

PDF de UTMB 2015

L'Ultra Trail del Mont Blanc (UTMB), que se celebra anualment a finals d'agost, és la mare de les curses de muntanya. La majoria de "trailrunners" aspiren a participar en aquesta competició almenys un cop en la vida. Es tracta d'una prova molt dura de 170 km i 10.000 m de desnivell positiu, que transcorre al voltant del cim del Mont Blanc, passant per Alps francesos, italians i suïssos. Els corredors que volen participar en la cursa han d'acreditar un currículum, que es concreta en un mínim de punts que s'obtenen en altres curses qualificatives d'ultra-fons. I comptar amb el currículum no basta: després a més a més cal tenir sort al sorteig dels 2.300 dorsals disponibles. En definitiva, que és quasi tan difícil córrer la cursa, com aconseguir participar-hi.

Fa un any, en Ramon i jo, veient que tots dos comptàvem amb els punts necessaris per optar a un dorsal, vàrem decidir apuntar-nos al sorteig. I de seguida vàrem reservar allotjament i bitllets d'avió. Així, si ens tocava un dorsal bé, i si no hi aniríem a entrenar i a viure l'extraordinari ambient de Chamonix, punt neuràlgic de l'UTMB i de la resta de curses que tenen lloc durant la setmana (PTL, OCC, TDS, CCC...).

El mes de gener de 2015, quan es varen sortejar els dorsals, no hi va haver sort. Així que, aquests passats dies, coincidint amb l'UTMB 2015, hem anat a Chamonix només a conèixer de molt a prop què és l'UTMB i a preparar-nos per si el 2016 hi ha sort i obtenim dorsal.

Ha estat una setmana immillorable, amb unes condicions climatològiques excepcionals. Aprofitant els autobusos que l'organització de l'UTMB posa a disposició dels corredors i acompanyants, i emprant també altres mitjans de transport, hem pogut realitzar tres llargues sortides, dia sí, dia no, recurrent un total de 141 km i 8.895m de desnivell positiu, pràcticament la totalitat del circuit de l'UTMB. Per fer-ho possible, hem portat una planificació molt ajustada, que ens ha funcionat a la perfecció:

1r dia, dimecres 26 d'agost: arribada a Chamonix

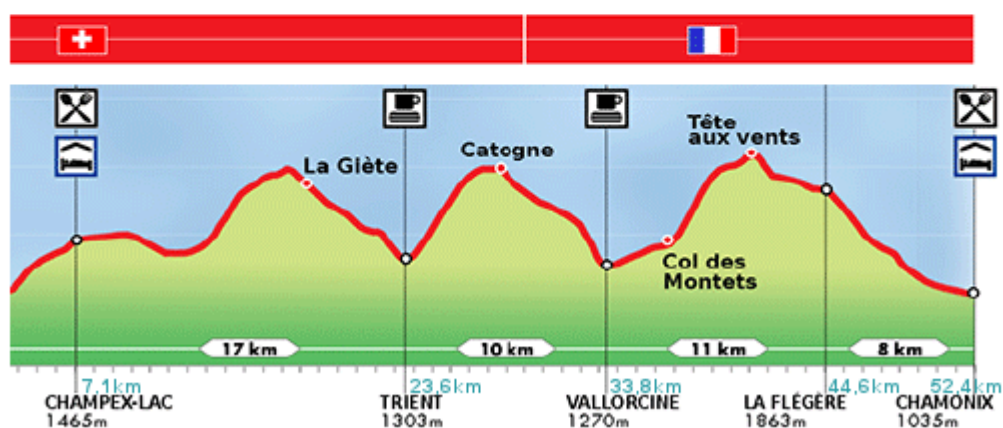
Arribam a la nostra destinació mitjançant un vol directe d'EasyJet de Palma a Ginebra, més un transfer d'EasyBus fins a Chamonix, amb el temps just d'instal·lar-nos a la caseta de fusta que havíem llogat i d'anar al centre esportiu de Chamonix a recollir el forfait per als bussos de l'organització, mitjançant els quals faríem la majoria dels nostres desplaçaments.

2n dia, dijous 27 d'agost: Entrenament des d'Orsières a Chamonix

A les 05:00 de la matinada, agafam el bus que porta els corredors a la sortida de l'OCC a Orsières i a les 06:30 iniciam el nostre entrenament, amb l'objectiu d'anar fins a Chamonix, recurrent un total de 52,4km i 3.271m de desnivell positiu. Els corredors de l'OCC inicien la seva cursa a les 8:30 i bona part d'ells ens avancen durant el camí. Durant el dia, no només tenim la sort de comptar amb la companyia dels corredors, sinó que també aprofitam la senyalització de la cursa i els ànims que ens dona el públic pensant que formam part de la competició.

A continuació podeu veure l'esquema de quilòmetres parcials, quilòmetres acumulats, alçades, desnivells parcials, desnivells acumulats, temps parcials, temps acumulats i hora de pas, previst per aquest dia. També podeu veure el perfil del recorregut i algunes fotos del dia.

	K. PAR	K. ACU	ALÇ	D+ PAR	D+ ACU	D- PAR	D- ACU	T. PAR	T. ACU	HORA	
ORSIÈRES	0k	0k	887m							06:30	Nit
CHAMPEX	7,1k	7,1k	1447m	+560	+560	-10	-10	01:45	01:45	08:15	Pujada
LA GIÈTE	11,6k	18,7k	1884m	+819	+1379	-400	-410	3:30	5:15	11:45	Baixada i pujada
TRIENT	4,9k	23,6k	1300m	+76	+1455	-657	-1067	1:00	6:15	12:45	Baixada
CATOGNE	5k	28,6k	2027m	+816	+2271	-85	-1152	2:00	8:15	14:45	Pujada
VALLORCINE	5,3k	33,8k	1260m	+33	+2304	-797	-1949	0:50	9:05	15:35	Baixada
COL DES MONTETS	3,7k	37,6k	1466m	+196	+2500	-0	-1949	0:50	9:55	16:25	Pujada suau
LA TÊTE AU VENTS	4k	41,6k	2130m	+661	+3161	-0	-1949	1:50	11:45	18:15	Pujada
LA FLÈGÈRE	3k	44,6k	1877m	+10	+3171	-274	-2223	0:30	12:15	18:45	Baixada suau
CHAMONIX	7,8k	52,4k	1035m	+100	+3271	-928	-3151	1:45	14:00	20:30	Baixada





Champex-Lac, Suïssa



En Ramon corrent entre els primers corredors de l'OCC



Gaudint de les vistes a La Giète, Suïssa



Arribant a Trient, Suïssa



Arribant a Vallorcine, França



La Tête au Vents, França



Un cèrvol curiós a la Tête au Vents, França

3r dia, divendres 28: dia de descans i sortida de la UTMB

Dedicam aquest dia a recuperar forces, passejar pel centre de Chamonix i veure l'espectacular sortida de l'UTMB. Impressionant!



Amb na Maria Jesús al centre de Chamonix



Arc de sortida i meta de les curses de l'UTMB



Minuts abans de la sortida l'UTMB



En Ramon animant al gran Tòfol Castanyer a la sortida l'UTMB

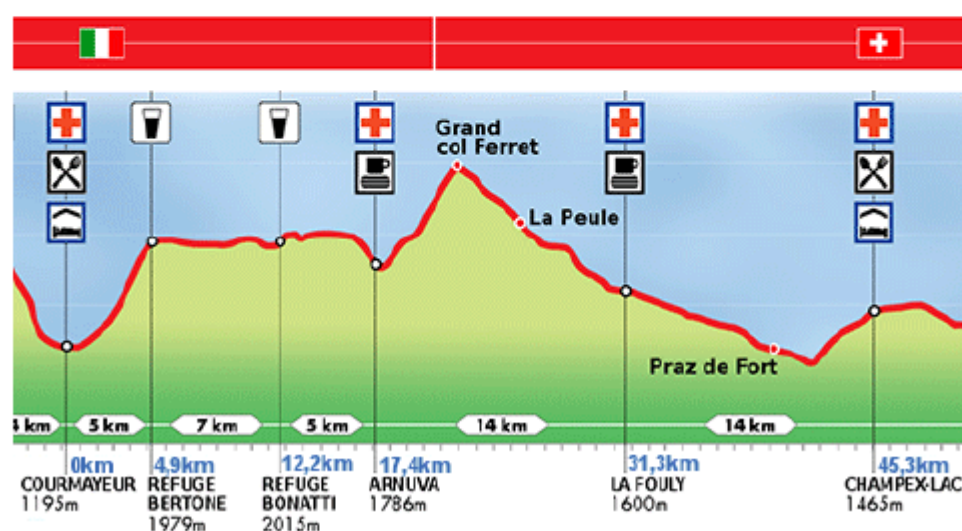


Amb en Frank i la seva família

4t dia, dissabte 29: Entrenament de Courmayeur a Champex-Lac

A les 5:30 de la matinada, agafam un dels bussos de l'organització que ens porta fins a Courmayeur i des d'allà, a les 6:30 h, iniciam el nostre segon entrenament, i tenim el privilegi de compartir quilòmetres amb alguns dels millors corredors de l'UTMB, els més avançats, que a aquestes hores ja han fet més de 80 km i acumulen més de 12 hores d'esforç. Gaudim d'un dia insuperable, passant per alguns dels trams més bells de la cursa, aprofitant novament la senyalització de la cursa i els ànims del públic.

	K. PAR	K. ACU	ALÇ	D+ PAR	D+ ACU	D- PAR	D- ACU	T. PAR	T. ACU	HORA	
COURMAYEUR	0k	0k	1195m							06:45	Nit
REFUGE BERTONE	4,9k	4,9k	1989m	+816	+816	-32	-32	2:00	2:00	08:45	Pujada
REFUGE BONATTI	7,3k	12,2k	2010m	+280	+1096	-244	-276	1:45	3:45	10:30	
ARNUVA	5,2k	17,4k	1769m	+105	+1201	-334	-610	1:00	4:45	11:30	
GRAND COL FERRET	4,5k	21,9k	2537m	+754	+1955	-15	-625	2:00	6:45	13:30	Pujada
LA PEULE	3,6k	25,5k	2082m	+0	+1955	-443	-1068	0:35	7:20	14:05	Baixada
LA FOULY	5,8k	31,3k	1598m	+148	+2103	-630	-1698	1:20	8:40	15:25	Baixada
PRAZ DE FORT	8,4k	39,7k	1161m	+110	+2213	-549	-2247	1:20	10:00	16:45	Baixada
CHAMPEX-LAC	5,6k	45,3k	1477m	+445	+2658	-141	-2388	2:00	12:00	18:45	





Courmayeur, Itàlia



Refuge Bertone, Itàlia



Refuge Bonatti, Itàlia



Baixant cap a Arnuva



Arribant al Grand Col Ferret



Grand Col Ferret



Baixant cap a La Fouly ens trobam amb en Jaume participant a l'UTMB

5è dia, diumenge 30: dia de descans i arribada de la UTMB

Novament, destinam aquest dia a descansar, passejar per Chamonix i veure l'emotiva arribada a la meta de corredors l'UTMB i la PTL. També aprofitam per comprar un [mapa a escala 1:50.000 que mostra tot el circuit de la cursa en un sol full](#) per poder-lo clavar en una pissarra i tenir una visió global del circuit, ja que l'alternativa dels dos mapes #3531ET i 3630OT, a escala 1:25.000 no serveix per a aquest propòsit.



Amb amics mallorquins participants a les curses de l'UTMB

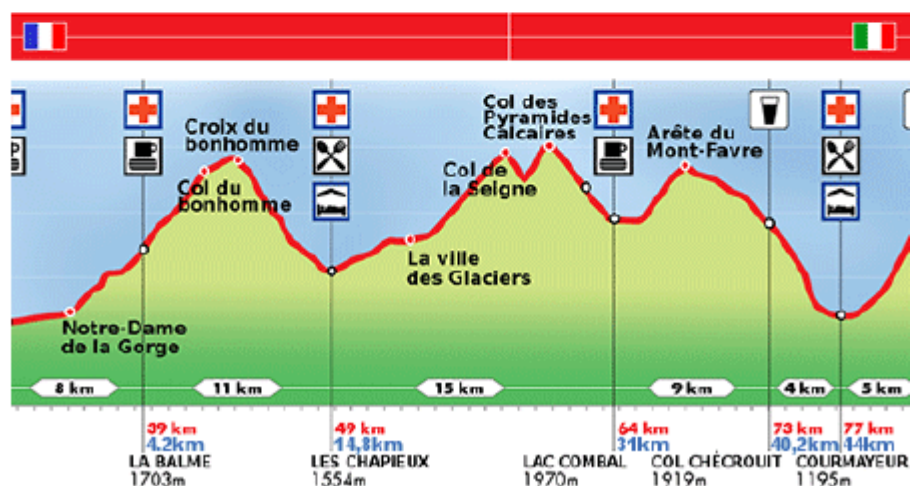


Una parella arribant a la meta de l'UTMB

6è dia, dilluns 31: Entrenament de Notre Dame de la Gorge a Courmayeur

A les 4:00 de la matinada, un contacte de la propietària de la nostra caseta de fusta ens ve a recollir i ens porta en cotxe fins a Notre Dame de la Gorge, on iniciam el nostre tercer entrenament. Iniciam l'entrenament de nit, il·luminats per la lluna plena, gaudint d'una nit única. Arribam a l'increïble Col du Bon Home just a l'alba i continuam el nostre camí fins a Courmayeur, arribant-hi a temps per agafar l'últim bus que va d'aquesta localitat fins a Chamonix, passant pel túnel del Mont Blanc. Aquest dia ja no hi ha rastre de l'UTMB. Totes les senyalitzacions ja han estat retirades i no queda cap senyal del pas de milers de corredors: admirable!

	K. PAR	K. ACU	ALÇ	D+ PAR	D+ ACU	D- PAR	D- ACU	T. PAR	T. ACU	HORA	
NOTRE-DAME	0k	0k	1221m	0						04:35	
LA BALME	4,2k	4,2k	11703m	+482	+482	-0		1:20	1:20	5:55	
COL DU BONHOME	3,4k	7,6k	2325m	+622	+1104	-0		1:25	2:45	7:20	
CROIX BONHOME	2k	9,6k	2439m	+165	+1269	-51	-51	0:33	3:18	7:53	Pujada
LES CHAPIEUX	5,2k	14,8k	1554m	+0	+1269	-885	-936	1:08	4:26	9:01	Baixada
COL DE LA SEIGNE	10,3k	25,1k	2502m	+958	+2227	-10	-946	3:09	7:35	12:10	Pujada
COL DES PYRAMIDES	2,2k	27,3k	2563m	+268	+2495	-207	-1153	0:49	8:24	12:59	
REFUGE ELISABETTA	2,3k	29,6k	2185m	+3	+2498	-381	-1534	0:16	8:40	13:15	
LAC COMBAL	1,4k	31k	1970m	+0	+2498	-215	-1749	0:15	8:55	13:30	
ARETE DU MONT-FAVRE	4,3k	35,3k	2417m	+457	+2955	-10	-1759	1:36	10:31	15:06	
COL CHECROUIT	4,9	40,2k	1919	+11	+2966	-509	-2268	1:05	11:36	16:11	Baixada
COURMAYEUR	3,8	44k	1195	0	+2966	-724	-2992	0:37	12:13	16:48	Baixada





Alba al Col de Bonhomme, França, amb lluna plena



Refuge de La Croix du Bonhomme, França



Les Mottets, França



Col de la Seigne, frontera entre França i Itàlia



Lac Combal, Itàlia



Baixant cap al Col Checroiut, en direcció a Courmayeur, Itàlia

7è dia, dimarts 1 de setembre: tornada a casa

Finalment, el dimarts tornam cap a casa, enamorats del Mont Blanc i decidits a tornar el 2016, per participar en la cursa si hi ha sort en el sorteig, i si no hi ha sort, simplement per gaudir novament d'aquest increïble paradís.

[Més fotos a Facebook](#)