

Concreció dels recorreguts:

Aquesta edició els recorreguts han de complir unes condicions diferents a les dels anys anteriors, degut a les normes epidemiològiques i als canvis urbanístics que estan canviant l'entorn de l'institut. Els dos recorreguts comparteixen l'inici i el final de l'itinerari, com també alguns passos per llocs emblemàtics de l'entorn olesà, que hem intentat preservar.

Creiem certament, que compleixen la filosofia de les edicions anteriors amb la dificultat tècnica i distància, malgrat la petita reducció de distància.

TEO 20k- <https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/teo-20k-oficial-2021-66043526>

La sortida serà a l'aparcament de les pistes d'Atletisme en direcció a la Creu de Beca amb l'objectiu de prendre el camí dels voluntaris que ens porti fins a la Puda i el Torrent de l'Afrau. Un cop aquí comença la primera pujada important cap a Sant Salvador de les Espases al km 4,5.

En poc temps arribarem a les Carboneres i prendrem el camí per poder arribar al Coll de Sant Bernat i l'aresta que ens portarà al Pas de Bossa.

Al pla de Fideuer hi haurà el primer avituallament, just abans de pujar el Puigcendrós i agafar la baixada tècnica fins al coll de les Espases.

Una de les novetats és prendre el camí de la Roureda del Vinyau per arribar al Mas Puigventós, en pujada. Acte seguit, prendrem el camí de les Roques Blanques cap al Pla i anar en direcció al corriol de l'Obaga de Puigventós que ens portarà al cim de la Creu de Saba, cim d'Olesa de Montserrat. Un cop aquí, es torna cap a Puigventós on s'hi passa per 2n cop. Des d'allà es va cap a Sant Pere de Sacama i es baixa cap a Olesa per la pista del Puig de Tiumar on hi haurà l'últim avituallament. La baixada final es farà pel Salt de l'equip i el Roure, camí tècnic i directe per entrar a la meta final a les pistes d'atletisme.

TEO 10k - <https://es.wikiloc.com/rutas-carrera-por-montana/teo-10km-oficial-2021-65097353>

La sortida serà a l'aparcament de les pistes cap a la Creu de Beca. A la cruïlla de les Torrades amb el Camí dels Voluntaris, prendrem a la dreta pel corriol que passa per la font de Sant Valentí (aprop) i dóna accés directe al Mirador de les Espases. L' itinerari continua senzill fins al Pla del Fideuer. Un cop allà, pel camí de les Roques Blanques es va a la Creueta, cim de la cursa i després a Puigventós on hi ha l'avituellament. La baixada, serà la més directa i curta cap a Olesa, per la pista principal (costat Montserrat) i després igual pel Salt de l' equip i pel Roure on pel corriol tècnic arribarem a les pistes d'atletisme.

TEO 20km:



TEO 10km:

