

5 MARXA LA SELVA DEL CAMP “MUNTANYES DE PRADES”

Aquest passat dissabte 29 de març es va celebrar a la localitat de Selva del Camp (Tarragona) la 5ª Marxa La Selva del Camp “ Muntanyes de Prades” , prova puntuable per la XI Copa Catalana de Caminades i Campionat de Catalunya per entitats.

A les 7 del mati ens vam reunir uns 500 participants disposats a recórrer el preciós recorregut de 67,7 Km i 4.700 mts de desnivell, travessant les localitats de L´Albiol, Capafons, Prades i Mont-Ral.

Després de fer un breu recorregut per el carrers de La Selva del Camp ens disposem a afrontar uns 800 mts de desnivell positiu amb uns 9 Km aproximadament que ens porta a una alçada de 1.100 mts. En aquest punt arribem en primer lloc un grupet de 4 corredors entre el quals es troba el meu amic Isma, amb el qual el passat 2.006 vam compartir tenda a la Marató de Sables, la nostra Haima nº 7.

Després del C3 afrontem la pujada que ens porte a Prades i en aquest punt un dels corredors del nostre grup fa un canvi de ritme al pur estil keniana i marxa en solitari en primera posició fins el km 40 aproximadament moment en el que el nostre grupet format per l´ Isma, l´Albert i jo el tornem agafar i ens posem en primera posició . Hem fet un grup molt maco i portem un ritme molt bo, jo personalment vaig una mica justet a la pujada on l´ Isma porta la veu cantant, però per sort meva, a la baixada i els trams plans torno a recuperar-me ràpidament, crec, que gracies als entrenos que aquesta temporada ha planejat el Ricard Vila de cara als teòrics 100 Km que aquest mateix dia tenia d´estar fen a Calella però que a ultima hora vam decidir de canviar per aquesta prova més curta i menys traumàtica per unes molèsties que estava arrossegant al genoll esquerra.

A la sortida del C8 i quan ens queden uns 13 km de baixada continuada fins la arribada l´Isma comença a tindre uns dolors al genoll que per sort no van anar a més gracies un troç de cinta que ens van donar els voluntaris del control C9, pero en aquest punt per desgracia l´ Albert no va poder continuar amb nosaltres.

Els últims 6,7 Km els afrontem l´Isma i jo tots dos sols a un ritme molt maco ja que tardem segons el meu GPS 27 minuts i 06 segons. Al final arribem a la meta l´ Isma i jo tots dos junts en primer lloc, seguits per en Jordi que fent una carrera de menys a mes arriba 4 minuts darrera nostre.

Felicito a tot el equip del Centre Excursionista l´Artijol per la seva perfecte organització en aquesta prova.

Sabadell, 8 d´abril de 2.008.

Crònica de Xesc Terés.