



## Club de Atletismo Nutrias Pantaneras de Ubrique

### DESCRIPCIÓN DEL RECORRIDO

Salida desde el Convento de Capuchinos a las 09:00 horas del 19 de marzo de 2016. Seguidamente nos dirigiremos hacia la calle San Francisco y la plaza del San Juan. A continuación pasaremos por las calles, La Torre, Concejo y Los Pinitos, en dirección al Caldereto. Después de una pequeña subida, llegaremos al Peñón del Caldereto, y nos adentraremos en la Sierra, por una vereda estrecha situada justo detrás de la ermita del Calvario. En pocos metros afrontaremos una fuerte subida, de unos 200 metros, en dirección a la primera Aljibe.

Un poco antes de llegar a la misma, giraremos a la derecha, para iniciar una bajada muy técnica cerca del huerto tío Paco. Una vez en el huerto, tendremos otra pequeña subida, exigente por su dificultad por las piedras. En pocos metros, llegaremos al llano de la Aljibe, donde se encontrará el primer avituallamiento (kilómetro 4).

A partir de ahí, hasta la subida de Sierra Baja, tendremos uno de los tramos más bonitos y a la vez más duros de la carrera, pasando por la falla, conocida como la Merga. Una vez terminada esta subida, llegamos a Sierra Baja, donde haremos un recorrido circular, de unos 2,5km, donde pasaremos por la Aljibe de los Tres Nogales, la Aljibe de El Medio y la Aljibe del Algarrobal, donde se encontrará el segundo avituallamiento (km 7,5), un entorno digno de esta sierra, muy rápido, y prácticamente llano.

Desde la Aljibe del Algarrobal, nos dirigiremos por la parte derecha de Sierra Baja, para afrontar una bajada de unos 3km, pasando por el carril conocido como La Placa y llegar hasta el área recreativa del cintillo y agua nueva, donde estará situado el tercer avituallamiento (km 10,5) bajando por la cañada de Vega Redonda. Dicha bajada es rápida, pero muy técnica. Llegamos a Ubrique, en pleno Casco Antiguo, Calle Ronda (km 13), de ahí nos dirigiremos al mirador del Ubrique el Alto, pasando por la calle Traga Masa y calle Calvario, que como su propio nombre dice, es un calvario por su fuerte pendiente. Una vez alcanzado el mirador, nos

adentraremos otra vez en la Sierra y llegaremos a la parte más dura de la carrera, una subida que aunque es corta es muy pendiente y técnica, que nos llevará a la vereda de los Pedernales. Una vez arriba se suaviza un poco la cosa, aunque sigue picando siempre hacia arriba. Volveremos a llegar a Agua Nueva, donde se encontraba el avituallamiento del kilómetro 10'5, en este caso correspondiéndose al del kilómetro 15,5.

Desde este punto, solo nos quedaría una pequeña subida de unos 150 metros, para encarar ya la última bajada de 4,5 kilómetros hasta la línea de meta. Éste último trazado transcurre por la calzada romana que une Ubrique con Benaocaz, otro de los emblemas de esta carrera.