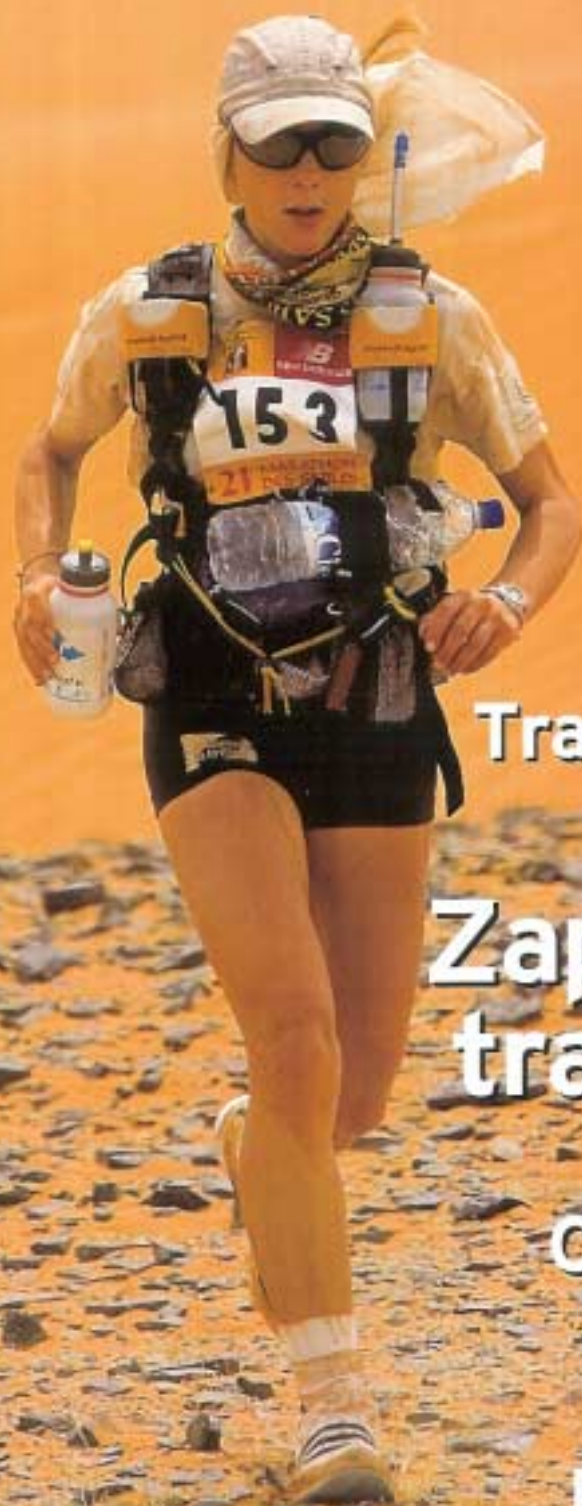


Especial Desierto



CRÓNICA

Transgrancanaria

COMPARATIVA

Zapatillas de trail running

ORIENTACIÓN

Campeonato de España

RAIDS

Raid Bimbache Extrem

MAY/JUN 2006 - Nº6 - 5,00 €



9 771699 833002



Itinerarios

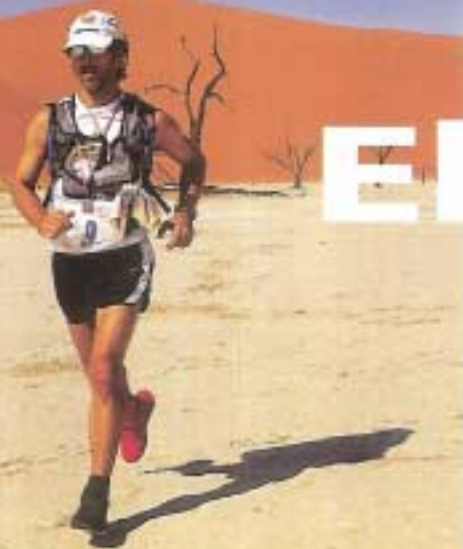
Por los senderos marcados de las montañas de la Sierra de Gúdar (Teruel)

Actualidad

Nace la K25 TRAIL de la Calderona con gran éxito de participación

Salud

Tratamiento revolucionario de las lesiones: Plasma Rico en Factor de Crecimiento



El corazón rojizo

Texto: Carlos García Prieto
Fotografías: Pierluigi Benini

Se trata de una carrera joven. Con tan sólo dos ediciones y a la espera de la tercera el próximo mes de julio, los casi 152 kilómetros de la 100 Miles of Namib Desert se han ganado la buena reputación entre los apasionados de las carreras por el desierto que buscan dureza sin prescindir de las comodidades de un buen hotel.

kudu... e incluso exquisitos postres que ponen a prueba la capacidad del estómago.

Estos dos puntos clave hacen que, lógicamente, la recuperación después de las etapas sea mucho más rápida y hasta me atrevería a decir que placentera. Aun así, no hay que menospreciar la carga de trabajo a la que se somete al cuerpo para cubrir los cerca de 152 kilómetros de los que se compone esta carrera.

Un reparto sin perdón

El primer día al alba -y aquí amanece muy pronto- se da la salida para los primeros 37 kilómetros que se corren por un terreno montañoso, cercano a la inmensa sabana que rodea al hotel y bordeando el Naukluft National Park, perfectamente señalizado y con el control de la organización.

Es curioso que aunque todas las etapas se desarrollan con salida y llegada al hotel, todas son a su vez distintas, tanto en distancia como en paisaje, lo que hace la prueba mucho más entretenida.

La segunda etapa, de 21 kilómetros, tras un breve traslado en coche, recorre una llanura marciana salteada de rocas negras con brillos rojizos y entra poco después en el cañón de Sesriem, de unos 30 metros de profundidad.

Tras unas horas de descanso y con la compañía de un atardecer africano, se inicia la tercera etapa, de 14 kilómetros. Ya de noche, una magnífica cena da la bienvenida.

La cuarta etapa nos introduce, desde la duna Elim, en los límites prohibidos del parque. Con una distancia de maratón tradicional (42 kilómetros), se pasa por la duna petrificada y por parte del mar de dunas del desierto de Namib, el más antiguo de los que pueblan la Tierra. El calor, las jornadas de carga y la distancia empiezan a hacer su mella. Así pues, la llegada se hace dura para muchos.

Para rematar la carrera y como magnífica guinda, la última prueba recorre unos 38 kilómetros del corazón rojizo de las dunas más altas del mundo. Saliendo de la conocida Duna 45 por una pista entre dunas montañosas, se llega a Sossusvlei, el fondo del valle donde, tras escalar una montaña de arena de 350 metros de desnivel, se desciende a Deadvlei, una llanura con árboles petrificados de más de 500 años.

A pocos kilómetros y todavía con la emoción del paisaje recorrido, se vislumbra el arco de llegada que desgraciadamente significa el final de esta magnífica experiencia.

Más info:

www.100milesofnamibdesert.com

Situada en el hemisferio sur, entre Sudáfrica y Angola, Namibia acogerá, entre los próximos días 1 y 8 de julio, la tercera edición de la 100 Miles of Namib Desert.

Dentro de lo que son las carreras extremas, podemos considerar la 100 Miles como una prueba de lujo. Las razones son múltiples: se desarrolla en un entorno virgen para el hombre, en plena sabana africana y por el desierto de dunas más antiguo del mundo. Pero sobre todo las cinco estrellas las obtiene por el hecho de no tener que dormir en el suelo, ya que se sale y se llega a diario al Sossusvlei Lodge, un fantástico hotel en que cada participante tiene a su disposición una maravillosa cama donde lamerse las heridas o simplemente dormir hasta reventar. No es necesario, pues, cargar con la comida, ya que se desayuna, come y cena en el mismo hotel, donde un equipo de cocineros y pinches de lo mejor que se puede encontrar por esos parajes se encarga de alimentar a todos con los más exóticos manjares: carne de cola de tiburón, filetes de