

LIBRO DE RUTA

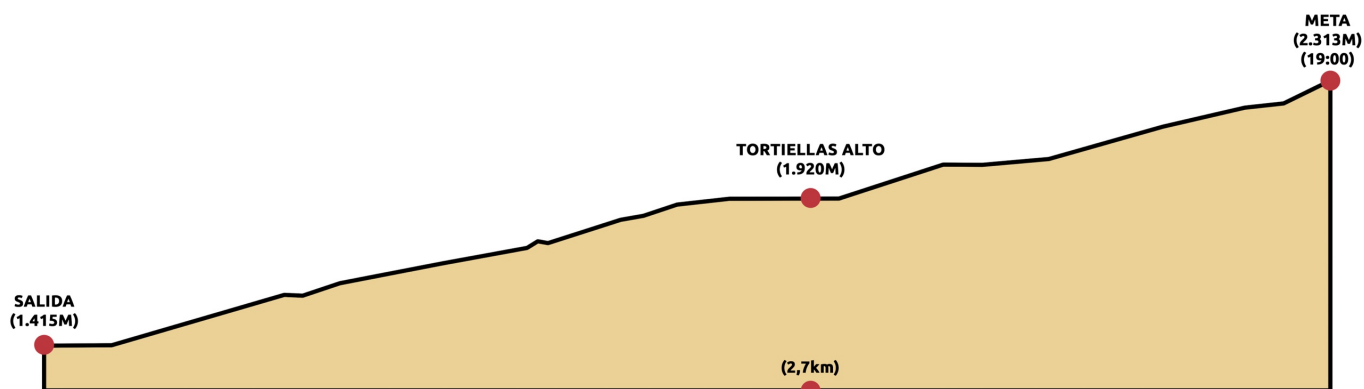
UPHILL 4K

100KM, 8.848M D+
70KM, 6.100M D+
45KM, 3.700M D+
26KM, 1.700 D+
16KM, 1.600M D+
4KM, 950 D+

PERFIL Y DATOS DE LA UPHILL 4K

Se trata de una prueba que sube desde Rioseta hasta la cima de la Tuca Blanca. El recorrido tiene camino casi en su totalidad y aunque hay rampas muy duras al principio y al final, también alterna con algún llano para los más corredores. Una prueba en un entorno maravilloso y a los pies del mítico Pico Aspe, teniendo en la meta una de las vistas más bonitas de toda la zona. Sus casi .1000 metros de desnivel positivo en poco más de 4 kilómetros, la convierten en una dura prueba al alcance de muy pocos. Apenas 100 dorsales para los más valientes y rápidos. Una prueba con salida en el Circo del Río Seta y que discurre por una zona poco conocida del Valle de Canfranc, pero siempre espectacular.

El Valle del Río Seta nos guiará hasta casi los 2.000 metros de altitud. Una fuerte y rápida subida nos lleva hasta el Llano de Tortiellas Alto. Aquí entraremos a la Estación de Esquí de Candanchú, donde la bordearemos dando vista siempre al Pico Aspe y siguiendo la cresta que nos separa del Barranco de Tortiellas, llegando enseguida a la cima de La Tuca Blanca, a 2.313metros de altitud.



Distancia: **4,420 kilómetros**
Desnivel Positivo: **927 metros**
Desnivel Negativo: **15 metros**

Cierre de Control en Motriz Tuca: **01:00 horas** (18:00 horas del viernes)

Cierre de Tuca Blanca (meta): **02:00 horas** (19:00 horas del viernes)

SECTOR 1

CUARTEL RIOSETA (salida) / MOTRIZ TUCA

DATOS DEL SECTOR: 2,5 km., 519 m. positivos y 14 m. negativos
DATOS ACUMULADOS: 2,5 km., 519 m. positivos y 14 m. negativos

Dificultad media. Casi todo el tramo está balizado con marcas GR además del marcaje de la prueba por parte de la organización (banderas rojas con el nombre del evento).

EL VERTICAL 4K sale del campamento militar de Rioseta. Desde la puerta, el recorrido coge dirección noroeste y sube una corta, pero muy empinada rampa, a que atraviesa una gran campa de hierba. Este primer tramo sube a través de un sendero poco marcado, pero al terminar esta primera subida el camino cada vez se vuelve más claro y evidente.

Una vez hemos cogido un poco de altura el camino se hace cada vez más cómodo y va ganando poco a poco desnivel a la vez que se adentra en el valle del Río Seta. Cuando estemos ya casi al final, empezaremos a ganar más altura a través de varias curvas que empezando en hierba y acabando en una zona de piedra nos llevarán casi a los 2.000 metros de altitud justo antes de llegar a la zona de Tortiellas Alto, donde está la motriz de La Tuca, donde tendremos un avituallamiento líquido.

*Punto de Control 1, **MOTRIZ TUCA BLANCA***
Hora estimada de paso del primer corredor: 00:20 horas
*Hora de **CIERRE DE CONTROL**: 01:00 horas*

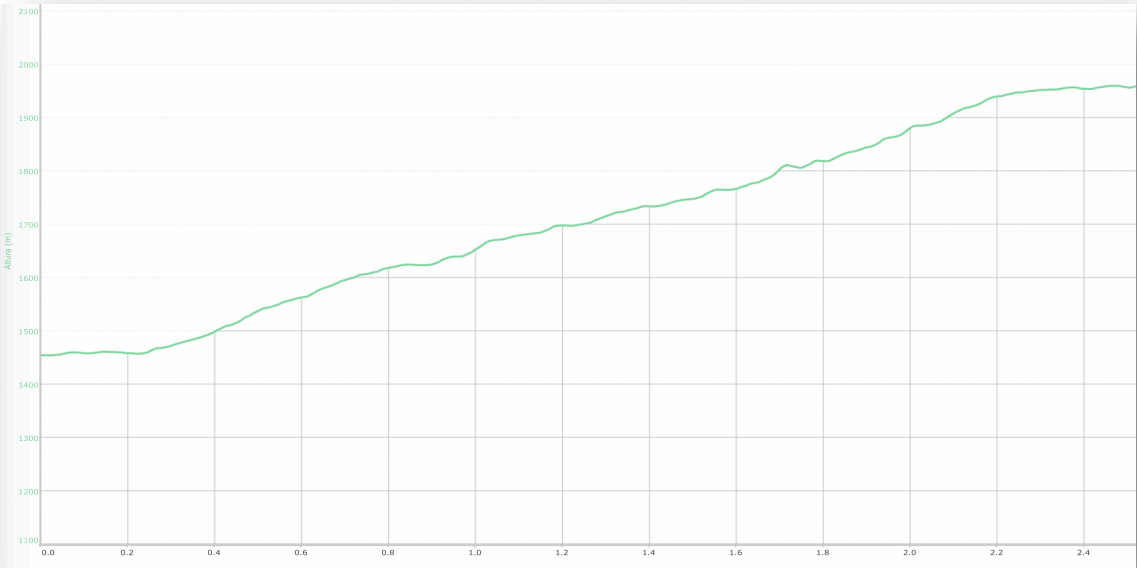


ADVERTENCIAS DE SEGURIDAD EN ESTE TRAMO

LOCALIZACIÓN DEL PELIGRO	MEDIDAS PREVENTIVAS
	<i>Tramo sin trozos importantes a reseñar. Solo hay que tener las medidas de seguridad generales de montaña.</i>



PERFIL Y MAPAS DEL SECTOR



SECTOR 2

MOTRIZ TUCA / CIMA TUCA BLANCA (meta)

DATOS DEL SECTOR: 1,9 km., 408 m. positivos y 1 m. negativos

DATOS ACUMULADOS: 4,4 km., 927 m. positivos y 15 m. negativos

Dificultad media/alta. El marcaje en esta zona está hecho con banderas de la prueba.

Desde este punto, la carrera sube en dirección contraria al recorrido de la prueba Maratón 45K y de las Ultras. Gira en dirección suroeste para afrontar casi en línea recta la subida hasta la divisoria de aguas con el Barranco de Tortiellas, para una vez allí, girar a la derecha y atravesar dos pequeñas charcas por un pequeño montículo que las separa.

Aquí afrontará un corto llano para enseguida afrontar el último tramo. Primero por una clara senda, para poco después dejar el camino que sube hacia el Pico Aspe a la izquierda. Cada vez se convertirá en una zona menos marcada y con más hierba, para después de pasar una pequeña faja de hierba, girar a la derecha hacia otra charca y volver a atravesarla por la mitad, donde girará el camino a la izquierda y nos dirigiremos a parte más alta de la Estación de Esquí de Candanchú, al reenvío de la Tuca Blanca.

Justo al llegar a la pista auxiliar de la estación de esquí, giraremos a la izquierda y afrontaremos el último tramo en línea recta hasta la cima, a 2.313 metros de altitud.

*Punto de Control 2, **TUCA BLANCA, META***

Hora estimada de paso del primer corredor: 00:35 horas

*Hora de **CIERRE DE CONTROL**: 02:00 horas*

CARRERA UPHILL 4K CANFRANC-CANFRANC

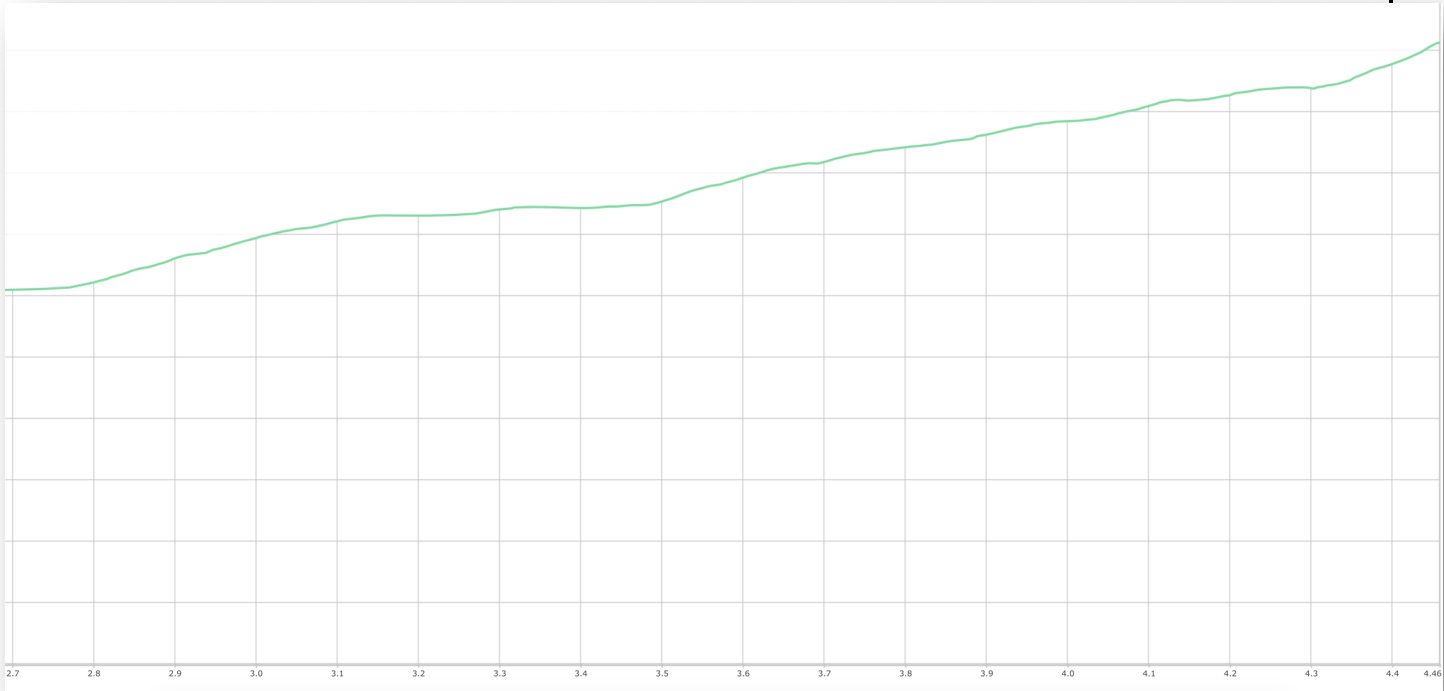


ADVERTENCIAS DE SEGURIDAD EN ESTE TRAMO

LOCALIZACIÓN DEL PELIGRO	MEDIDAS PREVENTIVAS
N 42° 46.092, W 0° 33.200	<p>Antes de subir por la pista de la Tuca Blanca y cruzar un llano, en la cara de solana del barranco de Tортиellas hay un paso estrecho con riesgo de caída de altura (>5m).</p> <p>Prohibido pasar más de una persona a la vez.</p> <p>Prohibido adelantar.</p> <p>Realizar andando. Prohibido correr.</p>



PERFIL Y MAPAS DEL SECTOR



CARRERA UPHILL 4K CANFRANC-CANFRANC

