



Detalle grafico de la ascensión y del descenso:

Ascensión:



Descenso:





Tener en cuenta que este grafico se ha tomado con un reloj gps, y se ha realizado andando, para comprobar fotos, etc., el tiempo es una referencia.

La carrera estará señalizada en todo momento, bien sea a través de las propias marcas que indican el camino actual o bien en aquellos puntos que se pueda dar confusión, habrá voluntarios para indicar el camino a seguir.

Descripción de los caminos y sendas en los que se realizara la carrera:

Ascensión: precioso paisaje, desde la salida del pueblo, hasta el ultimo punto de ascensión. Se realiza por una senda debidamente señalizada. La ascensión, cuenta con un total de 6,400 mts, con un desnivel de aproximado de 785 mts. Se marcaran las fotos significativas y orientativas para ver el camino a seguir.

Foto 1

Se va por senda, hasta llegar al rio (foto 2) lo cruzamos, pasamos por la antigua central y ya nos indica el camino:



Foto 2

Hasta el kilómetro 2,12 se sube bastante pronunciado, es decir es durillo, hasta el 2,12, aquí ya podría entrar la frase de no hay pitera..... Vemos de fondo el paisaje que nos espera (foto 3)



Foto 3

Desde el 2,12 aproximado, hasta el 3,12 es bajada-llano por senda, hasta llegar al río (foto 4), aquí se puede disfrutar corriendo, mas descansado y preparar los pulmones para lo que nos espera, pero a la vez disfrutar del paisaje



Foto 4

Aquí estaremos mas o menos en el 3,00..., podreis beber agua, en el propio río, pero ,mas arriba, hay varios manantiales que encontrareis, en la propia senda.

Pasado el Río y una pequeña subida, encontrareis un llano, con el camino a seguir (es el que indica por la fuente de los berros) adjunto foto 5



Foto 5

Del 3,11 al 4,00 aproximadamente hay una fuerte subida otra vez (seguimos por senda), como podéis ver en la foto, los tramos se pueden realizar corriendo, pero seguramente tendremos que andar..... (foto 6)



Foto 6

Una vez pasada esta fuerte subida encontramos la propia fuente de los berros (foto 7)



Foto 7

Del kilómetro 4,00 a 4,50 más o menos se vuelve a subir y del 4,50 al 4,80 se llega al portillo (foto 8) donde nos indican unos carteles la distancia a Santo Domingo, ya estamos cerca



Foto 8

Se recorren unos 150 mts por pista forestal (pista que va a Santo Domingo) y una vez pasados estos 150 mts, nos metemos dentro del camino, donde indica la subida a las rallas de Santo Domingo (foto 9)



Foto 9

Otra vez, con una subida poco pronunciada al principio (al final de lo que es camino) mas fuerte. Una vez pasado esto, se llega a la ultima curva de la pista forestal (a mano derecha veréis las Rallas de Santo Domingo, ver foto 9, ahí significara que os quedan unos 400 mts, para llegar al refugio, junto a la ermita (ver foto 10) donde estará el punto de avituallamiento y marca de dorsales, de ahí, subiréis la montaña (unos 100 mts), hasta llegar asi al punto mas alto de la carrera (una maravilla de paisaje) y aunque sea , meditar durante unos segundos, tomar aire y para abajo.



Foto 9



Foto 10

Esta es la ermita vista desde la parte donde subiréis y tendrá fin el tramo de ascensión.

En la bajada repetimos camino por la senda que hemos subido, hasta el portillo, una vez allí, se sale a la pista forestal y ya bajamos por esta pista, hasta el pueblo, sin dejarla (en los cruces con otras pistas, habrá indicaciones y voluntarios, no os preocupéis)

Se ha elegido la pista, para que en la bajada, podáis contemplar un poco mejor el paisaje, por el cual se ha realizado la ascensión, en especial, cuando se llega a Lucientes y en la bajada miras a la derecha (foto 11) y veis lo que estas dejando atrás (en directo es mas espectacular).

En la llegada, ya sabéis, se habrá acabado, vuestra tercera edición, enhorabuena
Después de eso, reponer líquidos y luego todos al bar a tomarnos un buen refresco o cerveza y después a comer.

La entrega de premios, se realizara el mismo día.

Se dispondrá de un reglamento aprobado y avalado por la Federación Aragonesa.