

Clàudia Tremps clou amb èxit el seu repte: una volta de 170 km en tres dies i en solitari pel Ripollès

La corredora d'ultra trail d'Ogassa creu que la ruta pot esdevenir un atractiu turístic



Clàudia Tremps, en una de les etapes | @claudiaendurance

La corredora d'ultratrails ogassenca Clàudia Tremps ha aconseguit finalitzar el seu repte amb èxit: fer una volta de 170 km al voltant del Ripollès en tres dies i en solitari.

[noticiadiari]6/33015[/noticiadiari]

Clàudia Tremps va explicar fa uns dies que la idea de fer el repte va sorgir durant el confinament, arran de les seves ganes de poder anar a la muntanya?. A base d'entrenar-se dins dels límits que permetien les primeres fases del desconfinament, va adonar-se que li faltava conèixer millor la comarca. Això i el fet de coincidir en una bona època tenint en compte el seu calendari, la va empènyer a dissenyar el repte.

L'itinerari que l'ha portada a fer la volta al perímetre del Ripollès ha quedat registrat i Tremps considera que podria ser un atractiu turístic més per a la comarca com són el Cavalls del vent, al Berguedà, o Carros de Foc, al Parc nacional d'Aigües Tortes i estany de Sant Maurici. Aquesta ruta, feta amb calma?, creu que es podria fer al llarg d'una setmana.

El repte que es proposa assolir Clàudia Tremps ha estat de semi-autosuficiència, ja que hi havia molt punts on no s'arriba amb vehicles i li calgut portar més pes per tal de garantir-se menjar i beure entre els punts d'avituallament que li han habilitat el seu equip. També ha disposat d'una furgoneta on dormir les dues nits.

L'experiència va començar el 26 de juny a Ogassa i va finalitzar el 28 a Sant Joan de les Abadesses. Tot el recorregut suma 10.000 metres de desnivell positiu i 20.000 metres de desnivell acumulat, desglossats en tres etapes d'uns seixanta quilòmetres cadascuna. De tota aquesta experiència també se'n farà un reportatge.

[despiece]LES ETAPES

ETAPA 1 - 26 DE JUNY: OGASSA - COSTABONA

Sortida a primera hora del matí des d'Ogassa en direcció a Sant Joan de les Abadesses per la Ruta del ferro. Enllaç amb la via verda que va fins a la Colònia Llaudet i continua cap a Sant Pau de Segúries passant pel Puig sa creu, buscant el límit amb la Garrotxa, al Puig d'ou. Continua dins del terme municipal de Camprodon, cap a Salarça i Beget. Un cop allà, comença a seguir el límit amb el Vallespir tot passant pel Comanegra tot carenejant fins arribar al Costabona.

ETAPA 2 - 27 DE JUNY: COSTABONA - MONTGRONY

Sortida a primera hora per fer el cim del Costabona. Després, seguint les carenes, continua cap a Vallter, Núria i el Puigmal, el cim més alt de la comarca, amb 2.913 m d'altitud. Tot seguit, avança cap a la collada de Toses per després baixar al poble de Toses. Des d'allà enfila el Costa Pubilla per travessar cap a Montgrony.

ETAPA 3 - 28 DE JUNY: MONTGRONY - SANT JOAN DE LES ABADESSES

Sortida des de Montgrony, baixa cap a Gombrèn. Des d'allà travessa cap al terme municipal de les Llosses per seguir fins cap al Remei de Ripoll i Ripoll. Des de la capital, l'etapa continua cap a Vallfogona de Ripollès i el castell de Milany, al límit amb Osona, i des d'allà torna cap a Sant Joan de les Abadesses.[/despiece]

(https://www.instagram.com/p/CB_NWp8KdHH/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

Ver esta publicación en Instagram

(https://www.instagram.com/p/CB_NWp8KdHH/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

????RIPOLLES 360???? Finisher d'una nova experiència! La vola al rípolles amb 3 dies rodejada d'un gran equip que m'han ajudat arribar. Mil gràcies a tots! ? #ripolles360 #ripolles #volta #montgrony #gombren #ripoll #castellmilany #vallfogona #friends #run #running #amazing #mountains #nature #santjoan
(https://www.instagram.com/p/CB_NWp8KdHH/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

Una publicació compartida de ???????? ??????
(https://www.instagram.com/claudiaendurance/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)
(@claudiaendurance) el 28 Jun, 2020 a las 10:45 PDT

(https://www.instagram.com/p/CB80QM1KSng/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

Ver esta publicación en Instagram

(https://www.instagram.com/p/CB80QM1KSng/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

2n dia finiquitat! ????60km i 3500+ que han donat per molt! ?Avui moltes persones i amics animant (mil gràcies a tots) ?un recorregut molt bo fins al km 43 a partir d'alla? han començat els mals camins, plens d'arbres i intransitables! ?Això? ens ha fet perdre molt de temps però? he arribat! Ara ja a Montgrony descansant i demà? última etapa! ???? ? 16:30 a la placeta major de Sant Joan serà? l'arribada. ? ? @guillem_casanova ? #ripolles360 #ripolles #comarca #volta #costabona #vallter #bastiments #picdeladona #tirapits #olladenuria #nuria #puigmal #colladatoses #run #running #amazing #mountains #nature #montgrony
(https://www.instagram.com/p/CB80QM1KSng/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

Una publicación compartida de ??????? ???????

(https://www.instagram.com/claudiaendurance/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

(@claudiaendurance) el 27 Jun, 2020 a las 12:27 PDT

(https://www.instagram.com/p/CB6HfrqQ_I/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

Ver esta publicación en Instagram

(https://www.instagram.com/p/CB6HfrqQ_I/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

?1a etapa de la #ripolles360 Quin tortell, mare meva!? 74km 3700+ per uns paisatges brutals. Avui la protagonista ha sigut la calor, que m'ha deixat ben cuita!? I en algun lloc he tingut problemes per veure el camí amb l'abundant vegetació ? Seguim ? ? ? @guillem_casanova ? #ripolles360 #ripolles #comarca #volta #ogassa #santpau #beget #salarsa #comanegre #colldares #costabona #run #running #amazing #mountains #nature #mollo
(https://www.instagram.com/p/CB6HfrqQ_I/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

Una publicación compartida de ????????

(https://www.instagram.com/claudiaendurance/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)
(@claudiaendurance) el 26 Jun, 2020 a las 11:19 PDT

(https://www.instagram.com/p/CB3e2r3qIAt/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

Ver esta publicación en Instagram

(https://www.instagram.com/p/CB3e2r3qIAt/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

???? RELAX & MEDITATION ????? ??Que comenci la festa, demà a les 5:30 arranquem ? Ara si arriba el dia esperat. Tot apunt, equip d'assistencia apunt?, furgó de @campurentvic preparada?, piles carregades ? ? #ripolles360 #ripolles #repte #180km #10000+ #mountains #amazing #nature #run #trail #training #running #consellcomarcalripolle?s #santjoandedesabadesses #ogassa #territori

(https://www.instagram.com/p/CB3e2r3qIAt/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)

Una publicación compartida de ??????? ??????
(https://www.instagram.com/audiaendurance/?utm_source=ig_embed&utm_campaign=loading)
(@audiaendurance) el 25 Jun, 2020 a las 10:44 PDT