

Fitxa tècnica:

Distància total: 18 Km
Distància de baixada: 7,83 km
Altitud màxima: 362,5 m
Desnivell acumulat: 1500 m

Distància de pujada: 8,50 km
Distància plana: 1,67 km
Altura inicial / final: 56 m

Trams asfalt: 2'85 km (15'8 %)
Trams senders: 10'200 km (56'7 %)

Trams pista sorra: 3'90 km (21'7 %)
Trams senders molt tècnics: 1'05 km (5'8 %)

Descripció:

La cursa s'inicia des d'Alcanar (Plaça Lluís Companys) -altitud 56 m-, sortint en direcció la Ronda del Remei (TP-3318), la qual recorrerem al llarg d'uns 450 m al llarg per dur-nos a l'inici de la pista asfaltada, que ens surt a l'esquerra, situada a la carretera TP-3318 d'entrada a Alcanar per la zona nord (al costat hi ha un sortidor de benzina Petronor).

Un cop a la pista, la seguirem durant uns 300 m per desviar-nos a l'esquerra i començar a pujar pel sender local de la Drecera-Moleta del Remei. Seguint aquest sender ascendirem durant 400 m fins al Cor de Jesús (el Santet) -altitud 181 m- (zona de precioses panoràmiques). Des d'allí es realitza un descens d'uns 150 m fins arribar altre cop a la TP-3318. Aquesta es creuarà i anirem cap a la dreta per agafar el camí de l'ermita del Remei durant 700 m (pista asfaltada), passarem per la seva plaça tot seguint direcció al poblat ibèric de "la Moleta del Remei". Un cop arribem a la tanca metàl·lica ens desviem a l'esquerra per agafar la senda i sense deixar-la realitzem un descens de 1500 m de longitud fins al barranc dels Castellans, aquí tindrem el primer avituallament **(A1)**. Travessarem el barranc i agafarem la pista de terra anomenada camí dels Castellans cap a l'esquerra (direcció N), i seguint aquesta pista durant uns 300 m trobarem la senda de la Cogula- la Ferradura (PR-C-83) que neix a la seua dreta, la seguim en direcció a la Cogula on es realitza una ascensió continua durant 775 m fins arribar a un encreuament de senders -altitud 223 m-. Nosaltres girarem a la dreta per deixar el sender que va direcció a la Cogula i agafant el sender local PR-C- 83 (color verd i blanc) en direcció a Alcanar i al mas de la Revertera (direcció SE). Aquí es realitza un descens de 900 m de longitud que finalitza a una pista asfaltada (formigó) passant tot just pel mig de Can Naudí (Casa Rural). En arribar al final del Ca'l Naudí i arribar a la pista adfaltada, tindrem el segon avituallament **(A2)**, nosaltres haurem de girar a l'esquerra per seguir la pista, primer asfaltada i després de sorra durant 740 m, fins arribar al

lloc conegut per "La Tisora" on ens desviarem a la dreta per agafar el camí dels Montes PR-C- 83 (direcció NE) passant pel paratge del Rajolar de Bertomeu. Aquest sender no el

deixarem durant una continua i llarga ascensió de 1650 m, per a tot seguit, havent passat un xiprer, girar a la dreta per agafar el nou sender que, continuant la pujada durant uns 300 m més, ens portarà a una forta baixada d'uns 200 m de distància, abans d'iniciar la baixada si mirem endavant podrem veure el nostre destí "la Bassa Blanca" on tindrem el tercer avituallament (**A3**). Al mateix temps que veiem la Bassa Blanca i... "per on baixem" i també es pot veure per on pugem (aquesta veureu que segueix la mateixa tònica de la baixada), us ho comento perquè ningú digui que no l'he avisat. Després d'aquesta pujada arribarem al camí (a l'esquerra esta tancat per una cadena i a la dreta tindrem la Bassa Blanca – altitud 283 m-).

En aquest punt és on esta la separació entre la Cursa de Muntanya i la Marxa Popular. En la zona de la Bassa Blanca trobarem a l'esquerra una bassa natural i a la dreta (o en front) la bassa artificial (Bombers de la Generalitat de Catalunya).

Si fem la Marxa Popular de Muntanya girarem a l'esquerra per baixar pel camí del mas de Mulet, en primer lloc baixarem per un tros de pista de formigó i després el camí és de terra i va pla fins al mas de Mulet, aquest es troba a uns 600 m des de la Bassa Blanca.

Havent arribat al mas de Mulet, aquí tindrem el quart i més gran avituallament (**A4**), en aquest punt ens ajuntarem amb la gent de la Cursa de Muntanya que baixen per la pista de la nostra dreta, concretament de les Antenes de Caldera. A partir d'aquest punt anirem tots junts altre cop fins a l'arribada. Per continuar cap a Alcanar nosaltres ens desviem de la pista del mas de Mulet, girant a l'esquerra i deixarem el mas a la nostra dreta seguint una pista durant 770 m, per aquesta pista passarem per la zona de "lo Punyalet". Aquesta pista, en el seu tram final, es comença a fer estreta (passa a ser senda) i el pendent més pronunciat tot just a l'altura d'una caseta anomenada "Caseta del Roig del Senellà" (caseta amb el sostre en forma de bòveda). Atenció!!! En aquest punt haurem d'anar amb compte perquè hem d'agafar un escaló que retalla la senda a la dreta i llavors ens trobarem dos senders un a l'esquerra i l'altre a la dreta, nosaltres hem d'agafar el sender de la dreta en direcció SO, hi trobarem uns coscolls en el costat esquerre i un muntet de pedres (fites) en el dret (el sender és el menys visible i potser més brut), si agafem el de l'esquerra (camí incorrecte) començarem a baixar per una baixada coneguda com "la de les Alemanes" i arribaríem a una pista que ens duria per on em passat a la pujada, concretament a "la tisora".

En canvi, si anem pel bon camí iniciarem una pujada amb alguns escalons de pedra i roca durant aproximadament 730 m, on finalment ens trobarem una cruïlla -altitud 342 m-. Si ens desviem a la dreta començarem a descendir per la senda de la Ferradura (això voldrà dir que ens hem equivocat); nosaltres hem d'agafar la senda que va cap a l'esquerra en

direcció a la Cogula i Alcanar, aquesta continua pujant lleugerament per després baixar, però tenint en compte que a uns 800 m ens trobarem una bifurcació (dreta la Cogula 800 m, esquerra Alcanar), aquí tindrem el cinquè avituallament (**A5**), nosaltres agafarem la senda de l'esquerra (PR-C- 83 en direcció a Alcanar) per a continuar un descens cap a Alcanar; en canvi, si ens trobem una forta pujada amb escalons voldrà dir que hem agafat el camí equivocat, ja que ara, el que toca és baixar una estoneta, aproximadament uns 1120 m per a poder arribar a la bifurcació on al principi hem girat a la dreta (km 4'6). A diferència de l'inici ara baixarem durant uns 820 m per on hem pujat a l'inici fins arribar al camí dels Castellans -altitud 148 m-, on girarem a l'esquerra i seguirem aquest sense deixar-lo (durant 150 m) fins que ens trobem a la dreta la senda per on hem baixat des de l'Ermita del Remei, en aquest punt tindrem el sisè avituallament (**A6**), que ve a ser el amteix que l'anterior A1. Aquest any es pujarà un altre cop cap amunt, si continuéssim recte per la pista arribaríem a un final de pista de sorra i on s'inicia la pista asfaltada que, sense deixar-la ens portarà a Alcanar pel camí dels Castellans (ho anoto per si algú no té ganes de pujar per allí).

Per als que tenim ganes de fer-la al complet un cop haguem arribat a l'ermita del Remei (km 14'9 si estem tornant ehhhh !!), continuarem recte per l'asfalt, deixant l'ermita a la nostra dreta, un cop passada l'ermita del Remei i havent recorregut uns 150 m per l'asfalt trobarem l'últim avituallament de la marxa (A7), just on a l'esquerra hi ha uns xiprers, allí, si ens fixem hi ha una fita plantada de fusta dels senders de Catalunya, hem de passar tot just per allí i seguint alguna altra similar i la senda desbrossada (netejada) arribarem a l'inici d'un sender que baixa "molt recte" (direcció SE), abans d'iniciar la forta baixada ens podem parar a contemplar les fantàstiques vistes. Per baixar és important anar amb molt de compte, ja que hi ha pedra solta i llisca molt (recordem que hem d'arribar al final del recorregut sense fer-nos mal).

Al final d'aquesta baixada, i ja per una zona amb menys pendent, només haurem de seguir les zones netejades que, a través d'un "pont" improvisat amb tres taulons ens durà a una pista (passant primer per un pas entremig de dos "parets" terra roja).

Un cop a la pista girarem a l'esquerra (direcció E) durant uns 150 m o millor fins arribar en un lloc on comença la pista amb paviment de formigó. Atenció !!! En aquest punt haurem de fer un gir de casi 180° (s'ha d'anar direcció O) per passar pel mig de la finca entre les herbes seques (si ens fixem veurem clarament el tros netejat), sense deixar la mateixa pista i aproximadament en uns 120 m girarem a l'esquerra (direcció SO) per

començar una suau pujada per pista d'uns 120 m (ja veurem com és molt fàcil reconèixer aquests trams), Però atenció, un cop recorreguda aquesta distància ens haurem de fixar perquè la senda nova que ara haurem d'agafar neix a l'esquerra (com a referència podem tenir una amplada o esplanada del costat dret de la mateixa pista), si ens fixem amb l'esplanada i mirem a l'esquerra és molt fàcil veure-ho, la veritat és que si ens fixem a l'esquerra (on esta la senda) també es veu bé, i a més es poden veure els matolls ja secs que s'han desbrossat per habilitar aquest nou tram.

La senda ens portarà planejant per baix de les “curves del Remei” (tram de la TP-3318 per on accedim amb cotxe a l'ermita del Remei o anem cap a la població d'Ulldecona). La distància d'aquest tram és d'uns 1750 m. És cert que té alguna pujadeta i alguna baixadeta, però la tònica serà planejar (mirant a l'esquerra es poden gaudir de fantàstiques vistes del mar, mirant més enrere es pot veure per on hem baixat anteriorment i també, per als que hem fet la Cursa de Muntanya, podem veure “d'on venim”). Una referència que ens pot orientar és anar en direcció a un xalet de color blanc i blau que hi ha dalt de la muntanya, és el conegut “xalet del farmacèutic”.

Un cop fets aquests 1750 m ens trobarem, ara sí, una pujadeta mig forta (pel moment de cursa/marxa que estem), és al final quan arribem a l'altura d'una nova senda (havent recorregut uns 40 m), en aquesta anirem cap a l'esquerra i ens quedarà el “xalet del farmacèutic” a la dreta. Si ens equivoquem ho sabrem ràpidament perquè sortirem en una esplanada on esta l'empresa Boralum (es veu el nom a la façana) i ens trobarem també la carretera TP-3318, per tant aquest no és el camí, si aquesta pista asfaltada la seguíssim cap a l'esquerra o en sentit descendent arribaríem a Alcanar per la zona on l'hem deixat a la sortida.

Com que som bones persones nosaltres continuarem per la senda cap a l'esquerra com bé hem anomenat abans i anirem planejant fins arribar en el punt on la mateixa senda gira a la dreta, per fi començarem a veure el final, i ara si anirem directes cap a Alcanar. Però abans, i a punt d'arribar a unes granges d'animals que estarem veient enfront girarem per una senda per baixar cap a l'esquerra (es veu clar), si arribem a l'asfalt d'enfront de les granges voldrà dir que ens hem equivocat. La senda fa una lleugera baixada per després fer una petita pujadeta i pla que ens donarà les porten d'entrada a Alcanar per la plaça del Mirador – altitud 96 m-. Si hem fet bé el recorregut passarem pel mateix costat d'unes antenes de telecomunicacions que hi ha tot just abans d'entrar a Alcanar.

La plaça del Mirador la travessarem com si resseguíssim la barana metàl·lica que ens portarà al carrer Sant Miquel on ens tocarà baixar totes les seves escales -107-. Al final de les escales girarem la primera cantonada a la dreta per enllaçar el carrer del Camp i tot seguit (uns 20 m) la primera a l'esquerra, per situar-nos en el carrer de l'Alba amb una lleugera baixada d'uns 30 m, on girarem a la dreta per agafar el carrer del Mar durant uns 40 m, per girar a l'esquerra i agafar el Carrer la Fàbrica que, creuant el Carrer Sunyer, Canonge Matamoros i Avinguda Catalunya, ens portarà la seu final, girant a la dreta, a l'inici del Carrer Aspirant Sant Jordi que seguirem en tota la seva extensió, creuant el Carrer Miquel Figueres i incorporant-nos al Carrer Onze de Setembre, just a l'altura de la cruïlla amb el Ramon i Cajal, on esta la popular Cafeteria La Volta. Des d'allí, i recurrent tot el Carrer Onze de Setembre arribarem a la Plaça Lluís Companys, on estarà situada l'esperada línia d'arribada.

* Ajut lectura: Si ens referim a l'altura direm, per exemple: - altitud de 762 m-
Si ens referim a distàncies, pot aparèixer amb la paraula "distància"
o sense aquesta. Exemple: distància: 340 m o bé 340 m.