

Gairebé 400 ciclistes participaran a «La Tampanada 2023»

La marxa de BTT de Lo Podall arriba aquest dissabte a una nova edició amb més circuits, nous trails i corriols inèdits



La marxa també oferirà un recorregut per als més xics | Territori Lo Podall

El Pallars Jussà ja ho té tot a punt per a una nova edició de la **Tampanada 2023**, que enguany comptarà amb **382 participants**. La **marxa BTT**, organitzada per l'associació **Lo Podall**, arriba enguany amb canvi de nom, però també augmentat el nombre de circuits i incorpora trails i corriols inèdits.

A més, la cursa recupera l'essència del **traçat original** d'edicions passades i incorpora com a novetat un **tercer recorregut** amb la voluntat d'arribar a un públic més jove que fins ara no podia gaudir de l'aposta cicloturística de la comarca. La sortida i arribada es faran al **Parc del Pinell de Tremp**.

[intext1]

En primer lloc, la **Mega Tampanada**, amb sortida a les 8:30 h, serà un recorregut dur amb molts corriols de **54 quilòmetres i 1.800 metres de desnivell positiu** acumulat, que exigeix una bona preparació física. L'itinerari passarà per **Talarn**, la zona dels **Nerets**, la zona del Serengueti i acabarà a Tremp. Està reservada a participants majors d'edat i hi ha inscrites 198 persones.

Mentrestant, **La Tampanada**, que sortirà a les 9:30 h, també serà un recorregut exigent d'uns **35 quilòmetres** i 1.100 metres de desnivell positiu acumulat, aproximadament. El circuit transcorre per la zona del Serengueti, rodejarà Talarn, seguirà per la zona dels Nerets i finalitzarà a Tremp. En aquest traçat hi participaran 155 ciclistes majors de 14 anys.

Finalment, **La Tampanada Kids** comptarà amb 29 participants menors d'edat i donarà el tret de sortida a les 8:30 h. El circuit consta d'uns **13 quilòmetres** i 250 metres de desnivell positiu

acumulat, i pujarà per la pista del Cavalls i, ascendint i baixant per diversos corriols, tornarà a Tremp alternant pista, corriols i el nou circuit BTT de Tremp. Per a més seguretat, en aquesta cursa hi haurà membres de l'organització que faran el circuit amb els nens i nenes.

[intext2]

Tot i no ser competitiva, la cursa tindrà podis en tots els recorreguts i categories, amb una sèrie de premis, i també es premiarà de manera especial un segment Strava dels dos recorreguts més exigents, deferència de la firma **Intense Cycles**.

Tots els corredors inscrits rebran un *welcome pack*, on hi haurà el dorsal, la samarreta dissenyada especialment per a la cursa, xecs per comprar productes en comerços d'esports i un tiquet per al dinar i la beguda. El paquet de benvinguda es podrà recollir aquest divendres, entre les 18:00 i les 21:00 h, o el dia de la marxa, entre les 7:00 i les 8:00 h.

[altres]