

Distància: 28 km

Desnivell positiu acumulat: 2.000 metres

**Recorregut puntuable per la Copa Catalana FEEC de curses per muntanya (Categoria absoluta)**

**Recorregut no apte per a menors d'edat i no recomenat per a menors de 21 anys.**

La cursa començarà al nucli urbà de Sant Joan de les Abadesses i travessarà el pont vell direcció a la Ruta del Ferro. En aquest punt deixem l'asfalt i correm per un camí fins a trobar el corriol del camí del Taga. Un camí molt ben fresat i amb una inclinació que ens permet trotar quasi tota l'estona. Un cop a Can Camps comença el tram més exigent de la cursa. Passarem per les Runes de Maús i enfilarem pel camí dels Escalers fins assolir el cim del Puig Estela (2.013m).

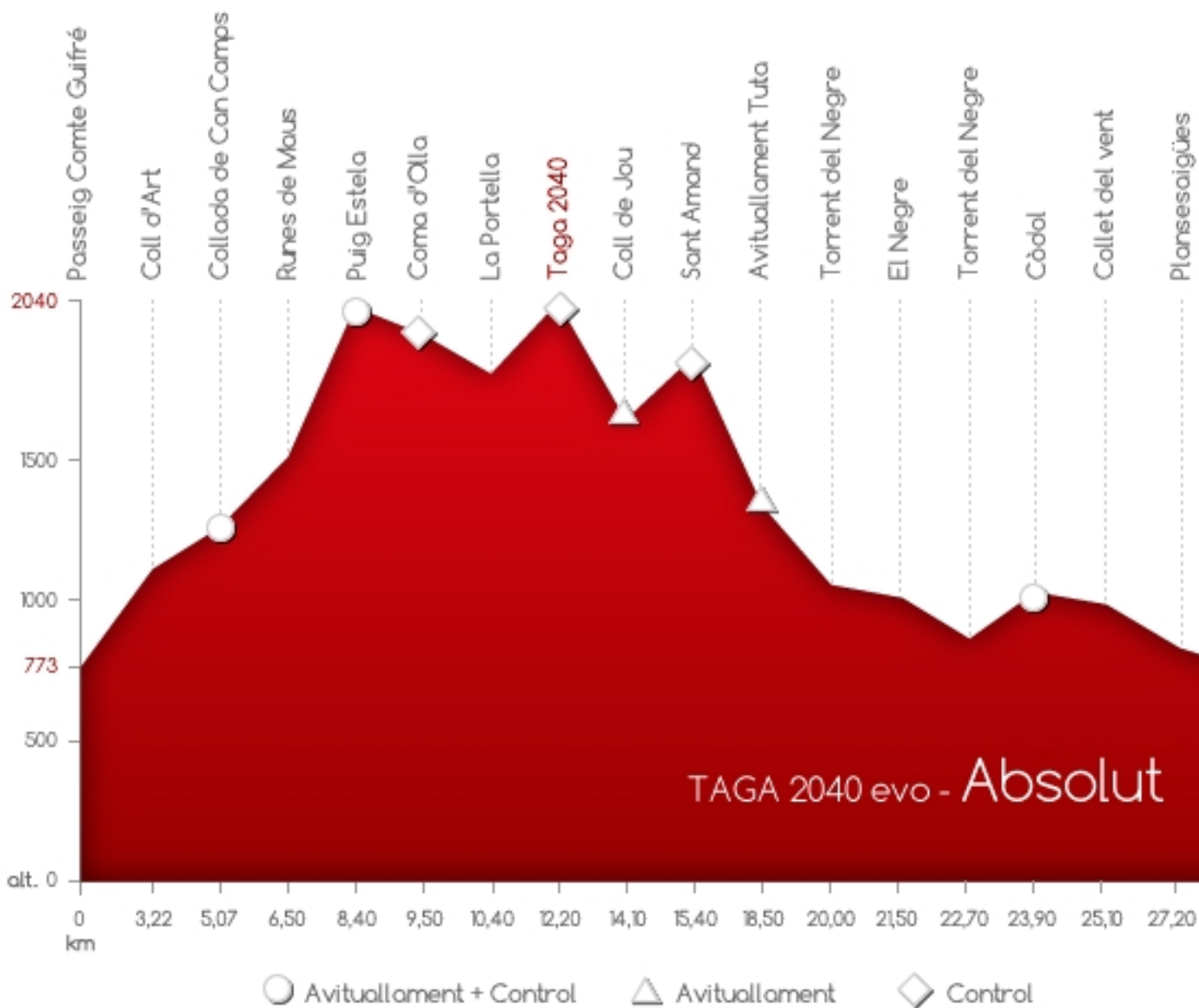
A continuació, els corredors progressaran pel tram més panoràmic de la cursa: la carena que uneix el Puig Estela amb el visible cim del Taga (2.040 metres). Després d'assolir el sostre de la cursa i una vegada els corredors hagin voltat la creu que hi ha al cim, començaran la baixada cap el Coll de Jou, per enfilarse direcció a Sant Amand (1.851m) al que arribarem per un bonic corriol a l'obaga.□

És aquí on comença el retorn al poble, una baixa tècnica per corriols entre els boscos que ens retornaran a la vila, passant pels Plans de Cal Pagot, Can Coll , Còdol i el Collet del Vent. Una baixada molt divertida però exigent, que posarà a prova les cames dels corredors.

Ja només faltará un últim esforç per travessar altre cop pel pont vell i creuar la línia d'arribada.

Perfil

## Recorregut Absolut (28km)



### Enllaços

[Mapa Wikiloc](#) [Mapa amb punts d'interès](#)