

II Campeonato de España de Trail Running Subida Vertical (Cercs, Barcelona)
Campeonato de España de 50 km y 100 km (Santander)

El campeón Daniel Osanz busca el doblete

13 de junio de 2022. – Que el trail running no para de crecer en España es algo claro y manifiesto, y la RFEA en su apoyo a esta disciplina ha ido aumentando la disputa de campeonatos de España para sus diferentes modalidades o distancias. Una de la últimas en incorporarse al calendario nacional fue la de las carreras verticales, que no es otra cosa que acumular 1.000 metros o más de desnivel en un corto recorrido lineal, un trabajo de fuerza y potencia en el que los deportistas no paran de ascender desde la salida hasta la meta, por lo que el uso de bastones se hace habitual en muchos competidores. En este sentido la organización estima que el 80 por ciento de los participantes en este trail usan bastones. Al frente de la misma se encuentra Alfonso López y el Club Atletismo JAB Berga, los mismos que fueron anfitriones hace un mes del campeonato de España de Trail Running por Federaciones Autonómicas.

Respecto al **Nacional de Subida Vertical**, el año pasado se celebró la primera edición de este evento, que tuvo lugar en Cardaño de Arriba (Palencia) y que nos dejó como campeones al aragonés Daniel Osanz y a la vasca Ainhoa Sanz.

La competición se traslada en esta ocasión a Cataluña, como ya hemos dicho, en concreto a **Cercs** (Barcelona) en la comarca del Berguedá. La carrera, que se disputa este domingo **12 de junio**, sale del barrio de la Rodonella y completará un trazado de 4,6 km con un desnivel positivo de 1.050 metros. Todos los participantes podrán vivir un buen ambiente en las salidas, ya que habrá música de animación y batucada para todos. Al inicio y tras 150 metros de asfalto se coge un camino estrecho que obliga a la organización a hacer salidas escalonadas por categorías, siendo la primera de ellas a las 8:00 horas.

El primer tramo acumula muchísima inclinación y luego llegará a una zona de bosque algo más llevadera hasta alcanzar la mitad de carrera donde habrá ubicado un avituallamiento. Tras el breve respiro, el trazado se vuelve a empinar llegando a la zona más selectiva, donde como se dice en el argot, “tocará echar manos a tierra y gatear en ciertos momentos”. Esa zona es conocida como “El Mur” y estamos entonces en la cresta de Vall-llobrega, que va perdiendo después inclinación. En este tramo de la subida es habitual ver a los muchos buitres que anidan por el entorno. La carrera alcanza entonces el km 4 y los 1.640 metros de altitud y sólo falta la última rampa selectiva, que hará ganar otros 140 metros de desnivel hasta meta, 500 metros lineales más adelante. La carrera se hace ya cada año y es la Vertical Race Berguedá.

Una vez que los atletas concluyan la competición, deberán descender unos metros andando para reponer fuerzas en el avituallamiento de meta y, una vez recuperados del esfuerzo, cada uno bajará andando, por un sendero diferente al de la carrera, hasta Sant Jordi. Allí les espera un almuerzo para recuperar energía con la clásica butifarra catalana y posteriormente será toda la ceremonia de premiación.

En el campeonato de España se esperan unos 100 participantes entre todas las categorías (sub20, sub23, sénior y máster) y más de un centenar de personas participarán igualmente en la carrera open. Las previsiones climatológicas son de buen tiempo, soleado, pero sin excesivo calor a las horas de las carreras.

La competición va a ser importante para configurar la preselección española de Subida Vertical para el Europeo de La Palma, una disciplina que habrá en categoría absoluta y sub20, y por ello han confirmado su presencia algunos de los mejores especialistas.

Socio Patrocinador RFEA:



Patrocinador Principal RFEA:



Patrocinadores Oficiales RFEA:



Instituciones:



Para empezar, el hombre que defiende su título, **Daniel Osanz**, todo un especialista en este tipo de carreras, que, aunque llega después de haber competido en distancia de maratón en Zegama y le faltará la adaptación a la exigencia del vertical, y que a buen seguro llegará con la moral reforzada tras el triunfo de su hermano Álvaro la semana pasada en la carrera sub20 del Campeonato de España de Promoción de Carreras de Montaña. Daniel tendrá junto a él, en la línea de salida a los dos hombres que le secundaron en el podio del 2021, el andaluz **Manuel Jiménez** y el salmantino **Daniel Sanz**, si bien éste tuvo que retirarse la semana pasada del campeonato de Carreras de Montaña, al sufrir una aparatosa caída en la bajada y habrá que ver las consecuencias. Otro hombre importante, y que en este caso causó baja hace una semana por unas molestias, pero que según nos han confirmado, no le dificultan en nada participar en la Subida Vertical, es **Miquel Corbera**. El catalán que tan buena temporada está haciendo y que además puede pelear victorias en distancia maratón, classic o vertical. Otros buenos especialistas en carreras verticales que se darán cita en Cercs son **Ricardo Cherta** y **Nil Cardona** y atención al campeón de Cataluña, en este mismo circuito, **Jordi Bolet**.

Respecto a la carrera femenina, igualmente mucho nivel entre las inscritas. Ausente la campeona Ainhoa Sanz, sí tendremos en liza a la navarra **María Ordóñez**, segunda el año pasado, que llega tras haber competido bien la semana pasada en el campeonato de Carreras de Montaña, pero que en lo que los expertos señalan que es más competitiva, es en estas subidas verticales. La subcampeona hace una semana, **Onditz Iturbe**, es igualmente una mujer que sube mejor que baja, y así la avala el podio de la reciente Zegama-Aizkorri. No muy lejos de ella en la carrera vertical de Zegama llegó **Laia Montoya**, la campeona sub23 de Carreras de Montaña en Riópar. Otra atleta catalana como Laia que lo hizo muy bien en la subida de la carrera vasca, fue **Claudia Sábata**, que estará en Cercs. Y tenemos que nombrar a otras tres atletas de la región anfitriona, las tres con un historial contrastado a nivel internacional: **Mireia Pons** y sobre todo **Gisela Carrión** y **Sheila Avilés**. Gisela acarició el podio hace una semana y a Sheila hay ganas de verla tras un largo período con problemas por las lesiones. Y mención más que merecida para la canaria **Amada de Jesús Sánchez**, quien a sus 55 años será una de las mujeres máster en acción. Amada es toda una triple campeona de España de Carreras de Montaña (2008, 09 y 11) e internacional absoluta.

Santander acoge el Nacional de 50 y 100 km

Y el sábado llega el campeonato de España de 50 y 100 km a Santander, repitiendo la sede de 2021. El circuito está ubicado en el Parque de la Vaguada de Las Llamas de la capital cántabra, sobre un circuito de 5 km con un par de subidas y bajadas suaves de unos 50 metros. Las salidas serán a las 7h00 y aunque habrá algo de humedad se espera que las temperaturas no sean muy altas.

Los prestigiosos 100 km de Santander y en la cercana localidad de Santa Cruz de Bezana, han sido los lugares donde más veces se ha celebrado este campeonato desde su inauguración en 1984. Santander (11) y Santa Cruz de Bezana (10) para ser más concretos. El año pasado fue la primera vez que se realizó el campeonato también sobre la distancia de los 50 km.

El Club Ultrafondo Cantabria es el organizador de la prueba, con José Antonio Soto Rojas a la cabeza, uno de los pioneros el ultrafondo en España, que organizó en el año 80 el primer de 100 km en Cantabria y luego en 1984 convenció a la RFEA para hacer el primer campeonato de España. Con este serán 42 años al pie del cañón.

Los campeones de aquella primera edición de los **50 km** fueron Víctor Puyuelo y María Mercedes Pila. María Mercedes aparece inscrita en esta ocasión y lo está por partida doble, porque también va participar en la distancia larga de los 100 km. En la inscripción masculina, ausente Puyuelo sí tenemos al subcampeón vigente, **Severino Felipe**, quien además es de todos los inscritos el que mejor marca acredita en maratón con 2h20:45 del último Maratón de Valencia. El extremeño **Carlos Gazapo**, en su día atleta sub14 en los 5.000 metros en pista, será por marcas en maratón (2h24:35) uno de sus principales rivales, lo mismo que el navarro **David Palomo** (2h22:48, en diciembre en Valencia).

En los **100 km** sí encontramos a la defensora del título, **Janine Edith Lima**, la atleta del Atletismo Málaga que el año pasado ganó bajando de las 9 horas. Por marcas de inscripción, este sábado, la cántabra **Alicia Antón** es la única que se acerca algo a esa barrera, aunque por lógica, si se adapta bien a la distancia superior, **María Mercedes Pila**, debería ser su principal opositora al título.

En la carrera masculina, el brillante vencedor de 2021, Manel Deli, el único que bajó de las 7 horas no estará en acción. Del podio del año pasado el único que sí corre en Santander es **José Antonio Urbaneja**, que acabó aquí tercero con 7h05:51 a escasos segundos de la plata. **Javier Martín Santos** (4º en 2021 con 7h16) que fue campeón en 2019, entonces bajando de las 7 horas, también estará en la salida.

Socio Patrocinador RFEA:

Joma®

Patrocinador Principal RFEA:

IBERDROLA

Patrocinadores Oficiales RFEA:

GO fit
Life_Science_Tech

LOTERÍAS
ESPAÑOLAS

Kinder
ESPAÑA

BCD sports

enovis

MONDO

Instituciones:

ASO

ASO

ASO

ASO

ASO