

**EVEREST
TRAIL 20
RACE 24**
11 al 23 de noviembre

by



SUMAN KULUNG LIDER DE LA ETR 2024 PIERDE 17 MINUTOS EN LA ETAPA REINA

ETAPA 5 / 24 km / +2.483 m/ - 1.283m / Ac 3.766 m

Suman Kulung (Grans Espais) cede más de 17 minutos en la penúltima etapa, que ha ganado el también nepalí Dal B. Kundar, situado en la tercera posición de la clasificación general masculina. Chhokki Sherpa (Grans Espais) gana la etapa por quinto día consecutivo en la categoría femenina, por delante de la también nepalí Humi Budha y Laia Gilibets asegura la tercera plaza en la clasificación general.

El corredor nepalí Dal B. Kundar, ha salido al máximo desde el primer minuto, dispuesto a reducir los tiempos que le separaban del primer y el segundo clasificado. Dal ha pasado por los diferentes controles de carrera siempre en primer lugar, sumando una diferencia al final de etapa de más de 17 minutos en relación a Suman Kulung (Grans Espais), primero de la general y a Man K. Roka, aun segundo, que han corrido prácticamente juntos durante toda la etapa. Este nuevo escenario deja al segundo y tercero de la clasificación general a ton solo 3 minutos y 43 segundos, aunque a a ambos están a algo más de 46 minutos de Suman Kulung (Grans Espais), el más que probable ganador de esta 12ª edición de la Everest Trail Race by TUGA.

La etapa considerada por la organización, junto a la tercera, como la más exigente y dura, ha cruzado el “Hillary Bridge” dentro del Sagarmatha National Park y ha entrado en Namche Bazar, la capital Sherpa del Solu Khumbu a 3.400 metros de altitud. Superada la subida al aeropuerto de Syangboché a 3.700 metros los grandes colosos del Himalaya han estado presentes cada vez que los atletas han levantado la cabeza para contemplar las vistas: Everest (8.848m),



JUSTLOADING

corexa
GLOBAL TRADE MARKETING

TUGA
ACTIVE WEAR



**EVEREST
TRAIL 20
RACE 24**
11 al 23 de noviembre

by



Lhotse (8.516m), Ama Dablam (6.812m) han sido espectadores de los corredores los últimos 20km. A partir de la famosa Hillary School en Kumjung los participantes han transitado por encima de los 4.000 metros de altitud donde respirar cada vez costaba más con las pulsaciones a tope. Los últimos 4 km han transcurrido por un camino extremadamente aéreo hasta llegar a la meta de Tyangboche. Dal B. Kundar ha cruzado la meta en solitario y detrás, Suman Kulung (Grans Espais) y su compatriota Man K. Roka.

En la categoría femenina la líder Chhoki Sherpa ha entrado nuevamente como primera clasificada de la etapa, aunque llegando a meta con una ventaja de tan solo 21 segundos sobre su inmediata seguidora, la también nepalí Humi Budha segunda en la general. La tercera posición ha sido nuevamente para la española Laia Gilibets. Un cubo de agua caliente con una pastilla de jabón para los participantes. Así es la ducha post etapa cada día en la *Everest Trail Race by TUGA ACTIVE WEAR* y en la que Suman Kulung, ha abierto una brecha suficientemente importante como para asegurarse, si nada lo impide, el primer puesto en esta 12ª edición.

La última etapa de la Everest Trail Race by TUGA ACTIVE WEAR, no plantea grandes dudas en relación al resultado final. Evidentemente todo es posible, pero tanto en categoría femenina como masculina, será muy difícil o casi imposible desbancar a los nepalíes de las posiciones de cabeza. Corren en casa y son extremadamente hábiles bajando. También hay que destacar que a pesar de que la sexta etapa tiene un desnivel positivo de 1.578 m, no hay que olvidar los 2.612 m de bajada. Los 29 kilómetros finales entre Tyangboché y Lukla de la sexta etapa pondrán el punto y final a la duodécima edición de la Everest Trail Race by TUGA ACTIVE WEAR después de 170km y 26.000 metros de desnivel acumulado.



JUSTLOADING

corexa
GLOBAL TRADE MARKETING

TUGA
ACTIVE WEAR

