



NOTA PREMSA PRÈVIA: TRAIL LA VALL

Després de l'aturada del 2020 per culpa de la Covid, un any més el Montgrí tornarà a viure un matí de competició amb la *Trail la Vall*. Aquest diumenge 12 de desembre, des del Castell Palau dels Comtes d'Empúries, sortiran els tres circuits. Dos d'ells competitius (*La Vall*, de 22 km i 800m de desnivell positiu; i *l'Olla*, de 13 km i 550+). *L'Olleta*, de 6 km, és una marxa familiar i solidària amb la Marató de TV3 apta pels més petits.

La prova reina és la que comprèn la major varietat de terrenys, des de les punxegudes pedres de la muntanya d'Ullà a la sorra de Les Dunes. Però pels qui gaudeixen amb les curses més ràpides, *l'Olla* també careneja tots els pics que envolten la Vall de Santa Caterina per acabar creuant la meta al Castell d'Empúries de la plaça bellcairenc.

Des de la primera edició la *Trail la Vall* ha tingut la presència de grans corredors com Nil Cardona i Anna Macià, els primers guanyadors. Enguany comptem amb gent capdavantera, guanyadors d'anteriors edicions, com Zoel Codolà i Eduard Baqué. També amb corredors de gran nivell actual com Miquel Corbera i Ignasi Riuró, seguits de membres del club com Rajiv Marroig i Martí Baqué. En presència femenina, la corredora del club Marili Banegas i Jenny Arasil lluitaran per les primeres posicions en aquestes escarpades muntanyes.

Esperem que aquesta edició sigui tan competitiva com la del darrer 2019, on en la prova reina es van assolir els rècords femenins i masculins fets fins al moment: l'atleta del club Cristina Bataller va parar el cronòmetre amb 2:10:41 i el corredor de *Salomon Spain* Pol Rodríguez va creuar la meta amb 1:43:57.

Per a més informació consulteu l'enllaç: www.trailavall.cat