

# Carrera Popular de Sorbas (Almería)

## Bienvenido Sánchez López

Este sábado 14 de junio por la tarde se disputó la segunda prueba del circuito de carreras provinciales de Almería, en la localidad levantina de Sorbas, a la que nos desplazamos los peralicos aguileños Ricardo Mauricio Heredia y un servidor. La carrera daba comienzo a las 8 de la tarde sobre un circuito de 10600 metros, siendo unos 5500 de asfalto y el resto de rambla y caminos rurales, con salida y meta en la plaza del Ayuntamiento, en lo alto del casco histórico de la población. El recorrido de la carrera, como de costumbre por estos lares, fue muy rompepiernas con una subida más o menos constante hasta el km 3,8 para después enfilar un descenso por ramblas y la subida final el último km hasta la meta. A la dureza del mismo se le añadió una calor soporífero y una elevada humedad que hizo mella en los participantes. Como muestra de ello reseñar que sólo dos corredores fueron capaz de bajar de los 40 minutos en completar la prueba, habiendo presentes 8-10 corredores que bajan con solvencia de 35 minutos en el 10000.

Una vez tomada la salida, con un primer km en ligero descenso, traté de posicionarme con la cabeza de la carrera para afrontar la primera dificultad, una zona conocida como el "estrechaculos", una fuerte rampa en el km 2 de unos 600 metros de longitud con un desnivel medio del 14%, en la cual ya se rompió el grupo, marchándose los primeros con mucha ventaja. En ese momento y hasta la llegada a la pedanía de Gochar, donde comenzaba la rambla, mantuve un ritmo más o menos alto para alcanzar a los dos corredores que llevaba inmediatamente delante. En el km 4 enfilábamos el regreso hacia Sorbas por una rambla de bolos y gravas en ligero descenso, aunque en algunos tramos estaba muy batida y se hacía complicado recortar distancias con la cabeza de carrera. En ese momento formé un grupo con un par de corredores yendo a un ritmo cómodo, guardando fuerzas, pues hoy no iba a ser el día, para el final de la prueba. En el km 9,8 finalizábamos el tramo de rambla para coger el asfalto y afrontar la subida al casco antiguo por la Alfarería, una rampa durísima de 700 metros al 10% y ya con las fuerzas justas me despegué de mis compañeros de grupo para entrar con unos 30 segundos de ventaja al final de la misma. Al final entré en meta en la 12<sup>a</sup> (de 90 finalizados) posición de la general y 5<sup>a</sup> (de 21 finalizados) absoluta con un tiempo de 46 minutos 8 segundos. Mi compañero Ricardo, que sufrió un pinchazo en el gemelo tras las rampas del km 3, tuvo que ir a un ritmo controlado hasta finalizar en 55 minutos y 33 segundos, 6<sup>a</sup> (de 15 finalizados) vет B y en el puesto 42 de la general.

Tras la carrera un avituallamiento de frutas y agua en la plaza del pueblo, con música y entrega de trofeos y sorteo de regalos. Esta vez me vi agraciado en el mismo con una pulsera de identificación codylife sport. Bolsa del corredor con camiseta técnica y bidón deportivo.

Un saludo y hasta la próxima!