

**Distancia: 28 km**

**Desnivel positivo acumulado: 2.000 metros**

**Recorrido puntuable para la Copa Catalana FEEC de carreras por montaña (Categoría absoluta)**

**Recorrido no apto para menores de edad i no recomendable para menores de 21 años.**

La carrera empezará en el núcleo urbano de Sant Joan de les Abadesses y atravesará el puente viejo dirección a la Ruta del Ferro. En este punto dejaremos el asfalto y correremos por un camino hasta encontrar el sendero del camino del Taga. Un camino muy bien fresado y con una inclinación que nos permite trotar casi todo el tiempo. Una vez en Can Camps comienza el tramo más exigente de la carrera. Pasaremos por las Runas de Maus y seguiremos por el camino dels Escalers hasta alcanzar la cima del Puig Estela (2.013m).

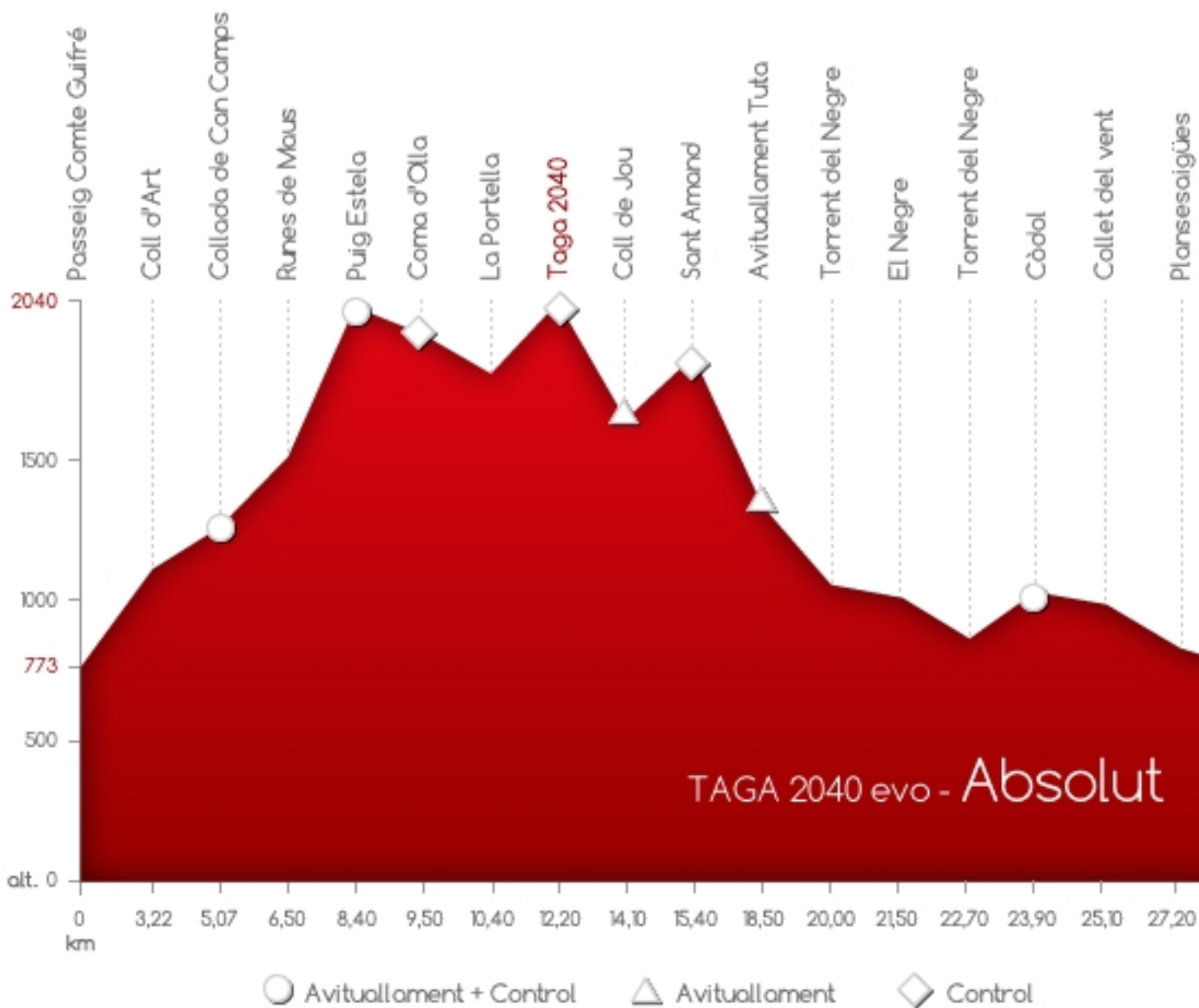
A continuación, los corredores progresarán por el tramo más panorámico de la carrera: la cresta que une el Puig Estela con el visible cima del Taga (2.040 metros). Después de alcanzar el techo de la carrera y una vez los corredores hayan rodeado la cruz que hay en la cima, comenzarán la bajada hacia el Coll de Jou, para enfilarse hacia Sant Amand (1.851m) en el que llegaremos por un bonito sendero en la umbría.

Es aquí donde comienza el regreso al pueblo, una bajada técnica por senderos entre los bosques que nos devolverán a la ciudad, pasando por los Planes de Cal Pagot, Can Coll, Còdol y el Collet del Vent. Una bajada muy divertida pero exigente, que pondrá a prueba las piernas de los corredores.

Ya sólo faltará un último esfuerzo para atravesar de nuevo el puente viejo y cruzar la línea de llegada.

**Perfil**

## Recorrido Absoluto (28km)



### Descargas

[Mapa Wikiloc](#) [Mapa Puntos de interés](#)