

RETO 10/24:

Hola me llamo Pere Marsé Vidal y soy un amante de la montaña y de correr por la montaña. Creo que disfrutar de la salud y de una condición física ganada a base de esfuerzo y constancia es algo que no tiene precio.

El reto 10/24 consiste en subir y bajar las diez montañas más emblemáticas de Cataluña. El reto era que la suma de los tiempos de subir y bajar no superara las 24 horas. Con esto quería demostrar que hay que disfrutar de la salud que tenemos y que con 24 horas se pueden hacer muchas cosas.

La lista de las diez montañas por orden de altura de menos a más, es la siguiente:

La Mola , San Jeroni , Turó de l'Home, Taga, Pedraforca, Canigó, Montardo, Puigmal, Comapedrosa y Pica de Estats.

Aunque no todas las montañas son de la geografía catalana consideré que tanto el Canigó, montaña muy emblemática, y el Comapedrosa , pico más alto de Andorra valían que estuvieran en la lista.

El recorrido elegido para hacer cada cima es el más similar a lo que muchos excursionistas hacen y que por tanto podrían reconocer los tiempos de cada cumbre. Otra condición era que si fuera posible hubiera en cada recorrido como mínimo 1000 metros de desnivel positivo.

Esta ha sido la cronología del reto :

30 marzo - La Mola 1104m:

Una cima relativamente sencilla con recorrido corto tanto por distancia como por desnivel. No había subido nunca, pero con la ayuda del GPS y la motivación de iniciar el reto hizo que pudiera restar tiempo de mi previsión inicial. Finalmente pude recortar en casi 11 minutos al horario previsto.

23 de abril - Sant Jeroni 1236m:

El recorrido elegido era bastante exigente más que nada por el tiempo que me había propuesto. Recorrido clásico subiendo desde Monistrol por el camino del agua hasta el monasterio y después subiendo por las escaleras hasta la cima de Sant Jeroni. Volviendo por el Pla de las Tarántulas y bajar de nuevo por el camino del agua. Unos 18km con 2700m de desnivel a realizar en menos de dos horas. Finalmente no pude cumplir con la previsión y perdí 7 minutos. Aunque iba por debajo del tiempo previsto con la suma de los dos picos hechos anteriormente.

1 de junio – Turó del Home 1705m:

Recorrido de subir y bajar por el mismo camino más directo posible desde el pueblo de Montseny. Esta cumbre tampoco lo había hecho nunca y por lo tanto iba un poco perdido en cuanto al tiempo que podía hacer. Siguiendo el track con el gps finalmente salieron 13,6 km y 2150m de desnivel total. Hay que decir que bajando pude ir bastante rápido pero aún así perdí

casi 10 minutos de mi previsión de 1h30 que tenía para esta cumbre. Con los tres cimas realizadas iba por encima de la previsión unos 6 minutos.

29 junio - Pedraforca 2506m:

Esta cumbre la he podido subir y bajar varias veces y tengo que decir que me apasiona. Para mí es un pico muy especial ya que es la montaña que me inició tanto en el mundo de las montañas como en el trail running. Elegí el recorrido clásico, el que hace todo excursionista cuando quiere subir al Pedraforca. Como es una montaña que más o menos la conozco sabía que podría afinar más en el tiempo. Finalmente salieron 8,25 km y 2100m de desnivel. Pude hacer todo el recorrido en 1h y 38 minutos pudiendo restar 7 minutos a mí previsión.

6 agosto - Montardo 2833m:

El Montardo fue uno de los picos más duros a nivel físico y técnico. Primero porque la pista de acercamiento al punto de salida que tenía previsto hacer en coche estaba cortada a causa de las últimas riadas en el Valle de Aran. Por lo tanto había que empezar a correr desde mas lejos pero sin contabilizar el tiempo hasta que no llegara al punto de salida que me había marcado. La otra razón que me puso dificultades fue el hecho de que es una montaña que no había hecho nunca, que la distancia y el desnivel ya eran respetables, y que los tramos técnicos en algún punto del recorrido hacían difícil el poder correr. Finalmente 18,3 km y 3200m de desnivel total con un tiempo de 3 horas y 13 minutos. Perdiendo 13 minutos de la previsión inicial. Ya había realizado la mitad del reto y perdía 13 minutos respecto a la previsión.

31 agosto - Comapedrosa 2946m:

Al Comapedrosa me sorprendió lo que realmente podía hacer. Un recorrido de alta montaña de casi 15km y más de 3000m de desnivel realizados en 2 horas y 27 minutos. No me esperaba poder hacer este tiempo. Conocía el recorrido, iba con un buen compañero que me hizo de liebre, la motivación, etc. El hecho es que esta cumbre la disfruté como nunca tanto la subida como en la bajada. Es en esta cumbre donde después te vienen pensamientos de las cosas que puedes llegar a hacer con salud y preparación. Te das cuenta de lo privilegiado que puedes llegar a ser.

21 setiembre - Pica de Estados 3143m:

La cima más alta de Cataluña, donde creía que podía invertir más tiempo. Haciendo el recorrido clásico que todo excursionista hace desde la Vall Ferrera . Al final recorrido espectacular haciendo dos cumbres de más de tres mil metros, Pico Verdaguer y Pica de Estats. Le tenía mucho respeto a esta cumbre ya que sabía que podía perder mucho tiempo. Finalmente como la previsión era amplia realicé la mayor rebaja de tiempo, con un recorrido de 18,5 km y 3500m de desnivel en poco menos de 4 horas.

19 de octubre - Canigó 2786m:

El cambio de tiempo estaba llegando, sabía que conforme se acerca el invierno las cosas se podían poner más complicadas, pero por eso es un reto. El Canigó no deja indiferente a nadie, un recorrido largo de casi 20km y más de 2500m de desnivel acumulado, con tramo técnico al final de la ascensión incluido. Como ya iba bien de tiempo me permití el lujo de salir desde más

lejos y de cota más baja. Con esta montaña ya iban 8 las cimas realizadas. Me quedaban casi 5 horas y media para realizar las dos cimas restantes.

29 noviembre - Puigmal 2909m:

Penúltima cima del reto, una cima que en verano no tiene demasiadas dificultades, pero que con tiempo invernal podía ser más difícil. Escoger un día con buena meteorología pero que con las nevadas de las anteriores semanas, fuertes vientos y temperaturas bajas no sabía como iría. Finalmente y con la necesidad de utilizar las raquetas de nieve casi pierdo toda opción a poder terminar el reto. Las condiciones de la nieve en algunos tramos hacia muy dificultoso el avanzar incluso con las raquetas. Terminé agotado quedándome tan solo 1 hora y 41 minutos para realizar la última cima de las 24 horas totales del reto.

7 diciembre- Taga 2040m:

Este día la motivación era máxima. Sabía que no lo tendría nada fácil. El Taga estaba nevado desde la cota 1800, teniendo que hacer los últimos metros de desnivel con una capa de nieve que en algunos tramos estaba helada. Subí rápido gracias a los ánimos de los que me acompañaban. Quedaba el descenso. Es en la bajada donde pude realmente ver que podía conseguir el reto. Finalmente termine en 1h y 30 minutos sobrándome 10 minutos del tiempo total. Día muy especial, por el privilegio de poder ser acompañado en esta última montaña de amigos y familiares que de alguna manera o de otra me ayudaron a conseguir el objetivo.

Después de diez montañas, más de 140km y 24.000 metros de desnivel la satisfacción fue máxima.

Todo este reto tiene un sentido, una causa, una motivación pero básicamente es un homenaje a una persona muy importante para mí, mi hermana Anna. Por desgracia hace un año y medio perdí a mi hermana por culpa del cáncer. Ella admiraba que pudiera subir con tanta facilidad una cima. Me decía que cuando se curara también intentaría subir montañas. Ella me hizo ver que a veces un hecho tan sencillo como subir un peldaño de una escalera podía ser tan difícil para alguien que no tiene salud. Tener salud es básico y poder disfrutarla no tiene precio y si encima tienes una buena preparación física entonces ya no tiene precio.

También quería comentar que este reto tiene su lado solidario. Gracias a Tuga Active Wear y las asociaciones AFANOC y la Casa dels Xuklis se ha creado una camiseta para poder obtener fondos para ayudar a estas asociaciones dedicadas a dar una mayor calidad de vida a niños con cáncer.

No quería finalizar sin agradecer a Tuga Active Wear por darme la oportunidad de correr con su ropa y en el Tuga Outdoor Team, a mi entrenador Ricard Vila por prepararme física y mentalmente para el reto, a la asociación AFANOC y la Casa dels Xuklis por darme la oportunidad de poder colaborar con ellos, y sobretodo a mi familia y amigos que sin su apoyo incondicional nunca hubiera podido realizar y conseguir este reto.

Después de finalizar el reto 10/24 me he dado cuenta de cómo puede ser de gratificante el simple hecho de subir a una montaña, y si es compartido todavía mejor.

Salud y montaña.