

# SINGLETRACKS 2024

Nº	Nombre	P.K. Inicio	P.K. Fin	Longitud	Nivel dificultad	Descripción
39	El Raso	6,4	6,9	500	1	Primer singletrack de la prueba y primer cambio con respecto a 2023. Afrontamos un singletrack en subida sin ninguna dificultad técnica pero que nos va a exigir un poco más físicamente ya que este tramo sirve para enlazar los Cañones con el tramo final de la subida al pico de las Antenas.
38	Lado Oscuro (extended)	7,2	8,3	1.100	3	Afrontamos la bajada de Montejurra por zonas nunca antes recorridas en la Epic pero sí en otras pruebas como Arroniz MTB Challenge. Este singletrack lo podemos ver en Strava como la composición de dos segmentos, el primero engloba la bajada y el segundo, denominado Lado Oscuro, que representa la parte en subida. En este caso los agrupamos en uno solo y adoptamos el nombre del segundo por lo que nos encontramos ante un segmento donde en la primera parte vamos a afrontar la primera bajada del día por un sendero rápido y divertido, y una segunda parte dura y revirada con algún paso estrecho donde hilar fino rodeados de una vegetación exhuberante, algo llamativo al ser la cara sur de Montejurra.
37	Los Llanos	8,3	9,2	900	2	Enlazado sin descanso el Lado oscuro, afrontamos por 4 ocasión un tramo ratonero, rápido y con mucho flow aunque algo más corto que en otras ocasiones por la saca de madera de este invierno. En el cruce de la parte inferior, convertido en camino por el mencionado motivo, en vez de tomar a la derecha, continuamos recto, al igual que hicimos en 2021 y 2022, como si fuéramos a Don Alberto para afrontar 100 metros más adelante la siguiente novedad que evita el rock garden natural existente.
36	El Bosque del Rejón	9,3	9,9	600	3	La primera parte de este singletrack se estrenó en Arroniz MTB Challenge, un tramo revirado pero rápido al cual se le ha añadido este verano una segunda parte para descender hasta la Fuente del Toro. Un tramo que podemos definirlo como laberíntico, donde no vamos a tomar velocidad hasta el final del mismo y donde las personas más habilidosas pueden tomar ventaja.
35	La Estampida de Montejurra	10,2	11,8	1.600	4	Tras 300 metros de transición donde ya iniciamos el descenso, afrontamos un nuevo singletrack en la prueba pero no en Montejurra ya que nos encontramos ante un sendero histórico que empleaban los habitantes de Arellano para acceder a Montejurra pero que entró en desuso por su deteriorado estado a causa de la erosión. Tras un verano de mucho trabajo, este sendero vuelve a estar en condiciones para convertirse en la tercera bajada de Montejurra en las 4 ediciones donde se ha subido a esta montaña. Primero fue Don Alberto por partida doble, el año pasado La Mauleón con la Guindalera de pastel y este año afrontamos un singletrack diferente, mucho más rectilíneo, pedregoso por momentos, con cierto nivel técnico pero con varias trazadas en zonas concretas para evitar situaciones comprometidas, algo por lo que no está catalogado como 5 estrellas. Eso sí, para conocer esas posibles trazadas es imprescindible visitarlo antes. A destacar que los últimos 400 metros son comunes al singletrack denominado La Guindalera incluido en los recorridos de 2023.
34	Zaballa	12,3	13,3	1.000	2	Hablar de Zaballa es hablar de la historia del XCO de la zona ya que este sendero ha sido, y es parte, del recorrido de la prueba de Dicastillo de esta modalidad. Desde 2021 forma parte de TEEpic MTB pero en sentido inverso, es decir, en bajada. Un sector muy rápido donde debemos prestar atención a algunas piedras y árboles presentes en los laterales.
33	La Pedrera	13,8	15,5	1.700	3	Continuamos por la falda sur de Montejurra entre Dicastillo y Morentin, una zona muy poco conocida antes de que llegara TEEpic MTB en 2021. Este sendero de 1800 metros repite presencia en la prueba y es fiel reflejo de esta zona de Montejurra; terreno seco, duro y despoblado donde nos vamos a encontrar la típica vegetación mediterránea al atravesar campos de vid y olivo abandonados y barrancos repletos de matorral. La primera parte es una rápida bajada donde debemos prestar atención a algún cambio de rasante y especialmente al final de la misma, ya que el trazado nos obliga a hacer un giro pronunciado a izquierdas con el peligro de la existencia de un arroyo en el lateral derecho. A partir de esta curva, continuamos por una zona de antiguos caminos transformados en senderos por el abandono de los campos. Aquí nos vamos a encontrar algún paso estrecho, un par de subidas cortas pero muy duras donde debemos llevar preparado el desarrollo adecuado y una parte final en bajada en forma de zig zag muy disfrutona que nos conduce al camino de la Ermita de Leorin, final del singletrack.

Nº	Nombre	P.K. Inicio	P.K. Fin	Longitud	Nivel dificultad	Descripción
32	Morentin	16,7	17,8	1.100	2	Tras bordear Morentin por un pequeño sendero no reflejado en este listado, afrontamos el singletrack que lleva su nombre, el primero de TEEpic MTB 100% en subida. En total 800 metros y 80 metros de desnivel positivo acumulado con alguna zona muy concreta donde debemos apretar de lo lindo. Esta sección formó parte en la primera edición de la prueba, pero en bajada, siendo estos 4 últimos años protagonista por hacerse en subida. Además, al igual que Zaballa, este singletrack está repleto de historia por formar parte de la prueba de XCO de Muniáin de la Solana y de la marcha de El Pavo celebrada también en esta localidad.
31	Montenuuevo 2023	18,1	19,3	1.200	4	Un año más, la subida anterior a la Miguel Angel también forma parte de este singletrack, por lo que estamos ante un trazado muy completo. La parte de descenso es lo más destacable ya que nos encontramos ante uno de los singletracks más técnicos de la prueba. A la gran cantidad de curvas hay que añadirle alguna zona de rocas, así como un importante desnivel. A esto hay que sumarle un factor externo, la posición del Sol en el momento de paso, que hace que exista una alternancia de luz y sombra y por lo tanto se vea comprometida la visión de la traza. La segunda mitad de esta bajada, aunque parezca mentira por su elevada pendiente, se empleó en sentido opuesto como subida a Cabeza Melón en varias ediciones de la prueba de XCO de Muniáin de la Solana. Fue a finales de 2020 cuando se acondicionó como bajada y se alargó hasta la parte alta de la ladera. Por último, tras atravesar un bonito pinar, emprendemos la dura subida previa a la Miguel Ángel.
30	La Miguel Ángel	19,3	20,0	700	4	Un año más, uno de los singletracks más míticos de Tierra Estella vuelve a formar parte de la prueba. Un sendero muy rápido en su inicio y con alguna zona de roca y roderas en la parte final que nos obliga a estar concentrados. Esta bajada es, sin duda alguna, la que más historia encierra de todas las que conforman el recorrido ya que son cerca de 30 años de paso en las diferentes ediciones del XCO de Muniáin de la Solana. En TEEpic MTB solo ha faltado del recorrido en la edición de 2021. Como pequeña novedad, la salida al camino del depósito de agua de Muniáin se realizará por el trazado de la derecha, evitando de este modo la peligrosa salida existente por el trazado por la izquierda. Eso si, este pequeño cambio hará que se genere una curva que nos obligará a tocar el freno en una zona donde hasta ahora no era necesario.
29	Maxi Ramiguel	21,8	22,9	1.100	2	Singletrack en descenso donde en la primera parte se recorre un tramo mítico en nuestra prueba que solo ha faltado en 2022, El Muro de Aberin, pero por segunda vez se recorre en sentido descendente hacia otro tramo que ya estuvo presente en nuestra prueba en las ediciones de 2018, 2019 y 2023, la Ramiguel, un sendero tremendamente divertido donde se puede alcanzar una gran velocidad al presentar un piso limpio y curvas muy amplias.
28	La Hoya Berria	23,0	23,9	900	3	Nada más finalizar el Maxi Ramiguel, seguimos descendiendo unos metros por un camino de grava y tras un giro brusco a la izquierda donde hay que prestar mucha atención para no besar el suelo, afrontamos la primera parte de este singletrack, 400 metros revirados y con bruscos cambios de ritmo al presentar pequeñas subidas intercaladas en la bajada. El resto del trazado es la misma parte que se ha hecho en todas las ediciones menos en la primera. Un tramo muy rápido y divertido con una pequeña zona de rocas para romper momentaneamente el flow.
27	Pinares de Oteiza	27,3	28,4	1.100	3	Estamos ante un singletrack presente en TEEpic desde su primer año. Un sendero 100% en subida con dos repechos intercalados con un importante desnivel. La clave para superarlos es anticiparse con los desarrollos para no romper la cadena tras un cambio brusco y especialmente tomar la trazada buena para que no derrape la rueda trasera.
26	Los Murciélagos 2024	29,2	30,2	1.000	3	Este sendero es uno de los muchos que han rehabilitado el grupo de los Aljibes de Oteiza y que se pasa por tercer año en nuestra prueba pero eliminando el paso previo por el pinar situado en la parte alta. Un sendero en bajada con muchos zig zags para disfrutar sin ningún tipo de peligro y que nos deja en plena NA-132. Una vez superada esta carretera, afrontamos una subida con varios rampones donde conviene ir con el desarrollo adecuado para no tener que echar pie a tierra. Por último, una corta pero divertida bajada nos conduce a la Ballena, sendero de sobra conocido en nuestra prueba.
25	La Ballena	30,2	31,6	1.400	2	Otro sendero legendario en la prueba que se mantiene en el recorrido edición tras edición pero que ha tenido diferentes tramos de acceso. Podemos dividirlo en dos partes, una primera en subida donde nos vamos a encontrar tramos cortos pero muy intensos donde exprimir las piernas, y una segunda parte en bajada rápida y rectilínea intercalada por alguna pequeña subida. Este es uno de los senderos más singulares de la zona por desarrollarse entre campos de cereal.

Nº	Nombre	P.K. Inicio	P.K. Fin	Longitud	Nivel dificultad	Descripción
24	Isurudia	32,6	33,7	1.100	3	Nuevo en nuestra prueba, este singletrack de reciente creación nació como alternativa a la zona de Maurien para conectar de un modo más suave Oteiza con Villatuerta y viceversa. Esto quiere decir que nos enfrentamos a un sendero muy rápido, con cortas subidas intercaladas pero con un claro perfil descendente. Cabe señalar que en la parte final es donde se localizan los tramos donde podemos encontrar alguna dificultad técnica por la pendiente y lo revirado del trazado pero nada importante como para catalogarlo con más de 3 estrellas.
23	Muskildia	34,7	36,2	1.500	3	Después de atravesar el típico paisaje mediterráneo del sur de Montejurra y los pinares de Oteiza, llegamos a este espectacular singletrack entre hermosos robles. En total 1500 metros donde vamos a atravesar desde zonas en subida en la primera parte hasta rápidas bajadas con mucho flow en la parte final. Un sendero que se incluyó en la edición de 2019 por primera vez y que ya es imprescindible en nuestra prueba.
22	Sarrea	39,0	39,7	700	3	Este singletrack entró a formar parte del recorrido en 2018 y desde entonces sigue presente como mejor solución para acceder desde Villatuerta hasta las laderas del entorno de Estella. Un trazado que encierra historia por formar parte del Camino de Santiago aunque actualmente ya no es empleado por peregrinos y peregrinas. El trazado presenta un perfil variado, con una primera parte relativamente llana, una pequeña subida y por último, una vertiginosa bajada. La mayor dificultad la encontramos en la primera parte donde a la estrechez del sendero se une la presencia de un cortado a la izquierda. Sin ser peligroso, sí que impone la primera vez que se pasa por ahí.
21	El Fuerte	39,7	40,3	600	4	Muchas y muchos definen a este singletrack como la "pesadilla" de la Epic. Su estrechez, pero, sobre todo, su elevada pendiente con dos pasos complicados y todo ello unido al kilometraje, hace que empiecen a aparecer las primeras debilidades. Si eres capaz de coronar con buenas sensaciones El Fuerte, es muy probable que acabes la prueba con solvencia.
20	Zumaques	40,7	41,6	900	2	Uno de los singletracks más bonitos de la prueba, en especial en las fechas otoñales, que siempre ha estado presente en los diferentes recorridos propuestos. Los zumaques, que dejamos a ambos lados del sendero, presentan unos tonos rojizos espectaculares. Por lo demás, únicamente reseñar la curva de entrada a la parte final de bajada que presenta un giro a derechas de 90º y seguido un talud a la izquierda que nos obliga a prestar atención a la conducción. El resto del sendero es muy rápido y sencillo.
19	Maxitanque	42,9	43,6	700	3	Cuarta presencia de este singletrack en TEEpic MTB. El tanque de agua presente en su inicio pone el nombre a un sendero que tiene de todo; para empezar una corta pero dura subida con un pequeño escalón de piedra para poner a prueba la destreza de las personas participantes, una zona de sube y baja entre pinos muy divertida y finalmente, una bajada corta y rápida que nos deja en la parte alta de esta zona llamada Apálaz.
18	Rokysenda (extended)	44,0	44,8	800	3	La ladera de San Millán siempre ha estado presente en la prueba, pero con diferentes trazados. La Rokysenda era un singletrack que teníamos pendiente incluir desde hace años y en 2024 por fin ha llegado su momento. El segmento original se inicia finalizada la primera bajada. Sin embargo, nosotros trasladamos el inicio de este segmento al inicio de dicha bajada. Un sendero muy sencillo pero ratonero donde el esfuerzo físico puede que nos influya en nuestros reflejos y por lo tanto, lo que en condiciones normales es un trazado fluido, en condiciones de agotamiento puede que no lo sea tanto. No obstante, no existen peligros a reseñar por lo que se cataloga como 3 estrellas.
17	Mini Tapisendas	44,9	45,6	700	3	Las famosas Tapisendas que tanto placer nos han dado en nuestra prueba pasar a formato reducido en 2024, con únicamente los últimos 700 metros. Si bien la primera parte presenta tramos de roca y algún cortado a la derecha, el resto de singletrack es rápido y sin dificultades técnicas a reseñar.
16	Trasera de Bearin	46,0	46,2	200	2	Este singletrack, presente en nuestra prueba desde 2019, nunca ha tenido protagonismo propio al estar englobado en el Sector Bearin Oeste. Sin embargo, este año hemos creído conveniente desglosar este Sector en todos los singletracks que habitualmente lo componen. Este en concreto tiene una catalogación de 2 estrellas únicamente por la entrada al mismo en subida y con alguna piedra suelta ya que el resto no presenta ninguna dificultad reseñable.

Nº	Nombre	P.K. Inicio	P.K. Fin	Longitud	Nivel dificultad	Descripción
15	Por la Balsilla PZ	47,0	47,6	600	3	Nuestros amigos de la Ponzogrupetta bautizaron a este singletrack con este nombre por encontrarse próximo al término de la Balsa de Bearin. Únicamente se ha pasado una vez en nuestra prueba, en concreto en 2019, aunque en aquella ocasión la longitud fue de 1600 metros. Actualmente este sendero se ha reducido a 600 metros porque gran parte del mismo se perdió al instalarse un cercado. La parte común a 2019 es la inicial, en donde nos vamos a encontrar la mayor dificultad del mismo, una subida de las que denominamos bomba por ser corta pero extremadamente explosiva, algo a tener en cuenta para llegar con el desarrollo correcto y no tener que echar pié a tierra. El resto del sendero es una bajada divertida entre encinas donde poner a prueba nuestros reflejos.
14	La Llana	48,3	48,9	600	2	Estamos ante otro histórico de nuestra prueba ya que siempre ha estado en nuestro bike marathon. Si que es cierto que nunca ha tenido personalidad propia por estar dentro del Sector Bearin Oeste y su nombre, La Llana, no responde fielmente al recorrido original, un tramo más corto, 400 metros, con la denominación La Balsa de Bearin PZ. Es decir, los primeros 200 metros son un añadido que junto con los 400 metros del segmento original componen el singletrack. Esos primeros 200 metros son en ligera subida por un sendero sencillo mientras que los siguientes 400 metros se componen de una ascensión algo más dura y de una bajada compuesta por pequeños toboganes.
13	La Misteriosa 4.0	49,2	51,2	2.000	3	Este sendero fue protagonista en las dos primeras ediciones de nuestra prueba. Una saca de madera en 2018 hizo que lo dejáramos de lado pero tras varios años de pausa, el bosque recuperó su esplendor y después del paso en 2023, este año volvemos a atravesarlo. No es un singletrack especialmente técnico ni duro pero sí presenta la longitud y el picante necesario para catalogarlo como uno de los más divertidos de la prueba.
12	Regacho de Eraul	51,5	53,4	1.900	3	Otro singletrack presente desde el inicio de la prueba aunque no siempre luciendo su nombre. El sendero comienza nada más finalizar la subida por el camino viejo posterior a La Misteriosa. La primera parte es una bajada dividida en dos tramos, el primero revirado y técnico nos conduce a la orilla izquierda del Regacho y desde aquí hasta el final de la bajada se nos presenta un segundo tramo rectilíneo y muy rápido. Tras un giro de 180º, afrontamos la segunda parte del singletrack, esta vez en subida, siendo la primera parte por camino y el resto por un sendero sin ninguna dificultad técnica pero de gran belleza por la vegetación que lo envuelve. En los 1900 metros de singletrack no está sumado el tramo de camino que se hace de subida, por lo que podemos decir que es un sector compuesto realmente por dos singletracks de 1000 y 900 metros.
11	Cirilo	57,6	58,3	700	4	El Cirilo es otro de esos singletracks que nunca a faltado a la cita de la Epic. Si bien el Cirilo original se considera únicamente a la bajada, en la Epic también tenemos en cuenta el tramo de subida anterior que, si bien no tiene ninguna dificultad, se desarrolla por sendero. El tramo de bajada es técnico y pedregoso en su parte central, no tanto el resto.
10	Larreberria	58,3	59,2	900	3	Por tercer año consecutivo, la zona de Etxabarrí se resuelve atravesando este sencillo y divertido singletrack que nos va a permitir darle continuidad a la bajada de Cirilo hasta prácticamente el casco urbano de Etxabarrí.
9	Artabiako singletrack 2024	61,0	63,7	1.800	4	En la muga entre Etxabarrí y Artabia se encuentra este sector compuesto por varios pequeños senderos que años atrás tuvo un gran protagonismo. Tras una saca de madera, la zona quedó muy tocada y en las dos últimas ediciones, este sector se ha hecho más de pasada. Sin embargo, en esta edición se añade un nuevo tramo de sendero de 300 metros que aporta más belleza y entretenimiento. El primero de ellos es muy similar a Larreberria, alternando tramos ratoneros con alguno más rápido. El segundo, que presenta una longitud de 500 metros, está compuesto por una sucesión de zigs zags divertidos. Por último, el tercero de ellos, de 1000 metros, es ratonero y técnico destacando una zona muy erosionada en la parte final donde hay que prestar mucha atención. Otro elemento que hay que tener en cuenta es
8	Toposendas	64,8	67,7	2.900	4	Tras abandonar la localidad de Artabia, nos enfrentamos a uno de los singletracks más duros de la prueba tanto por sus pendientes como por su especial microclima donde el calor aprieta con intensidad si el día toca caluroso. Técnicamente no presenta grandes dificultades más allá de algún giro en subida cerrado pero su trazado laberíntico y el cansancio acumulado siempre son hándicaps a tener en cuenta.
7	Galdeano	69,4	70,0	600	2	Singletrack en bajada muy sencillo y rápido que nos sirve para acceder a la localidad de Muneta. Este año será su séptima presencia en la prueba. Atención a las piedras situadas en el inicio y final del singletrack para evitar el paso de coches.

Nº	Nombre	P.K. Inicio	P.K. Fin	Longitud	Nivel dificultad	Descripción
6	El Pinar de Eulz	72,6	74,0	1.400	3	Este singletrack está presente en Tierra Estella Epic desde su segunda edición, aunque con diferentes trazados. Tras varios avisos en forma de quitar el cartel o escribir sobre el, este año hemos decidido que el nombre oficial sea el del Pinar de Eulz que es en la localidad donde se encuentra realmente el pequeño bosque de pinos y no el Bosque de Larrión. Si bien su primera presencia fue muy fugaz por tomar el desvío hacia Eulz, en 2018 se incluyó el trazado completo que nos dejaba en la localidad de Larrión. Desde entonces, y con un pequeño cambio en el trazado en 2021, este sencillo singletrack sin dificultades técnicas se mantiene en el recorrido. En el vamos a encontrar una pequeña subida al inicio y una larga bajada hasta alcanzar Larrión.
5	Zubielki	76,9	78,1	1.200	4	Otro singletrack que con diferentes trazados está presente en la prueba desde 2017. Este año presenta un trazado idéntico al de 2023 pero las tormentas del pasado verano han removido el terreno de las bajadas de tal forma que nos hemos visto obligados a subir el nivel de dificultad de 3 a 4 estrellas. Si no conoces el terreno, es muy recomendable acceder a las bajadas con calma para poder escoger la trazada buena y evitar alguna caída.
4	Senda de la Piedra	79,2	79,9	700	3	la Senda de la Piedra que va por encima del túnel de la Vía Verde del Vasco Navarro a través de un bonito cortado. Un sendero que repite en nuestra prueba y que únicamente tiene como reseñable técnicamente la bajada a la Vía Verde, el resto es un trazado muy sencillo y sin grandes desniveles que el año pasado dió mucho juego a la poca gente que consiguió llegar hasta aquí.
3	Arieta	81,0	81,8	800	3	Tras abandonar la Vía Verde, emprendemos una corta pero dura subida que no está catalogada como singletrack pero que bien podría serlo. Esta nos conduce al Camino de las Lecheras y tras un giro pronunciado a la izquierda, iniciamos el singletrack de Arieta que discurre en parte dentro del pinar del mismo nombre. En la primera parte nos vamos a encontrar algún paso de piedras que, si bien no son peligrosos, sí que conviene conocerlos para tomarlos por el lado correcto y no tener que poner pie a tierra. La segunda parte coincide con un tramo del recorrido del Superprestigio MTB de Estella y está compuesto primeramente por un rampón, que a estas alturas puede ser determinante, para posteriormente enlazar el último tramo del singletrack, un trazado en ligera bajada, algo pedregoso pero divertido.
2	Santa Bárbara	82,0	83,2	1.200	3	Únicamente en la edición de 2017 y 2023 habíamos recorrido esta mítica zona del MTB navarro. Técnicamente, la única parte a destacar es la entrada en subida al sendero y el primer tramo del mismo ya que, a las rocas existentes, se une la pendiente y el previsible cansancio que a buen seguro mermará tanto las fuerzas como los reflejos. Una vez superada esta zona, afrontaremos una rápida bajada hasta la Ermita de Santa Bárbara y desde aquí tomaremos un sendero rompepiernas que nos conducirá al término municipal de Ayegui.
1	En Barranco de Aranguren	83,3	84,1	800	4	Tras el buen guto que dejó en 2023, no hemos querido dejar pasar la oportunidad de incluirlo de nuevo en el recorrido. En la edición de 2019 se pasó por el cresterío de una de las sierras que conforman este Barranco de Aranguren aunque sin llegar a descender al fondo del mismo. Nos espera un sendero en bajada muy rápido, con varias zonas donde la traza se estrecha y debemos prestar atención a la caída lateral. Para el final nos espera una subida que, sin ser dura, a buen seguro costará superar por el cansancio acumulado.