

L'Ultra Clean Marathon 2025 ajudarà a la restauració del Barranc de Santes Creus a l'Ametlla de Mar

- Osona acollirà la 7a edició d'aquesta emblemàtica cursa de plogging el pròxim 22 de març
- Enguany, les donacions rebudes es destinaran exclusivament a tres entitats especialitzades en la recuperació dels ecosistemes aquàtics
- L'any passat, 49 equips i més de 300 corredors i caminants van retirar de la natura més d'una tona de residus i van recaptar gairebé 20.000€ per a 25 entitats ambientals de Catalunya.



**LA CURSA SOSTENIBLE I
SOLIDÀRIA
AMB LA NATURA**

22 MARÇ '25

ULTRA CLEAN
MARATHON

@UCMarathon
#UCM25

60 KM 36 KM
CIRCUIT LLARG CIRCUIT CURT

PER EQUIPS
plogging

També la podeu fer caminant!

© Carles Iturbe

OSONA
CIRCULAR

www.ultracleanmarathon.cat

[L'Ultra Clean Marathon](#) (UCM) torna amb força aquest 2025 coincidint amb el **Dia Mundial de l'Aigua**, un fet que reforça l'objectiu principal de la present edició: contribuir a la conservació dels ecosistemes aquàtics. Amb aquest enfocament, les donacions rebudes es destinaran exclusivament a **tres entitats especialitzades en la recuperació d'aquests entorns naturals**. Aquestes entitats, a més, convidaran posteriorment les persones participants a la cursa per mostrar com han invertit els fons rebuts.



Continuïtat en la sostenibilitat i en les xifres rècord de 2024

La UCM manté el mateix recorregut per la comarca d'Osona, amb sortida i arribada a Vic, que ja ha esdevingut un símbol per a totes les persones amants de l'esport, la natura i la sostenibilitat. En l'edició de 2024, es van assolir **xifres rècord**:

- **49 equips participants**
- **Més de 300 corredors i caminants**
- **1.038 kg de residus retirats**
- **19.550 € recaptats** per a 25 entitats ambientals

Aquests resultats evidencien l'impacte positiu que la UCM genera any rere any tant en l'entorn com en les entitats beneficiàries.

Novetats: concentració en els ecosistemes aquàtics

Per participar al circuit curt, els equips han de donar un mínim de 300€ a un dels projectes que promouen les entitats ambientals que treballen a Catalunya, i el mateix per als participants al circuit llarg, però en aquest cas la quantitat mínima és de 600€. A diferència d'edicions anteriors, en que les persones participants podien escollir entre diverses entitats beneficiàries, aquest any els donatius es dividiran entre [tres projectes centrats en la recuperació d'ecosistemes aquàtics](#), reforçant el missatge central d'aquesta 7a edició:

- **SOS Barrancs:** Desenvolupat per l'entitat Graëllsia, aquest projecte se centra en la restauració del Barranc de Santes Creus a l'Ametlla de Mar, mitjançant la neteja de residus, l'eliminació d'espècies invasores i la plantació de vegetació autòctona per preservar aquests corredors ecològics mediterranis.
- **Potamo Simbiosi:** Impulsat per l'Agrupació Naturalista i Ecologista de la Garrotxa (ANEGX), aquest projecte busca restaurar el bosc de ribera del riu Fluvià a la Garrotxa, eliminant espècies invasores i replantant vegetació autòctona per protegir la biodiversitat local.
- **La Bassa del Miracle:** Promogut per Sàmara Natura, aquest projecte pretén recuperar i millorar ecològicament la Bassa del Miracle al Solsonès, garantint l'aportació d'aigua de pluja i creant microhàbitats per afavorir espècies com amfibis i petits mamífers. **Una cursa per tothom**

Com ja és tradició, l'UCM ofereix dues modalitats que es poden fer per relleus de 10km:

- El **circuit d'ultratrail de 60 km** per equips.
- El **recorregut de 36 km**, que es pot fer corrent o caminant, per tal d'obrir l'esdeveniment a persones amb diferents nivells de preparació física.

Així, tant corredors/es com caminants hauran de recollir residus durant el recorregut, practicant així el **plogging**, una combinació d'esport i recollida de deixalles que fa visible la problemàtica dels residus abandonats.

Un model d'esdeveniment sostenible

L'UCM seguirà es seguirà regint pels més alts estàndards de sostenibilitat; s'aplica un pla de gestió ambiental seguint la 'Guia de bones pràctiques en l'organització i celebració de curses i marxes per muntanya' de la Generalitat de Catalunya i la Diputació de Barcelona, com ara **l'absència de cintes de senyalització en tot el recorregut** (es segueix el recorregut a través de GPS), l'ús de **garrafes d'aigua, gots reutilitzables i aliments ecològics** en els punts d'avituallament i els **dorsals en teixit reciclat**.

Organitzadors, col·laboradors i participants il·lustres

L'esdeveniment està organitzat per la Xarxa per a la Conservació de la Natura (XCN) i l'Agència de Residus de Catalunya (ARC), i compta amb el suport de patrocinadors com **Urbaser**, i amb la col·laboració de **l'Ajuntament de Vic**, del **Consell Comarcal d'Osona a través d'Osoning** i de l'empresa Wikiloc com a Oficial mapping

En l'edició anterior, un equip de campions/es i corredors/es professionals de trail es van unir per convertir-se en els ambaixadors de l'Ultra Clean Marathon 2024, en un equip format per noms tan destacats com els de **l'Anna Comet**, guanyadora del MDS 2022; en **Jesús Gellida**, finisher del MDS; el **Gerard Morales (Blacky)**, campió d'Espanya de Trail Running; **l'Erika Núñez**, ultra runner i professora de loga; **Arcadi Alibés**, periodista esportiu de TV3 amb 159 marathons a les seves cames; i l'eco-aventurer **Albert Bosch**.

Més dades sobre el projecte a l'Ametlla de Mar

Els barrancs mediterranis són molt més que cicatrius al paisatge: són autèntiques artèries de vida que connecten les muntanyes amb el mar. La força de l'aigua que hi transita ha modelat no només el terreny, sinó també un ecosistema ric i dinàmic. Avui, aquests espais esdevenen refugis de biodiversitat, contenint espècies autòctones de flora i fauna, especialment aquelles desplaçades per l'ús intensiu d'herbicides en els ecosistemes d'oliverar que envolten aquestes zones.

No obstant això, aquest patrimoni natural es troba amenaçat per l'activitat humana. Els barrancs han estat massa sovint reduïts a abocadors de restes de poda, runes i deixalles. Aquests residus no només degraden el paisatge, sinó que també obstrueixen el curs natural de l'aigua, provocant inundacions i danys ambientals.

El projecte S.O.S Barrancs, beneficiari de la Ultra Clean Marathon 2024, busca revertir aquesta situació al Barranc de Santes Creus, un indret emblemàtic de les Terres de l'Ebre. A través d'accions concretes com la neteja de residus sòlids, l'eliminació d'espècies invasores com l'Opuntia aurantiaca, i la plantació de vegetació autòctona, es pretén restaurar la salut ecològica de tres zones clau del barranc.

El projecte també té una forta dimensió educativa i de sensibilització. S'organitzaran visites guiades per mostrar els resultats de la restauració i destacar la importància hidrològica i ambiental dels barrancs mediterranis. A més, vídeos explicatius i publicacions en xarxes socials ajudaran a conscienciar la ciutadania sobre aquests espais com a símbols de resiliència davant el canvi climàtic.

Amb el suport de la Ultra Clean Marathon, el projecte S.O.S Barrancs vol demostrar que amb esforç i compromís és possible preservar i donar a conèixer la bellesa i la importància d'aquests camins naturals d'aigua. Perquè protegir els nostres barrancs és protegir la nostra identitat i futur ambiental.

Graëllsia és una entitat ambiental que compta amb més de 15 anys d'experiència en projectes de restauració fluvial, integrant accions com la millora d'hàbitats de ribera, l'eliminació d'espècies invasores, la neteja de lleres i la sensibilització ciutadana en zones d'alt valor ecològic, especialment a les Terres de l'Ebre.



MATERIAL PER A MITJANS DE COMUNICACIÓ

Fotografies de l'UCM 24

[Vídeo resum en HD de l'UCM 24](#)

Contactes de comunicació:

Xavier Codony 620 19 15 71 / Albert Barba 629 01 26 83

Anna Parisi 649671163

comunicacio@ultracleanmarathon.cat

Organització de l'UCM:

info@ultracleanmarathon.cat

www.ultracleanmarathon.cat