locales: xx %</b>	<b>% Otros: Catalanes</b>	xx%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 8**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Berga - Rasos - Berga**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
13/05/2012		8:00 h	25.000	1998
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.800 m	<b>Negativo</b>	1.800 m
<b>Punto salida</b>	Berga	<b>Punto llegada</b>	Berga	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	43 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Rasos de Peguera			
<b>Municipios:</b>	Berga			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Berga	<b>Población Final:</b>	Berga	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propia			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Club esquí Berguedà			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.clubsequibergueda.cat">http://www.clubsequibergueda.cat</a>			
<b>Colaboradors:</b>	InterSport, Berga-Port del Compte			
	ZANUY			
	CostaSports			
	INFORBER			
	TANDEM sports			
	Rasos de Peguera			
	Berga salut, Constança Gil			
	Turisme Rural "Rasos de Peguera" puigventós			
	Gestoria Pujol			
	El Tossalet			
	Papereria J. Vila			
	Pa i Pastisseria Pavebsa			
	Super Pedret			
	Gencat, consell Catalá del Sport			
	FEEC			
	Ajuntament de Berga			
	Ajuntament de Castellar del Riu			
	berguedà actual			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> xxx	<b>Inscritos:</b> 255	<b>Llegados:</b> 241	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xx%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				

## FICHA no. 9

Nombre de la Carrera de Montaña: **Cursa Pedraforca-Saldes**

(1) Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
08/07/2012		4:30h	13.320 m	2009
Tipo carrera:	Copa Catalana de curses de Muntanya			
Desnivel:	Positivo	1.248 m	Negativo	1.248 m
Punto salida	Saldes	Punto llegada	Saldes	
Nivel solidario:	no		Precio:	26 €
(2) Datos geográficos y medio-ambientales:				
Localización:	Pedraforca			
Municipios:	Saldes			
Comarca:	<b>BERGUEDÀ</b>			
Población Inicio:	Saldes	Población Final:	Saldes	
Reglamentación y m-ambiente:	FEEC y propio de la carrera			
(3) Agentes/Actores que intervienen:				
Organizador:	Agrupació Esportiva Mountainrunners del Berguedà			
	Pagina web: <a href="http://www.mountainrunners.eu">http://www.mountainrunners.eu</a>			
Colaboradors:	Club Esportiu de Muntanya de Saldes			
	Ajuntament de Saldes			
	Marca Catalunya			
	FEEC			
	GENCAT, l'esport mou cat			
	Parc Natural Cadí-Moixeró			
	EL ROGET			
	Salomon			
	Els Tossalets			
	FotoLisoSport			
Participantes:	Máximos: 300	Inscritos: xxx	Llegados: 126	
	% Locales: 23 %	% Otros: Catalanes	77%	
		Nacionales	xx%	
		Internacionales	xx%	
(4) Observaciones				

FICHA no. 10

Nombre de la Carrera de Montaña:

**TRANS-CAT**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
09/09/2012		00:00 h	120.000	2012
<b>Tipo carrera:</b>	trail running de 4 días, 4 etapas, 4 comarcas, 4 campings, 1 país			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	6.000 m	<b>Negativo</b>	6.000 m
<b>Punto salida</b>	Saldes	<b>Punto llegada</b>	Cantallops	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>	<b>Precio:</b>	160 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Pedraforca-Serra Montgrony-Comanegre-Serra de l'Albera			
<b>Municipios:</b>	Saldes-Gombren (Ripollès)-Sadernes (Garrotxa)-Cantallops (Alt Empordà)			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Saldes	<b>Población Final:</b>	Saldes	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propia			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	klassmark Trail			
	<b>Página web:</b> <a href="http://www.trans-cat.com/">http://www.trans-cat.com/</a>			
<b>Colaboradores:</b>	COSTA BRAVA, Pirineu de Girona			
	Centre Cenit			
	BTM, Souno			
	RUBAU			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos: 300</b>	<b>Inscritos: xxx</b>	<b>Llegados: 71</b>	
	<b>% Locales: xx %</b>	<b>% Otros: Catalanes</b>	xx%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 11**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Ultra Cavalls del Vent**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
29/09/2012		24:00h	84.840 m	2009
<b>Tipo carrera:</b>	Ultra Skymarathon Series (Internacional)			
	enlaza ocho refugios del Parc natural Cadí-Moixeró			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	6.098 m	<b>Negativo</b>	6.098 m
<b>Punto salida</b>	Bagà	<b>Punto llegada</b>	Bagà	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>Parte UNICEF</b>		<b>Precio:</b>	79 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Parc natural del Cadí-Moixeró			
<b>Municipios:</b>	Bagà			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Bagà	<b>Población Final:</b>	Bagà	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>				
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Agrupació Esportiva Mountainrunners del Berguedà			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.mountainrunners.eu">http://www.mountainrunners.eu</a>			
	-			
	Salomon Nature trails			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.ultracavallsdelvent.com">http://www.ultracavallsdelvent.com</a>			
<b>Colaboradors:</b>				
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 1000	<b>Inscritos:</b> 1009	<b>Llegados:</b> 226	
	<b>% Locales:</b> xxx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xx%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 12**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Espai Kilian**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
07/10/2012		00:00 h	14.000	2012
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	800 m	<b>Negativo</b>	800 m
<b>Punto salida</b>	Castellar de n'Hug	<b>Punto llegada</b>	Castellar de n'Hug	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>si</b>		<b>Precio:</b>	25 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Serra de Moreu-Tossal d'Orrriols-Fonts del Llobregat			
<b>Municipios:</b>	Saldes-Gombren (Ripollès)-Sadernes (Garrotxa)-Cantallops (Alt Empordà)			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Castellar de n'Hug	<b>Población Final:</b>	Castellar de n'Hug	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propia			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	ESPAI KILIAN --CLUB PIRITOURS			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.espaikilian.com/castellar.htm#">http://www.espaikilian.com/castellar.htm#</a>			
<b>Colaboradors:</b>	-			
	Consell Comarcal de la Cerdanya			
	S.O.S. Galgos			
	Refugi CAP del REC			
	Hotel MIRADOR			
	Guias de Meranges			
	Refugi Mal Niu			
	Habit Cerdanya			
	Bar Gusi, Ribes de Freser			
	Volta Cerdanya Ultrafons (VCUF)			
	Editorial PIOLET			
	LA CLOSA, Castellar de n'Hug			
	Construccions GDOS			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> xxx	<b>Inscritos:</b> 154	<b>Llegados:</b> 77	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xx%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				

## FICHA no. 13

Nombre de la Carrera de Montaña:

IV Volta La Maria

(1) Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
21/10/2012		3:00 h	15.500	2009
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	650 m	<b>Negativo</b>	650 m
<b>Punto salida</b>	Avià	<b>Punto llegada</b>	Avià	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	22 €
(2) Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>	Serrat del Mas i Serrat Alt			
<b>Municipios:</b>	Avià			
<b>Comarca:</b>	BERGUEDÀ			
<b>Población Inicio:</b>	Avià	<b>Población Final:</b>	Avià	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propia			
(3) Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>	Comissió de la Cusra-Ajuntament d'Avià-Ateneu d'Avià <b>Pagina web:</b> <a href="http://www.voltalamaria.cat/">http://www.voltalamaria.cat/</a>			
<b>Colaboradors:</b>	- Alimentació: casabella NATURA; casa FIGOLS; L'stop; Ca la Maria Queviures MERÇE; Ous DACHS; Puig FITÓ Cansaladeria: GASOLÀ; BARCONS; TRASSERRA; Gersoca Caellas, S.L. Lleteria CAL GRIS; LIVEN, aperitius; Nimafruits; PABEVSA, pa artesà; Allotjaments: BERGA resort; Hotel BERGA park; Restaurants: LA CABANA, CAL GARRETÀ; FONT NEGRA; ATENEU; LA FONDA, LA RODA, LA TEULA, Frankurt BERGA Construcció: CLAU 21, materials CASSERRES Sports: DUAL GRUPS; COSTA ESPORTS ; JOIRA; INTERSPORTS; TANDEM Perruqueria JANINA; excavacions EXLAND; EXTRA-AVIA INFORBER, noves technologies; Spais PARAPENT			
<b>Institucions:</b>	Ajuntament d'Avià Diputació de Barcelona, area d'esports			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos: 300</b>	<b>Inscritos: xxx</b>	<b>Llegados: 215</b>	
	<b>% Locales: 11 %</b>	<b>% Otros: Catalanes</b>	89%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
(4) Observaciones				

FICHA no. 14

Nombre de la Carrera de Montaña:

Rasos-Manresa

(1) Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
27/10/2012		24:00 h	82.000	1991
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.207 m	<b>Negativo</b>	2.782 m
<b>Punto salida</b>	Rasos de Peguera	<b>Punto llegada</b>	Castellar de Riu	
<b>Nivel solidario:</b>	si		<b>Precio:</b>	32 €
(2) Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>	Serrat del Mas i Serrat Alt			
<b>Municipios:</b>				
<b>Comarca:</b>	BERGUEDÀ			
	Castellar de			
<b>Población Inicio:</b>	Riu	<b>Población Final:</b>	Castellar de Riu	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propia			
(3) Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>	Centre Excursionista Comarca de Bages			
	<b>Página web:</b>	<a href="http://www.cecb.cat/">http://www.cecb.cat/</a>		
<b>Colaboradores:</b>				
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 250	<b>Inscritos:</b> 139	<b>Llegados:</b> 135	
	<b>% Locales:</b> 10 %	<b>% Otros:</b> Catalanes	90%	
		Nacionales	xx%	
		Internacionales	xx%	
(4) Observaciones				

## FICHA no. 15

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Berga-Santpedor**

(1) Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
11/11/2012		14:00 h	55.000	1984
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	600 m	<b>Negativo</b>	1.000 m
<b>Punto salida</b>	Berga	<b>Punto llegada</b>	Santpedor	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>si</b>	<b>Precio:</b>	22 €	
(2) Datos geográficos y medio-ambientales:				
<b>Localización:</b>	Serrat del Mas i Serrat Alt			
<b>Municipios:</b>	Berga-Casserres-Viver de Serrateix-Sant Cugat del Racó-Les Vilaredes Castenou de Bages-Santpedor-Avià-Molins de Casserres.			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Castellar de Riu	<b>Población Final:</b>	Castellar de Riu	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	propia			
(3) Agentes/Actores que intervienen:				
<b>Organizador:</b>	Centre Excursionista 2x2 Sampedor <b>Pagina web:</b> <a href="http://www.2x2.cat/bergasantpedor/">http://www.2x2.cat/bergasantpedor/</a>			
<b>Colaboradors:</b>	- Ajuntament de Santpedor Ajuntament de Castelnou de Bages Ajuntament de Casserres Ajuntament de Berga Caldo Aneto Ipack 4 Artroactive Deportvillage The cyclery			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> xxx	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 351	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xx%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
(4) Observaciones				

**FICHA no. 16**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Els Tossals (Campionat Maqui)**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
11/11/2012		3:00 h	14.207	2012
<b>Tipo carrera:</b>	Campionat MAQUI entre el Bages i Berguedà en tres curses			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	694 m	<b>Negativo</b>	685 m
<b>Punto salida</b>	<u>L'Espunyola</u>	<b>Punto llegada</b>	<u>L'Espunyola</u>	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>si</b>	<b>Precio:</b>	13 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Salt de Sallent-Capolat-Santuari dels Tossals-Sant Salvador			
<b>Municipios:</b>	<u>L'Espunyola</u>			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDÀ</b>			
<b>Población Inicio:</b>	<u>L'Espunyola</u>	<b>Población Final:</b>	<u>L'Espunyola</u>	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	<a href="#">propia</a>			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	<u>Ajuntament de l'Espunyola i Associació esportiva OUTCAT</u>			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://www.tossals.cat/">http://www.tossals.cat/</a>			
<b>Colaboradors:</b>	<u>-</u>			
	<u>OUTCAT</u>			
	<u>Diputació de Barcelona</u>			
	<u>Ajuntament de l'Espunyola</u>			
	<u>Estrella DAMM</u>			
	<u>ZANUY</u>			
	<u>Ajuntament de CAPOLAT</u>			
	<u>Casa ENFRUNS</u>			
	<u>Aigua FONT VELLA</u>			
	<u> </u>			
	<u> </u>			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos: 200</b>	<b>Inscritos: xxx</b>	<b>Llegados: 182</b>	
	<b>% Locales: xx %</b>	<b>% Otros: Catalanes</b>	xx%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				
<u> </u>				

## FICHA no. 17

Nombre de la Carrera de Montaña: **L'últim Maqui (Campionat Maqui)**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
25/11/2012		3:30 h	19.960	2011
<b>Tipo carrera:</b>	Campionat MAQUI entre el Bages i Berguedà en tres curses			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.039 m	<b>Negativo</b>	1.039 m
<b>Punto salida</b>	Olvan	<b>Punto llegada</b>	Olvan	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	19 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Vall de la Portella			
<b>Municipios:</b>	Olvan			
<b>Comarca:</b>	<b>BERGUEDA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Olvan	<b>Población Final:</b>	Olvan	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	particular			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Ajuntament d'Olvan-Associació esportiva OUTCAT-INDOMIT <b>Pagina web:</b> <a href="http://www.out.cat/ultimmaqui/">http://www.out.cat/ultimmaqui/</a>			
<b>Colaboradors:</b>	Ajuntament de l'Espunyola Diputació de Barcelona Ajuntament de l'espunyola Estrella DAMM ZANUY Ajuntament de CAPOLAT Casa ENFRUNS Aigua FONT VELLA The ciclery Vertic; Salomon; Goretex Compresport INDOMIT Xalet COLL de PAL Ajuntament de l'Olvan			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 200	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 153	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xx%	
		Nacionales	xx%	
		Internacionales	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				





## SOLSONÈS (Lleida)

### A) Datos de la comarca.....

**Extensión:** 1.001,2 Km<sup>2</sup>

**Municipios:** Castellar de la Ribera, Clariana de Cardener, La Coma i la Pedra, Guixers, Lladurs, Llobera, La Molsosa, Navès, Odèn, Olius, Pinell de Solsonès, Pinós, Riner, Sant Llorenç de Morunys y Solsona.



13.672 (2012)

25/701

5/2307

101/636

53

Fuente: Idescat.cat

### (B) Relación de Carreras de Montaña.....

Carreras de Montaña de la Comarca del Solsonès (Lleida) 2012					
Nombre de la Carrera	Fecha	m	e	Municipio	Organizador
1. <b>Mitja Marató L'Obaga</b>	30-abr	21.000	2	Castellas de la R.	C.E. del Solsonès

(C) Cartografía: ejemplo de perfil no proporcionado por la organización.



## GARROTXA (Girona)

### (A) Datos de la comarca .....

Extensión: 734,6 Km<sup>2</sup>

**Municipios:** Arguelaguer, Besalú, Beuda, Castellfollit de la Roca, Maiá de Montcal, Mieres, Montagut i Oix, Olot, Les Planes d'Hostoles, Les Preses, Ridaura, Sales de Llierca, Sant Aniol de Finestres, Sant Feliu de Pallerols, Sant Ferriol, Sant Jaume de Llierca, Sant Joan les Fonts, Santa Pau, Tortellá, La Vall d'en bas, La Vall de Bianya.



55.855 (2012)

42/1.032

17/3.915

124/1.024

149

idescat.cat

### (B) Relación de carreras de montaña .....

Carreras de Montaña de la Comarca del Solspnès (Lleida) 2012					
Nombre de la Carrera	Fecha	m	e	Municipio	Organizador
1. Mitja maratón pel cor de la Fageda	15/04/2012	21.095	3	Olot	Club Atletisme a Olot
2. Intermón Oxfam Trailwalker	05/05/2012	100.000	2	Olot	Intermón Oxfam
3. Tramunrun	03/06/2012	31.300	1	Les Planes d'Hostoles	Club Ciclista Fornells
4. UltraTrail Solidari del Fluvià	16/06/2012	95.000	1	Hostalets d'en Bas	MalaPetja
5. XXXVII Pujada a la Salut	19/06/2012	3.000	38	Sant Feliu de Pallerols	Club At. Pescallunes
6. Cursa nocturna de muntanya	14/07/2012	10.000	1	Les Planes d'Hostoles	TICOX'S
7. Cursa popular Verntallat	26/08/2012	9.000	2	Vall d'en Bas	Consell Esportiu de la G.
8. Cursa nocturna Mirador Tortuga	15/09/2012	12.000	2	Darnius	Ajunt. Darnius
9. Volta pels Volcans d'Olot	25/09/2012	13.500	4	Olot	C. Excursionista d'Olot
10. Puigsacalm Extrem Marathon	21/10/2012	42.195	3	Sant Esteve d'en Bas	Diedre
11. Cursa del Puigsacalm	21/10/2012	25.500	1	Sant Esteve d'en Bas	Diedre
12. Sant Silvestre de muntanya	29/12/2012	10.000	2	Les Planes d'Hostoles	TICOX'S

Fuente: elaboración propia a partir de RUNEDIA

### (C) Cartografía: Ejemplo del perfil de la carrera no. 2



fuentes: <http://ropits.com>



**FICHA no. 2**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Intermón Oxfam Trailwalker**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
27/10/2012		32:00 h	100.000	2011
<b>Tipo carrera:</b>	Mar-Montaña por equipos de 4 personas+ 2 en vehículo de apoyo			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	560 m	<b>Negativo</b>	400 m
<b>Punto salida</b>	Olot	<b>Punto llegada</b>	Sant Feliu de Guixols	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>si</b>		<b>Precio:</b>	50 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>				
<b>Municipios:</b>	Olot			
<b>Comarca:</b>	<b>GARROTXA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Olot	<b>Población Final:</b>	Sant Pau	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	particular			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Intermón Oxfam			
	<b>Página web:</b> <a href="http://trailwalker.intermonoxfam.org/">http://trailwalker.intermonoxfam.org/</a>			
<b>Patrocinador:</b>	-			
	DKV, seguros médicos			
	Cuatre Casas Gonçalves Pereira, abogados			
	Sant Aniol, agua de la garrotxa			
<b>Colaboradores Institucionales:</b>	Diputació de Girona			
	Secretaria gral de l'esport de la Generalitat			
	FEEC, federació d entitats excursionistes de Cat.			
	Fundació Bcn Olímpica			
	Patronat de Girona de Turisme			
	Consorci Vies verdes de Girona			
<b>Altres colab:</b>	Universitat Ramon Llull (Blanquerna)			
	Colegio Oficial de Podólogos			
	Frit Ravich, Noel alimentación, Casa Ametller			
	Xerox			
<b>Difusión:</b>	Radio Flaixbac, Cinesa, Revista Trail, eI9			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 1800	<b>Inscritos:</b>	xxx	<b>Llegados:</b> xxx
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b>	xx%
			<b>Nacionales</b>	xx%
			<b>Internacionales</b>	xx%
<b>(4) Observaciones</b>				
Es necesario aportar 1.500€ en donativos.				
Voluntariado de fisioterapeutas.				



FICHA no. 4

Nombre de la Carrera de Montaña:

UltraTrail Solidari del Fluvià

(1) Características identificativas básicas				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx.		Fecha creación
		llegada	distancia	
16/06/2012		24:00 h	95.000 m	2012
Tipo carrera:	Trail			
Desnivel:	Positivo	1.700 m	Negativo	1.200 m
Punto salida	Hostalets d'en B	Punto llegada	Sant Pere Pescador	
Nivel solidario:	si	Precio:	la voluntad €	
(2) Datos geográficos y medio-ambientales:				
Localización:	Reseguir el curso del rio Fluvià			
Municipios:	Hostalet d'en Bas, Sant Esteve d'en Bas, Olot, Sant Joan les Fonts, Castell. Sant Jaume de Llierca, Besalù, Crespià, Canelles, Pontós, Garrigès, Palau, Sant Miquel de Fluvia, Sant Tomàs, Torroella de Fluvia, Sant Pere Pesca.			
Comarca:	GARROTXA			
Población Inicio:	Hostalet d'en Bas	Población Final:	Sant Pere Pescador	
Reglamentación y m-ambiente:	particular			
(3) Agentes/Actores que intervienen:				
Organizador:	Mala Pejta			
	Página web:	<a href="http://gastantkeks.plisweb.com/">http://gastantkeks.plisweb.com/</a>		
Colaboradores:				
Participantes:	Máximos:	Inscritos:	xxx	Llegados:
	% Locales: xx %	% Otros:	Catalanes	xx%
			Nacionales	xx%
			Internacionales	xx%
(4) Observaciones				
Montaña-Mar				
Donativos a Cruz Roja				
Datos no disponibles en la web de la organización				

**FICHA no. 5**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**XXXVII Pujada a la Salut**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
17/06/2012		2:00 h	3.000 m	1974
<b>Tipo carrera:</b>	Circuit curses per muntanya de la Garrotxa			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	552 m	<b>Negativo</b>	m
<b>Punto salida</b>	Sant Feliu de P.	<b>Punto llegada</b>	Sant feliu de Pallerols	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>	<b>Precio:</b>	11 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Pujada Santuari de La Salut (1.025)			
<b>Municipios:</b>	Sant Feli de Pallerols			
<b>Comarca:</b>	<b>GARROTXA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Sant feliu de P.	<b>Población Final:</b>	Sant feliu de Pallerols	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	- particular			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Club Atletisme Pescallunes			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://pescallunes.wordpress.com/">http://pescallunes.wordpress.com/</a>		
<b>Colaboradores:</b>				
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	<b>Inscritos:</b>	xxx	<b>Llegados: 216</b>
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b>	xx%
			<b>Nacionales</b>	xx%
			<b>Internacionales</b>	xx%
<b>(4) Observaciones</b>				



**FICHA no. 7**

Nombre de la Carrera de Montaña: **Cursa popular Verntallat - El Mallol**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
26/08/2012		2:00 h	9.000 m	2010
<b>Tipo carrera:</b>	Circuit curses per muntanya de la Garrotxa			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	439 m	<b>Negativo</b>	445 m
<b>Punto salida</b>	La vall d'en Bas	<b>Punto llegada</b>	La vall d'en Bas	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>	<b>Precio:</b>	11 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Puigpardines (550 m)			
<b>Municipios:</b>	La vall d'en Bas			
<b>Comarca:</b>	<b>GARROTXA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Bas	<b>Población Final:</b>	La vall d'en Bas	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	particular			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Consell Esportiu de la Garrotxa			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://consellesportiuodelagarrotxa.jimdo.com/">http://consellesportiuodelagarrotxa.jimdo.com/</a>		
<b>Colaboradors:</b>	Bici-aventura			
	Base: font esports			
	Le coq esportif			
	Associació de Comerciants de Olot			
	Diputació de Girona (221 municipis)			
	100%t sportiu			
	Ajuntament d'Olot, àrea de jovent i sport			
	UCEC, Unió de Consells esportius de Cat			
	Pla d'activitat física esport i salut			
	Plà catalá esport escolà			
	Generalitat de Cat.			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	<b>Inscritos:</b>	<b>xxx</b>	<b>Llegados: xxx</b>
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b>	xx%
			<b>Nacionales</b>	xx%
			<b>Internacionales</b>	xx%
<b>(4) Observaciones</b>				
Organizan entre otros cursas populares				
No hay datos de los participantes				

**FICHA no. 8**

Nombre de la Carrera de Montaña: **Cursa nocturna pujada al mirador de la Tortuga**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
15/09/2012		2:00 h	12.000 m	2011
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	290 m	<b>Negativo</b>	290 m
<b>Punto salida</b>	Darnius	<b>Punto llegada</b>	Darnius	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>		<b>Precio:</b>	15 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>				
<b>Municipios:</b>	Darnius			
<b>Comarca:</b>	<b>GARROTXA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Darnius	<b>Población Final:</b>	Darnius	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	particular			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Ayuntamiento de Darnius y Diversports			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://www.diversport.es/">http://www.diversport.es/</a>		
<b>Patrocinio:</b>	-			
	Costa Brava, Pirineu de Girona			
	Diputació de Girona			
	Gencat-Sport Cat			
	E19			
	Veri, Ice power,			
	Ali el cojo, Ford, S-Trias,			
	sportissim.com,			
	Cadefer, operador logistic intermodal.			
	Bufetmèdic			
	Suriá bicis			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	<b>Inscritos:</b>	xxx	<b>Llegados: xxx</b>
	<b>% Locales: xx %</b>	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b>	xx%
			<b>Nacionales</b>	xx%
			<b>Internacionales</b>	xx%
<b>(4) Observaciones</b>				
DIVERSPORTS es una empresa que organiza eventos deportivos				
No hay datos de los participantes				

**FICHA no. 9**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Volta pels Volcans d'Olot**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
23/09/2012		2:00 h	13.500 m	2009
<b>Tipo carrera:</b>	Circuit curses per muntanya de la Garrotxa			
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	480 m	<b>Negativo</b>	460 m
<b>Punto salida</b>	Olot	<b>Punto llegada</b>	Olot	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	15 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Volcà Bisaroques, Garrinada, Montsacopa, Montolivet			
<b>Municipios:</b>	Olot			
<b>Comarca:</b>	<b>GARROTXA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Olot	<b>Población Final:</b>	Olt	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	- particular			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Centre Excursionista d'Olot			
	<b>Pagina web:</b> <a href="http://marxesgarrotxa.jimdo.com/">http://marxesgarrotxa.jimdo.com/</a>			
<b>Colaboradores:</b>	-			
	Tarrés bicicletas			
	Taller mecánico Reyes			
	Clínica odontológica			
	Radio Olot			
	Radio La vall			
	Patisserie CROPICS			
	Correduria i Assegurances			
	Celler Farré del Más			
	FIORD, moda de l'esport			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b> 300	<b>Inscritos:</b> xxx	<b>Llegados:</b> 307	
	<b>% Locales:</b> xx %	<b>% Otros:</b> Catalanes	xx%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				
Clasificaciones del 2010, muy atrasadas				

**FICHA no. 10**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Puigsacalm Extrem Marathon**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx.		Fecha creación
		llegada	distancia	
21/10/2012		9:00 h	42.300 m	2010
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	3.000 m	<b>Negativo</b>	3.000 m
<b>Punto salida</b>	Sant Esteve d'en B	<b>Punto llegada</b>	Sant Esteve d'en Bas	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>	<b>Precio:</b>	43 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Puigsacalm			
<b>Municipios:</b>	Sant esteve d'en Bas			
<b>Comarca:</b>	<b>GARROTXA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Sant Esteve d'en	<b>Población Final:</b>	Sant Esteve d'en bas	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	- particular			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Associació Esportiva DIEDRE			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="http://www.diedre.cat/">http://www.diedre.cat/</a>		
<b>Colaboradores:</b>	- Ajuntament de la vall d'en Bas Sport Solucions digitals Grup Excursionista Cultural			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos:</b>	<b>350</b>	<b>Inscritos:</b>	<b>207</b>
	<b>Llegados:</b>	<b>157</b>		
	<b>% Locales:</b>	xx %	<b>% Otros:</b>	<b>Catalanes</b> xx%
			<b>Nacionales</b>	xx%
			<b>Internacionales</b>	xx%
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 11**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Cursa del Puigsacalm**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
21/10/2012		6:00 h	25.500 m	2012
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.500 m	<b>Negativo</b>	1.500 m
<b>Punto salida</b>	Sant Esteve d'en B	<b>Punto llegada</b>	Sant Esteve d'en Bas	
<b>Nivel solidario:</b>	no		<b>Precio:</b>	25 €
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>	Puigsacalm (1.515)			
<b>Municipios:</b>	Sant Esteve d'en Bas			
<b>Comarca:</b>	<b>GARROTXA</b>			
<b>Población Inicio:</b>	Sant Esteve d'en	<b>Población Final:</b>	Sant Esteve d'en Bas	
<b>Reglamentación y m-ambiente:</b>	particular			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Associació Esportiva DIEDRE			
	<b>Página web:</b>	<a href="http://www.diedre.cat/">http://www.diedre.cat/</a>		
<b>Colaboradores:</b>	-			
	Ajuntament de la vall d'en Bas			
	Sport			
	Solucions digitals			
	Grup Excursionista Cultural			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos: 400</b>	<b>Inscritos: 236</b>	<b>Llegados: 194</b>	
	<b>% Locales: xx %</b>	<b>% Otros: Catalanes</b>	xx%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				

**FICHA no. 12**

Nombre de la Carrera de Montaña:

**Sant Silvestre**

<b>(1) Características identificativas básicas</b>				
Fecha	Hora de salida	Tiempo máx. llegada	distancia	Fecha creación
29/12/2012		6:00 h	10.000 m	2011
<b>Tipo carrera:</b>				
<b>Desnivel:</b>	<b>Positivo</b>	1.500 m	<b>Negativo</b>	1.500 m
<b>Punto salida</b>	Les Planes d'H	<b>Punto llegada</b>	Les Planes d'Hostoles	
<b>Nivel solidario:</b>	<b>no</b>	<b>Precio:</b>	11 €	
<b>(2) Datos geográficos y medio-ambientales:</b>				
<b>Localización:</b>				
<b>Municipios:</b>	Les Planes d'Hostoles			
<b>Comarca:</b>	<b>GARROTXA</b>			
	Les Planes			
<b>Población Inicio:</b>	d'H	<b>Población Final:</b>	Les Planes d'Hostoles	
<b>Reglamentación y medio-ambiente:</b>	particular			
<b>(3) Agentes/Actores que intervienen:</b>				
<b>Organizador:</b>	Ticox's			
	<b>Pagina web:</b>	<a href="https://sites.google.com">https://sites.google.com</a>		
<b>Colaboradores:</b>	Ajuntament de les Planes d'Hostoles			
<b>Participantes:</b>	<b>Máximos: 400</b>	<b>Inscritos: 195</b>	<b>Llegados: 189</b>	
	<b>% Locales: xx %</b>	<b>% Otros: Catalanes</b>	xx%	
		<b>Nacionales</b>	xx%	
		<b>Internacionales</b>	xx%	
<b>(4) Observaciones</b>				



Agradecimientos:

A la Dra. Mercedes Marín por sus explicaciones sobre el marco teórico en un trabajo de investigación.

Al portal RUNEDIA por recoger toda la información sobre las carreras de montaña.

A la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya por poner sus datos al alcance de todos.

y muy especialmente a mi tutor Dr. Francesc López Palomeque por la ayuda y dirección en este trabajo de Final de Grado.

