

Ultrafondo



Javier Iriberry en el Wolf Creek Pass, con sus 3.300 metros. MM

Javier Iriberry superó el primer punto de corte de la RAAM con más de 5 horas de ventaja y el pico más alto, el Wolf Creek Pass (3.300 metros)

Durango, una fruta más

MARTA MARTÍN
Pagosa Springs

DOS días y dieciocho horas—once de descanso—ha pedaleado Javier Iriberry para llegar a Durango; ese lugar que hace unos meses era objeto de bromas por compartir el nombre con el pueblo de Vizcaya—“¡Me voy a Estados Unidos y total, lo tenemos aquí al lado!”—, y que poco a poco ha ido convirtiéndose en cosa seria. Pasar por allí no era como hacerlo por cualquier otro lugar, ya que es el primero de los puntos de corte de la Race Across America (RAAM).

Y llegar hasta allá no de risa, contando con que, para hacerlo, los participantes van en contra

El dato

39

ABANDONOS se han producido en lo que va de carrera.

de los cronómetros: un tiempo límite de 51 horas para recorrer 1.492 kilómetros rellenos por dos desiertos: Borrego Springs y la Reserva de los Indios Navajos. Pero Javier Iriberry lo ha conseguido, y con más de cinco horas de ventaja respecto al tiempo de corte. Así, ha podido continuar con la carrera, que le enfrentó después al su pico más alto: el Wolf Creek Pass, de 3.300 metros—consiguió superarlo por la noche, en la que acusó más el cansancio que el frío—.

La fatiga se nota

Sin embargo, Iriberry no esbozó ni media sonrisa a su llegada a Durango. La resaca de los dos desiertos no era fácil de digerir y la fatiga se hacía cada vez más pre-

sente. Tras pasar el corte, se reunió con su equipo de apoyo para estudiar cómo afrontar los siguientes kilómetros. Decía que no lo veía claro, y estimaba 400 kilómetros diarios para llegar a la meta de la RAAM, en Annapolis. Durante la conversación con su equipo, se estaba comiendo trozos de piña. “Lo mejor del día, la fruta”, sentenció el ultrafondista pamplonés.

Le costaba ver lo positivo de pasar el corte con más de cinco horas de ventaja, porque en la RAAM todo parece poco. Porque toooooooodo siempre es una palabra muy larga. Porque después de dos desiertos, hay un pico de 3.300 metros. Porque después de un punto de corte, hay otro al que llegar. Pero de momento, continúa en la competición. Y no es lo de menos. En su categoría, solo, se retiraron cinco ciclistas antes de llegar a Durango y no pasaron el corte 39 participantes entre individuales y equipos.

Y él sigue ahí. Después de haberse comido Durango, que se volvió fruta, porque, en realidad, pasar el corte fue lo mejor del día. Con piña incluida.

CICLISMO

Valverde se lleva la etapa reina del Tour de Occitania

• Es el nuevo líder de la prueba con 6 segundos respecto a Dani Navarro



Alejandro Valverde (Movistar) es el nuevo líder de la Ruta de Occitania al ganar este sábado en solitario la etapa reina -tercera y penúltima-, disputada sobre 198,4 kilómetros entre Prat-Bonrepaux y Les Monts d'Olmes.

Valverde se impuso con exhibición en la meta de Les Monts d'Olmes, entre una intensa niebla, con dos segundos de margen sobre Daniel Navarro (Cofidis), seis respecto al francés Kenny Elissonde (Sky).

Valverde tiene seis segundos de ventaja sobre Navarro ante la última etapa, que tiene 192 kilómetros y un puerto de primera.

Lizarte concluye el Giro de Italia sub 23 por equipos

• El mejor en la general del equipo ha sido Nico Sáenz, 13º



El equipo Lizarte concluyó ayer su participación en el Giro de Italia sub 23, que terminó con una contrarreloj. El equipo navarro concluye con una más que meritoria decimotercera plaza de Nico Sáenz, y con el tercer puesto en la clasificación general final por equipos. Hay que tener en cuenta que en el Giro de Italia sub 23 se encontraban los mejores equipos europeos de la categoría. La victoria final se la llevó Alexander Vlasov, del equipo de Rusia, que logró el liderato por la mañana tras caer Osorio.

mundoDN

Sorteo 17 plazas dobles
Taller práctico

PIERDE PESO SIN PERDER SALUD

Información,
consejos prácticos
y pautas
personalizadas
para adelgazar
de manera saludable

Imparte: Cristina Fernández Miqueleiz, dietista-nutricionista.
Día: jueves 21 de junio.
Hora: 19:30 horas.
Lugar: sede Diario de Navarra, c/ Zapatería, 49, Pamplona.

Apíntate en
<http://www.mundodn.es/nutricion.html>
Publicaremos el nombre de las personas ganadoras el miércoles, 20 de junio, en mundodn.es.