



BRIEFING

CAT700 2020

Benvingudes i benvinguts a la sisena edició de la CAT700. Sis anys des que vàrem començar aquesta aventura de travessar Catalunya de Nord a Sud, en autosuficiència i sense etapes. Per què? Pel simple plaer del viatge esportiu, del repte personal i, en especial, de voler connectar profundament amb el territori i la seva gent, i amb la diversitat de paisatges que en tan pocs quilòmetres es concentren: des de l'alta muntanya al mar, aquesta és la gran singularitat de Catalunya.

Aquest any és un any especial, no us estem descobrint res: l'any de la pandèmia en què s'han suspès les proves esportives grans i no tan grans. La CAT700, hem pogut salvar-la gràcies a haver-la pogut traslladar a l'octubre i per ser de molt petit format. Per tant, gràcies a tots vosaltres per la confiança que ens heu fet, a l'haver persistit malgrat totes les dificultats.

Pel que fa a dades pràctiques, recomanacions i recordatoris, us enumerem els següents punts:

1. Mesures anti-Covid.

a. Control de material. Cadascú de vosaltres tindrà assignat segons el número d'inscripció un lloc al pavelló esportiu de Les. Allà trobareu la vostra bicicleta. Per tant, us demanem que recordeu el vostre número d'inscripció (ja sabeu que a la CAT700 no donem dorsals: no ens agrada la contaminació visual que provoquen). El control de material el farem a les franges horàries que vàrem anunciar a l'última newsletter.

Un cop revisat el material, les bicicletes quedaran al pavelló al lloc que us hem assignat. El pavelló es tancarà abans de l'hora de sopar i no s'hi tindrà accés fins a l'endemà, abans de la sortida.

b. Sortida. A la graella de sortida, cada participant ocuparà un dels llocs senyalitzats convenientment i separats de la resta. Haureu de portar la mascareta col·locada durant els cinc (5) primers quilòmetres de la ruta, a Bossost, o bé fins que el pilot de ciclistes s'estiri i prengueu distància. Apel·lem a la vostra responsabilitat.

2. Meteorologia i temperatures

Donades les dates i l'excepcionalitat meteorològica (neu a principi d'octubre), a banda de la samarreta tèrmica de màniga llarga que hem afegit al material obligatori, seran aconsellables perneres o bé malles (llargues o de 3/4), no només per al tram pirinenc, sinó per quan cau la nit i la temperatura baixa notablement a qualsevol altitud. També són aconsellables guants tèrmics llargs. La roba llarga i tèrmica en aquesta època ens pot salvar, a més, d'un imprevist durant les hores fredes (avaria mecànica, indisposició, pájara...).

*Important: consulteu els dies previs a l'inici de la CAT700 la méteo per adaptar l'estratègia, si cal: www.meteo.cat/prediccio/pirineu, www.aemet.es, www.meteoexploration.com

3. Estratègia durant la CAT700

Entenem que teniu, o esteu dissenyant, una estratègia (etapes, parades, pernотacions) a partir dels tracks i la guia de serveis. No sigueu estrictes a voler-la complir a qualsevol preu: flexibilitzeu-la, si cal, segons les condicions meteorològiques. Compteu que hi ha menys hores de llum



que durant les dates normals de la CAT700, que ens obligaran a avançar més lents. No us sobreestimeu, però que no decreixi la confiança amb vosaltres mateixos. Sigueu realistes, sobretot.

4. Prudència!

Descensos: la CAT700, sobretot l'Original, té alguns descensos pronunciats, llargs i de difícil accés en vehicle (Pirineu, Prepirineu, Massís del Port). Us preguem que els feu amb calma i sense ganes de guanyar algun segon, per tal d'evitar accidents i possibles ensurts mecànics (radis, canvi, etc.)

Encreuaments i carreteres: Tot i que hem fet el possible per a minimitzar els encreuaments amb poca visibilitat, us preguem que aneu amb precaució a l'hora de travessar o incorporar-vos a una carretera. Igualment, que ho feu amb el material de visibilitat (armilla reflectant i llums) en condicions de baixa visibilitat (mal temps, poca llum natural).

En cas de necessitat: recordeu que esteu en una prova en autosuficiència i que us haureu d'espavilar quan tingueu problemes mecànics o alguna caiguda lleu. No obstant, abans de sortir us entregarem un croquis del recorregut amb els telèfons de l'organització. I penseu que en cas de gravetat cal trucar directament al 112.

5. Track i balisa de seguiment

Seguiment del track: sabeu que heu de seguir el track, sempre. Si l'abandoneu en qualsevol punt per algun motiu (avaria, pernoctació, etc.), l'haureu de recuperar allà on l'havíeu deixat. La vostra estela queda enregistrada al Tracktherace, gràcies al seguiment que realitza la balisa que us entregarem.

Ubicació de la balisa a la bicicleta: Sempre haureu de portar la balisa de seguiment en un lloc poc cobert, però alhora segur per tal d'evitar no perdre-la. Cal que el dispositiu pugui emetre sense problemes la vostra posició.

6. Assistència externa

Com ja sabeu, no és permesa l'assistència externa per part de la parella, d'amics o de familiars. Sí que podeu, òbviament, pernoctar a fonda, hotel de les estrelles i luxe que vulgueu, però no estarà permesa, per exemple, la presència d'autocaravanes o vehicles que us puguin proveir de menjar, roba, pernoctació o material mecànic (recanvis, eines). Apel·lem, doncs, al fair play i l'ètica esportiva!

7. Abandonament

Si decidiu abandonar la CAT700 pels motius que sigui, ens haureu de trucar per comunicar-ho i per quedar per al retorn del dispositiu de seguiment.

.....

Les dues CAT700. Punts clau

CAT700 Original

1. Bossost, Guardader d'Arres, el Salt deth Pish i coll de Varradós (track 01)

A Bossost, abandonareu el riu i comença un port d'asfalt dolent que aviat es transforma en grava, amb algun pendent en la primera part que supera el 10%. Espectacular traçat per dins d'una fageda. Coronem el coll on hi ha el

Guardader d'Arres, un mirador sobre el Baish Aran. Una carretera panoràmica, a mitja alçada, ens porta a Arres i Vilamòs. Aproveu per contemplar el massís de la Maladeta. A Vilamòs, pista asfaltada cap al Salt deth Pish, amb alguns pendents forts. Aquí, a la mateixa cascada, comença la terra que ens portarà fins al coll de Varradós. En total, des de Vilamòs, 20 km i 1000 m D+.

Atenció a la baixada de Varradós a Bagergue: és pista estreta, però ràpida.

2. Pla de Beret, Montgarri, Espot, Llesui, Rialp (track 01, track 02 i track 03)

Al Pla de Beret, naix el riu Noguera Pallaresa. El seguirem en els curss alt. El camí a Montgarri, amb les últimes nevades, pot estar mullat i fangós.

Atenció: hi ha trams de pedra. Montgarri, bon lloc per a fer un cafè, si no teniu pressa. A partir d'aquí, pista principal amb molta tendència a la baixa. És ràpida i amb trànsit de 4x4. Apareixerà algun muret per sorpresa que us tallarà el ritme.

Passat Esterri, atenció a creuar la carretera C-28. Comença pujada per carretera fins a Espot i Super Espot. Aquí, pista de terra que ascendeix tota l'estació d'esquí fins al coll de la Creu de l'Eixol. Comencem els 15 km de pista gairebé sempre per sobre de la cota 2000. Ens desviarem de la principal i travessarem tot baixant l'antiga estació d'esquí de Llesui.

Brutal: instal·lacions abandonades i grafitis. 20 km de baixada fins a Rialp i 1.300 m D-. Terra fins al poble de Llesui i des d'aquest, carretera ràpida i a trams amb fort pendent. Molta atenció!!

3. Rialp, Port-Ainé, Sant Joan de l'Erm, Organyà (track 03)

De Rialp sortim per vora riu. Tram curt no ciclable amb algunes escales.

Fins a Port-Ainé, una de les ascensions reines de la CAT700 (17 km i 1.300 m D+)

Sant Joan de l'Erm (refugi de la Basseta): lloc on poder menjar i pernoctar
Refugi de les Comes de Rubió: 6 km més endavant de Sant Joan de l'Erm. Cal reservar (<http://www.refugicomederubio.com>). Des d'aquí fins a Organyà, no hi ha serveis.

4. Organyà, Ponts (track 03 i track 04)

L'any passat alguns participants van batejar aquest tram com a Mordor. Un lloc aïllat, de pistes lentes, de difícil accés algunes amb vehicle convencional i en moltes zones sense cobertura. Òbviament, cap poble, després de passar Montanisell i Bóixols. Carregueu aigua i menjar. Si calculeu passar-ho de nit, compteu que són quilòmetres molt lents.

5. Ponts, Prades, Móra d'Ebre (track 04, track 05, track 06 i track 07)

Paradís del gravel, pistes ràpides i pujada còmoda i preciosa a la serra de Prades i al poble del mateix nom.

La travessa del Priorat, sense problemes.

A Garcia, es travessa el riu Ebre pel pont del tren, senyalitzat també com a GR. Us demanem precaució i que no camineu per les vies. Hi ha espai de sobra per a circular en bicicleta per la banda esquerra.

6. Móra d'Ebre, Gandesa, Beseit (track 07)

Pistes bones en general, amb alguna pujada forta abans i després de l'ermita de Sant Jeroni (punt d'aigua) i abans d'arribar a Corbera d'Ebre.

De Gandesa, pista bona i rapidíssima a Bot. Paradigma del gravel. Atenció!

És una pista utilitzada per la gent del lloc i van passant cotxes.

Bot-Horta de Sant Joan i Arnes, per la Via Verda.

Arnes-Beseit: pista preciosa que ressegueix la muralla del massís del Port.

7. Beseit, la Sénia, Amposta, l'Ampolla (track 07 i track 08)

Beseit - el Port: última pujada llarga (15 km i 950 m D+ fins a la cruïlla a la part superior). Pista bona en general amb trams amb fort pendent. Atenció a la baixada cap al pantà d'Ulldecona! Llarga i pedregosa.

La Sénia-Ulldecona: coll de les Bruixes. Carretera, curt, estret, bon asfalt. Un regal.

Amposta - l'Ampolla: pla total i que no bufi el vent!

CAT700-S

1. Les, Bossost, Vielha, Pla de Beret, Esterri d'Àneu (track 01 i track 02)

Tram espectacular, en especial la pista asfaltada del Plan Batalher i l'avetosa que el cobreix.

Vielha (km 20). Tots els serveis.

Remuntem fins a Unha per pistes a una banda i una altra de la carretera N-260 i el riu Garona.

Per carretera local, arribem a Bagergue i pista amunt cap al pla de Beret, amb descens a Montgarri i tot el riu Noguera Pallaresa fins a Esterri d'Àneu.

2. Esterri, Espot, coll de Triador, Vall Fosca, La Pobla de Segur (track 02)

Resseguir el pantà per pista de grava i des de la presa comença pujada per carretera fins a Espot i Super Espot. Aquí, pista que ascendeix tota l'estació d'esquí fins al coll de la Creu de l'Eixol. Comencem els 15 km de pista gairebé sempre per sobre de la cota 2000.

Coll del Triador. Baixada de 13 km i 1.100 m D-, amb trams amb molta pedra. Arribem a la Vall Fosca (alberg de la Torre de Capdella). Tot asfalt fins a la Pobla de Segur.

3. La Pobla, Ponts, Prades, Móra d'Ebre (track 03, track 04, track 05 i track 06)

Pista espectacular que voreja el pantà de Sant Antoni. Última perspectiva del Pirineu.

Es travessa la Conca de Tremp per pistes de grava i per la carretera local que passa per Sant Salvador de Toló arribem al port de Comiols. Atenció amb el trànsit!! És carretera principal.

Mordor: ens desviem al cap d'uns minuts per una pista. Entrem a Mordor, amb baixades de terra remoguda. Atenció!

A Ponts, molts bars i restaurants. Bon lloc per a menjar.

Pistes asfaltades i de grava fins a Agramunt, Tàrrega, l'Espluga de Francolí i el monestir de Poblet (Patrimoni de la Humanitat de la UNESCO, per cert).

Per la vall de Castellfollit, comença la pujada per pista asfaltada primer i de terra en bon estat després a la serra de Prades. Espai Natural impressionant.

A Prades, bars i restaurants, i fonda i hotel.

Baixada pronunciada a Cornudella de Montsant. Atenció!

Entrem al Priorat i el travessem còmodament.

A Garcia, travessem l'Ebre per la via del tren (vegeu explicacions al text de la CAT700 Original).

Móra d'Ebre. Restaurants i bars.

4. Móra, Tivissa, el Perelló, l'Ampolla (track 06 i track 07)

De Móra, pugem a Tivissa per camí asfaltat. Per agafar-lo creuarem la carretera C-12 (eix de l'Ebre). Molta atenció!!!

El camí a Tivissa està transitat els primers quilòmetres per tràilers que es dirigeixen al macroabocador (molt poc glamour...).



Des de Tivissa, pista asfaltada estreta amb alguns pendents forts fins a l'eremita de Sant Blai (lloc idoni per a un bivac). Aquí comença la terra. Pista remoguda a trams i també ocasionalment amb pedra fins a tocar de Rasquera.

Arribem al Perelló passant pel parc eòlic de les Calobres.

Des del Perelló, camí asfaltat (antic camí a Tortosa) i baixada fins a Camarles. Hi entrarem per una rotonda de la carretera Nacional 340. Molta atenció!!!

Camarles - l'Ampolla: el Delta més autèntic, pel Goleró i la bassa de les Olles.

Bona sort a totes i a tots!!!