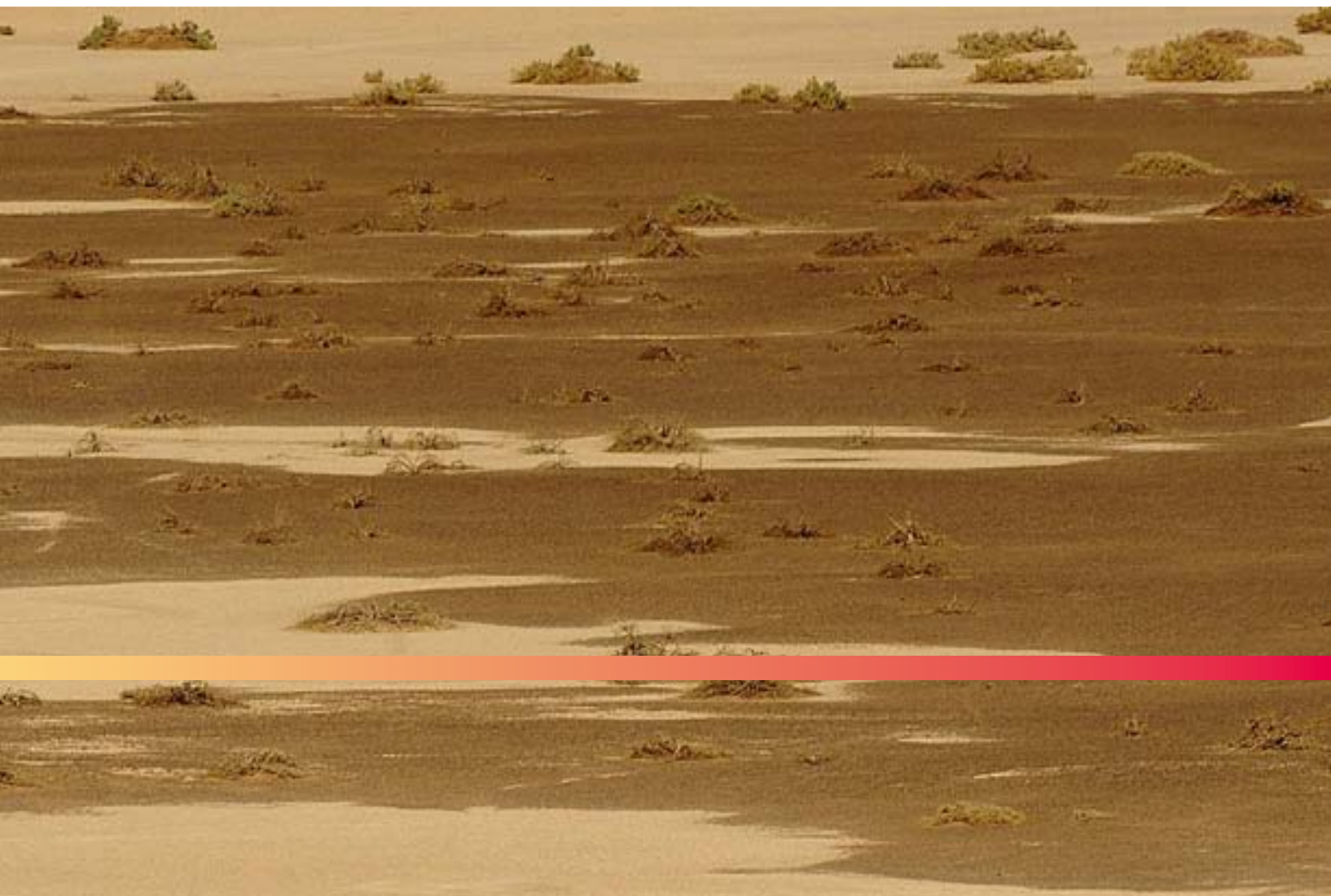




ULTRAFONDO, ¿locura o deporte?

Racing the planet: 4 ultramaratonos por los 4 desiertos más inhóspitos del mundo: Gobi, Atacama, Sahara y Antártida. 250 kilómetros cada uno, en completa autonomía. En 7 meses. 1.000.000 de pasos corriendo por el lugar más frío, el más caluroso, el más seco y el más ventoso del planeta





Carlos García Prieto, UltraRun, es un hombre amante de los desiertos y las grandes distancias. Había corrido el Maratón de las Arenas, las 100 millas de Namibia, los 100 kilómetros del Sahara, la Desert Cup de Mali...y este año decidió participar en el proyecto Racing the Planet. Él lo explica así:

“Teniendo en cuenta que cada carrera son 250 kilómetros, y pretendo hacer las carreras en menos de un año, son 1.000 kilómetros en unos 7 meses.

Considerando que cada kilómetro damos 1.000 pasos, una simple multiplicación y obtenemos la bonita y redonda cifra de 1.000.000 de pasos.

Un millón de pasos a recorrer en el desierto más caluroso de la tierra, en el más ventoso, en el más seco y en el más frío...en 7 meses.”

Tras la primera de las carreras, en el desierto de Gobi, nos abre las puertas a sus sensaciones y motivaciones más profundas. A aquellas que le impulsan, de vez en cuando, a buscar sus límites físicos y psicológicos en los lugares más puros del planeta: los desiertos y las montañas, irremediamente atraído por la soledad y la desolación

Texto y fotos: Carlos García Prieto, “UltraRun”



Estoy corriendo. Corriendo desde hace mas de 9 horas por el desierto del Gobi en China, llevo algo mas de 50 kilómetros, y casi no he visto un alma, excepto en los puestos de control cada 15 kilómetros, y algún que otro competidor que he adelantado.

Estoy en una meseta plana, con el suelo de arena, y se mire para donde se mire no hay nada, solo el horizonte; el cielo es azul profundo y no hay ni la sombra de una nube.

El calor es sofocante, cerca de 40° de temperatura, y el aire ardiendo me rodea; me dan ganas de dejar de tragar, porque está tan caliente que me abrasa por dentro.

No queda mucho para el avituallamiento, aunque unos pocos kilómetros se pueden hacer eternos. Me siento mareado, aunque me esfuerzo a seguir a pesar de todo...un paso, luego otro...

Echo un trago de agua, está tan caliente que podría hacer un té directamente echando la bolsita en el bidón.

Noto todas las partes del cuerpo, incluso algunas que no sabría decir como se llaman, y me vienen todo tipo de pensamientos a la cabeza. Pienso en Laura, mi chica, que va unos kilómetros detrás mío, y en como lo estará pasando después de una mala noche; pienso en mi familia, mis amigos, y sobre todo en como demonios me meto en estos líos... ¡y en por qué habré tardado tanto en conocerlos!

Por fin, a lo lejos, veo la bandera naranja que marca el avituallamiento, pequeña, muy pequeña, acercándose con exasperante lentitud.

Es como un oasis, y aunque consiste en una carpa de 5x5 metros en medio del desierto, atestada de gente, con tres pobres voluntarios muertos de calor, piensas que es el mejor hotel del mundo; aunque solo te darán agua, probablemente caliente, piensas que es el mejor bar de la zona, y aunque no habrá ni un sitio libre a la sombra, piensas en un palmeral del caribe, fresco e invitante.

20 minutos después, llego al “Gran Hotel” y la realidad me golpea como un mazo,...confirmo que ES una carpa de mierda, mucho más pequeña de lo que pensaba, llena hasta reventar, y el agua esta aún más caliente de lo que creía, pero la experiencia me dice que es mucho mejor para mí que siga pensando que es el Ritz.

Me tumbo en un hueco que encuentro milagrosamente, con la mitad del cuerpo al sol, y descanso un poco. Debo comer y beber para reponer las energías, y una parada obligada por la organización por el extremo calor me viene bien, aunque me rompa el ritmo, y se cobrará su precio.

Es tónica general entre todos los competidores un humor excelente: estamos en medio de la nada, sufriendo un calor extremo, sentados en el suelo polvoriento, y sin habernos duchado ni comido nada decente desde hace una semana, pero no se ve una mala cara: al contrario, son sonrisas y bromas lo que circula por la antesala del infierno...



Abro la mochila en la que llevo todas mis pertenencias y me asaltan pensamientos relacionados con la abundancia de cosas que nos son básicas para vivir, y como pocas de ellas son de verdad necesarias. Hecho mano de algo de sales para reponerme, como unas lonchas de jamón serrano de Sánchez Alcaraz -sales en barrita “typical spanish”- y comienzo a disfrutar del primer descanso de todo el día, desde la salida del campamento a las 7:30 de la mañana.

¿Por qué acabo siempre así? ¿Por qué hago estas carreras en las que me dejo el alma? ¿Por qué someto al cuerpo a extraordinarios esfuerzos, en algunos casos por encima del entrenamiento realizado?

La verdad es que he pensado largo y tendido acerca de este punto. Esta pregunta es la primera clasificada en el ranking de preguntas que me formulan cuando alguien se entera de lo que hago. Y sinceramente, no tengo muy clara la respuesta.

He valorado aspectos como el afán de superación, o el demostrar a la gente lo que puedo llegar a hacer -son de las primeras cosas que vienen a la cabeza-, y la verdad es que no me parece que encajen conmigo; creo que, llegado a una edad, el demostrar nada te la refanfinfla. Y en cuanto al famoso afán de superación...soy un poco vago, y para correr estas carreras hace falta algo más que ese afán: hacen falta muchas ganas. Es como los que deciden ir al gimnasio a principio de año: si no te gusta, es inútil intentarlo.

Sinceramente, suelo pensar que el que te pregunta eso es que no siente o ha sentido verdadera pasión por algo, y es difícil que entienda lo que es una pasión irracional por una actividad como el ultrafondo.

Cuando le preguntaron a Mallory porqué escalaba montañas, contestó: “porque están ahí”. Así podría responder yo, si me preguntaran porque

participo en pruebas de ultrafondo: porque me gusta. Me encanta sentir como trabaja cada parte de mi cuerpo, me encanta llegar a una situación de crisis y superarla fundamentalmente con la cabeza; también supongo que los chutes de endorfinas me deben tener enganchado. No me interesa llegar, lo que me gusta es el viaje, disfrutar del trayecto y experimentar cosas nuevas en él.

Los paisajes que he disfrutado en el desierto, en cualquier desierto, no son fáciles de encontrar de otra manera que no sea a pie. Y eso de día, porque las noches son mágicas.

De noche, uno se da cuenta de que el nombre desierto solo hace referencia a que no llueve. Todos pensamos que describe un sitio inhóspito, desolado y triste, pero la vida se abre camino incluso en esos parajes.

Se oyen rumores de animales, refresca y el cielo es tan claro que parece que se pueden tocar las estrellas.

Correr de noche es algo muy especial. Es como el festival de Eurovisión: o te encanta, o lo odias con profundidad, pero a nadie deja indiferente.

En cuanto a lo de correr se refiere, (me reservo mi opinión sobre Eurovisión), a mi me encandiló desde la primera vez que tuve que hacer un entrenamiento nocturno. La luz del frontal es lo único que ves, y eso cuando la enciendo, porque la verdad es que lo que me gusta es correr con él apagado, a la luz de la luna y las estrellas.

Los sentidos se agudizan y da la sensación de que sientes hasta en el pensamiento. La percepción se incrementa y captas cosas que quizás de día te hubieran pasado desapercibidas. El paso cansino y constante del correr o andar se hace hipnotizante y extrañas ideas te asaltan la cabeza.



El paisaje, con las fuertes sombras de la luna, es fantasmagórico, y se aparecen espectros por todas partes: quizás sea el momento de enfrentarse a las pesadillas personales y hacer limpieza, quizás sea como la “prueba del algodón” del espíritu.

De día la cosa cambia, y mucho, principalmente por un solo protagonista: el sol. Por la mañana parece inofensivo, cariñoso, pero poco a poco va volviéndose agresivo, hasta que muerde. He visto gente poderosa a nivel muscular llorando de impotencia por los bocados del astro rey, yo mismo he padecido los efectos de su poder y puedo asegurar que su capacidad de matar es casi tan alta como su capacidad de dar vida.

Nadie ha dicho que sea fácil, nadie ha dicho que sea un paseo, pero quizás sea eso precisamente lo que le da valor a estas aventuras. Hay que enfrentarse con la naturaleza en los entornos más duros del planeta, hay que enfrentarse con uno mismo, y además hay que regresar para contarlo.

Sin embargo, llegado aquí, tengo que quitar hierro al asunto. Pensemos un instante en los habitantes locales de estos inhóspitos lugares.

Nosotros llegamos allí para estar una semana o dos como mucho, con unos pocos kilos de equipo súper técnico, con tejidos con nombre en inglés, marcando paquete, como se decía cuando era joven. Ellos viven allí todo el año, comen y duermen en situaciones seguramente mucho peores que nosotros en esa semana, se visten con lana de yak tejida, y una botella de plástico vacía es para ellos un tesoro.

Por eso, cuando alguien me dice: “sois superhombres, es impresionante lo que habéis hecho”, yo siempre pienso en la niña de ojos claros de las afueras de Kashgar, o en el abuelete de Chinini, o en la familia Dogon en la falla de Bandiagara. Ellos, sin saber ni siquiera que quiere decir GPS, sí que son superpersonas.

Tampoco quiero quitar importancia a estas experiencias, pero está claro que cada uno mide con la vara que le toca. Tan solo digo que existen varas de medir diferentes a la nuestras, y si las podemos usar, aunque sea por un momento, seremos más felices.

En medio de mis ensoñaciones, oigo una voz que grita: “¡Carlos, te quedan 10 minutos!”. Es la señal para prepararse, hay que salir de nuevo, la verdad es que han sido dos horas que me han parecido dos minutos, pero bueno, hay que rematar... ¡aún quedan 20 kilómetros!

Arrancar de nuevo es como escribir en una pizarra con las uñas: chirría todo, el cuerpo no va, y me cuesta infinito dar un paso. Es ya tarde y el sol empieza a lamer, en lugar de a morder, aunque la tierra tiene tanto calor que no se nota mucho la diferencia.

Me adentro en una zona de cárcavas que es para volverse loco: subidas y bajadas, izquierda y derecha, el trazado es infernal, pero hay que seguirlo al pie de la letra para no perderse, algo muy fácil.

Desde un alto veo a lo lejos como se mueven los corredores que van delante, e intento que no se alejen, pero el desierto reclama un paso tranquilo, cansino, como el de los camellos. Quizás parezca un contrasentido, pero el desierto pide ir despacio, y creo que esa es la clave de una buena prueba de desierto: la regularidad.

El estómago, que tampoco perdona que lo tratemos mal (y desde luego le hemos tratado muy mal a lo largo de la semana), poco a poco empieza a reclamar atención: primero impidiendo la entrada de líquido y después, con un inicio de pequeñas arcadas que son como los fuegos artificiales cuando empiezan... te dejan intuir lo que será la gran fiesta. Aunque intento aliviar mis males introduciendo los dedos hasta la campanilla, cosa que me ha funcionado bien en otras ocasiones, parece que esta vez no me voy a ir de rositas.





Tedra™

Comunicaciones digitales inalámbricas en entornos subterráneos



- Tecnología digital para las comunicaciones bajo tierra
- Bajo peso, alta movilidad y reducido tiempo de instalación
- No requiere conexión de hilo entre los puntos a comunicar

www.siemens.es/tedra

SIEMENS





Que me adelante otro competidor tan cerca de la llegada puede que haya tenido algo que ver. O quizás el hecho de que se haya hecho de noche. Pero decido que si voy a acabar hecho polvo de todas maneras, por lo menos tengo que llegar al campamento lo antes posible; así que me llevo a correr de nuevo, con ese paso lento pero infatigable que me ha llevado a una buena posición hasta ahora, mientras soporto los embates estomacales mientras puedo. Cuando no, me detengo un instante... Procedo a descender por el último cañón que nos baja de la meseta-horno y enseguida oigo los ruidos del campamento.

El cuerpo es sabio y equilibrado, aunque nosotros hagamos lo posible por fastidiarle la vida, y uno de los puntos básicos en estas carreras está en intentar entender el idioma en el que nos habla. Puede que al principio nos parezca "Klingon", pero poco a poco aprendemos a escuchar y a traducir. El mío me gritaba: ¡¡¡auxilio!!!

La etapa larga en el GOBI MARCH es casi la llegada final, aunque no se celebra como debía porque el fiestorro es en la última, que es de solo 10 kilómetros. En cualquier caso, mi entrada es bastante dramática: me siento y casi me caigo al suelo. Así que decido ir a conocer la tienda medica por dentro, algo que hasta ahora me había librado de hacer. Agarrado a dos fantásticos doctores como tres amigos que van de copas, nos dirigimos tambaleándonos, bueno, tambaleándome yo, a tomar unos lingotazos de suero salino que sientan de vicio.

¿¿De verdad le puede gustar esto a alguien?? ¿¿de verdad es tan liberador para la mente y para el espíritu meterse 250 kilómetros con una mochila de 10 kilos por el medio del desierto?? ¿¿de verdad está tan bueno el suero salino??

Lo cierto es que las pruebas de ultrafondo proliferan como setas, cada vez hay mas gente que las organiza, y si hay oferta, es porque hay demanda. No hace falta irse a una prueba extrema como el GOBI MARCH para "vivir" la experiencia del desierto, hay simples maratones o incluso medias maratones que, con total seguridad, nos permiten tener un atisbo de algo que puede convertirse un veneno peligroso: conocer el desierto por dentro. Si nos gusta, estamos perdidos.

Como es todas las cosas de la vida, creo que lo mejor es tomárselo con calma. Correr en el desierto es muy distinto de una carrera en ruta de manera. Así que sólo me queda por añadir una cosa: ¡¡Insh Allah!! Que muy libremente traducido viene a decir:

¡¡que Dios nos pille confesados!!



Carlos, al a derecha, y su pareja, Laura, entran juntos en la ultramaratón del Mont Blanc