

FICHA TECNICA

- **Nombre:** JUAN MIGUELIZ Leyre Trail
- **Tipo:** Carrera de Montaña.
- **Fecha:** 6 de Noviembre de 2016
- **Lugar:** Sierra de Leyre
- **Lugar de Salida / Meta:** Monasterio San Salvador de Leyre
- **Distancia:** 21 Km
- **Desnivel:** +1400 m/ -1400m
- **Nº máximo de participantes:** 300 inscripciones.
- **Categorías:** Absoluta Masculina, Veteranos, Absoluta Femenina y Veteranas

EL RECORRIDO

La carrera tiene un recorrido de 21 Km y un desnivel positivo acumulado de 1400 metros. Se trata de una prueba muy dura y técnica. El recorrido transcurre íntegramente por sendas y terreno de montaña.

Daremos la salida en el **Monasterio de Leyre**, precioso lugar situado en la cara sur de la Sierra, a 750 metros de altitud. Tras un cortísimo tramo de asfalto para estirar la carrera cogeremos la **Cañada Real de los Roncaleses** para, en algo más de dos kilómetros durísimos, ascender 500 metros de desnivel y llegar al **Portillo de La Cerrada**, accediendo de esta manera a la cara norte de la Sierra. En este lugar, a 1250 metros de altitud, se situará el primer avituallamiento de la prueba (Km 2,5 de carrera). Continuaremos por la Cañada Real durante dos kilómetros en suave descenso hasta llegar a los **Rasos de Bigüezal** (1.100 metros) donde estará instalado el segundo avituallamiento . Allí dejaremos la Cañada Real y giraremos a la derecha para introducirnos en un oscuro bosque de pinos y de hayas que atravesaremos de manera directa durante apenas un kilómetro y 200 metros de desnivel positivo para acceder a la cresta este de la sierra, a una altura de 1300 metros. Tras recorrer la preciosa cresta durante algo más de un kilómetro por terreno muy técnico llegaremos al **Paso del Oso**, impresionante agujero en la roca con vistas verticales hacia el Pantano de Yesa. Continuaremos por una senda rapidísima en suave descenso hasta alcanzar, por segunda vez, el **Portillo de La Cerrada**, punto en el que estará instalado el tercer avituallamiento (Km 9 de carrera). Continuaremos por terreno cómodo y rápido hasta alcanzar la base del **Pico Castelar** (1.290 metros), pico que alcanzaremos tras superar un repecho durísimo dentro de un magnífico bosque de hayas. Tras superar la cima del pico y dejar la cruz que lo corona a nuestra izquierda, continuaremos por la cresta con tramos rocosos muy técnicos hasta alcanzar el Km 10,5. En este lugar se va a establecer un punto de retirada obligatoria en el caso de no

cumplir con el horario establecido en el reglamento de la prueba.

Continuaremos, primero en suave descenso y después por terreno llano, por el bosque de hayas hasta alcanzar el cuarto avituallamiento (Km 12 de carrera).

Giraremos a la derecha por terreno despejado hasta introducirnos de nuevo entre las hayas y comenzar un descenso vertiginoso de apenas 500 metros y 150 metros de desnivel negativo. Tras girar a la izquierda, superaremos un repecho durísimo y técnico en el que tendremos que utilizar las manos para situarnos, ya en el raso, unos metros al noreste de la vertical del Pico Arangoiti, a 1.000 metros de altitud.

Estamos justo encima del impresionante cortado de la **Foz de Arbayún**, el cañón fluvial más importante de Navarra y uno de los más espectaculares del Pirineo. Tras un corto descenso en dirección norte, giraremos a la izquierda y recorreremos la ladera norte del Pico Arangoiti durante algo más de 1 Km. A una altura aproximada de 900 metros giraremos a la izquierda para, por terreno durísimo comenzar el ascenso al punto culminante de la Sierra de Leyre. Tras ascender 400 metros de desnivel en poco más de 1 Km, alcanzaremos la cresta oeste del **Pico Arangoiti**, a una altura de 1.300 metros. Giraremos a la izquierda y, tras recorrer la cresta durante algo menos de un Km alcanzaremos el punto más alto de la prueba (1.353 metros). Nos encontramos en el Km 16 de carrera. Tras reponer fuerzas en el quinto y último avituallamiento, y ya con la meta a la vista (600 metros de desnivel más abajo) comenzaremos el último tramo de la prueba.

Tras descender por terreno rocoso y técnico durante algo menos de un kilómetro alcanzaremos un collado y continuaremos por la ancha cresta, por terreno rompepiernas entre prados y hayas, con un último tramo rocoso y técnico, hasta llegar al **Collado del Monolito**. Estamos en el kilómetro 18 de carrera. Nos quedan algo más de dos kilómetros y 500 metros de desnivel negativo por delante.

A partir de aquí solamente nos queda volar, primero por una senda rapidísima entre hayas y después por un último tramo pedregoso y más técnico entre pinos, robles y encinas. Este último tramo, compartido con el tramo inicial de la carrera y ya dentro de la **Cañada Real de los Roncaleses**, nos llevará directamente hasta la meta.