



## ANNA COMET MOLT A PROP DE LA VICTORIA FINAL A L'EVEREST TRAIL RACE

Cinquè triomf consecutiu per a la corredora de l'equip The Elements a la categoria femenina. Dissabte pot aconseguir el triplet de victòries després de guanyar les edicions 2014 i 2015. Miguel Heras es reivindica a l'etapa reina i acaba segon darrere el nepalès Suman Kulung que manté el liderat.

Ha arribat la tan esperada i temuda etapa reina per als corredors de la 9ª edició de l'Everest Trail Race by The Elements. En total 32 km des de Phakding fins Tyangboche amb un desnivell positiu de 2.850 metres i 1.650 metres de descens. I el més important: més de la meitat de l'etapa a la línia o per sobre dels 4.000 metres d'altitud. Un aspecte que sense cap mena de dubte ha posat a prova les capacitats dels participants ja que les forces ja estan amb reserva i el dipòsit quasi buit. L'etapa amb sortida a la població de Phakding, sense marques al terreny tal i com ha passat els darrers dos dies, ha obligat als corredors a estar molt pendents del Road Book de cursa ja que l'organització ha portat l'etapa a zones poc transitades i per tant més difícil poder avançar. El primer repte ha estat pujar l'assentament tibetà de Kumjung. Han estat 1.100 metres de desnivell positiu durant 14 km per afrontar posteriorment l'ascensió fins el segon punt de control situat al petit poble de Mong-la que ha deixat ja als corredors de ple als 4.000 metres d'altitud. Des d'aquí fins la línia de meta la cursa s'ha mantingut en aquesta cota on tot costa una mica més. Després del segon punt de control, els participants han entrat a una zona només transitada per portadors i caravanes de yaks fins el tercer punt obligat de pas. Els corredors, han encarat els darrers km fins la meta a Tyangboche amb el cansament acumulat durant les 4 etapes i els més de 17.000 metres de desnivell acumulat que porten a les seves cames. La quasi totalitat de l'etapa ha tingut

uns testimonis impressionants: Everest, Lhotse, Ama Dablam, Tamserku i Kangtega han contemplat amb tota la seva bellesa el desenvolupament de l'etapa.

## Recuperació espectacular de Miguel Heras

La victòria per cinquè dia consecutiu l'ha signat l'atleta local Suman Kulung que ha demostrat el control que té al damunt del terreny a l'Himàlaia del Nepal. Extraordinària recuperació de Miguel Heras que manté el quart lloc a la general després d'arribar segon a meta. Tercera posició per Hanz Smedsrod. El noruec manté una aferrissada lluita amb el català Gerard Morales (The Elements) que ha finalitzat l'etapa a poc més de 2 minuts i es manté segon a la general. A la categoria femenina l'atleta Anna Comet (The Elements) ha estat la primera dona en entrar a meta i també ha completat el TOP 5 a la classificació general absoluta. Els problemes a la motxilla que ha patit Nuria Domínguez (Tuga) abans de la sortida no li han impedit arribar segona al final del penúltim viatge de l'Everest Trail Race by The Elements. La seva rival, Manu Vilaseca amb qui competeix freqüentment per a la segona posició final arribava 3 minuts més tard. Vilaseca ha declarat que la 5ª etapa era una jornada a la qual li tenia molt respecte per l'exigència física i perquè l'any passat "vaig patir molt. Enguany me l'he pres amb més calma i he intentat escoltar el meu cos". La brasilera es manté segona a la classificació general. A l'arribada els participants no podien evitar les llàgrimes d'emoció. El cansament a les cames és evident i també el desgast psicològic. La vida al campament, l'altitud, estar lluny de casa, la soledat durant l'esforç diari, la incertesa, la lluita contra els propis límits i tot allò que cada participant porta al seu interior, ha esclatat a la meta de Tyangboche on alguns participants s'han emocionat. Demà darrera etapa de l'Everest Trail Race by The Elements entre Tyangboche i Lukla amb 29 km de recorregut i 4.572 metres de desnivell acumulat.

