

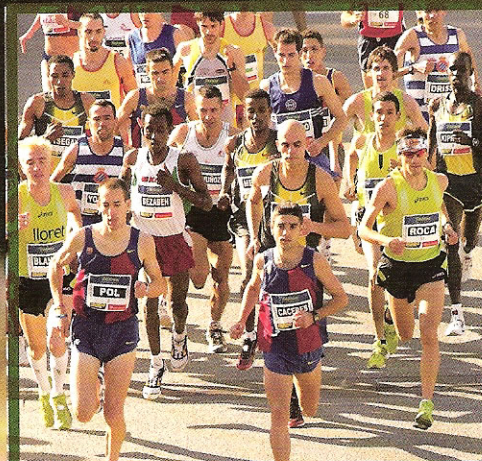
Revista **MARATHON**



ESPECIALITZADA EN ATLETISME POPULAR: mitges maratons, maratons, curses de fons, de muntanya, d'orientació, d'ultrafons, cros, trials, duatlons, triatlons, caminades, travesses, marxes, curses d'empresa, curses infantils i juvenils, i d'altres...

Entrevista a Nacho Cáceres

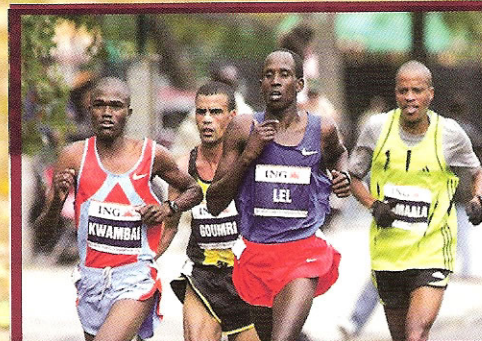
Va debutar en marató fent la millor marca catalana de l'any a Berlín



JEAN BOUIN

Els kenyans Kiprono Menjo i Eunice Jepkorir van ser els triomfadors

Nou rècord de participació amb 5.182 corredors



MARATÓ de NOVA YORK

El kenyà Martin Lel i la britànica Paula Radcliffe van aconseguir la victòria



Curses de Sant Llorenç Savall

El 28 d'octubre, Sant Llorenç Savall va acollir un any més la seva Marató de Muntanya. Pionera a Catalunya, va ser la primera prova d'aquest tipus amb un circuit íntegre de muntanya que es va organitzar al nostre país. Des del seu naixement, ara fa 13 anys, hi ha hagut canvis, però sobretot una trajectòria ascendent que ha fet consolidar la primera marató de muntanya de Catalunya com a cita ineludible per als fondistes catalans.

La Marató

En aquesta darrera edició, 92 atletes van sortir de la plaça Major de Sant Llorenç Savall disposats a completar 42,195 quilòmetres, en la 13a edició de la primera marató de muntanya de Catalunya. Amb un desnivell acumulat de 2.364 metres, el recorregut és prou agradable. Tot i que una part travessa terrenys calcinats per l'incendi que l'estiu del 2003 va afectar la zona, la resta voreja paratges propers al Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i la Serra de l'Obac. El bon temps va fer que el passat dia 28 el recorregut fos encara més agraït. 13 controls i avituallaments asseguraven el correcte desenvolupament de la cursa i proporcionaven menjar i beguda als atletes.

El podi de la categoria masculina va ser per a Adolfo Aguiló, de l'AE Alcanar, que va fer un temps de 3h:32. En la categoria femenina, la primera va ser Teresa Forns, una de les atletes més fidels a aquesta cursa, que va mantenir el lideratge com a la majoria d'edicions de la competició. Va fer un temps de 4h:25, millorant en 15 minuts la seva pròpia marca de l'any passat. Finalment, un total de 72 corredors van completar la cursa. Alguns van córrer durant

unes sis hores, des de quarts de nou del matí fins gairebé les tres de la tarda. Segurament, per ells, ni l'obsequi que rebien a l'arribada podia compensar tant d'esforç.

A banda de la Marató, però, aquell dia es va viure el que es podria qualificar de jornada atlètica amb totes les de la llei. Durant el matí també es van celebrar la Mitja Marató, la Cursa Popular i el Canicross, amb un total de 755 atletes participant en alguna de les quatre curses.

La Mitja Marató

La Mitja Marató aprofita la primera part del recorregut de la Marató; és tradicionalment la cursa més concorreguda, en part pel seu nivell intermedi i en part perquè està inclosa dins del Circuit Català de Curses de Muntanya. També ho va ser en la seva darrera edició, en què un total de 313 atletes, dels 361 inscrits, van completar els 21,400 quilòmetres. El primer lloc del podi va ser per a Josep Lluís Marichica en la categoria masculina i per a Montse Bergadà en la femenina. Pel què fa a la Cursa de Sant Jaume, de 10 quilòmetres, va tenir 195 participants. Els guanyadors van ser Javi Delgado i Judit Casas.



El recorregut és prou agradable; tot i que una part travessa terrenys calcinats per l'incendi que l'estiu del 2003 va afectar la zona, la resta voreja paratges propers al Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i la Serra de l'Obac.



El Canicross

Ja fa tres anys que a Sant Llorenç Savall es va organitzar el primer canicross de Catalunya, apostant seriosament per consolidar aquest esport i popularitzar-lo entre els atletes de muntanya. I així ha estat: cada vegada hi ha més persones que gaudeixen practicant l'atletisme amb el seu gos, i cada vegada de forma més tècnica i fent servir el material específic (arnés, línia de tir, etc.). Aquest any es va demostrar la gran acceptació d'aquesta modalitat, ja que el canicross va tenir una participació molt superior a la d'edicions anteriors, amb 107 atletes. El més ràpid en completar els vuit quilòmetres de recorregut va ser Lluís Bartoló, que ho va fer en 31.30. En la categoria femenina, va guanyar Louise Brown, amb un temps de 35.14.

Gràcies a tots i fins l'any vinent...

L'organització i celebració simultània de les quatre curses en un poble de poc més de 2.000 habitants és només possible gràcies a la implicació i l'esforç de més de 200 voluntaris. De forma totalment desinteressada, aquestes persones recolzen l'organització, que va a càrrec del Centre Excursionista Llorençà, amb el suport inestimable de l'Ajuntament de Sant Llorenç Savall i el magnífic control tècnic portat a terme pel la FEEC (Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya).

Un entorn agradable i una molt bona organització fan de la Marató de Muntanya de Sant Llorenç una cita destacada en el calendari de l'atletisme català. ●●●

per Elisenda Rovira

