



11/06/2014  
Cicloturisme

## Arriba la XXXV Marxa Cicloturista de les 3 Nacions

El proper diumenge dia 15 es celebrarà la 35ena edició de la Ruta Pirinenca de les Tres Nacions, cita que tindrà inici i final a Puigcerdà i que preveu tenir una gran participació, amb més de 600 inscrits quan encara queden alguns dies pel tancament de les inscripcions.

La Tres Nacions, setena puntuable del VII Circuit Ciclopirineus-Coluer Bicycles, és una de les marxes cicloturistes més antigues d'Espanya i àstica que creua tres fronteres i que puja el port asfaltat més alt dels Pirineus, el port d'Envalira de 2.407 metres. Tot això dona a la marxa, de 140 km i 2.500 metres de desnivell, una personalitat àstica i unes característiques especials que augmenten el seu interès i l'esforç organitzatiu de la Secció de Ciclisme del Club Poliesportiu Puigcerdà amb el suport de l'Ajuntament de Puigcerdà.

A partir de les 6:30 hores del matí del proper diumenge 15 de juny, en el lloc de sortida a la plaça Santa Maria de Puigcerdà, hi haurà la recollida de dorsals i el primer avituallament amb xocolata i coca per ciclistes i acompanyants. Prèviament, el dissabte, també es poden recollir els dorsals amb més tranquil·litat des de les 17:00 fins a les 20:00 hores.

A les 8.00 hores de diumenge, sortida des de Puigcerdà, capital de la comarca de la Cerdanya a

1.200 m d'altura, per creuar l'ampolla vall de La Cerdanya seguint el curs del riu Segre i, després de creuar dos túnels, arribar a la Seu d'Urgell. Tot plegat un suau descens de 50 km per endinsar-nos al pas fronterer i entrar en terres andorranes.

Una vegada a Andorra la Vella, avituallament sàlid i l'únic per preparar la pujada al Port d'Envalira de 2.407 metres, amb una longitud de 28 km. Si no plou, granissa o bufa el vent de cara, és agradable parar en els diferents avituallaments que es troben al port, on s'agraeixen les begudes i els clàssics talls de mel.

Coronat el port d'Envalira es comença un descens fins arribar a la duana francesa situada prop de la població fronterera del Pas de la Casa. El recorregut per França afronta l'última dificultat amb la pujada al Col de Puymorens de 1.915 m en el km 112. Quedaran 28 km de descens fins a Bourg-Madame i, amb l'arribada de Puigcerdà a la vista, s'inicien des de la duana els dos últims quilòmetres de pujada a la Vila de Puigcerdà, completant el total del recorregut de 140 km.

Tots aquells que en passades edicions ja hi han participat, coneixen i han pogut disfrutar dels encants de la marxa. Qui encara no la coneix tindrà l'oportunitat de passar una gran jornada ciclista i gaudir d'uns paisatges i d'un ambient molt difícil de reunir en altres marxes per les especials característiques del recorregut.

Recordeu que les inscripcions s'han de fer a través de la pàgina <http://www.albecam.com/> [1] fins el proper dimarts 10 de juny a les 24:00 hores.

Per veure tota la informació: [www.puigcerda.cat/esports](http://www.puigcerda.cat/esports) [2].

---

[3]

---

#### Links

[1] <http://www.albecam.com/> [2] <http://www.puigcerda.cat/esports> [3] <https://www.ciclisme.cat/printpdf/node/3006750>