Una setantena de participants a la SwimRun de Portbou, Colera i Llançà

L'activitat era organitzada per Vies Braves i tenia distàncies de 16 i 10 km corrent i nedant



Una setantena de participants a la SwimRun de Portbou, Colera i Llançà

La Vies Braves SwimRun del diumenge passat va acollir dues modalitats de participació: la SwimRun Race (competitiva), de 16 quilòmetres i la SwimRun Explore (no competitiva), de 10 quilòmetres. Pel que fa a la modalitat Race, el tret de sortida va ser a les 9 del matí a la Via Brava de Portbou amb arribada a la Platja del Port de Llançà. 36 participants (18 equips per parelles) van completar de forma competitiva els 19 trams combinats de natació "Swim" i de trail running "Run" en un entorn espectacular i un exigent recorregut amb un desnivell màxim de 215 metres a Portbou.

L'equip Triathlon Catalan (dorsal 141) integrat per Adeline i Vershere Grégory de Perpignan es va proclamar campió absolut de la categoria Race amb un temps de 2 hores, 23 minuts i 15 segons. Per la seva banda, l'equip 125, format per Albert Riba i Lluis Basseganya, va fer el segon millor temps i Josep Manel i Marc Ferri, del club local Tintoreres de Llançà, el tercer.

La modalitat Explore va comptar amb la participació de 38 esportistes que van recórrer els 10 quilòmetres que separen Colera de Llançà de forma individual i sense afany competitiu. Aquesta modalitat va sortir de la Platja de Colera a dos quarts de deu del matí, amb arribada també a la Platja del Port de Llançà

El SwimRun és una modalitat esportiva individual o per parelles on s'alterna la cursa a peu per terrenys que van des de platges, espigons, roques i senders amb la natació a mar obert sense interrupcions ni transicions. Es neda i corre de manera alternativa amb el mateix equipament, de manera que implica nedar amb calçat i córrer amb neoprè.

Des de la setmana passada, un nou circuit de SwimRun, que uneix el litoral dels municipis altempordanesos de Llançà i Colera, permet combinar la natació per les Vies Braves amb el trail running pels camins de ronda al llarg de 10 quilòmetres. L'itinerari, d'accés lliure i gratuït, compta amb 9 trams habilitats per a la pràctica d'aquesta innovadora i divertida modalitat esportiva que va néixer fa una dècada als països nòrdics i que cada vegada

compta amb més adeptes al territori espanyol.

El cofundador de Vies Braves, Lluís Turon, explica que "les Vies Braves són un escenari ideal per a la pràctica del SwimRun, perquè la majoria d'tineraris discorren en paral·lel als camins de ronda, o tenen correspondència amb la xarxa de senders locals, fet que permet gaudir de manera saludable de l'enorme diversitat del litoral català i de bona part de la costa dels municipis per on passa el circuit".

Font del document:
http://www.emporda.info/esports/2017/09/04/setantena-participants-swimrun-portbou-colera/365825.html?utm_source=rss