

Bendecido por la **LOCURA**

4 deserts
TM

Un millón de pasos por los cuatro desiertos más duros del mundo



INDESCRIPTIBLE CHINA
Gobi March, surcando un valle
entre picos de más de 6.000 m.

ES DIFÍCIL ACORDARME DE QUE PASA POR MI CABEZA CUANDO DECIDO INTENTAR CRUZAR A PIE LOS CUATRO DESIERTOS MÁS DUROS DEL MUNDO PARTICIPANDO EN CUATRO CARRERAS EXTREMAS. PROBABLEMENTE FUE UN BAJÓN DE AZÚCAR, AUNQUE A TORO PASADO Y DESPUÉS DE ASUMIDA LA DUREZA DEL RETO, NO PUEDO HACER NADA MÁS QUE ALEGRARME. SOY EL TERCERO DEL MUNDO EN TERMINARLAS EN MENOS DE 17 MESES (Y ENTRE MEDIAS, COMO ME ABURRÍA, FUI A VIETNAM PARA DISPUTAR UNA DE 250 KM).

Por Carlos García Prieto

Fotografía de Racing the Planet

Gobi March >> CHINA



La aventura comienza en China. Y una aventura que comienza en China siempre promete. Es la primera vez que me inscribo a una carrera en donde no te llevan de la mano a todas partes, y la verdad es que eso me da un poco de inquietud, pero al final es así como se disfruta una verdadera experiencia.

Comenzamos en Kashgar, una importante ciudad del oeste y capital de la Ruta de la Seda, lo que aumenta el interés y los nervios, ya que está un poco más lejos del famoso quinto pino.

Después de un largo y emocionante viaje llego por fin a destino y, a la mañana siguiente, empieza el follón. Lo primero, las verificaciones técnicas -donde me revisan todo el material obligatorio con mucha atención- y el control médico. Luego, al autocar que nos vamos. 500 kilómetros de curvas a unos 3.000 metros de altura por la Karakorum Highway -la carretera entre países más alta del mundo- me dejan echo unos zorros, que no es lo ideal para disputar una carrera extrema.

Por fin, la primera noche relativamente cómoda me permite recuperarme y estar medio decente para el inicio de la competición. La etapa inaugural, después de una gran fiesta por parte del pueblo de acogida, es a lo largo de un cañón que está flanqueado por grandes picos que alcanzan los 6.000 metros; la sensación de ser minúsculos en el universo es potente.

Paisajes majestuosos se abren delante nuestro a cada recodo del río, y el recorrido, perfectamente marcado, nos hace cruzar puentes colgantes artesanales más o menos estables y aldeas en donde la población ha hecho fiesta para vernos pasar hasta llegar a un fantástico campamento al borde de un agitado torrente de montaña.

La segunda noche es para mí la experiencia más emotiva de toda la carrera. Quizás por eso me he enamorado de este tipo de

pruebas, por la convivencia humana que un número de participantes controlado permite. Familias Taijik, muchas de las cuales no habían visto un occidental en su vida, comparten sus casas con nosotros y nos abren todo su corazón convirtiendo la tarde y la noche en una fiesta multicultural difícil de olvidar.

En la tercera etapa para cambiar de valle nos toca superar un collado a 3.800 metros, que coronó nevando; claro, en pantalón corto y camiseta. Después, en la bajada, seguimos un torrente que cruzamos unas 2.000 veces, hasta el campamento. La cuarta es de transición, empezamos a salir de la zona de los grandes picos para adentrarnos en el desierto del Gobi propiamente dicho, con vastas áreas yermas y horizontes infinitos.

La quinta es la definitiva, la larga. 90 km del tirón, que con 150 ya en las piernas no son fáciles de llevar; la clave en una carrera por etapas, la que marca la diferencia. Nada más salir, la primera rampa, de unos 450 metros de desnivel, nos baja a todos los humos. Menos mal, porque el día se hará muy largo. Un cañón serpenteante con el fondo seco nos lleva a otro por donde corre un torrente medio desbordado y, como no hay diversión sin riesgo, pues allá que vamos de cabeza. Siguiendo las marcas cruzamos la corriente repetidas veces, algunas de las cuales está a punto de llevarnos. Al final, hacemos pie y subiendo una meseta empezamos la última parte de la etapa, el desierto más duro y despiadado. El infinito vacío. La noche se apiada de nosotros y del intenso calor que hemos padecido de día y nos ofrece un poco de árnica, lo que nos permite terminar la etapa de un modo más llevadero. La última etapa no es tal, es más una gran fiesta en la que, como muertos vivientes, todos vamos recorriendo las calles de Kashgar ante los ojos atónitos de la población. De esta forma completamos la primera fase del gran reto.



25th VENICE MARATHON
24 DE OCTUBRE 2010
www.venicemarathon.it



Veneto
Corres
entre la tierra
y el cielo





BIENVENIDOS AL INFIERNO

Entrando en el Salar de Atacama, 15 kilómetros de sufrimiento continuo.

Atacama Crossing >> CHILE



Sin tiempo de decir Zaragoza volvemos de China y nos encontramos haciendo la maleta para Chile. Las condiciones son mucho más duras, el frío intenso y las dudas del equipo continuas, hasta el punto de comprar un plumífero en el aeropuerto de Santiago. La experiencia es un grado siempre y el control de material en San Pedro de Atacama lo paso sin problemas.

La primera etapa resulta dura, ya que nos tenemos que habituar al frío cruel, sobre todo de noche, donde sobrepasamos los 5 grados bajo cero.

El segundo día, directamente, sin Padre Nuestro ni nada, seguimos las banderitas a través del cañón del río Grande, que con el agua gélida nos entumece los pies durante un buen rato, ya que hay que correr por el medio durante un buen par de kilómetros. Poco después, un poco de arena en la gran duna del valle de la muerte, que nos toca bajar enterita, convierte el interior de las zapatillas en área de desastre natural. El campo en el borde de la laguna Cejar, con un atardecer atacameño, compensa el sufrimiento. La tercera etapa son otros 40 km por un terreno infernal, que nos obliga a caminar en muchos tramos en donde las rocas, las cañas y la pendiente no permiten otra cosa. El campamento en la distancia, al borde de un cortado, parece que no llega nunca.

La cuarta etapa es dura, durísima para más precisión, pero tan variada que merece la penuria. Después de un tramo seco y extremadamente rocoso, entramos en un cañón completamente lleno de vegetación y agua que parece que no corresponde al enorme desierto que lo rodea. Saliendo del cañón, en el pueblo de Toconao, no adentramos casi de golpe en el Salar de Atacama, una superficie infernal de sal que con una corriente subterránea de agua salada se hace extremadamente dura de atravesar. Me hundo repetidas veces y el borde cortante de la sal me abre la piel en varias ocasiones, pero al final el campamento se distingue en el horizonte y poco a poco consigo superar el calvario.

La etapa larga el problema que tiene es precisamente eso, que es muy larga, y después de tantos kilómetros acumulados, cualquier contratiempo o terreno difícil de cruzar se nos hace un mundo. Pero con el gran secreto a voces de la paciencia y no pensando jamás en cuántos kilómetros me quedan, sino cuántos kilómetros he recorrido ya, supero las circunstancias adversas, bordeando cuidadosamente incluso un campo de minas... sin palabras. La llegada a San Pedro de Atacama es maravillosa, los últimos kilómetros son una fiesta, y la pizza y la Coca Cola a la llegada, después de comer liofilizado toda la semana, son una bendición. Dos de cuatro.

Sahara Race >> EGIPTO



El Sahara siempre es fascinante, ya que siendo la mayor área desértica del mundo cambia tantísimo que, sin dejar de ser el Sahara, correr por El Guedida, el famoso Desierto Blanco (tan diferente del resto) me atrae enormemente.

La carrera empieza directamente entre las grandes moles calizas del Desierto del Oeste y la sensación de pequeñez del ser humano se nota enseñada. El intenso calor hace que deba estar muy atento a la correcta hidratación, y debo decir que, al final de la etapa, tengo la sensación de no haber estado bastante atento. Menos mal que los 42 grados de día se convierten de noche en unos 22 que permiten dormir bien y recuperar. El Desierto Blanco no defrauda y la segunda etapa nos lleva al corazón del mismo, que con extrañas formaciones rocosas talladas caprichosamente por el viento dan la impresión de correr por la luna... La de La Guerra de las Galaxias. El desierto es como uno se lo imagina, grandes extensiones que no abarca la vista, llenas de... nada, y la verdad es que la experiencia en estas carreras hace que no me desespere con el lento, lentísimo paso de los kilómetros.

La etapa larga es todo un desafío a la paciencia, una meseta interminable de 100 kilómetros pone a prueba no sólo el físico sino la capacidad mental de superar los retos, característica básica en cualquier ultrafondista, pero poco a poco y con ayuda de un plato de arroz en el kilómetro 60, consigo completar la más dura. El final, corriendo entre las pirámides de Giza, no tiene precio, millones de años de historia me rodean y tengo la sensación de que la esfinge me sonrío.

EL MÁS MÍTICO Sahara Race, entrando en el Desierto Blanco.



Mismo reto, distinta filosofía

La locura que os relato en este artículo la he decidido yo, es decir, no hace falta correr los 4 desiertos seguidos; si a alguno le apetece correr sólo una de las carreras porque le atrae el sitio, se puede hacer sin problema. Se corre el Atacama, vuelves a casa, y el año que viene ya veremos. Está claro que los retos extremos se llaman extremos por eso; si soy de los pocos del mundo que las ha terminado todas es por algo, pero normalmente, para disfrutar las cosas, también se pueden tomar con calma. Quizás sea una de las sensaciones que he echado de menos en este reto; el tiempo para saborear cada carrera, antes y después de correrla. O como nos recordaban los clásicos: *Carpe Diem*.

El peso sí importa

En este caso de la mochila. Siendo carreras en autosuficiencia alimentaria tenemos que transportar con nosotros todo lo que necesitamos para la semana y es curioso ver lo que la gente se lleva cuando debe seleccionar cuidadosamente el equipo para no cargar demasiado. La mochila más ligera suele rondar los 6 kilos y la más pesada los 18. Además, la más ligera la suelen llevar los corredores más en forma, mientras que la más pesada los, digamos menos dotados, con lo que las diferencias de tiempo aumentan. Probad a correr con una caja de Fontvella.... Sólo para haceros una idea.

MÁS **NUTRI2**
www.masnutridos.com

VISÍTANOS Y...
¡ponte en marcha!

tenemos lo que necesitas
para practicar tu deporte



RIDE SHOTS ENERGÍA RÁPIDA



RACE START
EMPUJÓN DE ENERGÍA



ENDURUS
SIENTE TU ENERGÍA



ISOSTAR
MANTENTE
EN FORMA



ESPECIALISTAS EN NUTRICIÓN DEPORTIVA



El último desierto » Antártida



La Antártida es sin duda el continente más extremo del mundo. Las temperaturas -que pueden llegar a 80 grados bajo cero- y la desolación que se respira me hacen sentir, como ser humano teóricamente avanzado, absolutamente indefenso y desprotegido. La fuerza que la naturaleza despliega en esta zona del Planeta ajusta los niveles de humildad en donde deberían estar siempre. La carrera en sí no tiene nada que ver con las otras, ya que por las condiciones del entorno -extremadamente peligroso- y por razones políticas -el Tratado Antártico- no se puede correr por donde se quiera. De manera que la organización debe marcar circuitos seguros y cuentan los kilómetros recorridos, ya que el tiempo es fijo. Cada cala donde el rompehielos que nos sirve de base echa anclas es de una belleza que nos deja sin palabras. El procedimiento es siempre el mismo; se baja a tierra con unas zodiacs y una vez preparados con el equipo necesario se empieza la etapa, para regresar de nuevo a la nave y cambiar de playa. La parte recorrida por la carrera parece enorme, pero al final es sólo una pequeña punta de la Península Antártica. Eso nos da una idea de lo que podían llegar a vivir los grandes exploradores.

Una tras otra, las etapas se suceden, con salidas intempestivas a cualquier hora del día o de la noche para aprovechar las condiciones atmosféricas hasta completar el máximo número de kilómetros que, en todas las circunstancias, se pueden recorrer. La fiesta de entrega de medallas se realiza en el puente del rompehielos en el canal de Beagle, y después de dos días de navegación en medio de una tormenta cruzando el estrecho de Drake, que no es una broma.

Apoyado en la borda, miro el pedazo de estaño que ahora cuelga de mi cuello. En él está escrito 4Deserts y me trae recuerdos de mil momentos sufridos para conseguirlo, mil amigos nuevos que serán para siempre. De repente me acuerdo de la ficticia sonrisa de la esfinge... Ahora la entiendo. **RW**

EL FINAL DEL RETO Antártida (Dorian Bay), de vez en cuando caían trozos del acantilado de hielo, detrás nuestro, con un ruido ensordecedor.