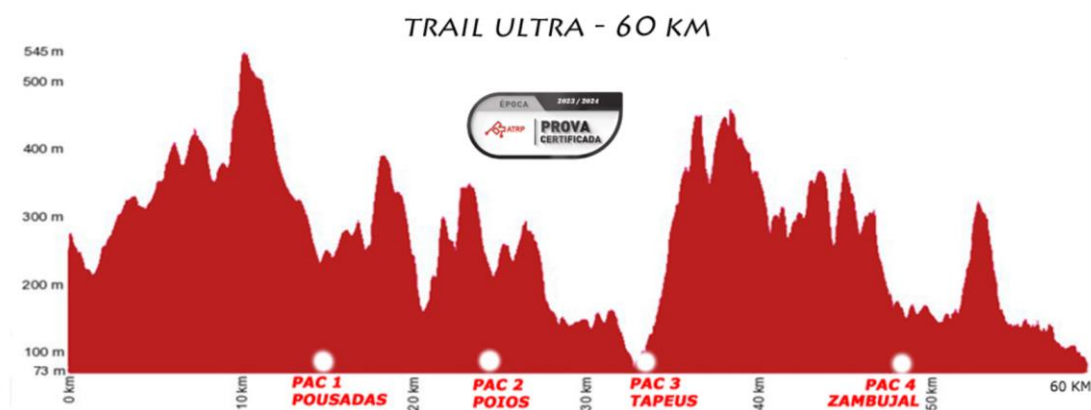




XV TRAIL DE CONÍMBRIGA TERRAS DE SICÓ - 24/02/2024 - 60 km



Já tinha ouvido falar deste Ultra Trail e, portanto, decidi apostar na distância de 60 km. A partida seria em Santiago da Guarda, às 8h30, e a chegada em Condeixa-a-Nova (com tempo máximo de 13h).



60 km / 2270m+ / 2430m-

A meteorologia não era famosa, previa-se alguns aguaceiros, temperatura baixa no início da manhã e, tendo em conta a chuva intensa durante a noite anterior, o terreno estaria certamente muito escorregadio. Ou seja, tudo dentro do expectável para a época do ano. Ao longo de toda a prova, entre chuva, vento e sol, tive de tudo um pouco.



Dado o sinal de partida, iniciei a corrida de maneira a ganhar alguma distância, mas num ritmo controlado, uma vez que o dia ainda ia ser longo e tinha de poupar as pernas. Apesar do frio (no início tinha os pés “congelados” ao ponto de parecerem duas pedras), concluí que tinha sido uma boa opção não levar o impermeável vestido, uma vez que as subidas ajudaram a aquecer.

O percurso inicial não era técnico, por isso deu para correr a um bom ritmo. Passei rapidamente pelo primeiro local de abastecimento, na Associação Recreativa e Cultural de Pousadas Vedras (apenas para “pisar” o controlo e apanhar um pedaço de banana), e continuei. Nesta altura tinha pouco mais de 15 km. Segui na direção de Poios, local bem conhecido pelos escaladores. Nesta fase já estava a correr sozinha, exceto quando me cruzava com os atletas dos 111 km (que tinham partido na véspera, às 22h, de Condeixa-a-Nova).



A segunda parte do percurso já foi um pouco mais técnica, com o solo muito escorregadio. Apesar de todo o cuidado, ainda consegui derrapar por duas vezes, mas felizmente sem consequências.

Passei pelo Santuário de Nossa Senhora da Estrela, chegando ao segundo local de abastecimento na Associação de Poios (24 km), onde fui mais uma vez recebida com sorrisos e palavras de ânimo.

Aproveitei para pegar em alguma comida e encher as flasks e, sem tempo a perder, arranquei na direção de Tapéus.

Apesar de estar atenta às marcações, por vezes escassas, não consegui evitar correr desnecessariamente mais uns bons metros com outros dois atletas até nos apercebermos que estávamos no percurso errado (estávamos no quilómetro 32). Voltámos para trás e

reencontrámos as fitas; no total devemos ter perdido cerca de 5 minutos, ou seja, podia ter sido pior. Chegámos finalmente a Tapéus (33 km).



Daí até ao último local de abastecimento (Zambujal), houve oportunidade de passar em locais tão bonitos como o Baloioço Degracias, em Soure, Buracas do Casmilo, Moinho do Outeiro, mas confesso que estava demasiado focada nas fitas e no estado do piso (para não cair) para apreciar devidamente a paisagem.

No último abastecimento, localizado a cerca de 10 km da meta, optei por encher apenas um flask e continuar rumo às Ruínas de Conímbriga, sabendo que aí já estaria muito perto do final. Um pouco antes das Ruínas, percorri um trilho ao longo de um rio, passando por uma zona de pedras muitíssimo escorregadias, até chegar a uns belos passadiços com uma ponte suspensa na zona da Cascata do Rio de Mouros. Que sítio lindíssimo!

Passei ao lado das Ruínas de Conímbriga e, até Condeixa-a-Nova, fui sempre acompanhada por outro atleta (Samuel Castela). A cereja no topo do bolo foi ter cruzado a meta, na Praça da República, em 1º da Geral Feminina e 12º da Geral com um tempo de 7h23m.

Resumindo: um sábado bem passado, num trail com paisagens bonitas, bom ambiente, bons abastecimentos e que, apesar de ter algumas falhas nas marcações, correu bem!

